

به نام خداوند بخشنده مهربان

سخنی با همراهان:

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

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

با تشکر و سپاس فراوان:

کارگروه خلاصه‌سازی برنامه‌ها



خلاصه ابیات غزل برنامه ۹۸۳، گنج حضور، پرویز شهبازی
متن ابیات غزل اصلی

ای میرِ آبِ بگشا آن چشمهٔ روان را
تا چشمه‌ها گشاید ز اشکوفه بوستان را

آبِ حیاتِ لطف در ظلمتِ دو چشم است
ز آن مَرْدُمکِ چو دریا کرده‌ست دیدگان را

هرگز کسی نرقصد تا لطفِ تو نبیند
کاندر شکم ز لطف، رقص است کودکان را

اندر شکم چه باشد؟ واندر عدم چه باشد؟
کاندر لَحَدِ ز نورت، رقص است استخوان را

بر پرده‌های دنیا، بسیار رقص کردیم
چابک شوید یاران، مر رقصِ آن جهان را

جان‌ها چو می‌برقصد با کُنده‌های قالب
خاصه چو بگسلانند این کُندهٔ گران را

پس ز اَوَّلِ ولادت، بودیم پای‌کوبان
در ظلمتِ رَحِم‌ها از بهرِ شُکرِ جان را

پس جمله صوفیانیم، از خانقه رسیده
رقصان و شُکرگویان، این لوتِ رایگان را

این لوت را اگر جان، بدهیم رایگان است
خود چیست جانِ صوفی، این گنجِ شایگان را؟

چون خوانِ این جهان را، سرپوش آسمان است
از خوانِ حق چه گویم؟ زهره بود زبان را؟

ما صوفیانِ راهیم، ما طبلِ خوارِ شاهیم
پاینده دارِ یارب، این کاسه را و خوان را

در کاسه‌های شاهان، جز کاسه‌شُستِ ما نی
هر خام درنیابد این کاسه را و نان را

از کاسه‌های نعمت تا کاسهٔ مُلوث
پیشِ مگس چه فرق است آن ننگِ میزبان را؟

و آن کس که کس بُود او، ناخورده و چشیده
گه می‌گزد زبان را، گه می‌زند دهان را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۸۶)

ای میرِ آب بُگشا آن چشمهٔ روان را تا چشمه‌ها گشاید ز اشکوفه بوستان را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۸۶)

«میرِ آب» یعنی آب‌سالار یا میراب؛ کسی که در قدیم مسئول دادن آب به مردم بوده‌است. در این‌جا رمز خدا یا زندگی است.

«آب» منظور دم ایزدی است و آب روان و جاری حیات است.

«اشکوفه» منظور انسان است.

ای میرِ آب بُگشا آن چشمهٔ روان را:

ای خداوند، آب زندگی و آن چشمه‌ای را که دائماً در حال جاری شدن است، به روی ما باز کن. ما به‌عنوان من‌ذهنی نمی‌توانیم و از باز کردن این آب عاجز هستیم، تو آن را باز کن که همین امر مستلزم فضاگشایی ماست. [هر لحظه این رودخانه یا نهر در زیر فکرهای ما جاری‌ست، ولی ما سهمی از آن نداریم و آن سهم کمی را هم که به ما می‌رسد تبدیل به درد، مشکل، دشمن، کارافزایی و مانع می‌کنیم.]

تا چشمه‌ها گشاید ز اشکوفه بوستان را:

تا انسان‌ها که فعلاً در حد شکوفه هستند، به‌صورت چشمه بجوشند و باغ جهان را، شکوفا و سبز و خرم کنند. [برای این‌که این چشمه از درون ما باز شود باید به‌صورت حضور ناظر و مشاهده‌گر اجازه دهیم آب روان زندگی، هشیارانه بدون قضاوت و مقاومت از ما عبور کند.]

نکته ۱:

نگاه کردن به آب روان زندگی که در حال آبادان کردن و اصلاحات باغ جهان است، حیرت نام دارد. قضاوت ما صفر است و «قضا و کُنْ فکان» خداوند به‌کار می‌افتد. خداوند می‌گوید «بشو و می‌شود». یکی از خاصیت‌های من‌ذهنی، قضاوت‌های پشت‌سرهم درمورد وضعیت هر لحظه است، مدام می‌گوید این وضعیت خوب است یا بد. این خاصیت من‌ذهنی بسیار ساده بوده، ولی درعین‌حال بسیار هم خطرناک است.

نکته ۲:

هر کسی باید سهم و اثری سازنده در این جهان بگذارد. هر کسی باید میوه داشته باشد. در این بیت منظور از اشکوفه این‌ست که شما بالاخره باید از حالت شکوفه تبدیل به میوه شده و برسید. ما نه‌تنها میوه و ثمره‌ای نداریم، بلکه میوه‌ها را هم خراب می‌کنیم!

آب حیاتِ لطف در ظلمتِ دو چشم است ز آن مردمکِ چو دریا کرده‌ست دیدگان را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

آب حیاتِ لطف در ظلمتِ دو چشم است:

خداوندا، اکنون که از طریق همانندگی‌ها می‌بینیم، چشم ما تاریک و سیاه است اما آب حیاتِ لطف و رحمت و کمک تو در همین سیاهی و تاریکی‌ست. [در قصه‌هایی که در فرهنگ و ادبیات ماست، آب حیات در تاریکی است که این تاریکی در واقع تاریکی ذهن است. اسکندر با آن همه قدرت نمی‌تواند آب حیات را پیدا کند اما خضر پیدایش می‌کند و جاودانه می‌شود. خضر نماد حضور ماست و اسکندر با آن زوری که می‌زند، نماد بزرگ‌ترین من‌ذهنی است. بنابراین از طریق کوشش‌های من‌ذهنی و قدرت این‌جهانی نمی‌شود آب حیات و جاودانگی را پیدا کرد.]

ز آن مردمکِ چو دریا کرده‌ست دیدگان را:

از آن فضای گشوده‌شده مردمک چشمان ما باز و دیدمان عوض می‌شود، نور زندگی را از خود عبور می‌دهد و تبدیل به دریا می‌گردد، یعنی ما به دریا وصل می‌شویم. نه تنها هر کدام از ما انسان‌ها یک چشمه هستیم بلکه به دریای یکتایی نیز وصل می‌شویم.

هرگز کسی نرقصد تا لطف تو نبیند

کاندر شکم ز لطف، رقص است کودکان را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

هرگز کسی نرقصد تا لطف تو نبیند:

خداوندا، هرگز کسی تا لطف تو و برکات فضای گشوده‌شده را نبیند، رقص واقعی نمی‌کند. [رقص با من‌ذهنی وقتی که می‌رنجیم، خشمگین می‌شویم، درد می‌کشیم، رقص نیست بلکه لطفِ شیطان به ماست.]

کاندر شکم ز لطف، رقص است کودکان را:

از لطف تو و در اثر آهنگ زندگی‌ست که کودکان در شکم مادر خود حرکت می‌کنند و می‌رقصند. [حرکت جنین در شکم مادر در اختیار مادر نیست، او نمی‌تواند تصمیم بگیرد بچه در شکمش تکان بخورد یا تکان نخورد.]

نکته:

یکی از کلیدواژه‌های این غزل «**رقص**» است. رقص به معنای هرگونه فکر و عمل در این جهان است. این رقص نیاز به یک «**آهنگ**» دارد. دو جور آهنگ وجود دارد؛ یکی آهنگ فضاگشایی است که خداوند می‌زند و ما براساس هدایت او فکر و عمل می‌کنیم. در این حالت مقاومت و قضاوت صفر است و «**قضا و کُنْ فِکَان**» کار می‌کند. یکی دیگر رقصی است که با آهنگ من‌ذهنی انجام می‌شود. واکنش نشان دادن، خشمگین شدن، یک‌دفعه بلند شدن و با عصبانیت این طرف و آن طرف رفتن، رقصیدن با آهنگ من‌ذهنی و فکرهای آن است.

اندر شکم چه باشد؟ و اندر عدم چه باشد؟

کاندر لَحَد ز نورت، رقص است استخوان را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

«**لحد**» یعنی گور که در این‌جا منظور قبر ذهن است.

اندر شکم چه باشد؟ و اندر عدم چه باشد؟

خداوندا، حرکت و رقص جنین در شکم مادر به‌وسیله تو و با آهنگ توست. چه قبل از ورود به این جهان و چه بعد از این‌که مرکز انسان عدم شد، تو او را می‌رقصانی. بنابراین در عدم هم که ما با تو یکی هستیم، رقصیدن ما با نیرو و آهنگ تو چیزی نیست.

کاندر لَحَد ز نورت، رقص است استخوان را:

در گور پاره‌های استخوان انسان مرده، با نور تو در رقص است؛ مردگان هم در قبر به‌وسیله تو می‌رقصند. [ذهن برای ما که در آن با چیزها همانیده شده‌ایم یک قبر است، ما به‌عنوان من‌ذهنی در این گور مرده‌ایم، اما در آن‌جا باز نور و نیروی زندگی ما را رها نکرده و می‌رقصاند].

نکته:

شما اگر مقاومت کنید، نمی‌توانید برقصید. فرض کنید که پاهای کسی به جایی محکم بسته شده، با دستانش هم دو میله را محکم گرفته و درعین‌حال می‌خواهد برقصد، واضح است که نمی‌تواند به خوبی برقصد. برای این‌که هر طرف می‌جنبد مقاومت است.

بر پرده‌های دنیا، بسیار رقص کردیم چابک شوید یاران، مر رقص آن جهان را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

«پرده» به معنی سناریو است. به معنای دیدِ غلط ما و پرده موسیقی نیز می‌باشد.

بر پرده‌های دنیا، بسیار رقص کردیم:

با انواع آهنگ‌های من‌ذهنی در این دنیا و برحسب نیازهای روان‌شناختی، دردها و تقاضای همانندگی‌های خود بسیار رقصیده‌ایم.

چابک شوید یاران، مر رقص آن جهان را:

ای انسان‌ها که یار همدیگر هستید نه براساس من‌ذهنی دشمن یکدیگر، با ریتم آهنگ عقل کل و فضای یکتایی رها و سبک برقصید. همه فضا را باز کنید تا آن یک هشیاری از طریق شما فکر کند، او حرف بزند و او عمل کند. زیرا این رقص شادی‌آور و درست است، به یکدیگر لطمه نمی‌زنید و هیچ دردی هم ایجاد نمی‌شود.

جان‌ها چو می‌برقصد با کُنده‌های قالب خاصه چو بگسلاند این کُنده‌گران را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

بگسلاند: پاره کند.

«کُنده» یعنی تنه درختی که بیرون می‌آورند. در این‌جا مولانا من‌ذهنی را به کُنده درخت تشبیه می‌کند که بر دست و پای انسان بسته شده‌است.

«قالب» در این‌جا منظور ذهن است.

جان‌ها چو می‌برقصد با کُنده‌های قالب:

هشیاری انسان‌ها اگر با وجود من‌ذهنی و این کُنده‌های سنگین بر دست و پایش در ذهن می‌رقصد،

خاصه چو بگسلاند این کُنده‌گران را:

حال ببین اگر این کُنده سنگین من‌ذهنی را با تبر شناسایی خود بگسلاند و پاره کند، چگونه سبک و رها و زیبا خواهد رقصید.

پس زاولِ ولادت، بودیم پای‌کوبان
در ظلمتِ رَحِم‌ها از بهرِ شُکرِ جان را
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

پس زاولِ ولادت، بودیم پای‌کوبان:

از «اول ولادت»، روز الست از آن لحظه‌ای که از خداوند جدا شدیم، ذات و جنس اصلی ما دائماً رقصان و پای‌کوبان بوده‌است.

در ظلمتِ رَحِم‌ها از بهرِ شُکرِ جان را:

در تاریکی رَحِم‌ها، در تمام مراحل تکامل هشیاری، در رحم جماد، نبات، حیوان و در داخل رحم ذهن، به شکرانه زنده شدن به خداوند و رفتن به یک مرحله بالاتر از عمق هشیاری یک حس سپاسگزاری، رضایت، شادی و رقص در ما شکل گرفته‌است. درحقیقت رقص و شکر جزو ذات ماست.

پس جمله صوفیانیم، از خانقه رسیده
رقصان و شکرگویان، این لوتِ رایگان را
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

لوت: غذا، طعام

«خانقه» منظور فضای یکتایی‌ست.

پس جمله صوفیانیم، از خانقه رسیده:

همه ما صوفی هستیم که از فضای یکتایی و از پیش خدا رسیده‌ایم؛ یعنی روی خودمان کار می‌کنیم، می‌خواهیم تکامل پیدا کنیم و جانمان روزبه‌روز بهتر شود.

رقصان و شکرگویان، این لوتِ رایگان را:

بنابراین همیشه برای این‌که غذای نور و برکت مجانی، شادی و آرامش خداوند را هر لحظه دریافت می‌کنیم رقصان و شکرگویان هستیم.

نکته:

چرا من‌ذهنی نمی‌تواند شکر کند؟ برای این‌که ذاتش نارضایتی، نالیدن و خواستن است، برای همین مُخَرَّب و سیری‌ناپذیر است. وقتی چیزی به مرکز ما می‌آید، ما شهوت آن را داریم. هر چقدر هم خودمان را با آن بیشتر ارضا می‌کنیم، باز هم سیر نمی‌شویم. با این استدلال که اگر همانندگی ما زیاد شود می‌توانیم شاکر و راضی باشیم. این دید کاملاً غلط است.

این لوت را اگر جان، بدهیم رایگان است
خود چیست جانِ صوفی، این گنجِ شایگان را؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

شایگان: شاهانه، عظیم

این لوت را اگر جان، بدهیم رایگان است:

اگر در ازای برکاتی که از زندگی می‌گیریم، جان من ذهنی را هم بدهیم، باز هم برای ما مُفت و مجانی تمام شده‌است.

خود چیست جانِ صوفی، این گنجِ شایگان را؟

در مقابل این گنجِ عظیم و شاهانه، جان ذهنی صوفی چه ارزشی دارد؟

چون خوانِ این جهان را، سرپوشِ آسمان است
از خوانِ حق چه گویم؟ زهره بُود زبان را؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

چون خوانِ این جهان را، سرپوشِ آسمان است:

آسمان که با این وسعت بر روی سفره گسترده زمین همچون سرپوش قرار گرفته‌است.

از خوانِ حق چه گویم؟ زهره بُود زبان را؟:

پس من از خوان و سفره خداوند چه بگویم؟ چگونه می‌توانم نعمات و بزرگی سفره خداوند را شرح دهم؟ آیا زبان من جرئت چنین کاری را دارد؟

نکته:

این بیت نشان می‌دهد وقتی که همانندگی‌ها را می‌اندازیم به رحمت و نعمت‌های زیادی دست پیدا می‌کنیم. بنابراین نباید نگران باشیم که اگر به خداوند زنده شدیم، از نعمات محروم می‌شویم.

ما صوفیانِ راهیم، ما طبلِ خوارِ شاهیم
پاینده دار یارب، این کاسه را و خوان را
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

طبل‌خوار: روزی‌خوار

«شاه» منظور خداوند یا زندگی‌ست.

ما صوفیانِ راهیم، ما طبلِ خوارِ شاهیم:

ما صوفیان راه تکامل هستیم که غذا را از سفره خداوند می‌خوریم. [ما در حال تکامل هشیاری در راه معنوی هستیم. روزی و غذای ما لحظه‌به‌لحظه باید از مرکز عدم با فضای گشوده‌شده بیاید.]
پاینده دار یارب، این کاسه را و خوان را:
خداوندا، این سفره و کاسه را برای ما جاودان و باز نگه دار.

در کاسه‌های شاهان، جز کاسه‌شستِ ما نی
هر خام درنیابد این کاسه را و نان را
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

کاسه‌شست: باقی‌ماندهٔ طعام در ظرف، مجازاً غذای ناچیز

«هر خام» یعنی هر کسی که ظاهراً انسان است ولی لحظه‌به‌لحظه ذهنش را به مرکزش می‌آورد، برحسب چیزها یا برحسب دردها می‌بیند.
در کاسه‌های شاهان، جز کاسه‌شستِ ما نی:

حتی در کاسه‌های شاهان این دنیا چیزی جز غذایی ناچیز نیست. [مثلاً قدرت و ثروت شاهان که از آن لذت می‌برند در واقع همان غذای ناچیز ماست که از این جهان می‌گیریم].
هر خام درنیابد این کاسه را و نان را:

هر من‌ذهنی که خام است و به غذاهای این‌جهانی عادت کرده‌است، این کاسه و نان زندگی و غذای انسان‌هایی را که می‌خواهند به تکامل برسند، نمی‌تواند شناسایی کند. برای او برکات فضای گشوده‌شده قابل فهم نیست، انسان باید فضا را باز کند تا کاسه و نان آن فضا را بچشد و تجربه کند.

از کاسه‌های نعمت تا کاسهٔ مَلَوْتُ
پیشِ مگسِ چه فرق است، آن ننگِ میزبان را؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

مَلَوْتُ: آلوده

«مگس» در اینجا رمز من‌ذهنی‌ست.

«کاسه‌های نعمت» منظور دانش مولانا و شادی و آرامشی‌ست که از زندگی و فضای گشوده‌شده می‌گیریم.

«کاسه مُلَوَّث» یعنی کاسه من‌ذهنی که آلوده و مسموم است. هر چیزی که من‌ذهنی ارائه می‌کند مضر است.

از کاسه‌های نعمت تا کاسه مُلَوَّث:

چه برکاتی که از فضای گشوده‌شده با مرکز عدم می‌آیند و چه غذاهای آلوده و مسمومی که من‌ذهنی ارائه می‌کند، هر خوشی که به‌خاطر تجسم یک چیزی در بیرون به ما دست می‌دهد...

پیش‌مکس چه فرق است، آن ننگ میزبان را؟:

برای من‌ذهنی که مایه ننگ و بی‌آبرویی انسان شده، فرقی نمی‌کند.

نکته:

وقتی که ما فضا را باز می‌کنیم شناسای فرق بین کاسه‌های جهان و کاسه‌های زندگی می‌شویم. آن چیزی که به‌عنوان اخبار پخش می‌شود و ذهن‌ها را خشمگین می‌کند، «مُلَوَّث» است. آن عملی که خرابکاری، اغتشاش و نگرانی در درون ما ایجاد می‌کند با آن خردی که آرامش، نظم و سامان ایجاد می‌کند، برای ما فرق دارد.

وآن کس که کس بُود او، ناخورده و چشیده

گه می‌گزد زبان را، گه می‌زند دهان را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶)

وآن کس که کس بُود او، ناخورده و چشیده:

آن کسی که واقعاً انسان است و فضاگشایی می‌کند، هنوز غذای فضای گشوده‌شده را نخورده، فقط با چند بار فضاگشایی، مزه زندگی و لطف ایزدی را چشیده‌است،

گه می‌گزد زبان را، گه می‌زند دهان را:

گاهی زبانش را گاز می‌گیرد و گاهی دست بر دهانش می‌گیرد که حرف نزند؛ یعنی ذهنش را ساکت می‌کند و من‌ذهنی‌اش را از کار می‌اندازد.

متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۹۸۳

اصل و سرچشمه خوشی آن است آن

زود تجری تحتها الأنهار خوان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۵۵)

اصل و سرچشمه همه خوشی‌ها، خود زندگی و مرکز عدم است. پس بی‌درنگ برو و این مضمون را از این آیه قرآن بخوان که می‌فرماید: «و از زیر آن، نهرها روان است.» [به بیانی نهر روان فضای گشوده‌شده، همین لحظه از فاصله بین فکرهای ما، می‌گذرد ولی ما از آن استفاده نمی‌کنیم.]

(قرآن کریم، سوره بروج (۸۵)، آیه ۱۱)

«إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ هُمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْكَبِيرُ.»

«برای کسانی‌که ایمان آورده‌اند و کارهای شایسته کرده‌اند [یعنی فضا را گشوده‌اند، به خدا متصل شده‌اند و برحسب خرد زندگی عمل می‌کنند] بهشت‌هایی است که در آن نهرها جاری است و آن کامیابی بزرگی است.»

[بهشت همین فضای گشوده‌شده و ذهن بدون من است و رسیدن به این مقام که در دسترس همگان است، یک کامیابی بزرگی می‌باشد.]

علتی بتر ز پندارِ کمال

نیست اندر جانِ تو ای ذودلال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

ذودلال: صاحبِ ناز و کرشمه

ای من ذهنی عشوه‌گر که هم خود و هم دیگران را فریب می‌دهی، در جان تو هیچ مرضی بدتر از پندار کمال و «می‌دانم» من ذهنی وجود ندارد که براساس آن، خود را عاقل دانسته و با گذشتن از یک فکر همانیده به فکر دیگر، ناموس و درد ایجاد می‌کنی.

نکته ۱: ناموس بدلی من ذهنی، چیزی است که باعث می‌شود، ما واکنش نشان دهیم و واکنش نشان دادن باعث می‌شود، آب هشیاری حضور در ما کم شود.

نکته ۲: واهمانش یعنی این لحظه، ما می‌توانیم تصمیم بگیریم، آنچه را که ذهن نشان می‌دهد، مهم ندانیم و آن را به مرکزمان راه ندهیم.

نکته ۳: این لحظه می‌توانیم، به دو صورت عمل کنیم، یا آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد را به مرکزمان بیاوریم و عقل آن چیز را داشته باشیم و یا فضا را باز کنیم و عقل خدا را داشته باشیم. اگر متوجه شدیم، عقل خدا که تمام کائنات را اداره می‌کند، برای ما هم خوب است، دیگر باید عقل من‌ذهنی را رها کنیم.

نکته ۴: ما با من‌ذهنی فکر می‌کنیم، اگر از وضعیتی که داریم، به وضعیتی در آینده برسیم، شرایطمان درست می‌شود، در نتیجه مدام عجله می‌کنیم، ولی چون الآن نمی‌توانیم به آنجا برسیم، بین این وضعیتی که داریم و آن‌جایی که می‌خواهیم برسیم، یک فاصله ایجاد می‌شود که این فاصله، شکاف استرس است. ما باید بدانیم درحقیقت «قضا و کُن فکان» الهی است که وضعیت ما را درست می‌کند، بنابراین باید صبر داشته باشیم.

«قصه رُستن خَرّوب در گوشه مسجد اقصی و غمگین شدن سلیمان علیه‌السلام از آن، چون به سخن آمد با او و خاصیت و نام خود بگفت»

پس سلیمان دید اندر گوشه‌ای

نوگیاهی رُسته همچون خوشه‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۳)

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

نکته ۱: همه ما انسان‌ها قوه زنده شدن به زندگی را داریم، بنابراین باید از این قوه، بالفعل استفاده کنیم.

نکته ۲: با توجه به این ابیات می‌توانیم به‌عنوان حضور ناظر، خود را شناسایی کنیم که کی از جنس زندگی و در حال سر و سامان بخشیدن به امور زندگی هستیم و کی از جنس من‌ذهنی و در حال پخش درد و خراب‌کاری.

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

نادرگیاه: در این‌جا یعنی گیاه عجیب

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

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

حشیش: گیاه خشک، علف

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

گفت: نامت چیست؟ برگو بی دهان
گفت: خَرّوب است ای شاه جهان
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۶)

سلیمان یا انسان گفت: ای گیاه نورسته، ای من‌ذهنی، با زبان حال، از درون و از طریق هشیاری، به من بگو که نام تو چیست؟ گیاه من‌ذهنی گفت: ای شاه جهان نام من خَرّوب است.
نکته: وقتی فضا را باز کنیم، در فضای گشوده‌شده، متوجه تخریب من‌ذهنی می‌شویم.

گفت: اندر تو چه خاصیت بُود؟

گفت: من رُستم، مکان ویران شود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۷)

سلیمان گفت: خاصیت تو چیست؟ من ذهنی خرّوب گفت: من در هر جا که برویم آن مکان ویران می‌شود. [به بیانی وقتی من ذهنی رشد می‌کند جسم، فکر و همه چیز ما را خراب می‌کند.]

نکته ۱: ما نمی‌توانیم جلوی جنگ را بگیریم، زیرا عامل ایجاد جنگ، من ذهنی خرّوب است که همه جا را ویران می‌کند. اگر طبق طرح خداوند با عشق عمل می‌کردیم و پدر و مادر عشقی داشتیم، که نمی‌گذاشتند من ذهنی خیلی زیاد رشد کند، این همه خرابی به بار نمی‌آورد.

نکته ۲: من ذهنی خرّوب به جز ایجاد جنگ، در حال تخریب تمام زیبایی‌ها و نعمت‌های جهان است.

من که خرّوبم، خرابِ منزلم

هادمِ بنیادِ این آب و گِلَم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۸)

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

من خرّوب نام دارم و زندگی این خاصیت را در من گذاشته، که باعث ویرانی اماکن و منازل می‌شوم. من ویران‌کننده اساس و بنیان این آب و گِل هستم. [آب و گل نماد جسم ما نیز هست که من ذهنی باعث خراب شدن آن می‌شود.]

نکته: مولانا به ما این پیغام را می‌دهد که ما امتداد خدا هستیم و وقتی به این جهان می‌آییم، باید هشیارانه فضا را باز کرده و گلستان درست کنیم، ما باید با آهنگ زندگی برقصیم و با من ذهنی خودمان، فکر و عمل نکنیم و گرنه من ذهنی خرّوب، همه چیزمان را ویران می‌کند.

پس سلیمان آن زمان دانست زود

که آجل آمد، سفر خواهد نمود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۹)

سلیمان در همان لحظه دریافت که [فرصتش برای حفظ مسجدش، فضای گشوده‌شده درونش، از آفات من ذهنی، محدود است.] به زودی اجلش فرامی‌رسد، و او جسمش را ترک کرده، به آن جهان سفر خواهد کرد.

گفت: تا من هستم، این مسجد یقین در خَلَلِ نَآید ز آفاتِ زمین

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۰)

سلیمان گفت: تا زمانی که من در این جهان هستم و در قید حیاتم، این مسجد که نماد فضای گشوده‌شده درون و محل اتصال من با خداوند است، دچار حوادث نخواهد شد. من فضا را نمی‌بندم، واکنش نشان نمی‌دهم و نمی‌گذارم، به این مسجد ضرر و آسیب برسد.

نکته ۱: مسجد اقصی نماد همین فضای گشوده‌شده است که در درون هر کسی باز می‌شود.

نکته ۲: اصل عبادت، اتصال هشیارانه با خداوند است. با من ذهنی نمی‌شود خدا را عبادت کرد، بلکه درحقیقت ما در همین فضای گشوده‌شده، می‌توانیم خدا را عبادت کنیم.

نکته ۳: باید از خودمان سؤال کنیم، آیا ما حافظ مسجد درونمان، فضای گشوده‌شده، هستیم یا نه؟

تا که من باشم، وجود من بُود مسجدِ اقصی مُخَلَّل کی شود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۱)

مُخَلَّل: دارای رخنه و شکاف

تا من هستم و جسماً در این جهان وجود دارم، مسجد اقصی چگونه ممکن است، آسیبی ببیند؟ [یعنی محال است بگذارم، فضای گشوده‌شده درونم بسته شود].

پس که هَدَمِ مسجدِ ما بی‌گمان نَبُودَ إِلَّا بَعْدَ مَرگِ ما، بدان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۲)

هَدَم: ویران کردن، ویرانی

یقین بدان که انهدام و خراب شدن مسجد ما نیز، جز پس از مرگ ما، رخ نخواهد داد. [نمی‌شود که ما زنده به زندگی باشیم و مسجد فضای گشوده‌شده ما، دچار آسیب شود].

مسجد است آن دل که جسمش ساجد است

یارِ بَدِ خَرُوبِ هر جا مسجدست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۳)

[مولانا می‌گوید:] مسجد، دل انسانی است که برحسب هشیاری جسمی، فکر و عمل نمی‌کند، از سخن‌گویی ارتفاع نمی‌گیرد، به‌صورت یک باشنده ذهنی هیجانی بالا نمی‌آید، فضای درونش گشوده شده، هر لحظه ذهنش به مرکزش راه نمی‌یابد و همواره دستورات فضای گشوده‌شده و زندگی را اجرا می‌کند. حال یار و همنشین نااهل ویران‌کننده هر مسجدی است. [یعنی من ذهنی خود انسان و یا من‌های ذهنی دیگران، باعث بسته شدن فضای گشوده‌شده درونش می‌شوند.]

یارِ بَدِ چون رُست در تو مهرِ او

هین ازو بگریز و کم کن گفت‌وگو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۴)

همین‌که مهر و عشق رفیق نااهل، من‌ذهنی خودت و یا دیگران، در دل تو پدید آمد و چیزی وارد مرکزت شد، به‌هوش باش و از آن فرار کن و اصلاً گفت‌وگو، بحث و استدلال نکن که به این دلایل به این چیز احتیاج دارم. [بلکه با مهم ندانستن آنچه ذهن نشان می‌دهد، آن را از مرکزت خارج کن.]
نکته: ما نباید برحسب من‌ذهنی که دید همانیدگی‌ها را دارد، استدلال کنیم که این همانیدگی یا درد خوب است و دیگری بد، پس این را نگه می‌دارم و آن یکی را می‌اندازم، زیرا همه این‌ها، بحث‌های درونی خود ما و فکر کردن برحسب همانیدگی‌ها است و درواقع انقباض درونمان را نشان می‌دهد.

برکن از بیخس، که گر سر برزند

مر تو را و مسجدت را برکند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۵)

محبت رفیق نااهل، من‌ذهنی، همانیدگی‌ها و هرچیزی را که به مرکزت راه پیدا کرده، از ریشه بکن و نگذار هیچ چیزی در مرکزت باقی بماند، زیرا اگر این گیاه ویرانگر در مسجد درون تو بروید و بزرگ شود، هم خودت و هم مسجدت را از بنیان برمی‌اندازد. [به بیانی دین، ایمان، جسم و همه‌چیزت را خراب می‌کند.]

نکته: هر همانندگی یک ریشه است و وقتی همه این همانندگی‌ها جمع شوند، یک خوشه درست می‌کنند که همان من‌ذهنی است.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۶)

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

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

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

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

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۷)

خود را گنه‌کار و مجرم بدان یعنی بگو من مقصرم و دچار گناه و لغزش شده‌ام، زیرا ذهنم را به مرکزم آورده‌ام. مترس که آبروی مصنوعی و ناموس بدلی من‌ذهنی‌ات کوچک شود، تا آن استاد و معلم حقیقی، خداوند یا انسان زنده به زندگی مثل مولانا، چیزی از تعلیم تو نکاهد و درسش را از تو پنهان نکند.

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

نکته ۲: ما نوکر و غلام من‌ذهنی خودمان هستیم، هر لحظه به او تعظیم می‌کنیم و هرچه بگویید به همان عمل می‌کنیم.

نکته ۳: بیشتر جنگ‌ها به علت ناموس بدلی من‌ذهنی، ایجاد شده‌است.

نکته ۴: ما باید از دنده ملامت و عدم احساس مسئولیت، بیرون بپریم و بدانیم خودمان با من ذهنی، زندگی خود را خراب کردیم.

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

ناموس: خودبینی، تکبر

اگر بگویی من نمی دانم، دانش من برحسب همانیدگی ها دانش نیست، من جاهل و نادانم، [ای مولانا] به من یاد بده و علم بیاموز، این چنین اعتراف منصفانه، درباره جهل من ذهنی که فقط به فکر منافع خود می باشد، از خودبینی و حیثیت بدلی من ذهنی، بهتر است.

از پدر آموز ای روشن جبین
ربنا گفت و، ظلمنا پیش از این
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۹)

جبین: پیشانی

ظلمنا: ستم کردیم

ای انسانی که پیشانی و چهرهات به واسطه فضاگشایی، روشن و نورانی است، از حضرت آدم بیاموز. او نزد خدا اعتراف کرد: «پروردگارا، ما پیش از این به خودمان ستم کرده ایم.» [به بیان مولانا ما نیز مانند حضرت آدم با همانیده شدن با چیزها و دیدن برحسب آنها، با ایجاد درد و کنار گذاشتن خرد زندگی، به خودمان ستم کرده ایم.]

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۲۳)

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

«گفتند: ای پروردگار ما، [با من ذهنی] به خود ستم کردیم و اگر ما را نیامرزی و بر ما رحمت نیاوری از زیان دیدگان خواهیم بود.»

نه بهانه کرد و، نه تزویر ساخت

نه لَوایِ مکر و حیلَت برفراخت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۰)

لَوای: پرچم

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

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

باز آن ابلیس، بحث آغاز کرد

که بُدَم من سُرخ‌رو، کردیم زرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۱)

ابلیس دوباره با خداوند شروع به بحث کرد، و گفت من بانشاط و سربلند بودم و تو مرا شرمسار و سرشکسته کردی. [ما هم در من‌ذهنی مانند ابلیس مسئولیت هشیاری خود را به‌عهده نمی‌گیریم و به‌خاطر از دست دادن سلامتی و وضعیت‌های خراب زندگی خودمان، به خدا شکایت می‌کنیم و او را مقصر دردهایمان می‌دانیم].

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

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

رنگِ رنگِ توست، صَبَّاغِمِ تویی

اصلِ جُرْمِ و آفت و داغمِ تویی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۲)

صَبَّاغ: رنگ‌رَز

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

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

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

هین بخوان: رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي

تا نگردي جبری و، کز کم تنی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۳)

آگاه باش و همواره این را بخوان، که ابلیس به خداوند گفت: «حال که مرا گمراه ساخته‌ای، من هم انسان‌ها را از راه راست تو منحرف می‌کنم.» تا تو با آگاه شدن از این حقیقت، در جبر من‌ذهنی گرفتار نشوی و با دید من‌ذهنی، به راه کج مایل نگردی.

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

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۱۶)

«قَالَ فِيمَا أُغْوِيْتَنِي لِأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ.»

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

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

بر درختِ جبر تا کی برجھی اختیارِ خویش را یک سو نهی؟ (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۴)

ای انسان، تا کی می‌خواهی از درخت جبر من‌ذهنی بالا بروی، تسلیم این جبر شوی و قدرت انتخاب و اراده خود را انکار کنی و آن را نادیده بگیری؟

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

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

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

ذریات: جمع ذریه به معنی فرزندان، نسل

ای انسان تو مانند ابلیس و فرزندان او، [یعنی هرکسی که فضا را می‌بندد و من‌ذهنی دارد] با خداوند در مجادله و بحث هستی.

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

چون بُودِ اِکراه با چندان خَوشی که تو در عِصیان همی دامن گشی؟ (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۶)

دامن گشی: می‌خرامی، با تکبر راه می‌روی
اِکراه: کاری را به اجبار انجام دادن

تو که به‌عنوان من‌ذهنی به خودت افتخار می‌کنی و خوشحال و خرامان درحال پز دادن و ناز کردن هستی، به‌جای عدم کردن مرکز، دائماً ذهن را به مرکزت آورده و بدون هیچ توجهی به «قضا و کُن فکان» به‌دنبال خواسته‌های ذهنت می‌روی، بگو ببینم چگونه ممکن است کسی را مجبور به کاری کنند و او خوش و خرامان باشد؟ این خوشی و شادی تو با این اجبار، با هم جمع نمی‌شوند.

نکته ۱: تو درعین‌حال که با من‌ذهنی مجبور به تحمل درد و رنج‌های ناشی از همانیدگی‌های مرکزت هستی، به قدرت خود در من‌ذهنی می‌بالی و دائماً درصدد آن هستی که با بحث و جدل و قضاوت، سخن خود را به کرسی بنشانی و من‌ذهنی‌ات را به همه ثابت کنی؛ غافل از آن‌که با تن دادن به جبر و خواسته من‌ذهنی، خود را زیر سلطه شیطان قرار داده و با جنس خداگونگی خودت به جنگ و ستیز بر می‌خیزی.

نکته ۲: این درس‌های بزرگ برای کل بشریت سرنوشت‌ساز است. ممکن است انسان در غفلت من‌ذهنی، بسیار خطرناک عمل کند و تا جایی به جنگ و تخریب پردازد که خود و زمین را به‌سوی نابودی بکشاند، اما اگر از این ابیات درس بگیرد و ذهنش را خاموش کند، دیدش تغییر کرده و می‌تواند به خودش و دیگران کمک کند.

آنچنان خوش، کس رَوَد در مُکْرَهی؟ کس چنان رقصان دَوَد در گمْرَهی؟ (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۷)

مُکْرَه: اسم مفعول از مصدر اکراه، مُکْرَهی: اکراه و اجبار

آیا ممکن است که کسی در کاری که بدان مجبور شده‌است، این‌همه شادی و نشاط داشته باشد؟ آیا ممکن است کسی را مجبور به گمراهی کنند و او رقصان و شادی‌کنان، دردپراکنی کند، جنگ راه بیندازد و با دیدن برحسب همانیدگی‌ها و دردهایش، به‌سوی گمراهی برود؟

نکته ۱: بشر تاکنون به طور جمعی، نتوانسته با هم متحد شود و با همکاری یکدیگر جلوی جنگ را بگیرد و کمک کند، جنگ به عشق تبدیل گردد. تنها راه اتحاد، زنده شدن به خداوند است. همه ما باید به یک هشیاری زنده بشویم تا او از طریق ما حرف بزند و به حل تمام این مشکلات، کمک کند.

نکته ۲: این ابیات باید همه ما را بیدار کند. ما می‌توانیم برای کمک به درک بیت از خود سؤالاتی بپرسیم و خود را مورد بازبینی قرار دهیم.

آیا من نیز این‌گونه هستم؟ آیا مجبور هستم رفتارهایی را که با همسر، فرزند، دوست، همکار و اطرافیانم دارم، ادامه دهم؟ چرا من به گمراهی خود در من ذهنی، افتخار می‌کنم؟

نکته ۳: اگر خوب تأمل کنیم، خواهیم دید ما «مجبور» نیستیم به گمراهی در ذهن ادامه دهیم، بلکه می‌توانیم با استفاده از قدرت اختیار، از سلطه شیطان رهایی یابیم.

بیست مرده جنگ می‌کردی در آن

کیت همی دادند پند آن دیگران

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۸)

کیت: مخفف که تو را

وقتی دیگران به تو پند و هشدار می‌دادند، که راهی که می‌روی درست نیست و تو را گمراه می‌کند، تو با تمام توان خود، مقاومت می‌کردی و اصرار داشتی که راه کج من ذهنی را ادامه بدهی.

که صواب این است و، راه این است و بس

کی زند طعنه مرا؟ جز هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۹)

با اصرار تمام می‌گفتی این چیزی که من می‌گویم درست است و راه راست نیز فقط همین راهی است که من طی می‌کنم. همچنین می‌گفتی چه کسی در این راه به من طعنه می‌زند و از من انتقاد می‌کند؟ جز آدم بی‌سر و پای که عقل ندارد.

نکته ۱: باید در خود بازبینی کنیم که ما چگونه انسان‌های دیگر را متقاعد می‌کنیم که حق با ماست و ما درست می‌گوییم، درحالی‌که خودمان می‌دانیم حق با ما نیست و با بودن در ذهن مرتب مانند گیاه خروب در حال تخریب و نابودی هستیم.

نکته ۲: من ذهنی مُخرَّب هم به صورت فردی و هم به صورت جمعی زندگی ما را را دچار درد و بلا کرده است. حال اگر نمی‌توانیم به لحاظ جمعی کاری کنیم، می‌توانیم با مطالعه ابیات مولانا عیب‌های خود را شناسایی و رفع کنیم.

نکته ۳: زندگی در این لحظه برای ما پیغام می‌آورد تا همانندگی‌های مرکزمان را شناسایی و پاک کنیم، ما نیز باید از جبر ذهن بیرون آمده، به خودمان بگوییم: «من اختیار دارم و می‌خواهم خودم را اصلاح کنم»، نه این‌که فکر کنیم مولانا چرا به ما طعنه زده است.

کی چنین گوید کسی کاو مکره است؟

چون چنین جنگد کسی کاو بی‌ره است؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۰)

کسی که بر کاری مجبور شده است کی این‌گونه صحبت می‌کند [که بگوید هرکس از من انتقاد کرد، بی‌سر و پاست؟] و چگونه کسی که بی‌راه است، یعنی راهش را خودش انتخاب نکرده و در جبر ذهن گیر کرده است و از خودش هیچ اختیاری ندارد، برای دفاع از راهی که با اجبار آن را انتخاب کرده، این چنین می‌جنگد؟

نکته: ما نباید در جواب کسی که به ما انتقاد می‌کند، حاضر جواب باشیم، بلکه باید با فضاگشایی در پیشگاه خداوند اظهار عجز و نادانی کرده، پیغام اتفاق را بگیریم و همانندگی‌های خود را شناسایی و آن‌ها را رفع کنیم.

هرچه نَفست خواست، داری اختیار

هرچه عقلت خواست، آری اضطرار

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۱)

هرچه که ذهنت نشان می‌دهد و به مرکزت راه می‌یابد، آن را برای خود برمی‌گزینی و خود را در شهوت همانیده شدن با آن، صاحب اختیار می‌پنداری، اما در آنچه که عقل کُل اقتضا می‌کند و در واقع مخالف چیزی است که ذهنت نشان می‌دهد، خود را مجبور و فاقد اختیار می‌دانی.

نکته ۱: هرگاه من ذهنی خواست چیزی را به بهانه نیاز روان‌شناختی به مرکزمان هل دهد، باید بدانیم که فتوادهنده ضرورت ما هستیم؛ بنابراین همواره باید در خود بازبینی کنیم که آیا ضرورت دارد در این لحظه برحسب اجسام ببینیم و شهوت چیزها را در مرکز بگذاریم؟ ضرورت دارد برحسب ناموس ببینیم و به خاطر چیزی که به ما برخورده انتقام بگیریم؟

نکته ۲: ضرورت اصلی این است که این لحظه با فضاگشایی همانندگی‌ای را در خود شناسایی کرده، آن را از مرکزمان خارج کنیم و هر لحظه به حرف زندگی که از مرکز عدم می‌آید گوش دهیم.

داند او کاو نیکبخت و مَحْرَم است
 زیرکی زابلیس و، عشق از آدم است
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۲)

هر کسی که سعادت‌مند حقیقی و مَحْرَمِ اسرارِ الهی باشد، این نکته را می‌داند که زرنگی از آنِ ابلیس یا من‌ذهنی، و عشق از آنِ آدم یا انسان فضاگشا است.

زیرکی سَبّاحی آمد در بَحار
 کم رهد، غرق است او پایانِ کار
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۳)

سَبّاحی: شنا کردن

زرنگی انسان من‌ذهنی که به هر صورتی می‌خواهد همانندگی‌های خود را زیادتر کند، شبیه شنا کردن در دریاها عمیق و وسیع است و به‌هیچ‌وجه امکان‌رهایی برای او وجود نخواهد داشت، بنابراین پایان و عاقبت کار او غرق شدن است. [به‌عبارتی ما با زیرکی من‌ذهنی به جایی نخواهیم رسید].
نکته: زیرکی در دریای یکتایی نمی‌تواند راه پیدا کند، بنابراین باید فضا را باز و مرکزمان را عدم کنیم.

هَلْ سِباحَتِ را، رها کن کبر و کین
 نیست جیحون، نیست جو، دریاست این
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۴)

هَلْ: ترک کن، رها کن

سِباحَت: شنا کردن در آب، شناوری

جیحون: در این‌جا رودخانه به‌طور مطلق

شنا کردن براساس تکنیک دریانوردی ذهنی را رها کن و با من‌ذهنی در ذهن شنا نکن. کینه‌ورزی، بلند شدن به‌عنوان «من»، خودخواهی، «می‌دانم» و دیگر خاصیت‌های من‌ذهنی را نیز ترک کن، چراکه این رودخانه و جو نیست که بگویی پایم را می‌گذارم و از آن بیرون می‌آیم، بلکه اقیانوس است.

وآنگهان دریای ژرف بی پناه دررباید هفت دریا را چو کاه

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۵)

آن‌گاه دریای ژرف و عمیق فضای یکتایی که در آن هیچ پناهی برای انسان من‌ذهنی وجود ندارد، تمام دریا‌های ذهن را مانند پَرِ کاهی در خود فرو می‌برد و می‌بلعد. [به‌عبارتی دریای یکتایی آن‌قدر وسیع است که هیچ‌کس با داشتن من‌ذهنی نمی‌تواند در این دریا شنا کند.]

نکته ۱: زمانی که در ذهن هستیم و فضا را باز و مرکزمان را عدم نمی‌کنیم، هیچ پناه و چاره‌ای نداریم؛ اما به محض این‌که تسلیم شده و مرکز را عدم می‌کنیم، پناه می‌یابیم. پس همواره باید فضا باز و مرکزمان عدم باشد.

نکته ۲: علت این‌که بعضی انسان‌ها دیوانه می‌شوند و بلا سرِ خودشان می‌آورند این است که گیاه خروَبِ من‌ذهنی در مسجدشان رشد کرده و فضا بسته شده‌است. بنابراین آن‌ها جهان را مرتب برحسب دردها و همانندگی‌های مرکزشان می‌بینند، خودشان را به‌عنوان من‌ذهنی با دیگران مقایسه کرده، ارزش خود را پایین می‌آورند و با هشیاری جسمی فکر و عمل می‌کنند.

عشق چون کشتی بُود بهرِ خواص کم بُود آفت، بُود اغلبِ خلاص

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۶)

عشق، مرکز عدم و این‌که در این لحظه آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد به مرکز انسان راه نیابد و او با خداوند یکی شود، مانند کشتی نجات است. بنابراین کسی که سوار بر این کشتی فضای یکتایی است، گرفتار نمی‌شود و دائماً از بلاها خلاص می‌شود و رهایی می‌یابد.

نکته: اگر ما مدام در حال تقلید و جبر من‌ذهنی هستیم، حس مسئولیت نمی‌کنیم، نمی‌خواهیم کاری برای خودمان انجام بدهیم و منتظریم شخصی بیاید و زندگی ما را درست کند، در این صورت جزو خواص یا نجات‌یافتگان نخواهیم بود.

زیرکی بفروش و حیرانی بخر زیرکی ظنّ است و حیرانی نظر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۷)

دیدن برحسب همانندگی و هشیاری جسمی یعنی زیرکی من‌ذهنی را که مرتب برحسب همانندگی‌ها و باورهای این‌جهانی کار می‌کند و همواره در حال مقایسه است و می‌خواهد از دیگران جلو بزند و برتر دربیاید، بفروش و دور بیندازد. به‌جای آن حیرانی فضای گشوده‌شده را بخر، به‌صورت ناظر نگاه کن و حیران‌تغییرات «قضا و کُنْ فکان» باش؛ چراکه زیرکی از جنس فکر همانیده، و حیرانی از جنس نظر و هشیاری بی‌فرم است.

نکته: وقتی زیرکی من‌ذهنی را کنار می‌گذاریم، حیران‌زندگی می‌شویم که چگونه کارها را درست می‌کند و امور را سر و سامان می‌بخشد.

عقلُ قربان کُنْ به پیشِ مصطفیٰ حَسْبِيَ اللَّهُ گو که آلهام کفیٰ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۸)

عقل من‌ذهنی خود را در پیشگاه مصطفیٰ، این نور و هشیاری برگزیده و خالص که از همانندگی‌ها آزاد می‌شود، قربانی کن و از آن استفاده نکن. هشیاری نظر را انتخاب کرده، بگو خداوند برای من بس است؛ چراکه خداوند واقعاً برای تو کافی است.

نکته: بسیاری از ما انسان‌ها به نیروی زنده‌کننده و خرد زندگی اطمینان نداریم و آن را نمی‌شناسیم، بلکه فقط زرنگی من‌ذهنی خودمان را می‌شناسیم که همواره می‌خواهد یک جوری کارها را راست و ریس کند، گلیمش را از آب بیرون بکشد و زندگی‌اش را ادامه دهد.

(قرآن کریم، سوره زمر (۳۹)، آیه ۳۶)

«أَلَيْسَ اللَّهُ بِكَافٍ عَبْدَهُ...»

«آیا خدا برای نگهداری بنده‌اش کافی نیست...؟»

(قرآن کریم، سوره زمر (۳۹)، آیه ۳۸)

«... قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ...»

«... بگو: «خدا برای من بس است.»...»

همچو کنعان سر ز کشتی وامکش

که غرورش داد نفس زیرکش

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۹)

مانند کنعان، فرزند نوح، از سوار شدن بر کشتی نوح، فضای یکتایی، سرپیچی مکن؛ چرا که من ذهنی مغرور، زیرک و حيله‌گرس او را فریب داد. [نوح نماد خداوند یا انسانی است که به بی‌نهایت خداوند زنده شده است. طوفان نوح نیز نماد طوفانی است که به علت پیش رفتن با هشیاری جسمی، در اواسط زندگی برای انسان رخ می‌دهد و از آن به عنوان بحران میانسالی یاد می‌شود.]

نکته: اگر حقیقتاً قبول کنیم که زرنگی ما از روی همانیدگی‌ها به درد نمی‌خورد و برحسب فکرهای همانیده فکر نکنیم و به صورت «من» بلند نشویم، دخالت نکنیم و فقط فضا را باز کرده به صورت حضور ناظر تماشاگر باشیم، در این صورت سوار کشتی یکتایی می‌شویم.

که برآیم بر سر کوه مشید

منت نوحم چرا باید کشید؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۱۰)

مشید: استوار و بلند

[تو مانند کنعان نباش که به پدر خود گفت:] اینک بر سر کوه بلند و محکم باورها و فکرها می‌روم، پس چرا باید منت نوح را بکشم؟

نکته: ما به جای این که فضا را باز کنیم و به خرد زندگی دست پیدا کنیم، می‌گوییم من می‌روم کتاب فلان نویسنده را که فیلسوف بزرگی است، می‌خوانم.

چون رمی از منتش ای بی‌رشد؟

که خدا هم منت او می‌کشد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۱۱)

رشد: هدایت

ای کسی که من ذهنی و هیجان‌های مخرب آن تو را هدایت می‌کنند، تو چگونه از منت نوح یا انسان زنده به زندگی فرار می‌کنی؟ در حالی که خداوند نیز منت چنین انسانی را می‌کشد.

چون نباشد مینتش بر جانِ ما چون که شکر و مینتش گوید خدا؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۱۲)

چگونه منت نوح یا انسانی مانند مولانا بر جان ما نباشد، درحالی که خداوند هم شکر او را می گوید و بدو پاداش می دهد؟ [به عبارتی وجود ما برای خداوند مهم و لازم است، چرا که او می خواهد در ما به بی نهایت خود زنده شود. همچنین خداوند از انسان های زنده به عشقی چون مولانا که می توانند نور ایزدی و انرژی زنده زندگی را در جهان پخش کنند و باعث آبادانی جهان شوند، ممنون است.]

تو چه دانی ای غراره پُرحسد؟ منتِ او را خدا هم می کشد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۱۳)

غراره: غفلت، در این جا یعنی مغرور

ای انسان مغرور پُر از حسد تو چه می دانی؟ منت او را خدا هم می کشد. [خداوند از انسانی مانند مولانا و هر انسانی که انرژی حیات بخش را از مرکز عدم برای جهانیان می آورد و اجازه می دهد خداوند او را به بی نهایت و ابدیت خودش زنده کند، ممنون و سپاس گزار است.]

کاشکی او آشنا ناموختی تا طمع در نوح و کشتی دوختی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۱۴)

آشنا: شنا

کاش کنعان شنا کردن، فکر و عمل کردن برحسب من ذهنی را یاد نمی گرفت و با باورهایش شرطی نمی شد، تا با فضاگشایی چشم امیدش به کشتی فضای یکتایی دوخته می شد.

نکته ۱: باید در خودمان بازبینی کنیم که ما می خواهیم فضا را باز کنیم و به عنوان هشیاری سوار کشتی یکتایی شویم و با خداوند یکی گردیم؟ یا نه، می خواهیم ناموس و «می دانم» خود را حفظ کنیم، در جدایی بمانیم و هیچ طمع و امیدی هم به نوحی مانند مولانا نداریم و سوار کشتی یکتایی نمی شویم؟

نکته ۲: مولانا به عنوان نوح، آرزو می کند که ای کاش ما انسان ها حرف های او را با قضاوت های ذهنی و برحسب همانندگی های مرکزمان نمی شنیدیم.

کاش چون طفل از حیلِ جاهل بُدی

تا چو طفلان چنگ در مادر زدی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۱۵)

حیل: حيله‌ها

ای کاش کنعان، انسان من‌ذهنی، مانند طفلان از حيله و فکر کردن برحسب عقل ذهنی جاهل و بی‌خبر بود، تا مانند آن‌ها به دامنِ زندگی و انسان‌های زنده‌به‌عشقی چون مولانا چنگ می‌زد.

نکته: ما نباید وقتی به صحبت بزرگان گوش می‌دهیم، فقط فکرهای خودمان را ببینیم و صحبت ایشان را قضاوت و تفسیر ادبی کنیم، بلکه باید در عمل آن‌ها را به‌کار ببریم.

یا به علمِ نقلِ کم بودی مَلی

علمِ وحیِ دل، ربودی از ولی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۱۶)

مَلی: مخفف مَلی، به معنی پُر

یا ای کاش انسان‌ها این‌قدر از علمِ نقلِ یا دانش ذهنی لبریز نبودند، تا از انسان‌های زنده‌به‌زندگی دانش ایزدی را کسب می‌کردند.

نکته: وحی مختص پیامبران نیست؛ ما نیز اگر فضا را باز کنیم، پیغام و وحی خداوند را در فضای گشوده‌شده دریافت خواهیم کرد.

با چنین نوری، چو پیش آری کتاب

جانِ وحیِ آسایِ تو، آردِ عتاب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۱۷)

عتاب: نکوهش

اگر این عقل و خردی را که توسط بزرگان از فضای گشوده‌شده می‌آید، با دانش و استدلال‌هایی که از عقل من‌ذهنی برمی‌خیزد، مقایسه و قضاوت کنی و اصرار بر استفاده از عقل من‌ذهنی داشته باشی، جان زنده‌شده تو به خداوند، تو را سرزنش می‌کند.

چون تیمّم با وجودِ آبِ دان
علمِ نقلی با دمِ قطبِ زمان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۱۸)

همان‌طور که وقتی آب هست تیمّم جایز نیست، با وجود دانشی که با این وسعت از فضای گشوده‌شده درون یک انسان زنده‌به‌حضور مانند مولانا بیان شده‌است، استفاده از دانش و استدلال‌های من‌ذهنی نیز جایز نمی‌باشد.

نکته: دانایی و خرد فضای گشوده‌شده، می‌تواند پایان‌دهنده تمام غم و غصه‌ها و هیجانات مخرب من‌ذهنی باشد که موجب ویرانی زندگی ما شده‌است.

خویش ابله کن، تبع می‌رو سپس
رستگی زین ابلهی یابی و بس

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۱۹)

تبع: تابع

پس خودت را نسبت به دانش و زیرکی من‌ذهنی ابله کن و تابع خردی باش که توسط بزرگان از فضای گشوده‌شده بیان می‌شود و بدان که این لازمه نجات تو از این ابلهی و نادانی من‌ذهنی است.

نکته: ما باید از خودمان بپرسیم که واقعاً تابع مولانا هستیم یا نه؟ آیا با صبر و خویشنداری منتظر گشایش فضای درونمان می‌مانیم تا زندگی از طریق ما فکر و عمل کند؟

اکثر اهل الجنّة البله، ای پدر
بهر این گفته‌ست سلطان البشر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۰)

پدر جان، [ای انسان]، پادشاه آدمیان حضرت رسول گفته‌است: «بیشتر جمعیت بهشت را انسان‌هایی تشکیل می‌دهند که از زیرکی و زرنگی من‌ذهنی بی‌خبر هستند و نسبت به این نوع عقل ابله گشته‌اند.»

نکته: بهشت فضای گشوده‌شده درون انسان‌ها است و هر انسانی می‌تواند با نادان شدن نسبت به عقل من‌ذهنی این بهشت را در خانواده خود ایجاد کند.

حدیث

«أَكْثَرُ أَهْلِ الْجَنَّةِ الْبُلَّه.»

«بیشترِ اهلِ بهشتِ ابلهان‌اند»

زیرکی چون کبر و بادانگیزِ توست ابلهی شو تا بماند دل دُرُست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۱)

از آن‌جا که زیرکی و دانایی من‌ذهنی در امور دنیوی باعث تکبر و غرور تو می‌شود، پس نسبت‌به فکر و عمل با من‌ذهنی نادان باش، تا فضای گشوده‌شده درونت آسیب نبیند و مرکزت آلوده نگردد. **نکته:** اگر ما غرور، ناموس بدلی، پندار کمال، مقاومت و ستیزه داریم و از سخن‌گویی و هیجان‌ات مخرب من‌ذهنی ارتفاع می‌جوییم، در این‌صورت دچار زیرکی من‌ذهنی هستیم و این نوع زیرکی با خردی که از فضای گشوده‌شده می‌آید بسیار فرق دارد.

ابلهی نه کاو به مسخرگی دو توست ابلهی کاو واله و حیرانِ هوست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۲)

[مولانا می‌گوید:] منظور آن ابله‌ی نیست که فکر و عملش با من‌ذهنی باعث شود بیشتر مورد تمسخر قرار بگیرد، بلکه منظور این است که شخص نسبت‌به عقل من‌ذهنی نادان شود و با گشودن فضای درونش مرکزش را عدم کند و عاشق و حیران خداوند گردد. **نکته:** ما با تمرکز مطلق بر روی خودمان، نظارت بر من‌ذهنی‌مان و صبر کردن، سبب می‌شویم که اعضای خانواده هم بر روی خود تمرکز کنند و از این‌که چطور ممکن است خداوند، در مدت زمان کوتاهی زندگی ما را با این دانش تغییر دهد، حیرت‌زده می‌شویم.

ابلهاناند آن زنان دست‌بر از کف ابله، وز رخ یوسف نذر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۳)

نُذْر: جمع نذیر، هم به معنی ترساننده هست و هم ترساننده شده، آگاه

[این بیت اشاره به داستانی بدین شرح است که زلیخا مهمانی‌ای ترتیب داد و زنان مصری را دعوت کرد تا یوسف را ببینند. زمانی که یوسف وارد شد، آن‌ها حیران یوسف شدند و دستشان را بریدند. حال اگر ما نیز فضا را بگشاییم و یوسف که نماد نور زندگی است، از درون ما طلوع کند ما هم حیران این نور می‌شویم و با این هشیاری تیز خداوندی و شناسایی، همانندگی‌ها را می‌بریم و می‌اندازیم.]
[مولانا می‌گوید:] آن زنانی که دست خود را بریدند، نسبت به عقل و حواس خود ابله بودند؛ زیرا با دیدن یوسف آن‌چنان مات و حیران شدند، که متوجه بریدن دستان خود نشدند.

نکته ۱: ما با گشودن فضای درونمان و عمل کردن براساس گستردگی و انبساط زندگی، می‌توانیم بدنمان را نیز سالم نگه داریم و نیروی شفابخش زندگی را به آن بریزیم.
نکته ۲: شناسایی همانندگی موجب آزادی از همانندگی است. به محض شناخت یک همانندگی در مرکز خودمان، به تدریج آن همانندگی در ما کم‌رنگ می‌شود.

(قرآن کریم، سوره یوسف (۱۲)، آیه ۳۱)

«فَلَمَّا سَمِعَتْ بِمَكْرِهِنَّ أَرْسَلَتْ إِلَيْهِنَّ وَأَعْتَدَتْ لَهُنَّ مُتَّكًا وَآتَتْ كُلَّ وَاحِدَةٍ مِّنْهُنَّ سِكِّينًا وَقَالَتِ اخْرُجْ عَلَيْهِنَّ فَلَمَّا رَأَيْنَهُ أَكْبَرْنَهُ وَقَطَّعْنَ أَيْدِيَهُنَّ وَقُلْنَ حَاشَ لِلَّهِ مَا هَذَا بَشَرًا إِنْ هَذَا إِلَّا مَلَكٌ كَرِيمٌ.»

«چون افسونشان را شنید، نزدشان کس فرستاد و برای هر یک تا تکیه دهد متکایی ترتیب داد و به هر یک کاردی داد، و گفت: «بیرون آی تا تو را بنگرند.» چون او را دیدند، بزرگش شمردند و دست خویش ببریدند و گفتند: «معاذالله، این آدمی نیست، این جز فرشته‌ای بزرگوار نیست.»»

عقل را قربان کن اندر عشقِ دوست عقل‌ها باری از آن سوی است کاوست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۴)

باری: به هر نحو که باشد.

در راه رسیدن به عشق خداوند عقل من‌ذهنی را فدا کن، چراکه عقل سازنده و خلاق عقلی است که از مرکز عدم و فضای گشوده شده می‌آید.

نکته: بامرادی و بی‌مرادی در فضای گشوده‌شده برای ما فرقی نمی‌کند؛ اگر به مراد رسیدیم شکرگزار هستیم، و اگر بی‌مراد شدیم با صبر و خویشنداری عمل می‌کنیم. در واقع کار اصلی ما گشودن فضا است.

عقل‌ها آن سو فرستاده عقول

مانده این سو که نه معشوق است، گول

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۵)

انسان‌های خردمند عقل خود را به‌سوی فضای یکتایی، خداوند، فرستاده‌اند؛ [یعنی عقل من‌ذهنی خود را در فضای گشوده‌شده قربانی کرده‌اند و در عوض عقل و خرد فضای گشوده‌شده را دریافت نموده‌اند]. اما ابلهان و بی‌خردان در من‌ذهنی مانده‌اند که هیچ نشانی از عشق خداوند در آن وجود ندارد.

نکته: ما می‌گوییم اگر زیرکی من‌ذهنی‌ام را کنار بگذارم و کارها را به خدا بسپارم، ممکن است همه‌چیز خراب شود؛ اما این‌طور نیست ما باید به‌طور کامل به خدا اعتماد داشته باشیم. خداوند برای اداره همه امور ما کافی است.

زین سر از حیرت گر این عقلت رَوَد

هر سرِ مویت سر و عقلی شود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۶)

اگر بر اثر حیرت، این‌که می‌بینی از طریق «قضا و کُنْ فَاکان» زندگی درون و بیرون تو درست می‌شود، عقل من‌ذهنی‌ات از کار می‌افتد و زایل می‌شود، در این صورت نترس، چراکه به تعداد موی سرت خرد و عقل سازنده از زندگی دریافت خواهی کرد.

نیست آن سو رنجِ فکرت بر دماغ

که دماغ و عقل روید دشت و باغ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۷)

دماغ: مغز

در آن سو یعنی در فضای گشوده‌شده، فکرهای همانیده برای روح و عقل، درد و رنجی تولید نمی‌کنند؛ زیرا وقتی فضای درون به‌صورت یک دشت گسترده باز می‌شود، عقل و خرد را به‌وجود می‌آورد.

نکته: در این طرف یعنی در فضای ذهن همانیده، تمام فکرهای منذهنی با درد همراه است؛ دائم به مغز و فکر انسان فشار وارد می‌کند و او را زجر می‌دهد. با آگاهی از این موضوع، انسان می‌تواند فضاگشایی کند تا در دلش عقل و خردی برآید که او را از رنج رهایی دهد.

سویِ دشت، از دشت نکته بشنوی

سویِ باغِ آبی، شود نخلت روی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۸)

اگر از دشتِ [خارستان] ذهن به سوی دشت فضای گشوده‌شده گذر کنی، نکته‌های بسیاری از عقل و خرد خواهی شنید. و اگر به سوی باغ فضاگشایی بیایی، درخت خرما و وجودت سیراب می‌شود [و به بار خواهد نشست].

نکته: اگر ما با فکر کردن دچار عذاب می‌شویم، هنوز در دشت خارستان ذهن هستیم. برای رهایی باید به سوی باغ فضاگشایی برویم و دست از افکار همانیده برداریم.

اندرین ره ترک کن طاق و طُرنَب

تا قلاووزت نجنبد، تو مَجَنب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۹)

طاق و طُرنَب: شکوه و جلال ظاهری

قلاووز: پیش‌آهنگ، راهنما

روی: سیراب

در این راه معنوی تبدیلِ هشیاریِ جسمی به هشیاریِ حضور، جلال و شکوه ظاهری را که ذهن با پندار کمال ساخته‌است، رها کن. تا زمانی که فضای درونت گشوده نشده به توصیه‌های راهنمایت، مولانا توجه کن و از جای تکان نخور، یعنی آن‌قدر در مسیر معنوی متعهد شو که پندار کمال و ناموس تو را تکان ندهد و ایجاد درد نکند.

نکته: ما حقیقتاً در ذهن چیزی نمی‌دانیم و معلوماتی که از کتاب‌ها به دست می‌آوریم، تنها به درد کارهای این‌جهانی می‌خورند. باید توجه داشته باشیم «طاق و طُرنَب» و دانشی که به صورت ذهنی کسب کرده‌ایم، بسیار محدودکننده است و ما را از رسیدن به علم حقیقی باز می‌دارد.

هرکه او بی سر بجنبد، دُم بُود
 جنبشش چون جنبشِ کژدُم بُود
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۰)

هر کسی که بدون سرِ فضاگشایی و خرد زندگی بجنبد و با عقل من‌ذهنی فکر و عمل کند، حرکت او مانند حرکت دُمی است که از سرش جدا شده و تعادل ندارد. در این حالت رفتار و جنبش او، درست مانند عقرب خطرناک است و مرتب درد پخش می‌کند.

نکته: از آنجایی که هر من‌ذهنی در یک فضای درد قرار دارد و مدام درد پخش می‌کند، هر نوع جنبش یا فکری که از آن برمی‌خیزد خطرناک است. بنابراین انسان دارای من‌ذهنی اگر قدرت بیشتری به دست آورد، نتیجه‌ای جز تخریب نخواهد داشت.

کژرو و شب‌کور و زشت و زهرناک
 پیشه او خستنِ اجسامِ پاک
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۱)

خَسْتَن: آزدن، زخمی کردن، در این‌جا مراد نیش زدن است.

چنین شخصی که با سر من‌ذهنی پیش می‌رود، درست مانند عقرب کج حرکت می‌کند، یعنی فضا را باز نمی‌کند تا در صراط مستقیم و برحسب خرد زندگی حرکت کند. همچنین در شب تاریک ذهن کور است، پس بدون عاقبت‌بینی گام برداشته و مصیبت به بار می‌آورد. اعمال و رفتار این شخص زشت و زهرناک است و کارش آزدن و آسیب رساندن به انسان‌هایی است که از جنس هشیاری حضور هستند.

نکته: عقرب من‌ذهنی در این جهان به هر کسی یا هر چیزی که از جنس خداست، رحم نمی‌کند و به آن‌ها آسیب می‌رساند.

سر بکوب آن را که سرش این بُود
 خُلق و خویِ مستمرش این بُود
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۲)

تو به‌عنوان حضور ناظر سر بی‌ارزش این عقرب من‌ذهنی را که کاری جز تخریب و آزدن خود و دیگران ندارد، جدا کن. خُلق و خوی دائمی او این است که با ایجاد درد، حتی به انسان‌هایی که از من‌ذهنی خلاص شده‌اند هم آسیب می‌رساند.

خود صلاح اوست آن سر کوفتن تا رهد جان ریزه اش ز آن شوم تن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۳)

سر من ذهنی را کوفتن و قدرتش را گرفتن به صلاح اوست تا جان حقیر او که آثار کمی از جان زندگی دارد، از تن شومش رهایی یابد و از جنس بی‌نهایت خداوند گردد.

نکته ۱: وقتی از میزان آسیبی که در من ذهنی به خود و دیگران رسانده‌ایم آگاه شدیم، پس این به صلاح ماست که داوطلبانه نیم‌جان من ذهنی را بدهیم، تا زندگی آن را کوچک ساخته و سرکوب کند. در نهایت صد جان از زندگی دریافت کنیم و به بی‌نهایت خداوند زنده شویم.

نکته ۲: اکنون باید توجه کنیم آیا ما کار جهان را به دست من‌های ذهنی داده‌ایم؟ آیا کسانی که در رأس امور جهان هستند از خرد زندگی بهره می‌گیرند؟

واستان از دست دیوانه سلاح تا ز تو راضی شود عدل و صلاح

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۴)

سلاح را از دست این من‌ذهنی دیوانه بگیر. [سلاحش همان نیروی مخربی است که به صورت زهر به زندگی خود و دیگران می‌پاشد و به همه صدمه می‌زند.] پس با محدود کردن و نظارت بر ذهن، قدرتش را کم کن تا عدل و صلاح خداوند از تو راضی باشد و به خرد کل دسترسی داشته باشی.

نکته: ما با شناسایی من‌ذهنی خودمان به‌عنوان یک باشنده‌ای که مدام تخریب می‌کند، می‌توانیم سلاح را از دستش بگیریم. برای این کار باید پرهیز داشته باشیم و شهوت زیاد کردن چیزها را به مرکزمان راه ندهیم. همچنین ناظر ذهنمان باشیم و به حرف‌هایش گوش ندهیم.

چون سلاحش هست و عقلش نه، ببند دست او را، ورنه آرد صد گزند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۵)

باید دست من‌ذهنی دیوانه را که قدرت و سلاح دارد ولی از عقل زندگی برخوردار نیست، ببندی و قدرتش را کم کنی؛ وگرنه آسیب‌های فردی و اجتماعی بسیاری وارد می‌کند.

نکته: باید بدانیم اگر به مانع‌سازی، مسئله‌سازی و دردسازی در ذهن ادامه دهیم، جان اصلی خود را در تن شوم من‌ذهنی اسیر همانندگی‌ها ساخته و به منظور اصلی آمدنمان به این دنیا دست نمی‌یابیم. بنابراین باید قدرت را از این من‌ذهنی دیوانه بگیریم تا به جان بی‌نهایت خداوند زنده شویم.

همچو خادم دان مُراعاتِ خَسان

بی‌کسی بهتر، ز عِشوهٔ ناگسان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۲)

[این بیت در ادامهٔ داستان آن صوفی است که یک خر داشت و آن را در کاروان‌سرای به خادمی می‌سپارد تا از آن مراقبت کند. هر چقدر صوفی سفارش می‌کرد، خادم آیه «لا حول» را می‌خواند و می‌گفت: «من کارم را خوب بلدم و نیاز به سفارش نیست.» درست مانند ما که بعد از خواندن اشعار مولانا ادعای فهمیدن می‌کنیم و می‌گوییم این مطالب را از قبل می‌دانستیم. و اما خادم روز بعد خر را بدون هیچ بیماری نزد صاحبش می‌آورد. وقتی پالان را روی خر می‌گذارد، سرِ خر رو به پایین می‌آید. پس خادم یک شیء نوک‌تیز در پهلویش فرو می‌کند تا سبب تحریک آن شود و صاف بایستد. در ادامه مردم از صاحب خر دلیل را می‌پرسند. صوفی می‌گوید: «این خر دیشب لاحول خورده و الآن در حال سجده کردن است.» ما نیز این اشعار را بدون این‌که کاربردش را در خودمان پیدا کنیم، می‌خوانیم ولی تغییری در ما حاصل نمی‌شود. [غم‌خواری و مواظبت من‌های ذهنی فرومایه را، مانند خدمت آن خادم بدان که هیچ سودی برایت ندارد و چیزی به تو اضافه نمی‌کند. بنابراین بی‌کسی و تنهایی بهتر از این است که فریب من‌های ذهنی بی‌ارزش را بخوری. [به عبارت دیگر من‌های ذهنی اطراف که به ظاهر دوست و همراهت هستند، به‌جز تحریک و آسیب رساندن به تو کاری انجام نمی‌دهند. مراقبت آن‌ها حمایت و مراقبتی نیست که از سوی زندگی می‌آید.]

نکته: ما نباید به خاطر ترس از تنهایی و بی‌کس شدن به من‌ذهنی وفادار باشیم و از دردِ تنهایی به من‌های ذهنی پناه ببریم. تنها ماندن بهتر از این است که فریب ادعای دوستی من‌های ذهنی را بخوریم.

در زمینِ مردمان، خانه مکن

کارِ خود کن، کارِ بیگانه مکن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۳)

ای انسان، تو با زندگی کردن براساس فکرهای هماننده و باورهای برگرفته از دیگران، خانه خود را در زمین انسان‌های دیگر بنا نکن؛ چراکه هیچ‌یک از آن افکار و باورها متعلق به تو نیستند. زمین تو

فضای گشوده‌شده و کارِ تو حفظ هشیاری حضور است. بنابراین به کارهای بیهوده دیگران که به وسیله من ذهنی به تو القا می‌شود نپرداز، در عوض با فضاگشایی لحظه‌به‌لحظه به کار اصلی خود مشغول شو تا زندگی از طریق تو سخن بگوید.

کیست بیگانه؟ تنِ خاکیِ تو کز برای اوست غمناکیِ تو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴)

بیگانه چه کسی است؟ همین تنِ خاکی و من‌ذهنیِ تو که تمام استرس، غمناکی و غصه‌هایت از او و خواسته‌هایش نشأت می‌گیرد. [در صورتی که اگر خوب دقت کنی خواهی دید تمام خواسته‌هایی که من‌ذهنی به تو تلقین می‌کند، یا از دیگران تقلید کرده و یا در ابتدای زندگی یاد گرفته‌است. پس لزومی ندارد به من‌ذهنی و خواسته‌هایی که مالِ خودت نیستند وفادار باشی].
نکته: بازبینی خواسته‌های من‌ذهنی و تشخیص و شناسایی ضرورت آن، به‌عهده خود ماست.

تا تو تن را چرب و شیرین می‌دهی جوهرِ خود را نبینی فربهی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۵)

تا زمانی که تو با آوردن چیزهای ذهنی به مرکزت و دیدن از طریق آن‌ها به من‌ذهنی خدمت می‌کنی و غذای چرب و شیرینِ حرص و شهوت براساس همانندگی‌ها را به من‌ذهنی‌ات می‌خورانی و برحسب آن‌ها زندگی می‌کنی، جوهر اصلی خود که همان هشیاری توست زیاد نخواهد شد؛ چراکه فضا را نمی‌گشایی.

نکته: ما نه‌تنها نباید براساس همانندگی‌ها زندگی کنیم، بلکه باید به‌عنوان فضای گشوده‌شده، هشیاری به‌تلافی در آن‌ها را بازپس بگیریم.

گر میانِ مُشک تن را جا شود روزِ مُردنِ گندِ او پیدا شود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۶)

اگر فرضاً من‌ذهنیِ پر از درد و کثافت میانِ مُشک که یک ماده خوش‌بو است قرار گیرد، نهایتاً موقع مردن بوی بد آن بلند خواهد شد.

مُشک را بر تن مزن، بر دل بمال مُشک چه بُود؟ نامِ پاکِ ذوالجَلال (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۷)

ذوالجَلال: دارنده شکوه

مُشک را به تن نزن، [چراکه اثر او پس از مرگ از بین می‌رود] بلکه آن را به دلت بمال تا تأثیرش مشخص شود. مُشک چیست؟ نام پاک خداوند که به وسیله اشعار مولانا و امثال آن، موجب گشوده شدن فضای درونت شده و وجود تو را معطر می‌کند. [اگر ما با من‌ذهنی فقط به اشعار مولانا گوش دهیم و به جای این‌که آن‌ها را عملاً در زندگی خود به‌کار گیریم، با توجه کردن به معنای سطحی ابیات، از آن‌ها در جهت منفعت من‌ذهنی استفاده کنیم و حقیقتاً فضا را نگشاییم، هیچ اثری بر ما نخواهد گذاشت و به هیچ‌جا نخواهیم رسید. بنابراین باید یک جایی تصمیم بگیریم که من‌ذهنی و تمام همانیدگی‌هایش را به‌طور کل رها کنیم، تا تأثیر این ابیات بر عمق جانمان نفوذ کند و موجب گشوده شدن فضای درونمان گردد.]

آن منافق مُشک بر تن می‌نهد روح را در قعرِ گُلخن می‌نهد (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۸)

گُلخن: تون و آتش‌خانه حمام

آن منافق، انسان دارای من‌ذهنی، درحالی‌که همانیدگی‌های مرکزش را حفظ کرده‌است، طوری با ذهن حرف می‌زند که گویی بسیار دانا است. او با این کار همچون کسی است که تنش را با مُشک خوشبو کرده‌است، ولی با نگه داشتن من‌ذهنی و همانیدگی‌ها، روح خود را در عمق آتش جهنم قرار داده‌است.

بر زبان، نامِ حق و، در جانِ او گندها از فکرِ بی‌ایمانِ او (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۹)

این شخص به‌صورت ذهنی و به زبان، مدام نام حق را تکرار می‌کند، اما روحش به‌واسطه افکاری که از ذهن به مرکزش آورده و هیچ فضاگشایی و ایمانی در آن نیست، سرشار از بوی متعفنِ همانیدگی و درد است.

ذکر با او همچو سبزه گُلخن است
 بر سرِ مَبْرَزِ گُل است و سوسن است
 (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۰)

مَبْرَز: مستراح، آبریز

ذکر نام خداوند و یا حتی تکرار ابیات مولانا و بزرگان، برای چنین شخصی درست مثل سبزه و گل سوسنی است که در گلخن حمام و یا سقف مستراح رویده است، چراکه او به ظاهر حرف‌های خوبی می‌زند ولی مرکزش پر از آلودگی همانندگی‌ها است.

نکته ۱: اکنون باید در خود بازبینی کنیم، آیا با خواندن این ابیات در درون ما تغییراتی حاصل شده است؟ آیا ما با خواندن ابیات مولانا طلب شناسایی همانندگی‌ها و زنده شدن به زندگی را داریم؟
نکته ۲: ما باید با شناسایی من‌ذهنی به‌عنوان امتداد ابلیس، مانند حضرت آدم به اشتباه خود اعتراف کنیم. باید بدانیم من‌ذهنی با فکر کردن مثل ابلیس، مدام دیگران را ملامت کرده و آن‌ها را سبب بدبختی خود می‌داند، به این ترتیب همیشه در جبر است.

نکته ۳: اگر در ما دردی وجود دارد باید «درد هشیارانه» باشد که از شناسایی یک عیب در ما و تلاش برای جدا شدن از آن حاصل شده است. باید توجه داشته باشیم «درد هشیارانه» نیز موقت است و نباید همیشگی باشد. این من‌ذهنی است که درد را به ما تحمیل کرده، درحالی‌که انسان اصلاً نباید درد بکشد.

حدیث

«إِيَّاكُمْ وَ خَضْرَاءَ الدِّمَنِ.»

«از سبزه‌های دمیده در سرگین‌زار بپرهیزید.»

آن نبات آن‌جا یقین، عاریت است
 جای آن گل، مجلس است و عشرت است
 (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۱)

آن گل و گیاهی که بر روی آلودگی‌ها رویده است، قطعاً عاریتی بوده و دوامی ندارد؛ زیرا جای گل در مجلس جشن و سرور است. [به‌بیان دیگر من‌ذهنی و همه حرف‌ها و اعمالش عاریتی است. ما در من‌ذهنی هرچه که می‌گوییم و عمل می‌کنیم فقط برای این است که یک تصویر ذهنی از خودمان در ذهن مردم بسازیم، که درواقع اصلاً نیازی به این کار نیست.]

طیبات آید به سوی طیبین لِلْخَبِيثِينَ الْخَبِيثَاتِ اسْت، هین (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۲)

[طبق قانون جذب] زنان پاک یا همان ذهن‌های پاک به سوی مردان پاک که نماد هشیاری خدایی و فضای گشوده‌شده هستند، کشیده می‌شوند. همچنین آگاه باش که زنان ناپاک یا ذهن‌های سرشار از هماندگی نیز از آن مردان ناپاکی هستند که مرکزی آلوده دارند.

نکته ۱: ما زمانی از جنس فضای گشوده‌شده می‌شویم که در ذهن حس وجود نداشته باشیم و هماندگی‌ها را از مرکز برانیم.

نکته ۲: طبق این بیت در می‌یابیم مرکز ما همیشه در فکر و عملمان منعکس می‌شود، به طوری که اگر مرکزمان آلوده باشد ذهنمان نیز آلوده است و از هر فکر و عمل ما درد پخش می‌شود. همچنین اگر مرکزمان پاک باشد ذهنمان نیز پاک خواهد بود. بنابراین ممکن نیست انسانی که مرکزش آلوده به هماندگی‌هاست، بتواند با من‌ذهنی حرف‌های سازنده بزند و انرژی سازنده پخش کند.

(قرآن کریم، سوره نور (۲۴)، آیه ۲۶)

«الْخَبِيثَاتُ لِلْخَبِيثِينَ وَالْخَبِيثُونَ لِلْخَبِيثَاتِ وَالطَّيِّبُونَ لِلطَّيِّبِينَ وَالطَّيِّبَاتُ لِلطَّيِّبِينَ أُولَئِكَ مُبَرَّءُونَ مِمَّا يَقُولُونَ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ كَرِيمٌ.»

«زنان ناپاک برای مردان ناپاک و مردان ناپاک برای زنان ناپاک و زنان پاک برای مردان پاک و مردان پاک برای زنان پاک. آن‌ها از آنچه در باره‌شان می‌گویند منزله‌اند. آمرزش و رزق نیکو برای آن‌هاست.»

کین مدار آن‌ها که از کین گم‌رهند گورشان پهلوی کین‌داران نهند (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۳)

کینه‌توزی مکن، زیرا کسانی که با ایجاد درد و کینه درون ذهن دچار گمراهی شده‌اند، بالاخره در من‌ذهنی خواهند مُرد و گورشان را در کنار انسان‌های دیگری که کینه حمل می‌کنند، قرار می‌دهند. [به عبارت دیگر چنین انسان‌هایی در کنار هم‌جنسان خودشان در قبرستان من‌ذهنی مدفون می‌شوند، درحالی‌که به‌ظاهر زنده‌اند و حرکت می‌کنند.]

اصل کینه دوزخ است و، کینِ تو
جزو آن کُلّ است و، خصمِ دینِ تو
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۴)

اصل و ریشه کینه، دوزخ است. پس این خصوصیت کینه‌توزی که در تو وجود دارد، مانند جزوی از آن کُلّ است و چون مانع فضاگشایی و یکی شدن تو با خداوند می‌شود، پس دشمن دین و ایمانت است. **نکته:** دین ما دراصل همان فضاگشایی است. مادامی که در ما کینه وجود دارد، به جایی نخواهیم رسید.

چون تو جزو دوزخی، پس هوش دار
جزو سوی کُلّ خود گیرد قرار
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۵)

از آنجا که تو [باوجود انواع درد، رنجش، کینه، حس انتقام‌جویی، بدخواهی و حسادت در مرکزت] جزوی از دوزخ هستی، پس به هوش باش؛ زیرا جزو سرانجام به سوی کل خود می‌رود. [مرکز تو نیز به سوی دوزخ خواهد رفت].

تلخ با تلخان یقین ملحق شود
کی دمِ باطل قرینِ حق شود؟
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۶)

کسی که با آوردن درد به مرکزش تلخ شده‌است، قطعاً به کسانی که هم‌جنس خودش بوده و تلخ هستند، ملحق می‌شود. چنین شخصی که در اثر مرکز آلوده مدام حرف‌های باطل می‌زند و انرژی باطل را منعکس می‌کند، کجا می‌تواند فضا را باز کند، با خداوند قرین شده و با او یکی شود؟

نکته ۱: برای این‌که به خدا ملحق شویم، چاره‌ای نداریم جز این‌که فضا را باز کنیم و دردهایمان را بیندازیم تا زندگی از طریق ما حرف بزند. ممکن نیست که ما با تنفر بتوانیم جهان را آباد کنیم.

نکته ۲: اگر ما در زبان ذکر حق را می‌گوییم و یا ابیات مولانا را تکرار می‌کنیم، ولی مرکزمان همچنان درد حمل می‌کند و حاضر به انداختن همانیدگی‌ها و کوچک کردن من‌ذهنی نیستیم، باید بدانیم راه به جایی نخواهیم برد.

نکته ۳: اگر ما این شعرها را برای جلب توجه دیگران می‌خوانیم، این دانش درست مانند همان گل‌هایی است که در جای نادرست روئیده است. اما اگر تصمیم بگیریم به‌طور جدی روی خود کار کنیم، تکرار این اشعار می‌تواند تغییرات زیادی در ما ایجاد کند.

نکته ۴: هر کدام از ما در هر مقام و جایگاهی که هستیم، اگر خود را به‌عنوان مهم‌ترین آدم برای کمک کردن به خودمان شناسایی کرده، به وجود درد و اشکال در خود اعتراف کنیم و با فضاگشایی درصدد کار کردن روی خود باشیم، به این ترتیب بزرگ‌ترین خدمت را به جامعه انجام داده‌ایم؛ زیرا از این پس درد کمتری در جهان پخش خواهیم کرد.

نکته ۵: اکنون از خود بپرسیم آیا ما با کم کردن دردهایمان، جهان را به جای بهتری تبدیل می‌کنیم؟ آیا در وجود خودمان روزبه‌روز دردها را کاهش می‌دهیم؟ آیا با استفاده از این ابیات روی خود کار می‌کنیم یا نه، من‌ذهنی را نگه می‌داریم؟ آیا مسئولیت تغییر خود را به عهده می‌گیریم؟ و یا خود را در جبر عدم تغییر نگه داشته و مدام دیگران را مقصر جلوه می‌دهیم؟

ای برادر تو همان اندیشه‌ای

مابقی تو استخوان و ریشه‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۷)

ای برادر، تو همان هشیاری حضور هستی، بقیه اقسام وجودی تو از جمله من‌ذهنی، جسم و هر آنچه ذهنت نشان می‌دهد، همگی استخوان و ریشه هستند که ارزشی ندارند. [در این‌جا اندیشه به‌معنی هشیاری است. درواقع اندیشه به هشیاری وصل است که وقتی بالا می‌آید جامد شده، تبدیل به اندیشه می‌شود.]

گر گل است اندیشه تو، گلشنی

ور بُود خاری، تو هیمة گلخنی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۸)

هیمة: هیزم

اگر اندیشه تو مانند گلی است که از فضای گشوده‌شده درونت می‌روید، پس تو نیز به منزله باغ هستی؛ ولی اگر اندیشه‌ات مانند خاری از مرکز منقبض و همانیده درونت بالا می‌آید، بدان مانند هیزمی هستی که در گلخن افکنده شده‌است و بی‌شک خواهی سوخت.

گر گلابی، بر سر و جیبیت زنند
 و تو چون بولی برونِت افکنند
 (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۹)

بُول: ادرار

اگر تو همچون گلاب باشی، مردم آن را بر سر و روی خود می‌زنند، یعنی به‌عنوان هشیاری خدایی به زندگی ارتعاش می‌کنی؛ در این صورت سبب ایجاد افکار خوب در مردم و باز شدن مرکز آن‌ها می‌شوی. اما اگر برحسب من‌ذهنی فکر و عمل می‌کنی، مانند پیشاب چیز بی‌ارزشی هستی که تو را بیرون می‌افکنند.

نکته ۱: اگر ابیات مولانا را می‌خوانیم ولی از آن‌ها اثر نمی‌پذیریم، باید از خود بپرسیم آیا حقیقتاً تمایل به تغییر داریم؟ آیا این ابیات را برای عوض کردن مرکزمان می‌خوانیم؟ آیا می‌خواهیم به جایی برسیم که آن‌چه را ذهن نشان می‌دهد به مرکزمان نیاوریم و از آن زندگی نخواهیم؟
نکته ۲: بعضی از ما با یک انسان هم‌هویت هستیم و او را در مرکزمان قرار داده‌ایم. فکر می‌کنیم اگر یک جنس مخالف در زندگی ما نباشد ناقص هستیم.

نکته ۳: اگر چیزی یا کسی به‌صورت هم‌هویت‌شدگی در مرکز ما وجود دارد که نمی‌توانیم آن را بیندازیم، همین باعث خواهد شد که مانند هیزم در دردهای خود بسوزیم. پس باید با شناسایی آن همانندگی و نظارت بر ذهن، فضا را باز کنیم و با خالی کردن مرکزمان آن همانندگی را بیندازیم.

طبله‌ها در پیشِ عطّاران ببین
 جنس را با جنسِ خود کرده قرین
 (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۰)

طبله: صندوق کوچک، صندوقچه

برای مثال به صندوقچه عطّاران نگاه کن که چگونه هر جنسی را در کنار هم‌جنس خود گذاشته‌اند.
نکته: ما نباید با عمل کردن برحسب هشیاری جسمی، همانندگی‌ها را کنار هم بچینیم و با من‌های ذهنی قرین شویم.

جنس‌ها با جنس‌ها آمیخته

زین تجانس، زینتی انگيخته

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۱)

تجانس: هم‌جنس بودن

عطار با قرار دادن اجناس همگن کنار هم و ایجاد مشابهت، نظم و آرایش زیبایی پدید آورده‌است. [ما نیز در اثر قرین شدن با انسان‌های معنوی چون مولانا، از گذاشتن همانیدگی‌های غیر هم‌جنس در مرکزمان اجتناب کرده و یک زیبایی در وجودمان خلق می‌کنیم.]

نکته: اگر ما در خود شناسایی کرده‌ایم که وقتی ساکت و خاموش هستیم، مرکزمان باز شده و از جنس زندگی هستیم، در این صورت دیگر نباید آنچه را که ذهن نشان می‌دهد به مرکزمان بیاوریم و با من‌های ذهنی قرین شویم، چراکه جنس اصلی ما فضای گشوده‌شده است. پس باید با هم‌جنسان خود یعنی انسان‌های زنده به زندگی قرین شویم.

گر در آمیزند عود و شکرش

برگزیند یک از یکدیگرش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۲)

اگر عود و شکر به‌عنوان دو ناهم‌جنس کنار هم قرار بگیرند، عطار آن‌ها را از هم جدا می‌کند. [خداوند نیز به‌عنوان عطار، عاشقان را در کنار هم و من‌های ذهنی را کنار هم قرار می‌دهد.]

طبله‌ها بشکست و جان‌ها ریختند

نیک و بد در همدگر آمیختند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۳)

صندوقچه جان انسان‌ها که خداوند آن‌ها را در کنار هم چیده بود، شکسته شد. جان‌ها از آن صندوق بیرون آمده، وارد این عالم شدند. سپس روح‌های هم‌جنس و ناهم‌جنس، انسان‌های زنده به حضور و انسان‌های دارای من‌ذهنی درهم آمیختند.

حق فرستاد انبیا را با وَرَق تا گزید این دانه‌ها را بر طَبَق

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۴)

فرستادنِ وَرَق: در این جا یعنی نازل کردن کتاب‌های آسمانی

خداوند، پیغمبران و بزرگانی چون مولانا را با کتاب فرستاد و این دانه‌های عشقی و انسان‌های زنده به حضور را در طبقِ عالم قرار داد، تا مردم بدانند فضاگشایی و زنده شدن به زندگی، با انقباض در من‌ذهنی تفاوت دارد.

نکته: پیامبران و بزرگان به ما نشان داده‌اند که من‌ذهنی و دردهایش، همگی مخرب است و انسان نباید در خدمت من‌ذهنی‌اش باشد. خداوند درد را نیافریده و نمی‌خواهد که انسان با درد زندگی کند.

پیش از این ما اُمَّتِ واحد بُدیم کس ندانستی که ما نیک و بدیم

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۵)

قبل از آن‌که خداوند پیامبران را برای هشدار دادن به‌سوی انسان‌ها بفرستد، ما یک امت واحد بودیم و کسی نمی‌دانست که ما نیک و بد هستیم. [«نیک» نماد کسی است که به خدا زنده است و «بد» نماد کسی که به من‌ذهنی زنده است].

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۱۳)

«كَانَ النَّاسُ أُمَّةً وَاحِدَةً فَبَعَثَ اللَّهُ النَّبِيِّينَ مُبَشِّرِينَ وَ مُنذِرِينَ وَ أَنْزَلَ مَعَهُمُ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ لِيَحْكُمَ بَيْنَ النَّاسِ فِي مَا اخْتَلَفُوا فِيهِ وَ مَا اخْتَلَفَ فِيهِ إِلَّا الَّذِينَ أُوتُوهُ مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْبَيِّنَاتُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ فَهَدَى اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا لِمَا اخْتَلَفُوا فِيهِ مِنَ الْحَقِّ بِإِذْنِهِ وَ اللَّهُ يَهْدِي مَنْ يَشَاءُ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ.»

«مردم یک امت بودند، پس خدا پیامبران بشارت‌دهنده و ترساننده [و هشداردهنده] را بفرستاد، و بر آن‌ها کتاب بر حق نازل کرد تا آن کتاب در آنچه مردم اختلاف دارند میانشان حکم کند، ولی جز کسانی که کتاب بر آن‌ها نازل شده و حجّت‌ها آشکار گشته بود، از روی حسدی که نسبت به هم می‌ورزیدند در آن اختلاف نکردند. و خدا مؤمنان را به اراده خود در آن حقیقتی که اختلاف می‌کردند راه نمود، که خدا هرکس را که بخواهد به راه راست هدایت می‌کند.»

قلب و نیکو در جهان بودی روان چون همه شب بود و، ما چون شب‌روان (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۶)

قلب: تقلبی

از آن‌جا که جهان در شب تاریک ذهن بود و اکثر مردم برحسب من‌ذهنی می‌دیدند، پس انسان تقلبی که من‌ذهنی داشت و انسان نیکو که به حضور زنده بود، بدون شناخت یکدیگر در جهان با هم زندگی می‌کردند. ما نیز به منزله رهروانی در شب ذهن بودیم.

نکته: از ابتدای ورود انسان به این جهان، بسیاری از انسان‌ها به‌طور انتخابی به‌وسیله زندگی به حضور زنده شده‌اند و حرف‌هایی زده‌اند، ولی مردم چون در شب ذهن بوده‌اند، آن حرف‌ها را باور نکرده‌اند و یا گفته‌اند این شخص دیوانه شده‌است.

تا برآمد آفتابِ انبیا گفت: ای غشِ دور شو، صافی بیا (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۷)

غش: ناخالصی، در این‌جا یعنی تقلبی

تا این‌که سرانجام آفتاب زندگی از مرکز انبیا و بزرگان طلوع کرد و گفت: ای من‌ذهنی تقلبی که هشیاری جسمی داری، دور شو و با فضاگشایی به‌صورت هشیاری حضور، خالص و صاف پیش بیا.

چشم داند فرق کردن رنگ را چشم داند لعل را و، سنگ را (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۸)

[اگر فضا را باز کنیم ذهن ما ساکت شده، چشم عدممان باز می‌شود.] این چشم تفاوت بین رنگ‌ها را می‌شناسد. همچنین چشم عدم ما می‌تواند لعل گرانبهای حضور را از سنگ بی‌ارزش من‌ذهنی تشخیص دهد.

نکته: اگر در اثر فضاگشایی چشم عدم ما باز شود، چشم هم‌هویتمان بسته می‌شود. در این صورت می‌توانیم همانندگی‌های خود را شناسایی کنیم و بدانیم که با چه فکرها و باورهای غلطی همانند شده‌ایم.

چشم داند گوهر و، خاشاک را
چشم را زآن می‌خلد خاشاک‌ها
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۹)

چشم عدم می‌تواند گوهر، انسان عاشق و به حضور رسیده را از خاشاک، انسان من‌ذهنی تشخیص دهد. به این علت است که من‌ذهنی پُردرد، در چشم باز شده‌ی عاشق فرومی‌رود.

دشمنِ روزند، این قلابان
عاشقِ روزند، آن زره‌ای‌کان
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۰)

قلاب: آن‌که سکه‌های تقلبی بزند.

انسان‌های قلابی، یعنی من‌های ذهنی که مرکزشان جسم است ولی در ظاهر اشعار مولانا را می‌خوانند و حرف‌های خداگونه می‌زنند، دشمن روز و فضای گشوده‌شده هستند. ولی آن زره‌ای‌کان، انسان‌های زنده به حضوری چون مولانا، عاشق روز هستند و مرتب می‌خواهند از طریق ارتعاش کردن به زندگی روز را در ما ایجاد کنند.

نکته ۱: بزرگانی همچون مولانا با نشان دادن عیب‌هایمان مرتب به ما گوشزد می‌کنند که با من‌ذهنی فکر و عمل نکنید، چیزها را به مرکزتان نیاورید، درد ایجاد نکنید، تمرکزتان روی خودتان باشد تا به حضور زنده شوید.

نکته ۲: ما باید این موضوع را با خودمان روشن کنیم که آیا من فضا را باز می‌کنم و می‌خواهم تغییر کنم یا نه؟ آیا وقت تلف می‌کنم یا واقعاً در حال تبدیل شدن هستیم؟

نکته ۳: علائمی که نشان می‌دهد ما در حال تبدیل شدن به زندگی هستیم، این است که لحظه‌به‌لحظه پیغام زندگی را دریافت می‌کنیم، تمرکزمان فقط روی خودمان است، کاری به دیگران نداریم، می‌دانیم که خداوند وجود دارد و هر لحظه در کار جدید است؛ در ضمن می‌دانیم که او «رحمت اندر رحمت» است و هیچ‌وقت ما را رها نکرده‌است.

زانکه روزست آینه تعریف او

تا ببیند اشرفی، تشریف او

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۱)

زیرا روز، فضای گشوده شده، مانند آینه حقیقت آن زرهای کان، یعنی انسان‌های زنده به حضور را نشان می‌دهد تا اشرفی، این جواهر را مشاهده کند. [به بیانی باید فضای درون گشوده شود و روز باشد تا جواهر حضور یا انسانی چون مولانا شناخته شود، در غیر این صورت مردم نمی‌توانند او را بشناسند. بنابراین بزرگان دائماً خواهان فضاگشایی و ایجاد روز برای خودشان و دیگران هستند.]

نکته ۱: انسان فضاگشا دیگران را به کینه و خشم و انمی‌دارد. او مواظب است و می‌داند که شخص هرچند من‌ذهنی دارد، ولی تا روزش فرا نرسد نمی‌تواند من‌ذهنی‌اش را ببیند.

نکته ۲: باید بدانیم که اجرا کردن دستورات من‌ذهنی خطرناک است و به ما و دیگران آسیب می‌رساند. این کار در واقع ضد منظور ما و ضد عشق است.

حق قیامت را لقب زان روز کرد

روز بنماید جمال سرخ و زرد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۲)

خداوند بدان علت لقب روز را به قیامت داده است که در روز، در فضای گشوده شده، می‌توان رنگ سرخ و زرد را از هم تشخیص داد. [به بیانی اگر این لحظه قیامت ما اتفاق بیفتد، یعنی فضای درونمان باز شود و ما به عنوان هشیاری روی پای زندگی بایستیم، در این صورت می‌توانیم همانندگی‌ها را از عدم، و یا یک انسان زنده به حضور را از انسانی که مرض من‌ذهنی دارد، تشخیص دهیم.]

(قرآن کریم، سوره حج (۲۲)، آیه ۱۷)

«إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالصَّابِئِينَ وَالنَّصَارَى وَالْمَجُوسَ وَالَّذِينَ أَشْرَكُوا إِنَّ اللَّهَ يَفْصِلُ بَيْنَهُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ.»

«خدا میان آنان که ایمان آورده‌اند و آنان که کیش یهود یا صابئان یا نصاری یا مجوس برگزیده‌اند و آنان که مشرک شده‌اند، در روز قیامت حکم می‌کند؛ زیرا او بر هر کاری ناظر است.»

(قرآن کریم، سوره یس (۳۶)، آیه ۵۹)

«وَأَمَّا زُورًا الْيَوْمَ أَيُّهَا الْمُجْرِمُونَ.»

«ای گناهکاران [هم‌هویت‌شدگان]، امروز [این لحظه که قیامت است] کناری گیرید. [آن‌هایی که من ذهنی را رها نمی‌کنند و می‌خواهند آن را نگه دارند، از عاشقان جدا می‌شوند.]»

[اگر قیامت ما شد و متوجه شدیم که از من‌های ذهنی جدا می‌شویم، نباید تعجب کنیم.]

پس حقیقت، روز سرّ اولیاست روز پیش ماهشان چون سایه‌هاست (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۳)

پس حقیقت، روز است که از فضای گشوده‌شده می‌آید، و سرّ اولیا هم همین روز است. هرچند این روزی که الآن ما با ذهن می‌بینیم در برابر روشنایی ماه‌آن‌ها که از طریق مرکز عدم تجربه می‌کنند، مثل سایه است.

عکسِ رازِ مردِ حقِ دانید روز عکسِ ستّارِش، شامِ چشم‌دوز (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۴)

این را بدانید که انعکاس نور و سرّ درون انسان زنده به حضور، روز است، و انعکاس صفت ستّاری او نیز شب است که همه چیز را می‌پوشاند. [به‌بیانی روز در بیرون، نماد حضور مردان حق و شب، نماد ستّاری آن‌ها است.]

نکته: خداوند و انسان زنده به حضوری چون مولانا، ستّار هستند و عیب‌هایمان را به‌صورت بی‌مرادی کم‌کم به ما نشان می‌دهند؛ چراکه اگر یک‌باره همه آن‌ها را ببینیم، شاید از ترس زهره‌ترک شویم. به‌طور مثال ممکن است ما بعد از ده سال کار کردن روی خود، یک همانندگی یا رنجشی را شناسایی کنیم. پس باید بدانیم که زمان مناسب برای شناسایی آن، اکنون بوده‌است، و تا این لحظه قدرت تحمل و دیدن آن را نداشتیم.

زَانِ سَبَبِ فَرْمُودِ يَزْدَانَ: وَالضُّحَىٰ

وَالضُّحَىٰ نُوْرٍ ضَمِيْرٍ مُّصْطَفَىٰ

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۵)

از آن رو خداوند گفت: «سوگند به چاشتگاه» که چاشتگاه جلوه‌ای از روشنی دل حضرت رسول، نور برگزیده و هشیاری حضور است. [یعنی روز در بیرون، هم نماد هشیاری حضرت رسول و هم هشیاری حضور انسانی است که فضا را باز می‌کند تا به زندگی زنده شود].

(قرآن کریم، سوره ضحی (۹۳)، آیه ۳-۱)

«وَالضُّحَىٰ.»

«سوگند به آغاز روز [که نماد حضور است].»

«وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ.»

«و سوگند به شب [که نماد ستاری خودش و عارفان است] چون آرام و در خود شود.»

«مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ.»

«که پروردگارت تو [هم حضرت رسول و هم هر انسان دیگری] را ترک نکرده و بر تو [به‌خاطر زندگی کردن در ذهن] خشم نگرفته‌است.»

[ما در من‌ذهنی درنگ می‌کنیم به‌خیال این‌که خداوند به‌خاطر کارها و گناهایی که با ذهن انجام داده‌ایم، ما را به حال خودمان رها کرده‌است؛ درحالی‌که طبق این آیات متوجه می‌شویم که این‌گونه نیست و خداوند دائماً روی ما کار می‌کند، از ما خشمگین نیست و هیچ‌وقت ما را رها نکرده‌است.]

قَوْلِ دِيْغَرِ كَايْنِ ضُحَىٰ رَا خَوَاسْتِ دَوَسْتِ

هَمْ بَرَايِ اَنكِه اَيْنِ هَمْ عَكْسِ اَوَسْتِ

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۶)

یک قول دیگر این است که دوست، یعنی خداوند، از آن رو به چاشتگاه قسم خورده‌است که این روشنایی، انعکاس خودش است. [یعنی روشنایی حضور یا روشنایی نظر، چه در حضرت رسول باشد و چه در ما به‌عنوان انسان فضاگشا، درواقع انعکاس روی خداوند است.]

ورنه بر فانی قَسَمِ گفتن خطاست

خود فنا چه لایقِ گفتِ خداست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۷)

وگرنه سوگند یاد کردن خدا بر چیزی که فانی است، درست نیست. یک چیز فناپذیر چه ارزشی دارد که خداوند درباره آن سخن بگوید و بدان سوگند یاد کند. [در واقع خداوند می‌خواهد ما به روز توجه کنیم. روز نماد زنده شدن او به خودش، در مرکز ما است.]

از خلیلی، لِأَحِبُّ الْآفِلِينَ

پس فنا چون خواست ربُّ الْعَالَمِينَ؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۸)

در جایی که ابراهیم خلیل بگوید، من آفلین را دوست ندارم، پس چگونه ممکن است خداوند به پدیده‌های فناپذیر و آفل توجه کند و به نام آن‌ها سوگند خورد؟
نکته: ما باید بدانیم که شب ذهن به درد نمی‌خورد و باید فضا را باز کنیم تا روز ایجاد بشود. ما نمی‌توانیم این ابیات را بخوانیم، ولی مرکزمان همانیده باشد و برحسب همانیدگی‌ها ببینیم.

لِأَحِبُّ الْآفِلِينَ گفت آن خلیل

کی فنا خواهد از این ربِّ جَلِيلِ

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱-۲۹۸)

ابراهیم خلیل گفت: «من آفلین را دوست ندارم»، پس چگونه ممکن است خداوند به پدیده‌های فناپذیر و آفل توجه کند و به نام آن‌ها سوگند خورد؟

(قرآن کریم، سوره انعام (۶)، آیه ۷۶)

«...فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَا أُحِبُّ الْآفِلِينَ.»

«...پس آنگاه که غروب کرد گفت: «من افول‌کنندگان را دوست نمی‌دارم.»»

[ابراهیم خلیل متوجه شد که فکرها مربوط به چیزهای این عالم هستند و مرتب تغییر می‌کنند، او فهمید که هر چیزی که ذهن نشان می‌دهد از بین می‌رود، بنابراین نمی‌تواند مرکز ما بیاید و مرکز ما باید عدم و خداوند باشد. بنابراین گفت: «من آفلین را دوست ندارم.»]

باز وَاللَّيْلِ است ستّاری او وآن تنِ خاکی زَنگاری او

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۹)

زنگاری: منسوب به زنگار، زنگار، زنگِ فلّزات و جز آن است که به سبب رنگِ سبز آن‌ها به این نام موسوم شده‌است. همچنین «سوگند به شب»، به صفت ستّاری و عیب‌پوشی خداوند و انسان زنده به حضور اشاره دارد و نیز اشاره به کالبد زنگاری حضرت رسول، بزرگی همچون مولانا و یا ما انسان‌ها دارد که عیب‌هایمان را می‌پوشاند.

آفتابش چون برآمد زآن فلک با شبِ تنِ گفت: هین ما وَدَّعَكَ

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۰)

ما وَدَّعَكَ: تو را ترک نکرد. از مصدر تودیع
ما قَلَا: ترک نکرد و دشمن نداشت. قَلَى به معنی بغض شدید و ترک کردن است.
وقتی که آفتاب حضرت رسول و یا آفتاب بزرگی چون مولانا و هر انسان فضاگشایی، از آسمان درویش بالا آمد، به این جسم که همانند شب پوشاننده است گفت: «بهوش باش که خداوند تو را رها نکرده‌است.»

نکته ۱: به بیان مولانا خداوند و حضور در تاریکی ذهنمان پنهان است، ما می‌توانیم با فضاگشایی و تحمل درد هشیارانه ناشی از انداختن همانندگی، از عین همانندگی به خداوند وصل شویم.
نکته ۲: قبل از این‌که زندگی، خداوند و ما به صورت آفتاب از درونمان بالا بیاییم، همه درهم آمیخته بودند. مشخص نبود چه کسی به حضور زنده است و چه کسی به من‌ذهنی. تا این‌که خداوند در طبق، حضور را به صورت پیامبران، کتاب و یا جواهری مثل مولانا، به بشریت تقدیم کرد. بعد از آن بود که ما متوجه شدیم، بین انسانی که به حضور زنده است و انسانی که به من‌ذهنی زنده است تفاوت وجود دارد.

(قرآن کریم، سوره الضحی (۹۳)، آیه ۳)

«مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَ مَا قَلَى.»

«پروردگارت تو را رها نکرده و تو را دشمن نداشته‌است.»

وصل پیداگشت از عینِ بلا ز آن حلاوت شد عبارت ما قلا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۱)

وصال با زندگی، از درون بلا یعنی فضاگشایی همراه با درد هشیارانه، آشکار شد. و از آن شیرینی وصال، شیرینی حضور که خداوند به ما می‌بخشد، عبارت «دشمن نداشت، ترک نکرد.» پدید آمد. [وقتی در اثر فضاگشایی آفتاب زندگی از درونمان بالا می‌آید و ما شیرینی حضور را که زندگی به ما می‌بخشد، تجربه می‌کنیم، خطاب به ذهن خود می‌گوییم: «ای من ذهنی! تو می‌گفتی خداوند ما را ترک کرده و اصلاً کمک نمی‌کند! من اکنون می‌دانم که چنین چیزی وجود ندارد و خداوند هر لحظه به دنبال من است و من از جنس خودش هستم.»]

نکته: بنابه «آلست»، ما امتداد خداوند هستیم، او ما را رها نکرده‌است، با ما خشمگین نیست، عیب‌هایمان را به ما نشان نمی‌دهد، لحظه‌به‌لحظه به ما پیغام می‌فرستد تا بیدار شویم، روز و فضای گشوده‌شده برای او خیلی مهم است؛ چراکه در روز می‌توان حضور را از من ذهنی تشخیص داد.

هر عبارت خود نشانِ حالتی است حال چون دست و، عبارت آلتی است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۲)

هر عبارتی که به ذهن می‌آید نشان حالتی است. [این حالت اگر من ذهنی غمگین باشد، یک عبارت را می‌گوید و اگر حالت فضای گشوده‌شده و شیرینی وصال باشد، یک عبارت دیگر را می‌گوید.] بنابراین حال و معنی مانند دست است و عبارت و کلام مانند ابزار و وسیله آن.

نکته: ما باید توجه کنیم که ابیات مولانا به‌عنوان آلت و ابزار در دست ما، چگونه کار می‌کنند؟ آیا فضا را باز می‌کنیم و این حلاوت و شیرینی را متوجه می‌شویم؟ آیا این عبارات و حال ما هم‌جنس هستند؟ با هم کار می‌کنند؟

آلتِ زرگر به دستِ کفش‌گر همچو دانه کِشت کرده ریگ در (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳)

برای مثال، اگر آلت و ابزار زرگر در دست کفش‌گر قرار گیرد، مانند این است که دانه‌ای در ریگزار کاشته شود. [به‌بیانی اگر ابیات مولانا را با من‌ذهنی بخوانیم، مانند این است که یک دانه‌ای را در ریگ بکاریم].

آلتِ اِسکاف پیشِ برزگر پیشِ سگ‌گه، استخوان در پیشِ خَر (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۴)

اِسکاف: کفش‌گر

اگر ابزار کفش‌دوز را در اختیار کشاورز بگذارند، مانند این است که گاه را پیش سگ بگذارند و استخوان را پیش الاغ. **نکته:** هنگام خواندن و ذکر اشعار مولانا باید فضا را باز کنیم تا این ابیات با یک حالی، یک سوزی در درون ما همراه باشند؛ در غیر این صورت در ما اثر نخواهند کرد.

بود آنا الحق در لبِ منصور، نور بود آنا الله در لبِ فرعون زور (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۵)

زور: دروغ و حرف یاوه

برای مثال، وقتی منصور حلاج یا انسان زنده‌شده به خدا می‌گفت: «آنا الحق، من خدا هستم.» و هر لحظه فضا را باز می‌کرد، او عملاً به نور حضور و جنس اصلی‌اش تبدیل می‌شد. ولی آنا الحق گفتن فرعون و انسانی که من‌ذهنی دارد، دروغ و یاوه بود و هیچ اثری نداشت؛ چراکه او هر لحظه با انقباض و ستیزه به‌صورت من‌ذهنی بلند می‌شد.

نکته: براساس این بیت ما باید در خودمان بازبینی کنیم، وقتی مطالب معنوی و اشعار مولانا را می‌خوانیم، آیا فقط با من‌ذهنی تکرار می‌کنیم و فضا را می‌بندیم، آن‌ها را به‌صورت مفهوم درآورده و من‌ذهنی را قوی‌تر می‌کنیم؟ یا این‌که ذهنمان را خاموش کرده اجازه می‌دهیم فضای درونمان گشوده شود و خورشید زندگی به‌صورت عشق و خرد، از درون ما بالا بیاید؟

شد عصا اندر کفِ موسیِ گوا

شد عصا اندر کفِ ساحرِ هَبا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۶)

هَبا: مخفّفِ هَبا، دراصل به معنی گرد و غباری که در پرتو آفتاب دیده شود، در این جا به معنی چیز بی ارزش و ناکارآمد. مثال دیگر، عصایی که موسی در دست داشت نماد ذهن ساده شده او بود، که بر زنده شدن او به بی نهایت و ابدیت خدا گواه بود. او می توانست هر لحظه فضا را بگشاید، ذهنش را خاموش کرده و به خدا زنده شود و از این هشیاری حضور در زندگی عادی و این جهانی استفاده کند. ولی ذهن همانیده که در دست من های ذهنی بود، به هیچ دردی نمی خورد. آن ها فقط می توانستند همانیدگی ها را زیاد کنند و من ذهنی خود را بزرگ تر نمایند.

زین سبب عیسی بدان همراهِ خود

در نیاموزید آن اسمِ صَمَد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۷)

صَمَد: بی نیاز

به همین دلیل بود که حضرت عیسی، روش ذکر گفتن و به کار بردن اسم اعظم خداوند بی نیاز را، به همراه نادان خود نیاموخت. [چراکه او من ذهنی داشت، از جنس زندگی نبود ولی می خواست مردگان دیگر را زنده کند. بنابراین آن حضرت زنده کردن مردگان را به او یاد نداد.]

کاو نداند نقص بر آلت نهد

سنگ بر گِل زن تو، آتش کی جهد؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸)

آن کسی که من ذهنی دارد و نادان است، عیب و نقص را به ابزار نسبت می دهد؛ [یعنی او با من ذهنی اش ابیات مولانا را تکرار می کند، ولی فضا را نمی گشاید، در نتیجه فکر می کند تکرار ابیات مولانا و برنامه گنج حضور برای زنده شدن به خدا بی فایده است.] مثلاً برای تولید جرقه آتش، سنگ را باید بر آهن زد. حال اگر تو سنگ را بر گِل بکوبی، آیا آتشی بیرون می جهد؟

دست و آلت همچو سنگ و آهن است

جفت باید، جفت شرطِ زادن است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۹)

ولی دست و ابزار مانند سنگ و آهن است. همان‌طور که از خوردن آهن به سنگ، جرقه آتش پدید می‌آید، در هر کاری دست آدمی نیز باید همراه ابزار مناسب آن کار باشد تا نتیجه‌ای از این همراهی و جفت شدن پدید آید. [در مورد زنده شدن به خدا، تکرار اشعار مولانا باید با فضاگشایی همراه شود تا زایش هشیاری انسان صورت گیرد. خواندن ابیات مولانا به‌تنهایی کافی نیست.]

آن‌که بی جُفت است و بی آلت، یکی‌ست

در عدد شک است و آن یک بی‌شکی‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۰)

تنها باشنده‌ای که بی‌همتا و بی‌وسیله است همانا یکی است. او بدون ابزارهای ذهنی و فقط از راه «قضا و کُن فکان» کار می‌کند. او همان خداوند واحد است. عدد، صورت‌ها و نقش‌های ذهنی در معرض شک و خطا هستند، ولی یگانگی حضرت حق مورد شک و ظن نیست. [به بیان مولانا هر کسی بتواند نقش‌ها و صورت‌های خودش را بشمارد و «من» داشته باشد، در این صورت پُر از شک است. تنها خداوند یا فضای گشوده‌شده، فضای بی‌شکی است.]

آن‌که دو گفت و، سه گفت و، بیش از این

مُتَّفِق باشند در واحد، یقین

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۱)

آنان که براساس همانندگی‌ها حرف می‌زنند و در مورد خودشان و خداوند چیزهای مختلف می‌گویند، اگر فضا را باز کنند، سرانجام از جنس او شده و به وحدت می‌رسند و یقیناً درک می‌کنند فقط یک هشیاری است که در همه چیز و همه کس خود را نفوذ داده‌است.

آحوٰلی چون دفع شد، یکسان شوند

دو سه گویان هم، یکی گویان شوند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۲)

آحوٰل: دوبین

دو سه گوی: معتقد و قائل به شرک و ثنویت

یکی گوی: معتقد و قائل به توحید

زیرا وقتی که چشم آنان عدم شود و دید دوبینی من ذهنی از بین برود، همگی یک هشیاری واحد می شوند و با دید زندگی می بینند.

گر یکی گویی تو در میدانِ او

گرد برمی گرد از چوگانِ او

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۳)

[مولانا خطاب به انسان می گوید:] اگر تو در اثر فضاگشایی های پی در پی از جنس خدا شوی، در میدانِ او که همان فضای گشوده شده است قرار می گیری. در این حالت خداوند به تو دسترسی دارد و هر لحظه تو را با «قضا و کُن فکان» پیش می برد و تو مانند گویِ چوگانِ او هستی، دست و پا و ابزارهای من ذهنی را کنار گذاشته و به سوی او می روی. [پس فضا را بگشا و در اطراف چوگانِ او بگرد تا او به طور کامل هشیاریات را از همانیدگی ها جمع کند.]

نکته: ما باید هر لحظه فضاگشایی را تمرین کنیم. ما اشعار مولانا را می خوانیم تا فضاگشایی کنیم. برای فضاگشایی کردن باید هر چیزی را که ذهن نشان می دهد بی اهمیت بدانیم. به راستی ما از کجا می توانیم بفهمیم آنچه که ذهن نشان می دهد برای ما بی اهمیت شده است؟ وقتی ما به اتفاقات و وضعیت های بیرونی واکنش نشان نمی دهیم، آن ها را به مرکزمان نمی آوریم، دیگر آن چیزها برای ما مهم نیستند و ما به آن ها توجه نمی کنیم. ما باید بتوانیم این روند بی اهمیت شدن چیزها را در درون خود ببینیم و تجربه کنیم.

گویِ آنکه راست و بی نقصان شود

کاو ز زخمِ دستِ شه، رقصان شود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴)

زیرا گویِ چوگان وقتی بی عیب و نقص می شود که شما فضا را باز کنید و هشجاری تان از ضربه های دستِ خداوند به حرکت درآید. و شما به وسیله من ذهنی و مرکز همانیده فکر و عمل نکنید.

گوش دار ای آحول این ها را به هوش

داروی دیده بگش از راهِ گوش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۵)

ای کسی که من ذهنی داری، مدام در حال خوب و بد کردن و قضاوت کردن هستی و با دویی می بینی، به کلام بزرگان خوب گوش کن. از راه گوش کردن به سخنان آنها، چشم هشجاریات را که با دید همانیدگی ها می بیند درمان کن. شاید بتوانی دیدت را اصلاح کنی و با دید زندگی ببینی.

پس کلامِ پاک در دل های کور

می نیاید، می رود تا اصلِ نور

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۶)

سخنان بزرگان در کسانی که مرکز همانیده دارند نفوذ نمی کند، برمی گردد و به اصل نور می رود. به عبارتی دل های کور نمی توانند سخنان بزرگانی چون مولانا را درک کنند؛ بلکه سخنان آنها را کسانی می فهمند که مرکزشان را از هم هویت شدگی ها خالی کرده اند، فضا را گشوده اند و با نور فضای گشوده شده می بینند.

نکته: برطبق این بیت، اگر شعر مولانا در ما اثر نمی کند، باید بدانیم که اشکال داریم. اشکال ما این است که من ذهنی را حفظ کرده ایم و نمی خواهیم آن را بیندازیم. ما با من ذهنی ابیات را تکرار می کنیم، هر چیزی را که ذهنمان نشان می دهد مهم می دانیم، آن را به مرکزمان می آوریم، در این لحظه حضور نداریم، پیغام زندگی را نمی گیریم و به خودمان ضرر می زنیم. با ادامه این روش تکرار ابیات مولانا در ما کار نمی کند.

حدیث

«خُذِ الْحِكْمَةَ اَنْتِ كَانَتْ؛ فَاِنَّ الْحِكْمَةَ تَكُونُ فِي صَدْرِ الْمُنَافِقِ، فَتَلْجَلُحُ فِي صَدْرِهِ حَتَّى تَخْرُجَ فَتَسْكُنَ اِلَى صَوَاحِبِهَا فِي صَدْرِ الْمُؤْمِنِ.»

«حکمت را هر جا که هست بگیر، زیرا که حکمت در سینه منافق آن قدر می‌جنبد که سرانجام در سینه مؤمن جای گیرد.»

[این شگفت‌انگیز است برخی فقط در مورد بزرگان و آثارشان حرف می‌زنند، اما گروهی دیگر فضا را می‌گشایند، در عمل از آن‌ها استفاده می‌کنند و به حضور می‌رسند.]

وآن فسونِ دیو در دل‌های کژ
می‌رود چون کفشِ کژ در پایِ کژ
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۷)

مکر و افسون شیطان، سخنان من‌های ذهنی، در دل انسانی که همانندگی دارد و با دید همانندگی‌ها می‌بیند نفوذ می‌کند. همان‌طور که کفشِ کج مناسب پای کج است، مرکز همانندگی نیز افسون دیو را می‌پذیرد.

گرچه حکمت را به تکرار آوری
چون تو نااهلی، شود از تو بری
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۸)

بری: فراری، گریزان

اگر شما سخنان بزرگان و ابیات مولانا را فقط بخوانی و به زبان تکرار کنی، اما همچنان من‌ذهنی، مرکز همانندگی و پردردت را حفظ کنی و فضا را در اطراف وضعیت‌ها نگشایی، حکمت از تو دور می‌گردد، به معنای ابیات زنده نمی‌شوی و هیچ تغییری در تو به‌وجود نمی‌آید.

ورچه بنویسی، نشانش می‌کنی

ورچه می‌لافی، بیانش می‌کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۹)

خواه آن سخنان و ابیات را بنویسی، حفظ کنی، خواه پز بدهی، براساس آن‌ها ادعا کنی و آن‌ها را بیهوده و به‌گزارف بیان کنی، ...
[ادامه در بیت بعد]

او ز تو رو درکشد ای پُرس‌تیز

بندها را بگسلد وز تو گریز

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۰)

ای ستیزه‌جو که هنوز فضاگشایی نمی‌کنی و با فرم و اتفاق این لحظه می‌ستیزی، حکمت و معنای ابیات از تو رو برمی‌گرداند و دور می‌شود. تو نمی‌توانی حرف بزرگان را درک کرده و عمل کنی.

ور نخوانی و، ببیند سوزِ تو

عِلْم باشد مرغ دست‌آموزِ تو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۱)

اگرچه ممکن است از سخنان حکمت‌آمیز چیزی نخوانده باشی، آن عِلْم [در این‌جا آموزش‌های مولانا] وقتی سوز، تعهد، اشتیاق و علاقه تو را نسبت به خودش مشاهده کند، مانند مرغ دست‌آموز و تربیت‌شده رام تو می‌شود و در اختیارت قرار می‌گیرد و تو پیغام آن را می‌گیری، و درک می‌کنی چه تغییری را باید در خودت به‌وجود بیاوری.

نکته: ما باید عمیقاً درک کنیم من‌ذهنی به‌درد نمی‌خورد و این باشنده، به بدن و چهار بُعد ما ضرر می‌زند؛ ما باید هرچه سریع‌تر آن را رها کنیم. بنابراین با تمرکز روی خود، فضاگشایی و بی‌اهمیت دانستن هرچه که ذهن نشان می‌دهد، باید این ابیات را با شوق فراوان و طلب تبدیل شدن به بی‌نهایت خداوند تکرار کنیم. در این حالت تعهد، مداومت و تکرار باعث تغییر و تبدیل ما می‌شود.

او نباید پیشِ هر ناوستا
همچو طاووسی به خانه روستا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۲)

دانش و خردِ مولانایی در انسانی که من‌ذهنی دارد، مدام ستیزه می‌کند، مقاومت و قضاوت دارد، فضاگشایی نمی‌کند و دردهایش را حفظ می‌کند، نفوذ نمی‌کند. همچون طاووسی که در خانه روستایی نمی‌ماند، بلکه خانه طاووس کاخ شاهانه است که در آن سبزه‌زار و فراوانی آب و چشمه باشد. بنابراین تنها خانه دل انسان فضاگشا جایگاه طاووسِ خرد و اندیشه زندگی است.

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

پایان