

به نام خداوند بخشنده مهربان

سخنی با همراهان:

گر خطا گفتیم اصلاحش تو کن
مصلحتی 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 داشته‌باشیم؛ در ابتدای امر می‌خواهیم هدف از خلاصه‌نویسی برنامه‌های گنج حضور را به‌درستی درک کنیم و برای رسیدن به آن رویه‌ای متعهدانه و درعین‌حال 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 درحدّ بضاعت، فعالیتی تحت عنوان 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

برنامه

۹۰۷

گنج حضور

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۴۰۰ / ۱۲ / ۱۱

www.parvizshahbazi.com

خلاصه ابیات غزل برنامه ۹۰۷، گنج حضور، پرویز شهبازی

متن ابیات غزل اصلی

گر من ز دست بازی هر غم پزولمی
زیرک نبودمی و خردمند، گولمی

گر آفتابِ عشق نبودیم، چون زحل
گه در صعودِ آندِه، و گه در نُزولمی

ور بوی مصرِ عشقِ قلاووز نیستی
چون اهلِ تیهِ حرص، گرفتارِ غولمی

ور آفتابِ جان‌ها خانه‌نشین بُدی
در بندِ فتحِ باب و خروج و دخولمی

ور گلستانِ جانِ نَبْدی مُمتَحَن‌نواز
من چون صبا ز باغِ وفا کی رسولمی؟

عشق آر سماع‌باره و دف‌خواه نیستی
من همچو نای و چنگ، غزل کی شُخولمی؟

ساقیم گر ندادی دارویِ فربهی
همچون لبِ زُجاج و قدح در نُحولمی

گر سایه چمنِ نَبْدی و فروع او
من چون درختِ بختِ خسان بی‌اصولمی

بر خاکِ من امانتِ حقِ گر نتافتی
من چون مزاجِ خاک، ظلوم و جهولمی

از گورِ سویِ جنتِ اگر راه نیستی
در گورِ تن چرا خوش و با عرض و طولمی؟

ور راه نیستی به یمین از سویِ شمال
کی چون چمن حریفِ جنوب و شمولمی؟

گر گلشنِ کرمِ نبُدی، کی شکفتمی؟
ور لطف و فضلِ حقِ نبُدی، من فُضولمی

بس کن، ز آفتاب شنو مطلعِ قصص
آن مطلعِ آر نبودی، من در اُفولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

گر من ز دست بازی هر غم پِژولَمی
زیرک نبودمی و خردمند، گولَمی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

دست بازی: شوخی، بازی
پِژولیدن: درهم شدن، پریشان شدن
گول: احمق، نادان

اگر من از شوخی و بازی هر غمی که از همانیدگی‌های مرکز می‌آید آشفته و پریشان شده، از تغییر چیزهای آفل به هم می‌ریزم، از برخورد آدم‌ها و کم و زیاد شدن همانیدگی‌ها می‌ترسم و دچار هیجانات منفی من‌ذهنی می‌شوم؛ من در این حالت نه تنها زیرک و خردمند نبوده بلکه احمقی بیش نیستم؛ چراکه خردمند کسی است که مرکزش را با فضاگشای‌های پی‌درپی عدم کرده و هیچ‌چیز بیرونی نمی‌تواند با او شوخی کند و در مرکزش قرار گیرد. [اگر چیزی در مرکز ما باشد، ما را غمگین کرده و مرتب با ما شوخی می‌کند؛ ما باید فضا را در اطراف آن همانیدگی بگشاییم، شوخی آن‌را بپذیریم و به‌صورت درد هشیارانه شوخی را تحمل کرده تا آن چیز از مرکز ما بیرون رود و دیگر نتواند با ما شوخی کند.]

گر آفتابِ عشق نبودیم، چون زحل
که در صعودِ آنده، و که در نزولَمی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

اگر ما فضا را در اطراف اتفاقات نگشاییم و به‌صورت حضور ناظر به ذهن خود نگاه نکنیم تا رشته افکار پاره شود و آفتاب عشق از این فضای گشوده‌شده بالا بیاید و هشیاری‌مان جذب ذهن نباشد؛ در این صورت ما مانند سیاره زحل، نحس اکبر بوده و حالمان با کم و زیاد شدن همانیدگی‌ها بالا و پایین، خوب و بد می‌شود و از این لحظه دور خواهیم شد. [اگرچه ما در من‌ذهنی مقام بالایی داشته باشیم اما هر کاری که انجام دهیم به درد می‌انجامد و بدشگونی من‌ذهنی را زندگی می‌کنیم درحالی‌که اگر مرکز ما عدم باشد حال خوب ما با شادی بی‌سبب دائمی خواهد بود.]

ور بوی مصرِ عشقِ قلاووز نیستی
چون اهلِ تیهِ حرص، گرفتارِ غولمی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

قلاووز: پیشآهنگ، پیشرو لشکر
تیه: بیابان بی آب و علف

اگر من نمی توانستم فضا را در اطراف وضعیت این لحظه باز کنم، حضور ناظر باشم و از فاصله بین دو فکر بوی عشق، وحدت هشیارانه با خدا و آرامش را حس کنم یعنی اگر بوی عشق راهنمای من نبود و راه زنده شدن به خدا را به من نشان نمی داد، من مانند انسان های همانیده در بیابان ذهن گرفتار غول من ذهنی می شدم و او با آدرس اشتباهی هشیاری ام را در ذهن اسیر می کرد. هشیاری به غلط آب زندگی را از همانیدگی ها می خواست و بیشتر به خواب دردها فرو می رفت.

ور آفتابِ جان ها خانه نشین بُدی
در بندِ فتحِ باب و خروج و دخولی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

اگر آفتاب جان انسان ها در فضای ذهن و همانیدگی ها خانه نشین می شد، شروع به مسئله سازی و حل مسائل می کرد و مشغول فتح باب مسائل و دخول و خروج از آن ها می شد یعنی هر لحظه در یک مسئله را می گشود، با من ذهنی آن را حل کرده و از در دیگر خارج می شد و این چرخه همچنان ادامه داشت. [اما اگر انسان فضا را بگشاید و اجازه دهد آفتاب زندگی به صورت حضور ناظر طلوع کرده و هشیاری از خانه ذهن خارج شود دیگر حول و حوش ایجاد و حل مسائل نمی گردد.]

ور گلستانِ جان بُدی مُمتَحَن نواز
من چون صبا ز باغِ وفا کی رسولمی؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

مُمتَحَن: امتحان شده، در بلا افتاد

اگر گلستان جان انسان ها ممتحن نواز نبود یعنی اگر خداوند انسانی را که در شناسایی و انداختن همانیدگی های مرکزش درد هشیارانه می کشد مورد نوازش و حمایت خود قرار نمی داد،

من چگونه می‌توانستم مانند باد زنده‌کننده صبا از باغ وفا، از باغ یکتایی و فضای گشوده‌شده درونم پیغام‌های زنده‌کننده زندگی را بیاورم و در جهان پخش کنم؟!

عشق آر سماع باره و دف‌خواه نیستی من همچو نای و چنگ، غزل کی شُخولَمی؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

سماع باره: علاقه‌مند به سماع

شُخولیدن: خواندن به آهنگ

اگر خداوند سماع باره و دف‌خواه، از جنس شادی نیست و نمی‌خواهد شادی را در کائنات پخش کند، در این صورت چرا تمام وجود مادی و چهار بُعد مانند نای و چنگ در دست خداوند بوده و او مرا می‌نوازد و آهنگ این غزل را سرمی‌دهد و من این غزل را می‌خوانم؟ زندگی از طریق انسان با شادی بیان می‌شود.

[از نظر خداوند هر غم و درد من‌ذهنی محکوم است و از همانیدگی‌ها می‌آید و هیچ ارزشی ندارد. اگر شما در خودتان نشانه‌های غم و درد دیدید، بدانید خداوند شما را نمی‌نوازد. البته درد هشیارانه، به صورت موقت موقع انداختن همانیدگی‌ها به وسیله من‌ذهنی به ما تحمیل می‌شود و ما باید «نعره‌لاضر» بکشیم که با ازدست دادن همانیدگی‌ها ضرر نخواهیم کرد.]

ساقیم گر ندادی دارویِ فربهی همچون لب زُجاج و قدح در نُحولَمی (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

زجاج: آبگینه، شیشه

نُحول: لاغری، ضعف

اگر ساقی‌ام یعنی خداوند داروی سلامتی و نیروی شفا بخش زندگی را با قدرت کن‌فکانش به من نمی‌داد من مانند لب شیشه که نازک است به لحاظ روحی ضعیف و لاغر می‌شدم به طوری که از هشیاری ایزدی‌ام چیزی باقی نمی‌ماند.

[میزان سلامتی چهار بُعد و پیشرفت ما بستگی به میزان فضاگشایی و برخورداری از عنایت خداوند و دریافت انرژی زنده‌کننده زندگی دارد. هرچه من‌ذهنی بزرگ‌تر و قوی‌تر می‌شود و سن انسان بالاتر می‌رود با فکر بعد از فکر و هیجانات حاصل از این افکار خود را از برکت و عشق زندگی محروم می‌کند.]

گر سایه چمن نبُدی و فروع او من چون درخت بخت خسان بی‌اصولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

اگر من فضا را در اطراف اتفاقات زندگی‌ام نمی‌گشودم و سایه چمن عشق خدا بر سرم نمی‌افتاد یعنی من با او یکی نمی‌شدم، فروع و برکات زندگی، عقل، قدرت، حس امنیت و هدایت خداوند وارد وجودم نمی‌شد؛ بنابراین انعکاس مرکز عدم در چهار بُعد دیده نمی‌شد و من مانند درخت بخت من‌های ذهنی بی‌ریشه می‌شدم یعنی باوجود شکوفایی‌های مادی، مقام بالا، ثروت زیاد و ظاهری شگفت‌انگیز به ریشه زندگی وصل نبودم و با کوچکترین تلنگری خشمگین شده و واکنش نشان می‌دادم و در تقلید و شک به‌سر می‌بردم.

(قرآن کریم، سوره طور (۵۲)، آیه ۳۰)

«أَمْ يَقُولُونَ شَاعِرٌ نَّتَرَبَّصُ بِهِ رَيْبَ الْمُنُونِ»

«یا می‌گویند: شاعری است و ما برای وی منتظر حوادثِ روزگاریم.»

بر خاک من امانت حق گر نتافتی من چون مزاج خاک، ظلوم و جهولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

مزاج: مجاز از خاصیت، وضعیت و حالت

ظلم: بسیار ستمگر

جهول: بسیار نادان

اگر امکان تابش نور زندگی از فضای گشوده‌شده بر من ذهنی‌ام نباشد و من نتوانم امانت خداوند یعنی عشق را دریافت کنم و به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شوم، اگر همچنان من‌ذهنی را ادامه داده و از جنس خاک شوم، همانندگی‌ها را در مرکزم بگذارم و قدر و ارزش این موهبت و امانت را ندانم این ظلم به خود و حداکثر نادانی‌ست.

(قرآن کریم، سوره احزاب (۳۳)، آیه ۷۲)

«إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ

ظَلُومًا جَهُولًا.»

«ما این امانت را بر آسمان‌ها و زمین و کوه‌ها عرضه داشتیم، از تحمل آن سرباز زدند و از آن ترسیدند. انسان آن امانت بر دوش گرفت، که او ستمکار و نادان بود.»
[انسان قدر این موهبت را که می‌تواند در این لحظه با فضاگشایی به خردِ زندگی دسترسی داشته باشد را نمی‌داند و با عقل من‌ذهنی عمل کرده و به خودش و دیگران ضرر می‌زند.]

از گور سویِ جنت اگر راه نیستی در گورِ تن چرا خوش و با عرض و طولمی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

با عرض و طول: دارای امکانات، آرام، راحت

اگر از گور ذهن به سوی جنت فضای گشوده‌شده راه نبود در این صورت با وجود این‌که هشیاری‌آم در گورِ تن، در من‌ذهنی زندگی می‌کند، چرا حالم خوش است؟ چرا آرامم و این قدر امکانات دارم؟ این برکات زندگی از فضای یکتایی می‌آید. البته این راه برای ما در من‌ذهنی بسته‌است، اگر در اطراف اتفاق این لحظه فضاگشایی کرده و طلب داشته باشیم، باز می‌شود.

ور راه نیستی به یمین از سویِ شمال کی چون چمن حریف جنوب و شمولمی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

شمال: سمت چپ، مقابل یمین

شمول: شمال، باد شمال

اگر از راست به چپ یعنی از طرف زندگی به من‌ذهنی راه نبود، در این صورت من چگونه مانند چمن خود را در معرض بادهای زنده‌کننده جنوب و شمال قرار می‌دادم؟ و از کجا می‌فهمیدم این نسیم حیات بخشی که از فضای گشوده‌شده می‌آید مرده من‌ذهنی را زنده می‌کند و مرا مانند چمن سبزتر و آبادتر می‌گرداند؟ [ما باید قبول کنیم که از من‌ذهنی به خداوند راه هست و از خداوند به انسان نیز راه هست و ما در عمق جانمان این راه را می‌شناسیم، فقط باید فضا را باز کنیم با عینک من‌ذهنی نبینیم.]

گر گلشنِ کرمِ نبُدی، کی شِکُفتمی؟ ور لطف و فضلِ حقِ نبُدی، من فُضولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

اگر گلشنِ کرمِ ایزدی نبود، من هرگز شکوفا نمی‌شدم، فضا را نمی‌گشودم و هشیاری‌ام نمی‌توانست از همانیدگی‌ها و من‌ذهنی آزاد شود و اگر لطفِ فضلِ خداوند نبود، من یک موجود اضافه و به‌دردنخور در کائنات بودم فقط می‌خوردم، می‌خوابیدم، حرف‌های بیهوده می‌زدم و مانع و مسئله و درد ایجاد می‌کردم.

بس کن، ز آفتاب شنو مطلعِ قصص آن مطلعِ آر نبودی، من در اُفولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

مطلع: محل طلوع، محل آغاز

قصص: جمع قصه

اُفول: غایب شدن و ناپدید شدن، فرو رفتن ستاره

ای انسان قصه من‌ذهنی، قصه همانیدگی‌ها، مقاومت‌ها، قضاوت‌ها، واکنش‌ها و دردها را تمام کن، فضا را بگشا؛ از آفتابی که از مرکزت بلند می‌شود بپرس قصه زندگی را چگونه آغاز می‌کنند؟ براستی اگر این محل آغاز نبود، من فضا را نمی‌گشودم، من‌ذهنی و دردهایش را ادامه می‌دادم قطعاً به افول و مُردگی می‌رفتم. من‌ذهنی از تلاش‌ها و پیشرفت‌هایم درجهت بزرگ کردن خود و ضرر زدن به من استفاده می‌کرد.

متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۹۰۷

با تُرُشان لاغ کنی، خنده زنی، جنگ شود
خنده نهان کردم من، اشک همی بارم از او
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۴۲)

لاغ: شوخی

اگر با «تُرُشان» انسان‌هایی که مرکزِ همانیده دارند شوخی کنی، بخندی و آن‌ها را به سهل‌گیری و آسان زیستن دعوت کنی، آن‌ها سخت‌گیری کرده، جنگ می‌کنند و خشمگین می‌شوند، چراکه مرکز آن‌ها پر از همانیدگی بوده و از تغییر آن همانیدگی‌ها وحشت دارند. برای همین از شوخی شما خوششان نمی‌آید، در نتیجه من از آن انسان پرهیز کرده فضا را باز می‌کنم و به زندگی روی می‌آورم.

یار در آخر زمان، کرد طَرَب‌سازی
باطنِ او جدّ جدّ، ظاهرِ او بازی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

خداوند در آخرِ زمانِ روان‌شناختی گذشته و آینده، وقتی مرکز انسان عدم شده‌است، بساطِ طرب و جوشش شادی بی‌سبب ما را فراهم آورد. باطنِ خدا یعنی فضای گشوده‌شده بسیار جدی است، اما ظاهرِ انسان یعنی تغییرات همانیدگی‌ها و هرچیزی که ذهن نشان می‌دهد بازی خداوند است؛ چراکه زندگی ما به آن بستگی ندارد.

جملهٔ عشاق را یار بدین علم کُشت
تا نکند هان و هان، چهلِ تو طنّازی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

یار، خداوند، همهٔ عاشقان را با آگاهی به این علم که ظاهر، همانیدگی‌ها و آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، بازی و باطن، فضای گشوده‌شده، بسیار جدی است نسبت به من‌ذهنی کشته‌است و تو را نیز با همین روش خواهد کشت. فضا را باز کن و مواظب باش که چهل و نادانی من‌ذهنی‌ات دلربایی و دلبری نکرده و تو را دوباره به دام ذهن نیندازد.

مؤمن کیس ممیز کو کہ تا باز داند حیزکان را از فتنی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۳۸)

کیس: زیرک

ممیز: تمیز دهنده، تشخیص دهنده

حیزکان: نامردان؛ حیز به معنی نامرد و مخنث است.

فتنی: جوانمرد، کریم

انسان مؤمن، باایمان، زرنگ و تشخیص دهنده که هیچ همانندگی را در مرکزش راه نمی دهد، کجاست تا فضا را باز کند و با زیرکی و تشخیص دهنده گی آن فضا بتواند، جوانمردان، کسانی که فضای درونشان گشوده شده را از نامردان، کسانی که مرکز همانیده داشته و ترسو هستند تشخیص دهد.

حدیث

«الْمُؤْمِنُ كَيْسٌ فَطِنٌ حَذِرٌ»

«مؤمن، [انسان با ایمان و فضاگشا] زیرک و هوشمند و با پرهیز است.»

گر غمی آید گلوی او بگیر داد از او بستان امیر داد باش

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۵۸)

داد: عدل، انصاف

اگر غم و دردی در تو بالا می آید، به عنوان امتداد زندگی به دردت نگاه کن و بدان که علت دردهایت اینست که همانیده هستی بنابراین فضا را باز کرده و ریشه دردهایت را شناسایی کن. تو پادشاه عدل و داد هستی؛ بنابراین عدل را زیر پا نگذار یعنی مرکزت را از دردها و همانیدگی ها آزاد کن، در این حالت تو امیر داد، اجراکننده عدالت خدا هستی، این تو هستی که می توانی به خودت کمک کنی.

چونکه غم بینی، تو استغفار کن غم به امر خالق آمد، کار کن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۸۳۶)

استغفار: طلب مغفرت کردن، عذرخواهی

وقتی دچار غم شدی تنها کاری که باید بکنی توبه کردن و معذرت خواهی از خداوندست.

به این لحظه برگرد، آن همانیدگی را شناسایی کن و در هشیاریات نگه دار تا بیفتد، این غم به امر خالق آمده است تا تو کار کنی. یعنی فضا را بگشایی و مسئولیت هشیاریات را در این لحظه بپذیری.

هرچه از وی شاد گردی در جهان از فراق او بیندیش آن زمان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷)

در این جهان هر همانیدگی که به مرکزت بیاوری و تو را شاد و مسرور کند، همان لحظه یادت باشد که آن چیز در حال تغییر است و از تو جدا خواهد شد و برایت درد ایجاد خواهد کرد؛ پس درباره فراق و جدایی از آن بیندیش.

زانچه گشتی شاد، بس کس شاد شد آخر از وی جست و همچون باد شد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۸)

از آن چیزی که این لحظه ذهنت به تو نشان داده و به خاطر آن شاد شدی، مثل باور، پول و متعلقات و انسان‌های زیادی شاد و سرمست شدند اما سرانجام همه آن خوشی‌ها و همانیدگی‌ها را از دست دادند، چون آن‌ها آفل و از بین رفتنی بودند؛ بنابراین مانند باد از آن‌ها جدا شده و رفتند.

از تو هم بجهد، تو دل بر وی مَنه پیش از آن کو بجهد، از وی تو بجه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۹)

بالاخره آن مایه‌های شادی و سرمستی آن همانیدگی‌هایی که ذهنت نشان می‌دهد، از دست تو هم خواهند رفت؛ پس آن‌ها را در دلت قرار نده و قبل از این که به اجبار و به دلیل آفل بودن از تو جدا شوند، در این لحظه ابدی با اراده خودت آن‌ها را شناسایی کرده و از مرکزت بیرون کن.

جز خضوع و بندگی و، اضطرار اندرین حضرت ندارد اعتبار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳)

اضطرار: درمانده شدن، بی‌چارگی

در درگاه خداوند جز این که با مقاومت و قضاوت صفر فضا را باز کنیم، مرکزمان را از

همانندگی‌ها خالی کرده، خضوع داشته باشیم، اظهار عجز و ناتوانی کرده و اقرار کنیم که ما خودمان را نمی‌توانم تغییر دهیم، غیر از خدا کسی نمی‌تواند به ما کمک کند و فقط باید از او کمک بخواهیم و به او پناه ببریم، هیچ‌چیز دیگری ارزش و اعتبار ندارد.

فعلِ توست این غصه‌های دَم‌به‌دَم

این بُود معنیِ قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

این غصه‌های دم‌به‌دمی که هر لحظه برای تو پیش می‌آید نتیجه اعمال و افکار خود توست. معنی «قد جف القلم» نیز همین است که در این لحظه خدا و زندگی، درون و بیرون تو را مطابق شایستگی تو می‌نویسد و هرچقدر مسئولیت قبول کرده، فضا باز کنی، به ذهن بی‌توجه باشی و با عدم کردن مرکز زندگی‌ات را تغییر بدهی و از خداوند کمک بخواهی، این شایستگی بیشتر خواهد شد.

حدیث

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ»

«خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی.»

اندک اندک آب را دزدد هوا

دین چنین دزدد هم احمق از شما

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۹۶)

برای مثال، هوا تدریجاً آب را می‌دزدد. یعنی آب را بخار می‌کند و از مقدار آن می‌کاهد؛ همین‌طور اگر انسان احمق که من‌ذهنی دارد همراه شما باشد کم‌کم خرد، عشق، دین، اتصال به خداوند و میل به فضاگشایی را از شما می‌دزدد. [بنابراین باید با فضاگشایی مواظب من‌ذهنی خودمان و من‌های ذهنی دیگران که با آن‌ها دوست و قرین هستیم باشیم].

شرع بهر دفع شرّ رای زَنَد

دیو را در شیشه حُجَّتْ کُنَد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۱۱)

قانون برای دور کردن بدی‌های من‌ذهنی تدبیری می‌اندیشد و من‌ذهنی را در شیشه استدلال و

حجت می‌کند؛ بنابراین باید با رعایت قانون جبران و تدوین قانون اساسی من‌ذهنی را مهار کرده و از خودمان در برابر آسیب‌های آن محافظت نماییم، تا بتوانیم روی خودمان کار کنیم.

گودش: رُدُوا لَعَادُوا، کارِ توست

ای تو اندر توبه و میثاق، سُست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

خداوند به انسان می‌گوید: هنگامی که در سختی و دردهای من‌ذهنی هستی اگر به تو یاری رسانم و مرکزت را عدم کنم، به محض این‌که حالت خوب شود، دوباره به ذهن برمی‌گردی، بازهم چیزها را در مرکزت می‌گذاری و مجذوب همان کارها و سبب‌های من‌ذهنی می‌شوی و مرا از یاد می‌بری؛ ای بنده توبه‌شکن و سست‌عهد، کار تو همین است؛ چراکه تو در توبه، یعنی برگشت از ذهن به فضای گشوده‌شده و بله گفتن به اتفاق این لحظه بسیار سست هستی.

(قرآن کریم، سوره انعام (۶)، آیه ۲۸)

«بَلْ بَدَا لَهُمْ مَا كَانُوا يُخْفُونَ مِنْ قَبْلُ وَلَوْ رُدُّوا لَعَادُوا لِمَا كُنُوا عَنْهُ وَإِنَّهُمْ لَكَاذِبُونَ.»

«نه، آنچه را که از این پیش پوشیده می‌داشتند اکنون برایشان آشکار شده، اگر آنها را به دنیا بازگردانند، باز هم به همان کارها که منعشان کرده بودند باز می‌گردند. اینان دروغگویانند.»

[این وظیفه و مسئولیت ماست که در برابر تحریک مردم، مرکز عدم را حفظ کرده به ذهن برنگردیم. ولی ما به بهانه این‌که مردم ما را تحریک می‌کنند، مرکز عدم را رها کرده، به ذهن برمی‌گردیم.]

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم

رحمتم پُرست، بر رحمت تنم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

خداوند می‌گوید: ای انسان، من آن کارهای تو را که وقتی من مرکزت را عدم می‌کنم، دوباره به ذهن رفته و مرا فراموش می‌کنی در نظر نمی‌گیرم و دائماً به تو لطف می‌کنم؛ چراکه رحمت و عنایت من بی‌نهایت است و از روی رحمت عمل می‌کنم. اگر تو قضاوت، مقاومت و ستیزه را کنار گذاشته و شکایت نکنی، می‌توانی لحظه به لحظه از کمک و لطف من برخوردار شوی.

ننگرم عهدِ بدت، بدْهم عطا
از کرم، این دم چو می‌خوانی مرا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)

خداوند می‌گوید: من به عهدِ بد تو که رحمت من را به مسئله تبدیل می‌کنی، به عهدت وفا نکرده، به اتفاق این لحظه بله نمی‌گویی و فراموش کرده‌ای که از جنس آلت هستی نگاه نمی‌کنم. اگر این لحظه با فضاگشایی، مرکزت را عدم کرده و مرا بخوانی از روی بخشش و کرم بیکرانم به تو کمک می‌کنم.

چون نباشد قوتی، پرهیز به
در فرارِ لا یطاق آسان بجه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۹۶)

لا یطاق: که تاب نتوان آوردن
آسان بجه: به آسانی فرار کن

چون از عهده واهمانش بر نمی‌آیی، توان فضاگشایی و قدرت کشیدن درد را نداری بهتر است از خوردن دانه همانیدگی پرهیز کنی و در فرار از آنچه که طاقت آن را نداری به آسانی بجهی؛ بنابراین اگر یک همانیدگی توجه تو را کاملاً جذب کرد و می‌دانی که از عهده این گرفتاری بر نمی‌آیی از همانیده‌شدن پرهیز کن و از آن دل بکن.

اول ای جان دفع شرّ موش کن
وانگهان در جمع گندم جوش کن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰)

جوش کردن: سعی کردن زیاد

عزیز من، اول مواظب من‌ذهنی و ابزارهایش باش، ببین چگونه ذهنت مسئله‌سازی می‌کند و چه کسانی در اطرافت هستند که تو را به واکنش وادار کرده، راحت را می‌زنند، آن‌ها را بشناس و بعد از آن فضا را باز کن؛ گندم حضور را در مرکزت جمع کن و از جنس خدا شو.

هر ولی را نوح و کشتیان شناس
صحبت این خلق را طوفان شناس
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۵)

«هر ولی» و یا هر انسانی را که به حضور زنده شده و با هشیاری نظر می‌بیند، شبیه حضرت

«نوح و کشتیبان» بدان. او تو را به کشتی فضای یکتایی سوار می‌کند و راه را درست نشانت می‌دهد؛ زیرا زندگی را در مرکز تو به ارتعاش درمی‌آورد. اما درمقابل، هم‌نشینی و هم‌صحبتی با من‌های ذهنی را مانند «طوفان» بدان؛ چراکه هر من‌ذهنی مقدار زیادی بادِ درد به این جهان می‌دمد و طوفان درد برپا می‌کند.

کم‌گریز از شیر و اِزدرهای نر ز آشنایان و ز خویشان کن حذر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۶)

ای انسان، از شیر و اِزدها فرار نکن، از آشنایان و خویشاوندان خودت بترس و دوری کن، زیرا با مرکز همانیده‌پر از دردشان وقت تو را تلف می‌کنند و نمی‌گذارند به زندگی زنده شوی.

در تلاقی روزگارت می‌برند یادهاشان غایبیات می‌چرند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۷)

وقتی با من‌های ذهنی که مرکزشان پر از درد است هم‌نشین و قرین می‌شوی، درباره‌ی همانیدگی‌ها و چیزهای بی‌ارزش بحث کرده و وقتت را تلف می‌کنند. نه‌تنها حضورشان بلکه «یاد» و خاطره‌ی آنان آرامش را از تو می‌گیرد و همچون گاوی گرسنه سبزه‌زار فضای یکتایی تو را می‌چرند و تلاش‌های معنوی تو را به هدر می‌دهند.

نه تو اعطیناک کوثر خوانده‌ای؟

پس چرا خشکی و تشنه مانده‌ای؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۲)

مگر تو آیه «کوثر به تو عطا کردیم» را نخوانده‌ای؟ و از فراوانی خدا بی‌خبری؟! پس چرا چهار بعدت از برکات الهی بی‌نصیب شده و خشکیده و تشنه‌لب مانده‌ای؟

یا مگر فرعونی و کوثر چو نیل

بر تو خون گشته‌ست و ناخوش، ای علّیل

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۳)

یا شاید تو مانند «فرعون» به بیماری من‌ذهنی مبتلا هستی و «کوثر» و فراوانی خداوند که

همچون رود «نیل» در جریان است برای تو تبدیل به «خون» شده است. به عبارت دیگر برکات زندگی که به چهار بعدت می‌ریزد را با فضا‌بندی تبدیل به مسئله، دشمن و درد می‌کنی.

توبه کن بیزار شو از هر عَدو

کو ندارد آبِ کوثر در کدو

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۴)

«توبه کن» و از هر من‌ذهنی که شرابِ فراوانی خداوند را در «کدو» یعنی در مرکزش ندارد و از آن بی‌خبر است و همچنین با مسئله‌سازی زندگی را به خودش و دیگران روا نمی‌دارد، پرهیز کن.

اگر صد سال روز و شب ریاضت می‌کشی دائم

مباش ایمن، یقین می‌دان که نَفَسَت در کمین باشد

(عطار، دیوان اشعار، غزل ۲۶۴)

اگر مدت زمان زیادی روی خودت کار کردی و تمرین‌های معنوی انجام دادی، مطمئن نباش که من‌ذهنی از بین رفته و دیگر با تو کاری ندارد، بلکه او دائماً در کمین است تا از طریق راه‌های مختلفی همچون قرین و آنچه که گوش می‌کشی و می‌بینی، عقل تو را بدزد و تو را به خرافات بکشاند پس باید خیلی مراقب باشی و پرهیز کنی. [چراکه اگر از طریق هرکدام از راه‌ها موفق شود به درونت نفوذ کند دیگر مطمئن نباش که بتوانی جلوی او را بگیری]

نفس و شیطان، هر دو یک تن بوده‌اند

در دو صورت خویش را بنموده‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳)

«نفس» یعنی من‌ذهنی و «شیطان»، هردو از یک جنس هستند اما به «دو صورت» نمایان شده‌اند، یکی در انسان و دیگری در «شیطان». [اگر در این لحظه به صورت من‌ذهنی بلند شویم و به خودمان ضرر بزنیم درواقع از جنس شیطان شده‌ایم]

چون فرشته و عقل، که ایشان یک بُدند

بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴)

همان‌طور که «فرشته» یعنی حضور و «عقل» کل که تمام کائنات را اداره می‌کند، یکی هستند اما

به خاطر حکمت‌های خداوند به دو صورت درآمده‌اند. [اگر از طریق فضاگشایی به فرشته حضور که در درونمان است دست یابیم، عقل کل به کمک ما می‌آید چون هر دو از یک جنس هستند.]

دشمنی داری چنین در سرِ خویش مانع عقل ست و، خصمِ جان و کیش (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵)

تو در درون خودت دشمنی هم‌چون من‌ذهنی داری که مانع عقل کل است و دیدی برحسب همانیدگی‌ها به تو می‌دهد پس دشمن تن و جانی است که با آن زندگی می‌کنی یعنی دشمن چهار بُعد توست. [این دشمن باید شناسایی شود چون دائماً به ما لطمه می‌زند و ما را از پای درمی‌آورد.]

گر نه نفس از اندرون راهت زدی رهزان را بر تو دستی کی بُدی؟ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳)

اگر من‌ذهنی تو از درون تو را گمراه نمی‌کرد و اجازه می‌داد خرد کل تو را هدایت کند، چگونه من‌های ذهنی بیرون می‌توانستند به تو دسترسی پیدا کنند و لطمه بزنند؟ [باید هرلحظه مراقب مرکزمان باشیم و با فضاگشایی و وصل شدن به مرکز عدم از خرد زندگی استفاده کنیم و دیگر نخواهیم که از طریق همانیدگی‌ها ببینیم.]

آنکه از غیری بُود او را فرار چون ازو بُبرید، گیرد او قرار (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۹)

اگر کسی از یک دشمن بیرونی گریزان است، وقتی از او جدا می‌شود آرامش پیدا می‌کند.

من که خصم هم منم، اندر گریز تا ابد کارِ من آمد خیز خیز (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۷۰)

خیز خیز: برخاستن و برجستن

من که به‌عنوان من‌ذهنی، دشمن هشیاری خودم هستم به‌ناچار همیشه در حال فرارم و باید

دائماً مراقب باشم که با «خیزخیز» یعنی فضاگشایی از جنس خداوند شوم تا نتواند به من حمله کند.

نه به هندست ایمن و نه در خُتن آنکه خصمِ اوست سایهٔ خویشتن (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۷۱)

خُتن: ناحیه ای در غرب چین

کسی که سایه‌اش دشمن اوست، فرقی نمی‌کند کجا باشد؛ چه در هندوستان و چه در خُتن، همه جا سایه با اوست و هیچ‌کجا امنیت ندارد. به عبارت دیگر اگر دشمن آدم خودش باشد و هنوز من‌ذهنی در درونش باشد یعنی از امکان تبدیل من‌ذهنی به هشیاری حضور استفاده نکرده باشد، نه در من‌ذهنی امنیت دارد و نه در فضای یکتایی، همه‌جا من‌ذهنی با او همراه است. [مگر این‌که با فضاگشایی و مرکز عدم به ذات خود قائم شود و با تبدیل از من‌ذهنی به هشیاری حضور سایه را صفر کند، تنها در آن صورت همه‌جا در امنیت است.]

(حدیث)

« در جایی که آدمی دشمنش درونی باشد هیچ‌گاه آسودگی بال ندارد، مگر آنکه با پناه جستن به خدا [یعنی از طریق فضاگشایی] از تقوی و پروا سپری دافع بسازد.» [حالت ستیزه و سرکشی مال من‌ذهنی است.]

خشمِ خود بشکن، تو مشکن تیر را چشمِ خشمِ خون شمارد شیر را (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۷)

هرگاه تیر قضا همانیدگی تو را می‌زند، فضا را باز کن و خشمگین نشو و بدان که آن همانیدگی برای تو فایده‌ای ندارد و باید رهایش کنی زیرا اگر دشمن درونت، من‌ذهنی تو عینک همانیدگی را بر چشمت بزند و با دید خشم ناشی از کم شدن همانیدگی نگاه کنی، دیگر آن شیر یا معجون خوبی را که زندگی برایت آماده کرده و می‌خواهد از طریق آن خردش را به تو بدهد، به صورت خون و غصه می‌بینی.

گر مراقب باشی و بیدار تو

بینی هر دم پاسخ کردار تو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰)

اگر هر لحظه مراقب باشی و به صورت حضور ناظر و فضای گشوده شده به ذهنت نگاه کنی و ببینی این فکری که در ذهنت می گذرد منجر به چه چیزی می شود، در همین لحظه جواب اعمال و رفتارت را می بینی. یعنی اگر با ذهنت فکر و عمل کنی، درد ایجاد می شود و اگر فکری از فضای گشوده شده می آید منجر به عملی با نتیجه خوب و سازنده می شود.

چون سلاحش هست و عقلش نه، ببند

دست او را، ورنه آرد صد گزند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۵)

وقتی امکانات و سلاح در اختیار من ذهنی است که عقل ندارد، باید دست و پای من ذهنی را ببندی و به اصطلاح دیوت را درون شیشه کنی، در غیر این صورت صدمات زیادی می زند.

یکی لحظه از او دوری نباید

کز آن دوری خرابی ها فزاید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۸۲)

هیچ لحظه ای نباید از خدا دور شوی یعنی همیشه باید فضاگشایی کنی و مرکزت عدم باشد زیرا اگر دور شوی و جسم ها را در مرکزت بگذاری شوخی دردها را جدی می گیری و عصبانی می شوی و به خودت لطمه می زنی.

«متابعت کردن نصارا، وزیر را»

دل بدو دادند ترسایان، تمام

خود چه باشد قوت تقلید عام!

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۱)

همگی از روی تقلید عام دلشان را به من ذهنی سپردند و عاشق او و دردهایش شدند، تو ببین قدرت تقلید جمع را که چگونه تمام جنبه هایش را در کنترل من ذهنی درمی آورد و دردهایش را تحمل می کند و در مرکزش می گذارد.

در درون سینه مهرش کاشتند

نایب عیسیش می پنداشتند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۲)

بنابراین مهر من ذهنی را در دلشان کاشتند و فکر کردند «نایب عیسی» یا نایب خداوند است. [درحالی که با شیطان یکی است]

او به سرّ، دَجّالِ یک چشم لعین

ای خدا! فریادرس نِعَمِ الْمُعین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۳)

من ذهنی ذاتش دَجّال است یعنی کارهای معنوی می کند و نشان می دهد معنوی است اما از جنس ذهن است و با تنها چشم چپش همه چیز را برعکس می بیند، ای خدا، ای بهترین نعمت دهنده، به دادمان برس. [ما را از حملات من ذهنی نجات بده، ما نعمت های من ذهنی را نمی خواهیم].

صد هزاران دام و دانه است ای خدا

ما چو مرغانِ حریصِ بی نوا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۴)

خداوندا در این دنیا صدها هزار دام و دانه هست و هرچیزی که می بینیم می تواند دانه باشد و ما را به دام همانیدگی ها بیندازد چون ما همانند مرغان حریص بی نوایی هستیم که هر دانه کوچکی هشیاری ما را می دزدد و در مرکزمان قرار گرفته و ما با آن همانیده می شویم.

دَم به دَم ما بسته دام نویم

هر یکی گر باز و سیمرغی شویم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۵)

خداوندا حتی اگر ما باز و سیمرغ بلندپرواز باشیم، بدون کمک تو، بدون فضاگشایی و آوردن تو به مرکزمان لحظه به لحظه در «دامی تازه» از همانیدگی ها گرفتار می شویم و کاری از پیش نخواهیم برد.

می‌رهانی هر دمی ما را و باز
سوی دمی می‌رویم ای بی‌نیاز
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۶)

خدایا، تو از سر لطف و احسان و عنایت هر لحظه ما را از دام همانیدگی‌ها می‌رهانی، ولی ما این قدر فضا را باز نمی‌کنیم که در خودمان بی‌نیازی احساس کنیم و فضاگشایی و آوردن تو به مرکزمان را کافی بدانیم، پس، دوباره به سوی «دام» هم‌هویت‌شدگی‌ها می‌رویم.

ما درین انبار، گندم می‌کنیم
گندم جمع آمده، گم می‌کنیم
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۷)

برای مثال ما با انجام مرتب کار معنوی، در انبار قلبمان گندم کارهای معنوی و عبادات را ذخیره می‌کنیم اما من‌ذهنی بی‌مسئولیت ما که در زمان گذشته گیر کرده و نقص خود را گردن دیگران می‌اندازد و یا از قرین بد استفاده می‌کند، درواقع مانند موشی همه گندم هشیاری‌مان را می‌دزد و هدر می‌دهد.

می‌نیشیم آخر ما به هوش
کین خلل در گندم است از مکر موش
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۸)

آخر ما از روی عقل و هوش زندگی نمی‌انیشیم این گندم و هشیاری حضور که در ما زیاد نمی‌شود تا ما تبدیل به خدا بشویم این از «مکر و نیرنگ موش من‌ذهنی» است، هم من‌ذهنی خودمان و هم من‌های ذهنی دیگران.

موش تا انبار ما حُفره زده‌ست
وز فَنَش انبار ما ویران شده‌ست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹)

حُفره: گودال

فَنَ: علم و هنر و صنعت، دانایی، فریبندگی، تزویر

از آن وقت که من‌ذهنی مانند موشی «حفره‌ای» را به درون دل ما باز و به آن نفوذ کرده و به‌جای فضاگشایی آن را با همانیدگی‌ها پر نموده است، مرکز ما از نیرنگ او دچار «ویرانی» شده و نور

و روشنی و شادی و خرد ایزدی از آن خارج شده است.

**اول ای جان! دفع شرّ موش کن
و آنگهان در جمع گندم جوش کن**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰)

جوش کردن: سعی کردن زیاد

ای عزیز من، اول دردها و باورهایت را شناسایی کن و آنها را بینداز و آفت آنها را از وجودت پاک کن و پس از آن کوشش کن که با تسلیم و فضاگشایی مرکزت را عدم کرده و گندم هشیاری حضور را در مرکزت انباشته کنی.

**بشنو از اخبار آن صدرِ صدور
لا صلوةَ تَمَّ إِلَّا بِالْحُضُورِ**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۱)

صدرِ صدور: بزرگ بزرگان

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.

(حدیث نبوی)

« لا صَلَوةَ إِلَّا بِالْحُضُورِ الْقَلْبِ »

« نماز (عبادت)، بدون حضور کامل نیست. »

**گر نه موشی دزد در انبارِ ماست
گندمِ اعمالِ چل ساله کجاست؟**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۲)

چل ساله: چهل ساله

اگر در انبار مرکز ما «موش من‌ذهنی» نیست پس گندم عبادات و کارهای معنوی چهل‌ساله ما کجا رفته است؟ چرا طی این همه سال مرکزمان از همانیدگی پاک نشده و هنوز هیجانات منفی مثل خشم، رنجش، کدورت، انتقام‌جویی و درد در ما وجود دارد؟ [زیرا مدام در ذهن کار کرده‌ایم.]

هر که را مردم سجدی می‌کنند زهر آندر جان او می‌آکنند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۴۴)

مردم در برابر هرکسی که من‌ذهنی دارد، سجده کنند و او را مورد احترام و تأیید و توجه قرار دهند، این سجده‌ها و خوشحالی او از توجه مردم درواقع هم‌چون «زهري» است که به روح و جان‌ش ریخته می‌شود. تنها با فضاگشایی است که انسان می‌تواند قدر توجه را بداند و جلوی جذب آن زهر را بگیرد.

ریزه ریزه صدق هر روزه چرا جمع می‌ناید درین انبار ما؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۳)

این چه رازی است که هیچ‌کدام از اعمال معنوی به‌ظاهر صادقانه‌مان که هرروز انجام می‌دهیم در انبار مرکز ما جمع و ذخیره نمی‌شود؟ [درحالی‌که اگر صادق باشیم و حقیقتاً فضا باز کنیم و با فروتنی و بندگی و فضاگشایی مسئولیت تمرکز روی خودمان را برعهده گیریم هشیاری حضور خود را به ما نشان خواهد داد.]

بس ستاره آتش از آهن جَهِید و آن دل سوزیده پذیرفت و کشید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۴)

ستاره آتش: جرقه و پاره‌های خرد آتش که از آتش می‌جهد.

برای مثال همان‌طور که در اثر برخورد سنگ چخماق، جرقه‌های آتش پدید می‌آید، ما نیز اگر فضاگشایی کنیم و پندار کمال نداشته باشیم و نسبت به خودمان ظالم نشویم، من‌ذهنی مانند سنگ آتش زده می‌شود و جرقه‌های این آتش را «دل سوخته» و مرکز خالی‌شده جذب می‌کند تا روشن شود.

لیک در ظلمت یکی دزدی نهان می‌نهد انگشت بر استارگان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۵)

ولی در تاریکی ذهن، من‌ذهنی مانند دزدی که خود را مخفی کرده آن جرقه‌ها یا ستاره‌های آتش

فضای درون را یکی یکی می‌کشد و تنها فضاگشایی و داشتن حضور ناظر و دوری از جهل و ظلم، می‌تواند جلوی او را بگیرد.

می‌کشد استارگان را یک به یک تا که نفروزد چراغی از فلک

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۶)

آن من‌ذهنی دزد با سرانگشت وسوسه و هیجانات منفی، ستاره‌های مرکز انسان را یک‌به‌یک خاموش می‌کند تا «چراغ حضور» در آسمان مرکز او روشن نشود و زندگی نتواند از آن انسان به‌صورت خورشیدی استفاده کند که خودش در آن طلوع نماید.

گر هزاران دام باشد در قدم چون تو با مایی، نباشد هیچ غم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۷)

خداوندا اگر جلوی هر قدم ما هزاران دام گسترده باشد وقتی فضا را باز کنیم و در نتیجه تو با ما و یاور ما باشی هیچ غم و اندوهی نداریم. [اما اگر فضا را ببندیم و با من‌ذهنی و کمال‌طلبی و خودنمایی حرکت کنیم، سیمرغ هم که باشیم از راه بازمی‌مانیم چون از عنایت تو دور خواهیم ماند.]

چون عنایات بود با ما مقیم کی بُود بیمی از آن دزدِ لئیم؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۸)

لئیم: پست

[مولانا از زبان انسان‌های فضاگشا به خدا می‌گوید:] اگر ما فضا باز کنیم و در نتیجه توجه و عنایت تو در دل ما مقیم و ساکن باشد، هیچ ترس و بیمی از من‌ذهنی خودمان و من‌ذهنی دیگران که تسلیم و حضور ما را با پستی می‌دزدند نخواهیم داشت.

آنکه او موقوفِ حال است، آدمی‌ست که بحال افزون و، گاهی در کمی‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۵)

انسانی که با چیزهای این‌جهانی همانیده شده، موقوف «حالی» می‌باشد که من‌ذهنی‌اش ایجاد

می‌کند؛ بنابراین گاهی بانشاط و گاهی غمگین است و مدام با تغییرات من‌ذهنی تغییر می‌کند و این تغییرِ حال او یعنی این‌که هنوز به خدا زنده نشده است.

آنکه یک دم کم، دمی کامل بود

نیست معبودِ خلیل، آفل بود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۹)

آن کسی که [در مرکز ماست و] یک لحظه ناقص و یک لحظه کامل است او نمی‌تواند خداوند و معبود حقیقی حضرت ابراهیم باشد زیرا «آفل» و زوال‌پذیر است. در حقیقت اگر من‌ذهنی آفل در مرکزمان قرار داشته باشد خداوند نمی‌تواند در مرکز ما جای گیرد.

(قرآن کریم، سوره انعام (۶)، آیات ۷۵ و ۷۶)

«وَكَذَلِكَ نُرِي إِبْرَاهِيمَ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلِيَكُونَ مِنَ الْمُوقِنِينَ.

» بدین سان به ابراهیم ملکوت آسمان‌ها و زمین را نشان دادیم تا از اهل یقین گردد.

فَلَمَّا جَنَّ عَلَيْهِ اللَّيْلُ رَأَى كَوْكَبًا ۖ قَالَ هَذَا رَبِّي ۖ فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَا أَحِبُّ الْآفِلِينَ.

چون شب او را فروگرفت، ستاره‌ای دید. گفت: این است پروردگار من. چون فرو شد، گفت: فروشندگان را دوست ندارم.»

همچو قوم موسی اندر حرّ تیه

مانده‌یی بر جای، چل سال ای سفیه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۸)

تیه: بیابان‌شن‌زار و بی آب و علف؛ صحرای تیه بخشی از صحرای سینا است.

حرّ: گرما، حرارت

سفیه: نادان، بی‌خرد

ای انسان نادان که با ذهن عمل می‌کنی، تو مانند قوم موسی که چهل سال در گرمای بیابان تیه بر جای خود ماندند، با تند فکر کردن و عمل کردن در ذهن سال‌هاست که در گرمای دردهای ذهنی و بیابان حرص مانده‌ای و فکر می‌کنی بدون فضاگشایی از آن خارج خواهی شد.

می‌روی هر روز تا شب هروله

خویش می‌بینی در اول مرحله

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۹)

هروله: تند راه رفتن، حالتی بین راه رفتن و دویدن

هر روز از صبح با شتاب حرکت می‌کنی ولی شب در جای اولت هستی. به عبارت دیگر کارهای معنوی انجام می‌دهی اما بعد از یک ماه می‌بینی همان من‌ذهنی را داری و هیچ تغییری نکرده‌ای زیرا تماماً در ذهن بوده‌ای.

نگذری زین بُعد سیصد ساله تو

تا که داری عشق آن گوساله تو

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۹۰)

این‌طوری که تو با عشق من‌ذهنی از بیابان همانیدگی‌ها می‌گذری از این فاصله سیصدساله که تا مرکز عدم مانده و به‌خاطر ماندنت در ذهن، این‌قدر طولانی شده نخواهی گذشت زیرا عشق به زندگی و فضاگشایی راهنمای تو نیستند.

بام تا شام در مشقت راه

شب همان‌جا که بامداد پگاه

(دهخدا)

بیشتر انسان‌ها از صبح تا شب کار می‌کنند و زحمت می‌کشند اما چون براساس من‌ذهنی و فکری هم‌هویت‌شده فکر و عمل می‌کنند هنگام شب دوباره همان‌جایی هستند که صبح از آن‌جا حرکت کرده بودند یعنی از لحاظ مادی و معنوی هیچ پیشرفتی نمی‌کنند.

گر به ریش و خایه مردستی کسی

هر بُزی را ریش و مو باشد بسی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۵)

اگر مردانگی و انسانیت به «ریش» و ذکر بود، «بُز» نیز به‌دلیل داشتن ریش و موی بسیار (و آلت ذکوریت) باید انسان می‌شد؛ بنابراین «ریش»، بلوغ جنسی و خاصیت‌های من‌ذهنی را ظاهرکردن، انسان را تبدیل به انسان حقیقی نمی‌کند.

پیشوای بد بُود آن بُز، شتاب می برد اصحاب را پیش قصاب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۶)

آن «بُز»، من ذهنی پیشوای بدی است؛ زیرا برحسب همانیدگی‌ها پیشوا شده و شتابان سایر بزها و یاران خود را که از او پیروی می‌کنند نزد «قصاب» و به‌سوی مرگ می‌برد. یعنی فقط علائم ظاهری مردانگی را (خالی از حقیقت مردانگی) داشتن ما را به حقیقت و انسانیت هدایت نمی‌کند. بلکه مرگ حقیقی را به دنبال دارد.

ریش شانه کرده که من سابقم سابقی، لیکن به سوی مرگ و غم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۷)

آن بز، من ذهنی «ریش» خود را شانه کرده و می‌گوید من پیشتاز هستم، پشت سر من بیایید. بله البته که تو پیشتازی، منتها پیشتاز به‌سوی مرگ و غم هستی. [من ذهنی راه را نمی‌داند و نباید پیشوا شود و مردم را به دنبال خودش بکشانند. ما باید فضا را باز کرده و از درون راهنمایی بگیریم.]

هین روش بگزین و ترک ریش کن ترک این ما و من و تشویش کن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۸)

آگاه باش، فضا را باز کن و از آن فضای گشوده‌شده راه و روش بگیر و زخم من ذهنی و دیدن برحسب همانیدگی‌ها را ترک کن و این من و مایی، پریشانی، دردهای من ذهنی و مهم دانستن خود براساس ظواهر سطحی را رها کن.

تا شوی چون بوی گل با عاشقان پیشوا و رهنمای گلستان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۹)

تا زندگی را هم‌چون «بوی خوش گل» در مرکز «عاشقان»، به ارتعاش درآوری و «پیشوا» و «راهنمای» آن‌ها به‌سوی «گلستان» شوی؛ به عبارت دیگر به‌جای این‌که من ذهنی را در دیگران

بالا بیاوری و به‌سوی مرگ و غم ببری، آن‌ها را به فضاگشایی و زنده شدن به زندگی هدایت کنی.

کیست بوی گل؟ دم عقل و خرد خوش قلاووز ره ملک ابد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۵۰)

چه کسی از جنس حضور بوده و «بوی گل» می‌دهد؟
کسی که مثل مولانا فضا را باز کرده و از طریق او دم عقل کل و خرد زندگی بیان می‌شود، همان کسی که راهنمای درستی برای رساندن انسان‌ها به ملک ابدی این لحظه و جاودانگی است.

آفتابی در یکی ذره نهان ناگهان آن ذره بگشاید دهان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰)

زندگی همچون «آفتابی» بزرگ و درخشنده در درون ذهن انسان پنهان شده‌است اگر انسان فضا را پی‌درپی در اطراف اتفاقات زندگی‌اش بگشاید ناگهان آفتاب زندگی از درون او طلوع می‌کند و مثل خورشید بی‌نهایت می‌شود.

ذره ذره گردد افلاک و زمین پیش آن خورشید، چون جست از کمین

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۱)

کمین: نهانگاه، کمینگاه

هنگامی که آن «خورشید» از نهانگاه ذهن طلوع می‌کند، یعنی اصل و ذات خدایی انسان از مرکز بی‌نهایت بازشده او زاییده می‌شود، آسمان‌ها، کهکشان‌ها و «زمین» در برابر عظمت آن فضای گشوده‌شده، «ذره‌ذره» می‌شوند.

این چنین جانی چه درخورد تن است؟ هین بشو ای تن از این جان هر دو دست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۲)

مگر ممکن است که این چنین جان بی‌نهایت بزرگی، این طلوع خداوند از درون، شایسته

من ذهنی باشد که هر لحظه با چیزهای این جهانی همانیده شده و با بازی آنها به هم می‌ریزد؟ معلوم است که با چنین عظمتی هیچ نسبتی با من‌ذهنی ندارد. پس ای من‌ذهنی، از چنین جان بزرگی دست بشوی. یعنی غل و زنجیر زور و استدلال را از بال و پر هشیاری بردار تا از من‌ذهنی متولد شده و در آسمان فضای یکتایی به پرواز درآید.

تا گشاید عقده اشکال را در حدّث کرده ست زرین بیل را (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۹)

حدّث: سرگین، مدفوع

برای باز کردن گره اشکالات و مسائل زندگی‌اش، به جای فضاگشایی و عدم کردن مرکز، مرتب در فکرهای هم‌هویت‌شده فرو می‌رود و بیل طلایی هشیاری حضور و خرد زندگی را در کثافات فکرهای همانیده و دردهای آن فرو کرده و درد تولید می‌کند.

عقده را بگشاده گیر ای منتهی عقده یی سخت ست بر کیسه تهی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۰)

منتهی: به پایان رسیده، کمال یافته

ای انسان که به انتهای تکامل هشیاری رسیده و می‌توانی در این لحظه فضا را باز کرده و به بی‌نهایت خدا زنده شوی، به فکر حل کردن مسائلی نباش که در ذهنت به صورت گره ایجاد می‌شود؛ همه آنها را حل شده فرض کن؛ زیرا این گره‌ها کور و سخت بوده و بر یک کیسه خالی زده شده‌است. اگر تو با زحمت و تلاش ذهنی تمام گره‌ها را هم باز کنی نتیجه‌ای نخواهد داشت چون در این کیسه ذهن زندگی وجود ندارد؛ بهتر است کل کیسه را رها کنی.

در گشاد عقده‌ها گشتی تو پیر عقده چندی دگر بگشاده گیر (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۱)

تو در راه گشودن گره‌ها، حیثیت بدلی و مسائل ذهنی، پیر و فرسوده شده‌ای. فرض کن چند گره و مسئله ذهنی دیگر را هم حل کردی.

امتحان بر امتحان است ای پدر هین، به کمتر امتحان، خود را مَخَر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۶)

خود را مَخَر: خودپسندی نکن، خواهانِ خود مشو

پدرجانِ من، در مسیر شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها، «امتحان بعد از امتحان» پیش می‌آید. به‌هوش باش، اگر در امتحانی کوچک یک همانیدگی را شناختی و انداختی، مغرور نشو و ادعا نکن که به حضور رسیده و به بی‌نهایت خدا زنده شده‌ای.

گر نبودی امتحانِ هر بدی هر مُخَنَّت در وَغَا رُستم بدی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸۶)

مُخَنَّت: در اینجا یعنی ترسو

وَغَا: جنگ و پیکار

اگر «امتحان» جدا شدن از همانیدگی‌ها و فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه و کشیدن درد هشیارانه نبود هرکسی که من‌ذهنی دارد مدعی می‌شد که به حضور رسیده و مرکزش عدم شده‌است، همان‌طور که اگر جنگ نبود هر ترسویی می‌گفت: من پهلوان و جنگ‌جو هستم.

حِسِّ خُفاشت، سویِ مغربِ دَوان حِسِّ دُرپَاشت، سویِ مشرقِ روان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷)

دُرپَاش: نثار کننده مروارید، پاشنده مروارید، کنایه از حِسِّ روحانی انسان

«حِسِّ خُفاش»، حس من‌ذهنی، حسی‌ست که با فضا‌بندی و مرکز جسمی به‌وجود می‌آید و مانند خُفاش شتابان به‌سوی غروب و مردگی رفته، عاقبت تو را در اثر مقاومت به افسانه من‌ذهنی، مسئله و درد می‌کشاند. ولی «حِسِّ دُرپَاش» یا هشیاری خدایی، حسی‌ست که با فضاگشایی و مرکز عدم در تو به‌وجود می‌آید و به‌سوی آفتاب زندگی رفته و باعث می‌شود به‌صورت خورشید زندگی در خودت طلوع کنی.

خونِ ما بر غمِ حرام و خونِ غم بر ما حلال
هر غمی کو گرد ما گردید، شد در خونِ خویش
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۴۷)

این کار که ما در من‌ذهنی نیروی زندهٔ زندگی را گرفته، آن را به غم تبدیل کنیم، حرام است. اما این‌که ما متوجه شویم دلیل همه غم و غصه‌های ما، مرکز همانیده ماست و با شناسایی و رها کردن همانیدگی‌ها خون غم را بریزیم و هشیاری را از تله ذهن آزاد کنیم این کار حلال است. هر غم و غصه‌ای که حول‌وحوش مرکز عدم ما می‌گردد، در اثر فضاگشایی و شناسایی ما در خون خود می‌غلطد و از بین می‌رود.

ز هر جزوت چو مُطرب می‌توان ساخت
ز چشمت ساختن نواح تا کی؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۵۴)

نواح: بسیار نوحه و زاری کننده

[مولانا می‌گوید:] ای انسان وقتی که با فضاگشایی و خالی کردن مرکز از همانیدگی‌ها و دردها، می‌توان از هر ذره و سلول وجودی‌ات «مطربی» ساخت که هر لحظه طرب و شادی زندگی را در کائنات پخش کند تا کی می‌خواهی با دیدن براساس همانیدگی‌ها و دردها نوحه و زاری کنی و غم بیهوده بکشی؟ این مغایر با خلقت توست.

مُطربِ عشقِ ابدم، زخمهٔ عشرت بزَنم
ریشِ طَرَبِ شانه کنم، سبَلتِ غم را بِکَنم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۵)

سبَلت: سبیل

من «مطرب» عشق ابدی هستم و هر لحظه با فضاگشایی و عدم کردن مرکز، ساز شادی را می‌نوازم و ارتعاش عشق و شادی را در جهان پخش می‌کنم. من دائماً ریش طرب را شانه می‌کنم و اگر غمی به صورت یک همانیدگی در زندگی من ظاهر شد با ابزار شناسایی و حضور ناظر سبیلش را می‌کنم و به او اجازهٔ آمدن به مرکز را نمی‌دهم.

زین مردم کارافزا، زین خانه پرغوغا عیسی نخورد حلوا، کاین آخر خر آمد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۱۳)

کسی که مرتب فضا را در اطراف اتفاق این لحظه باز کرده و از جنس «عیسی»، از جنس هشیاری حضور شده باشد از دست این «مردم کارافزا» و از دست این ذهن شلوغ و پرغوغا، حلوا به ظاهر شیرین همانیدگی‌ها را نمی‌خورد؛ چراکه این کار او را در آخور جهان یعنی افسانه من‌ذهنی و دردها گرفتار می‌کند.

چون درخت سدره بیخ آور، شو از لا ریب فیه تا نلرزد شاخ و برگت از دم ریب المنون

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۴۸)

درخت سدره: درختی بهشتی که ریشه‌ای عمیق دارد.

بیخ آور: در اینجا فعل امری به معنی ریشه بدون، ریشه درست کن؛ دارای چندین ریشه، با ریشه بسیار

هم‌چون درخت سدر، ریشه بی‌نهایت داشته باش و در گروه انسان‌های بدون شک و بدون همانیدگی قرار بگیر تا شاخ و برگت از «دَم ریب المنون»، حوادث ناگوار، نلرزد. کسانی که در ذهن هستند و فضا را می‌بندند دائماً در شک و تقلید بوده و برایشان اتفاقات بد می‌افتد چراکه من‌ذهنی هیچ ریشه‌ای ندارد.

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲)

«ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ»

این است کتابی که در [حقانیت] آن هیچ تردیدی نیست؛ [و] مایه هدایت تقواییان است.

[درون ما کتابی وجود دارد که اگر فضاگشایی کنیم توسط زندگی خوانده شده و ریشه ما عمیقتر می‌شود.]

(قرآن کریم، سوره طور (۵۲)، آیه ۳۰)

«أَمْ يَقُولُونَ شَاعِرٌ نَّتَرَبَّصُ بِهِ رَيْبَ الْمُنُونِ»

«یا می‌گویند: شاعری است و ما برای وی منتظر حوادث روزگاریم.»

آسمان بارِ امانت نتوانست کشید

قرعه کار به نام من دیوانه زدند

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۸۴)

در بین تمام باشندگان عالم، فقط انسان است که می‌تواند با شناسایی و فضاگشایی به عشق و اصل خویش یعنی بی‌نهایت و ابدیت خداوند هشیارانه زنده شود؛ زیر بار امانت عشق رفتم و آن را قبول کردم. اما من به‌عنوان من‌ذهنی جاهل و نادان هستم چراکه در این لحظه از خرد زندگی استفاده نکرده و با عقل من‌ذهنی کار می‌کنم.

(قرآن کریم، سوره احزاب (۳۳)، آیه ۷۲)

«إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا.»

«ما این امانت را بر آسمان‌ها و زمین و کوه‌ها عرضه داشتیم، از تحمل آن سرباز زدند و از آن ترسیدند. انسان آن امانت بر دوش گرفت، که او ستمکار و نادان بود [چراکه در من‌ذهنی بود و قدر و ارزش این موهبت الهی را ندانست].»

یُسِر با عُسِر است، هین آیسِ مَباش

راه داری زین مَمات اندر معاش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۱)

یُسِر: آسانی

عُسِر: سختی

آیسِ: ناامید

مَمات: مرگ

آسانی با سختی همراه است به‌عبارت دیگر راحتی و آرامش در فضای گشوده‌شده با طلب، درد هشیارانه و کار روی خود همراه است. به هوش باش و ناامید نشو چراکه از مردگیِ من‌ذهنی به زندگی و فضای گشوده‌شده راهی وجود دارد و می‌توانی به خدا و زندگی زنده شوی.

(قرآن کریم، سوره انشراح (۹۴)، آیه ۵)

«فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا.»

«پس بی‌تردید با دشواری آسانی است.»

[شناسایی همانیدگی‌ها، دردهشیارانه و اعتراف به اشتباهات، آسودگی و آرامش به‌همراه دارد.]

رَوْحِ خواهی، جُبّه بشکاف ای پسر

تا از آن صَفَوَتِ برآری زود سر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲)

رَوْح: آسودگی، آسایش

جُبّه: جامه گشاد و بلند که روی جامه‌های دیگر بر تن کنند، خِرَقه

صَفَوَت: پاکیزگی و خلوص

ای انسان اگر طالبِ آسایش، عشق، زیبایی و خرد ایزدی هستی این خرقه من‌ذهنی را پاره کن تا هرچه زودتر از پاکیزگی و خلوص هشیاری حضور سردربیاوری و به‌صورت خورشید عدم از مرکزت بالا بیایی.

هست صوفی آنکه شد صَفَوَت‌طلب

نه از لباسِ صوف و خیّاطی و دَب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۳)

دَب: کهنگی در جامه

صوفی حقیقی کسی‌ست که همانیدگی‌ها را شناسایی کرده، نابی و خلوص فضای یکتایی را بخواهد وگرنه تغییر در ظاهر و پوشیدن لباس کهنه، انسان را به حضور نمی‌رساند.

ناامیدی‌ها به پیشِ او نَهید

تا ز دردِ بی‌دوا بیرون جَهِید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷)

هنگام ناامیدی فضا را باز کنید، به کار کردن روی خود ادامه داده و بگویید: «خدایا من عاجز و ناتوان هستم به من کمک کن». از همانیدگی‌ها پرهیز کرده و ناامیدی‌ها را با فضاگشایی به نزد خداوند ببرید؛ تا از دردهای بی‌درمانِ من‌ذهنی بیرون جهید و نجات یابید.

مردِ سخن را چه خبر از خَمُشی همچو شکر؟

خشک چه داند چه بُود تَرَلَلَا تَرَلَلَا؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۸)

«مردِ سخن»، انسانی که با من‌ذهنی بسیار سخن می‌گوید، از خاموشی ذهن که هم‌چون شکر است، خبر ندارد. انسان در فضای خشک من‌ذهنی از تَرَلَلَا، تری و شادی زندگی و بادهای

زنده‌کننده فضای گشوده شده خبر ندارد. درحالی که انسان‌های فضاگشا از خشکی ذهن بیرون بوده و با موسیقی زندگی می‌رقصند و «ترَلَلَا ترَلَلَا»، برقص و شاد شو، می‌خوانند.

قبض دیدی چاره آن قبض کن

زانکه سرها جمله می‌روید ز بُن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

اگر به دلیل وجود چیزهای آفل و گذرا در مرکزت، غمی بالا آمد و در خودت قبض، مقاومت و قضاوت مشاهده کردی، فوراً همانندگی را شناسایی کرده و آن را با فضاگشایی و انبساط درمان کن؛ و بدان که همیشه سر و ساقه و برگ از ریشه می‌رویند. [در خود بازبینی کنید ببینید اکنون ریشه شما من‌ذهنی است یا بی‌نهایت و ابدیت خداوند.]

بسط دیدی، بسط خود را آب ده

چون برآید میوه، با اصحاب ده

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

اگر انبساط و فضاگشایی خود را دیدی، بیشتر منبسط بشو و بگذار آب زندگی در وجودت جریان یابد؛ در آن هنگام عشق و میوه‌هایش می‌رویند؛ از آن میوه‌ها به یارانت بده و قانون جبران را رعایت کن.

زان جرای روح چون نقصان شود

جانش از نقصان آن لرزان شود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۲)

جرا: حقوق

هرکس با فضاگشایی و انبساط، مرکزش را عدم کرده‌است، غذای روح را لحظه‌به‌لحظه دریافت می‌کند؛ اما اگر غذای روح کم بشود، جانش می‌لرزد چراکه خطا کرده، فضا را بسته و منقبض شده‌است.

پس بداند که خطایی رفته است

که سَمَن‌زارِ رضا آشفته است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۳)

سَمَن‌زار: یاسمن‌زار

پس بدین ترتیب انسان متوجه می‌شود که حتماً خطایی کرده، چیزی را به مرکزش آورده و با آن

همانیده شده است که موجب آشفته‌گی این باغ پذیرش و رضا شده، دیگر زندگی را در این لحظه با رضا شروع نمی‌کند و لطف ایزدی را از دست می‌دهد.

حَزْمِ کن از خورد، کین زهرینِ گیاست حَزْمِ کردن زور و نورِ انبیاست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۴)

از خوردن گیاهان سمی همانیدگی‌ها باید پرهیز کرده و تقوا پیشه کنی؛ زیرا دوراندیشی و پرهیز از همانیدگی‌ها، قدرت، نور و دید پیامبران است. [حزم فکری‌ست که از فضای گشوده شده می‌آید.]

کاه باشد کو به هر بادی جَهَد کوه کی مر باد را وزنی نهد؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۵)

آن انسانی که با وزیدن هر باد و اتفاقی در این جهان، به این سو و آن سو می‌رود و واکنش نشان می‌دهد، بی‌ریشه بوده و واقعاً کاه است. و اِلَّا کوه، کسی که با فضاگشایی به زندگی زنده شده و حزم دارد، چه ترسی از باد و اتفاقات دارد؟

هر طرف غولی همی خواند تو را کای برادر راه خواهی؟ هین بیا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۶)

در راه رفتن از فضای ذهن به فضای یکتایی از هر سو غولِ من‌ذهنی، تو را به‌سوی خود می‌خواند و می‌گوید: ای برادر من، آیا به دنبال راهی برای زیاد کردن همانیدگی‌هایت می‌گرددی تا از آن‌ها زندگی دریافت کنی؟ اگر چنین است بیا پیش من تا راه را به تو نشان دهم.

ره نمایم، همراهت باشم رفیق من قلاووزم در این راهِ دقیق

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷)

غولِ من‌ذهنی می‌گوید: من راه را به تو نشان می‌دهم و همراهت می‌آیم و در این راهِ باریک و دقیق، راه‌کندن از همانیدگی‌ها و رفتن به فضای یکتایی، پیشوا هستم و به تو نشان می‌دهم چگونه همانیدگی‌ها را بیندازی، از من‌ذهنی آزاد شده و با خدا یکی شوی.

نی قلاوزست و، نی ره داند او یوسفا کم رو سوی آن گرگ خو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸)

ولی غولِ من‌ذهنی، نه راه را بلد بوده و نه پیشوا است. ای یوسف، ای انسانی که امتداد خدا و از جنس او هستی، به‌سوی من‌های ذهنی گرگ‌صفت نرو.

حزم، آن باشد که نَفْریبِ تو را چرب و نوش و دام‌های این سرا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹)

حزم و دوراندیشی آن است که به‌سمت دام‌های چرب و شیرین این دنیا که توجه تو را جلب می‌کنند نروی، از آن‌ها زندگی نخواهی و نگذاری که تو را فریب دهند. [در راه رسیدن به فضای یکتایی و کار روی خود بسیار مهم است که چه کسی را به‌عنوان پیشوا و راهنما انتخاب می‌کنید.]

آن عصایِ حَزْم و استدلال را چون نداری دید، می‌کن پیشوا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۷)

اکنون که دید و نگرش الهی را نداری و نمی‌توانی فضا را باز کنی حداقل از عصای دوراندیشی و استدلال استفاده کن و مولانا را راهنمای خود قرار بده تا بتوانی غولِ من‌ذهنی را در شیشه بکنی.

تو دعا را سخت گیر و می‌شُخول عاقبت برهاندت از دستِ غول

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۵۷)

می‌شُخول: از مصدرِ شخولیدن به معنی نالیدن، فریاد زدن

تو با فضاگشایی و هشیاری حضور دعا را محکم بگیر و به درگاهِ الهی ناله کن تا سرانجام آن دعا، تو را از دستِ غولِ راهزن که همان من‌ذهنی‌ست، رهایی دهد.

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

پایان