

برنامه

۹۷۱

آنگ
حضور

تاریخ اجرا: ۱۴۰۲ / ۵ / ۴

اجرا: آقای پرویز شهبازی

www.parvizshahbazi.com

چرا ما همیشه از خداوند کمک می‌طلبیم، حتی برای یکی شدن با او هم از او کمک می‌خواهیم ولی او به ما کمک نمی‌کند؟ برای این‌که ما در یک من توهمی به نام من‌ذهنی گیر کرده‌ایم و از یک خدای توهمی و موهومی طلب کمک می‌کنیم، درحالی‌که این سبک زندگی که ما در پیش گرفته‌ایم، از نظر مولانا شایسته انسان نیست، بنابراین اگر بخواهیم خداوند به ما کمک کند، با ما یکی شود و با ما بماند، باید روش زندگی‌مان را عوض کنیم و تغییراتی در خودمان به‌وجود بیاوریم، ما باید راه فضاگشایی و تسلیم را در پیش بگیریم و با ذهن در کار خدا دخالت نکنیم.

این‌جاست که مولانا خطاب به زندگی می‌گوید:

خداوندا، این سزاوار و شایسته نیست که انسان‌ها تو را طلب کنند از تو کمک بخواهند و بخواهند به تو زنده شوند، ولی تو نیایی و میلی به این کار نداشته باشی، اگر هم بیایی، زود بروی و با آن‌ها نمایی.

مکن ای دوست، نشاید که بخوانند و نیایی
و اگر نیز بیایی، بروی زود، نیایی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷

شایسته نیست، ما به‌عنوان انسان با من‌ذهنی زندگی کنیم و زندگی خودمان را به نابودی بکشانیم، ما نباید وضعیتی را که ذهن در این لحظه نشان می‌دهد، به مرکزمان بیاوریم، برحسب همانیدگی‌ها ببینیم و

در کار خداوند دخالت کنیم، به‌جای یک خدای عینی، خدای توهمی را بپرستیم و مرکزمان را به جسم تبدیل کنیم، بلکه باید برحسب عدم ببینیم، ادب را رعایت کنیم، اجازه دهیم زندگی از طریق ما فکر و عمل کند. ما باید با تسلیم و فضاگشایی عملاً از جنس خدا شویم.

شما ممکن است با من‌ذهنی‌تان بگویید این‌همه که من خدا را صدا می‌کنم چرا او به من کمک نمی‌کند؟! اگر خدا بود که این‌طوری نمی‌شد! نه، شما با خدا صحبت نمی‌کنید، با یک «من» توهمی، با خدای ذهنی، حرف می‌زنید، او را می‌پرستید و از او کمک و هدایت می‌خواهید، درواقع شما از دیو می‌خواهید هدایت‌تان کند، ما نباید با من‌ذهنی دنبال خدا برویم و یک خدای ذهنی را بپرستیم.

📌 در روز آلت، ما با خداوند پیمان می‌بندیم و به او قول می‌دهیم که همیشه از جنس او باقی بمانیم و از این راه برنگردیم، ولی وقتی وارد این جهان می‌شویم، آن عهد و پیمان یادمان می‌رود و با یک بافت فکری زندگی می‌کنیم که اسمش من‌ذهنی است، ما باید من‌ذهنی را رها کرده و شیوه آفریدگاری و زنده بودن در این لحظه را در پیش بگیریم و اجازه دهیم خداوند هر لحظه از طریق ما فکر جدید خلق کند، این روشِ خدایی و شیوه صحیح زندگی است.

خداوندا، اینک آگاه شدم که باید در من‌ذهنی فتنه بیندازم و آن را به هم بریزم، به خودم قدرت بدهم، درنتیجه حول محور تو بگردم و شیوه کهنه و پوسیده من‌ذهنی را رها کنم.

به تو سوگند بخوردم، که ازین شیوه نگردم
بکنم شور و بگردم، به خدا و به خدایی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷

📌 قبل از ورود به این جهان مرکز ما عدم است. عقل، حس امنیت، هدایت و قدرت را از خود زندگی، مرکز عدم می‌گیریم. به محض این‌که وارد این جهان می‌شویم در اثر همانیده شدن با باورها و چیزهایی که برای بقای ما مهم هستند مرکز عدم را از دست می‌دهیم. ما به عنوان امتداد خدا خلاق هستیم و قدرت آفرینندگی داریم، بنابراین چیزهای این جهانی را در ذهنمان تجسم کرده، به آن حس وجود تزریق می‌کنیم و با آن‌ها همانیده می‌شویم، آن چیزها مرکز ما شده و عینک دید ما می‌شوند.

📌 ما با من‌ذهنی وضعیت‌های زندگی‌مان را می‌چینیم و یک پارک ذهنی درست می‌کنیم، وقتی وضعیت‌های زندگی تغییر می‌کنند و آن چیدمان به هم می‌ریزد می‌ترسیم، دچار تنش و استرس شده و می‌خواهیم اوضاع را کنترل کنیم، در صورتی‌که باید با تسلیم و فضاگشایی این چیدمان و پارک ذهنی را به هم بریزیم و دیگر برحسب این همانیدگی‌ها نبینیم، بلکه با دید عدم ببینیم.

✍️ تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه، قبل از قضاوت و رفتن به ذهن و خوب و بد کردن اتفاق. این کار مرکز ما را که جسم است، از جنس عدم می‌کند. ما باید آگاه باشیم که اگر به وسیله سبب‌سازی‌های ذهنمان بخواهیم به زندگی زنده شویم و من‌ذهنی را رها کنیم، امکان ندارد، بلکه تنها با تسلیم و فضاگشایی می‌توانیم دوباره مرکزمان را عدم کنیم و خداوند را به مرکزمان بیاوریم.

✍️ وقتی مرکز ما همانیده می‌شود، این دید غلط را پیدا می‌کنیم که می‌توانیم از چیزها، زندگی بگیریم، آن‌ها می‌توانند ما را خوشبخت کنند و به زندگی برسانند، فکر می‌کنیم با زیادتر شدن همانیدگی‌ها زندگی‌مان کیفیت پیدا می‌کند، اما باید بدانیم این‌گونه نیست، ما توانایی این را داریم که بفهمیم فکر کردن برحسب چیزها ما را در ذهن نگه می‌دارد، پس این لحظه تصمیم می‌گیریم فضا را در اطراف آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد باز کنیم این کار سبب خواهد شد مرکزمان عدم شود.

✍️ در فضاگشایی کردن شما فقط بدانید این لحظه چیزی که ذهن نشان می‌دهد، مهم نیست و سزاوار نیست که به جای خداوند به مرکز شما بیاید، دانستن یا شناسایی این موضوع کافی است، فضا را زندگی باز می‌کند. این شما نیستید که فضا را باز می‌کنید. اگر شما با من‌ذهنی‌تان بخواهید فضا را باز کنید، فضا گشوده نمی‌شود، متأسفانه اکثر مردم این اشتباه را انجام می‌دهند. آیا شما می‌توانید این اشتباه خود را شناسایی کنید؟

✍️ شما درعین حال که معنی ابیات را متوجه می‌شوید، به خودتان هم نگاه کنید و بگویید آیا من ناظر ذهنم هستم؟ تمرکز روی خودم هست؟ همه ما باید به این درک برسیم هرچه که ذهنمان نشان می‌دهد نباید برایمان مهم باشد و به مرکزمان بیاید، ما می‌دانیم با من‌ذهنی نمی‌توان فضاگشایی کرد. با روش‌های ذهنی و کتاب خواندن امکان ندارد فضاگشایی را یاد گرفت.

من باید آگاه باشم که تاکنون ذهنم چیزها را به من نشان می‌داد، آن‌ها برای من جدی و مهم بودند و در نتیجه به مرکز می‌آمدند، الآن دیگر برعکس آن فکر می‌کنم. یعنی آن چیزی که ذهنم نشان می‌دهد جدی و مهم نیست، بلکه فضای گشوده‌شده یا زندگی و مرکز عدم مهم است؛ به عبارت دیگر خداوند مهم‌تر از آن چیزی است که ذهنم فکر می‌کند یا نشان می‌دهد، باید این نکته را در خودتان ببینید و آن را شناسایی کنید.

اگر هنوز فضای درونتان گشوده نشده، باید صبر کنید، خواهید دید که شما آرام‌آرام فضا دار می‌شوید و این را در رفتار با مردم متوجه می‌شوید، این که چقدر قبلاً عصبانی می‌شدید و واکنش نشان می‌دادید، اما اکنون فضا را در اطراف وضعیت‌ها باز می‌کنید. شما می‌بینید که از این فضای گشوده‌شده خرد دیگری می‌آید که برخلاف سبب‌سازی ذهن است.

وقتی ما من‌ذهنی درست می‌کنیم، در ذهن زندانی شده و از یک وضعیتی به وضعیت دیگر و از فکری به فکر دیگر می‌رویم و این سبب‌سازی ذهن مطابق علت و معلول و به کار بردن عقل من‌ذهنی یا عقل جزوی است. مردم با عقل جزوی‌شان می‌خواهند به خدا برسند، در نتیجه زمان‌پرست و خرافات‌پرست شده، نمی‌توانند از ذهن بیرون بپرند.

ما باید فضا را باز کنیم، دوباره هشیارانه به خداوند زنده شویم. با شناسایی همانیدگی‌ها و انداختن آن‌ها، ما تبدیل به فضای خالی می‌شویم، فضای خالی، مرکز دائمی عدم، اقامت در این لحظه ابدی و زنده شدن به ابدیت خداوند است، چون دیگر هیچ چیز در مرکزمان نیست.

در این حالت، هشیاری مانند یک خورشیدی از مرکزمان طلوع می‌کند که این خورشید هم ما هستیم هم خداوند، درحالی‌که ما هنوز در این جسم، یعنی در این جهان هستیم و بین مردم زندگی می‌کنیم.

زندگی دوتا خاصیت دارد: بی‌نهایت و ابدیت که برای ما قابل شناسایی و تقریباً قابل تعریف است. «ابدیت» یعنی انسان با هشیاری حضور ابدی، از جنس آلت، از جنس خداوند است، خداوند نمی‌میرد ما هم نمی‌میریم، بنابراین ما این جسم نیستیم، ما جسم هستیم به علاوه انکار جسم. انکار جسم همان بی‌نهایت و ابدیت خداوند است.

✍ ما با من‌ذهنی در کار زندگی دخالت می‌کنیم و این بی‌ادبی است. در این لحظه دو راه وجود دارد، یکی فضاگشایی که زندگی از طریق ما فکر و عمل کند، راه دیگر فضا‌بندی، که ما به سبب‌سازی ذهن می‌افتیم و با آن پیش می‌رویم، این کار ادب نیست. «ادب» این است که دیگر مرکزمان جسم نباشد و با من‌ذهنی عمل نکنیم، عقل خداوند را بگیریم و عقل من‌ذهنی را رها کنیم، این موضوع را در هشیاری‌مان نگه داریم که نباید چیزِ ذهنی به مرکزمان بیاید و برحسب آن فکر کنیم.

ای دل به ادب بنشین، برخیز ز بدخویی
زیرا به ادب یابی آن چیز که می‌گویی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۰

✍ درست است که خداوند می‌خواهد در تو به بی‌نهایت و ابدیت خودش زنده شده و در همین جسم با تو یکی شود و از مرکز تو به‌عنوان خورشید طلوع کند، ولی تو هم این را بدان که فعلاً یک چیز فناپذیر هستی، چون من‌ذهنی داری، پس خوب خودت را بشناس و نیکوتر بنشین یعنی چیزها را به مرکزت نیاور، با سبب‌سازی ذهن در کار زندگی دخالت نکن و با من‌ذهنی‌ات خدا را نطلب.

گرچه با تو، شه نشیند بر زمین
خویشتن بشناس و، نیکوتر نشین
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۱

✍ هر انسانی یک افق و بالقوه محل طلوع آفتاب زندگی یا خداوند است، ولی چون من‌ذهنی دارد بی‌ادب است، کسی که سبب‌سازی ذهن و عقل آن را می‌گیرد و نمی‌گذارد عقل کل او را اداره کند، افق خودش را تاریک کرده و خداوند نمی‌تواند از مرکزش طلوع کند، همچنین با من‌ذهنی، از طریق قرین روی انسان‌های دیگر اثر مخرب می‌گذارد، در نتیجه زندگی آن‌ها را هم خراب می‌کند.

بی‌ادب تنها نه خود را داشت بد
بلکه آتش در همه آفاق زد
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۹
آفاق: جمع افق

هر موقع چیزی به مرکزتان می‌آید، شما را منقبض می‌کند، باید هرچه سریع‌تر آن را شناسایی کرده از مرکزتان پاک کنید، چون اگر این انقباض ادامه داشته باشد، حتماً زندگی درون و بیرون شما را خراب خواهد کرد.

قبض دیدی چاره آن قبض کن
زان‌که سرها جمله می‌روید ز بُن
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲
بُن: ریشه

ای انسان، تو همیشه باید «گوش» باشی و خداوند «زبان»، برای این‌که تو زبان زندگی را بلد نیستی، یک بافت ذهنی درست کردی و برحسب همانیدگی‌ها می‌بینی، به علت و معلول یا سبب‌سازی ذهن می‌روی و یک عقل محدود درست می‌کنی، این عقل محدود نمی‌تواند تو را اداره کند، پس وقتی شروع به حرف زدن می‌کنی، با حرف زدن هم‌هویت شده انقباض به وجود می‌آوری، به طوری که زندگی نمی‌تواند از طریق تو حرف بزند و این به ضرر توست.

چون تو گوش‌ی، او زبان، نی جنس تو
گوش‌ها را حق بفرمود: اَنْصِتُوا
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲

معیارهای شما برای اندازه‌گیری پیشرفت معنوی‌تان چیست؟ نکند همه مادی باشد! شما از خودتان می‌پرسید آیا پولم زیادتر شده، رفتارم بهتر شده است؟ این‌ها نتایج فرعی هستند. شما حضور و پیشرفت معنوی را نباید با من‌ذهنی اندازه بگیرید، چه بسا ممکن است شما خیلی زیاد پیشرفت کرده باشید، اما چون با من‌ذهنی اندازه می‌گیرید، متوجه نمی‌شوید.

شما نباید معیارهای مادی و ذهنی را برای ارزیابی پیشرفت معنوی خودتان به کار ببرید، این روش شما را ناامید می‌کند.

📌 زندگی این لحظه به ما می‌گوید شما ذهنتان را خاموش کنید تا من از طریق شما حرف بزنم، یعنی به جای شما فکر و عمل کنم، شما دیگر به سبب‌سازی نروید، در کار من هم دخالت نکنید. همه انسان‌ها باید ساکت باشند، تا خداوند زبانشان شود. آن موقع ما فقط یک زبان داریم و آن زبان زندگی است.

پس شما خاموش باشید اَنْصِتُوا
تا زبان‌تان من شوم در گفت‌وگو
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲

📌 شما با من ذهنی و سبب‌سازیِ ذهن نمی‌دانید نیاز واقعی‌تان چیست، نیاز واقعی شما را تنها عقل کل، خداوند، می‌داند. بسیاری از چیزهایی را که ما می‌خواهیم اصلاً به آن نیاز نداریم، حتی اگر آن‌ها را به دست هم بیاوریم به به‌ضرمان است. ما حقیقت خیلی چیزها را نمی‌دانیم! با سبب‌سازی و با عمل کردن با ذهن من دار چیزها را به دست می‌آوریم، و آخرسر به‌ضرمان تمام می‌شود.

📌 فضایی که در اطراف ما وجود دارد شبیه سکوت در بین نتهای موسیقی است. شما سکوت را می‌شنوید، این سکوت به‌وسیله سکوت درون شما که همان خداوند است، شنیده می‌شود، همچنین فضای خالی اطراف چیزها را می‌بینید، اگر ما فضای خالی را نبینیم، نمی‌توانیم زندگی کنیم. فضای خالی را همان خلأ درون ما می‌بیند، پس خلأ یا سکوت درون ما دائماً با ماست و زندگی را برای ما مقدور می‌کند، ولی ما این‌قدر عادت کردیم که اصلاً متوجه نیستیم این فضا وجود دارد، اکنون می‌خواهیم هشیارانه به آن فضا آگاه شویم، اگر ما هشیارانه از این فضا آگاه نشویم، نمی‌توانیم به خداوند زنده شویم.

📌 هرچیزی که ذهن نشان می‌دهد، بهانه یا ابزاری است که خدا را ببینیم. ما باید آگاه باشیم که نمی‌توانیم بدون فضا و فضاگشایی زندگی کنیم، این یک چیز دینی یا مذهبی نیست، بلکه یک کلید مهم برای زنده شدن به خداست.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم

او بهانه باشد و، تو مَنظَرَم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹

مَنظَر: جای نگریستن و نظر انداختن

👉 هر انسانی چون از جنس الست، از جنس خداست، قرآنی در درون خود دارد، که آن را باید یک باشنده مقدس که خود زندگی یا خداوند است بخواند، وقتی منذهنی می‌خواند، باطل و غلط می‌خواند.

اگر ما اجازه می‌دادیم قرآن درون ما را خداوند بخواند، زندگی ما زیبا می‌شد، پس بیاییم فضا را باز و مرکز را عدم کنیم، تا زندگی قرآن درون ما را بخواند و با ارتعاش به زندگی ما را از بیهودگی و مردگی منذهنی نجات دهد.

من مُصحفِ باطلم ولیکن

تصحیح شوم، چو تو بخوانی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۵۶

👉 هر موقع چیزی را که ذهنمان نشان می‌دهد به مرکزمان می‌آوریم با آن همانیده شده و آخسر از آن منزجر می‌شویم و کارمان به درد و جدایی ختم می‌شود، حتی اگر هم به آن چیز برسیم، به ما درد می‌دهد، زیرا طرح زندگی این است که ما نباید چیزها را در مرکزمان بگذاریم.

صورتی را چون به دل ره می‌دهند

از ندامت آخرش ده می‌دهند

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۴

ده دادن: منزجر شدن

👉 اگر شما در توصیف و در سبب‌سازی ذهن باشید، بخواهید از چیزها خوشی بگیرید، وقتی آن‌ها پیشتان نیستند، احساس تنهایی می‌کنید یک لحظه هم نمی‌توانید از مردم یا همانیدگی‌ها جدا شوید، همین‌که تنها می‌شوید تا گردن به غم و اندیشه فرو می‌روید. می‌بینید که ما با آدم‌ها همانیده هستیم،

همین که بین آنها نیستیم استرس می‌گیریم و دچار غم و اندوه می‌شویم که این کار از نظر زندگی کاملاً اشتباه است.

یک زمان تنها بمانی تو ز خلق

در غم و اندیشه مانی تا به خلق

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۵

✍️ اگر کسی به یکتایی خداوند زنده شود، هیچ همانیدگی در مرکزش نمی‌ماند، مست زندگی می‌شود و به هیچ چیز و هیچ کس احتیاج ندارد، معنی‌اش این نیست که باید تنها زندگی کند، اما اگر ما نتوانیم تنها زندگی کنیم و دائماً به دیگران احتیاج داشته باشیم تا تنهایی ما را پر کنند یا حال خوب به ما بدهند، نمی‌توانیم عشق به وجود بیاوریم. اکنون مسئله مهم بین زوجها همین است که هر کدام می‌گویند تو باید مرا خوشبخت کنی!

زن و مرد که با هم ازدواج می‌کنند انتظار خوشبختی و زندگی از همدیگر دارند، غافل از این که نه مرد می‌تواند زن را خوشبخت کند، نه زن می‌تواند به مرد زندگی بدهد. باید زن و مرد هر دو به زندگی زنده شوند و از خداوند خوشبختی و زندگی بخواهند.

✍️ اگر سیستم من‌ذهنی و زمان مجازی که در جهان برقرار است ما را اداره نکند، آن کسی که تمام این کائنات را می‌گرداند، ما را هم اداره خواهد کرد.

اگر چرخ وجود من از این گردش فروماند

بگرداند مرا آن کس که گردون را بگرداند

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۲

✍️ ما به‌عنوان آلت، جنس زندگی، میان هزاران گرگ محاصره شده‌ایم، وقتی یک نوزاد وارد این جهان می‌شود از جنس خداوند است، من‌های ذهنی به‌عنوان گرگ محاصره‌اش می‌کنند، این کودک در این جهان بی‌کس است، چه کسی می‌تواند کس او باشد؟ هر انسانی که به خداوند، به عشق زنده شده باشد، ولی اگر پدر و مادرش یا اعضای خانواده و جامعه من‌ذهنی دارند، همه مانند گرگ هستند،

اما خداوند می‌تواند چوپان ما باشد، چگونه؟ ما می‌توانیم با فضاگشایی از شر گرگ‌ها که همان من‌های ذهنی هستند و به صورت قرین ما را احاطه کرده‌اند، نجات پیدا کنیم.

یک یوسف بی‌کس است و صد گرگ

اما برهد، چو تو شبانی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۵۶

علت این‌که زندگی نمی‌تواند از زبان ما حرف بزند، این است که مردم با من‌ذهنی‌شان گوش می‌دهند، بی‌ملال نیستند، همه ما با فضاگشایی باید به همدیگر کمک کنیم که به زبان زندگی حرف بزنیم، ولی همین‌که مرکز را جسم می‌کنیم به تفسیر ذهنی می‌افتیم و شروع به ایرادگیری می‌کنیم، دیگر شنونده نمی‌تواند به زبان زندگی حرف بزند، یا به عبارتی اگر شنونده در این لحظه شاد و زنده دل باشد و به رنج و اندوهی که ذهن برایش به وجود می‌آورد، پایان دهد، با فضاگشایی، شادی بی‌سبب به زندگی‌اش می‌آید و از جنس خداوند می‌شود، در این حالت گوینده لال و بی‌زبان هم، صدها زبان باز می‌کند و لب به سخن می‌گشاید.

مُسْتَمِعِ چون تازه آمد بی‌ملال

صد زبان گردد به گفتن، گنگ و لال

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۰

مُسْتَمِعِ: شنونده

مولانا می‌گوید لزومی ندارد شما در ذهنتان با سبب‌سازی ذهن مرتب خواسته‌هایتان را بیان کنید، نیاز به گفتن نیست، خداوند همه‌چیز را می‌شنود و از همه‌چیز شما خبر دارد، پس لزومی ندارد حرف بزنید. این درست نیست که شما زندگی‌تان را در ذهن و به صورت ذهنی بنویسید بلکه باید فضا را باز کنید تا خداوند سند زندگی‌تان را بنویسد و بخواند.

ناگفته، حدیث بشنوی تو

ننوشته، قباله را بخوانی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۵۶

👉 ذهن را خاموش کن، از سبب‌سازی بیرون بپر، با ثناگویی از خداوند تعریف نکن، همچنین عجز و لابه را کنار بگذار، چون همه این‌ها ذهنی است. فضا را باز کن، برای این‌که از طرف خداوند این ندا رسید: «من را با ذهن نخواهی دید». همه این کارهایی که تو می‌کردی با ذهن بوده و نمی‌توانی خدا را با ذهن ببینی.

خاموش، ثنا و لابه کم کن
کز غیب رسید لَنْ تَرَانِی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۵۶

👉 هر انسانی حامله به حضور است، حضور ما درون من ذهنی ماست که باید از ما زاییده شود. این حالت زایمان انسان اگر عشق در خانواده باشد، خیلی زودتر و سریع‌تر صورت می‌گیرد، اما اگر کسی همه‌اش با من ذهنی جلو برود، با پراکنده شدن همانیدگی‌هایش، زندگی‌اش سرد می‌شود و به درد می‌افتد، در این حالت دیگر نمی‌تواند به زندگی ادامه بدهد و همان موقع است که از خداوند کمک می‌خواهد و متوجه می‌شود که تا به حال، خداوند را با ذهنش جست‌وجو می‌کرده و این غلط بوده، تصمیم می‌گیرد که از این به بعد دیگر این کار را نکند و با عقل و خرد کل پیش برود.

👉 دلی که در دویی ذهنی است با زیاد شدن همانیدگی‌ها یا وضعیت‌ها که به مرکزش می‌آید شاد یا غمگین می‌شود، ما می‌دانیم وضعیت‌ها را زندگی برای ما به وجود می‌آورد، اتفاقات گاهی خوب و گاهی بد است. موقع خوب بودن می‌خندیم، موقع بد بودن گریه می‌کنیم، چنین شخصی که از طریق من ذهنی می‌بیند، لایق عشق لایق دیدن خداوند نیست.

دل که او بسته غم و خندیدن است
تو مگو کاو لایق آن دیدن است
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۱

📌 وقتی مرکزمان را عدم می‌کنیم، شیطان به گوش ما می‌خواند که اگر همانیدگی نداشته باشی بدبخت خواهی شد، ما می‌ترسیم، فوراً دوباره چیزها را به مرکزمان می‌آوریم و مرکز عدم را می‌بندیم، بنابراین از ترس آن «دیو لعین»، من‌ذهنی، به گمراهی می‌رویم. گمراهی یعنی چیزها مرتب به مرکزمان بیایند و ما برحسب آن‌ها ببینیم. شما بیدار شوید و این کار را نکنید.

تو ز بیم بانگِ آن دیو لعین
واگریزی در ضلالت از یقین
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۲۹
ضلالت: گمراهی

📌 بانگ من‌ذهنی را من‌های ذهنی می‌شنوند.

هنگام تمرین معنوی و فضاگشایی، من‌های ذهنی اطرافتان شما را از این کار منع می‌کنند، اگر شما بانگ آنان را بشنوید، جزو بدبخت‌ها می‌شوید.

شما باید فضا را باز کنید، بانگ خداوند را بشنوید که پاسبان «اولیا» است، تا او بتواند از طریق شما حرف بزند.

«اولیا» کسانی هستند که هر لحظه فضاگشایی می‌کنند، آن‌ها لزوماً کسانی نیستند که به بی‌نهایت خدا زنده شده‌اند، حتی کسانی که در این راه معنوی هستند نیز جزو اولیا محسوب می‌شوند.

بانگ دیوان، گله‌بان اشقیاست
بانگ سلطان، پاسبان اولیاست
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۴۳

📌 در مسیر پیشرفت معنوی هر کسی راه خودش را می‌رود و عمق خودش را دارد. نمی‌توانیم بگوییم این شخص جزو اولیاست، آن یکی نیست.

کسی که بانگ دیوان را می‌شنود، هشیاری جسمی و من‌ذهنی دارد، ذهنش را به مرکزش آورده، و با سبب‌سازی ذهن کار می‌کند، اما کسی که بانگ خدا و «سلطان» را می‌شنود، فضاگشا بوده و مرکزش

عدم است و هر لحظه فضاگشایی می‌کند، بنابراین این دو بانگ به هم نمی‌آمیزند، حتی یک قطره هم از «بحر خوش» که نماد حضور و هشیاری نظر است، با «بحر شور» که هشیاری جسمی همراه با درد است با هم آمیخته نمی‌شوند.

تا نیامیزد، بدین دو بانگ دور
قطره‌ای از بحر خوش با بحر شور
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۴۴

وقتی من ذهنی داریم، از جنس شیطان هستیم، شیطان به خداوند می‌گوید تو این بلاها را بر سر من آوردی، در صورتی که آدم، انسان فضاگشا، می‌گوید اعمال و اشتباهات خودم سبب شده‌است. ما نیز نباید دیگران را مقصر بدانیم؛ مثل حضرت آدم بگوییم من مقصرم، ذهنم را به مرکزم آورده و این همه تخریب را خودم ایجاد کردم. شیطان فعل خود را ندید که چیزها را در مرکزش گذاشته و برحسب آن‌ها دیده، حتی خداوند خواسته به او کمک کند، اما او برحسب من‌ذهنی، همانیدگی، جدایی و سبب‌سازی عمل کرده، مرکزش را عدم نکرد، و به خداوند گفت تو من را گمراه کردی، تو قدرت داشتی و می‌توانستی من را هدایت کنی، نکردی!

خداوند عقلِ کُل است و اشتباه نمی‌کند. ما وقتی من‌ذهنی داریم می‌گوییم خداوند چرا این‌قدر اشتباه می‌کند؟! چرا زندگی من یا جهان را این‌طور اداره می‌کند؟! اگر خدایی هست پس کجاست؟! چرا به داد ما نمی‌رسد؟! این طرزتفکر که از سبب‌سازی ذهن می‌آید، کاملاً اشتباه است.

گفت شیطان که بِمَا أَعْوَيْتَنِي
کرد فعلِ خود نهران، دیو دنی
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸
دنی: فرومایه، پست

✍️ آدم گفت پروردگارا ما به خود ستم کردیم، اگر به ما کمک نکنی، بیچاره می‌شویم، همین اعتراف باعث شد که فضا را باز و مرکزش را عدم کند، فهمید که زندگی براساس قوانین خود عمل می‌کند، اگر در این لحظه به جای عدم، مرکزش جسم شود، کارافزایی، درد و خرابکاری در بیرون ایجاد کرده و ضرر خواهد کرد.

گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا
او ز فعل حق بُد غافل چو ما
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۹

✍️ اشتباه دید ما از چیست؟

ما از جنس هشیاری، از جنس خدا، زندگی و آلت هستیم، بنابراین درست می‌بینیم. همین‌که همانیده می‌شویم و عینک‌های مادی می‌زنیم و از طریق آن‌ها می‌بینیم، سحر شده به دید غلط می‌افتیم، لحظه‌به‌لحظه این اتفاق می‌افتد در نتیجه همه‌اش غلط می‌بینیم. ممکن است یک لحظه، به دلیلی مثلاً حس زیبایی، یا تأثیر یک بیت مولانا، ما فضاگشایی کنیم و زندگی را ببینیم و مرکزمان عدم شود اما فوراً من‌ذهنی این فضا را می‌بندد. برای همین مولانا می‌گوید تو می‌آیی، ولی نمی‌مانی و می‌روی، برای این‌که ما دوباره با من‌ذهنی و با دید هشیاری جسمی، می‌خواهیم خداوند را به زندگی‌مان بیاوریم.

✍️ من‌ذهنی دزد است، می‌خواهد زندگی را از همه‌چیز بدزدد، اگر بفهمد خودش زندگی است، به خدا زنده می‌شود.

حضرت رسول فرموده‌اند: «سرسخت‌ترین دشمن شما در درون شماست». ای انسان، بدان سرسخت‌ترین دشمن تو، نفس تو است که در میان دو پهلویت، در مرکز و درونت جا دارد.

در خبر بشنو تو این پندِ نکو

بَيْنَ جَنْبَيْكُم لَكُمْ اَعْدٰی عَدُو

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۶

📖 من ذهنی در ستیزه و لجبازی مانند ابلیس است که به هیچ وجه تسلیم نشد. ما نیز جلال و شکوه من ذهنی را داریم، می‌خواهیم دیده شویم. فکر می‌کنیم قدرت، پول، ثروت و نفوذ داریم، مردم مرا می‌بینند، قبول دارند و تأیید می‌کنند، این‌ها طُمطراق، هیاهو و سروصدای من ذهنی است.

نمایش شکوه و جلال، آوازه و خودنمایی کار من ذهنی است. چون لحظه به لحظه از طریق همانیدگی‌ها می‌بینیم، سحر شدیم. من ذهنی با این سحر و دید غلط هر کاری که دلش می‌خواهد می‌کند.

طُمطراقِ این عدو مشنو، گریز
کو چو ابلیس است در لَجّ و ستیز
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۷

بر تو او، از بهر دنیا و نَبرد
آن عذابِ سَرمدی را سهل کرد
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۸

📖 انسان با من ذهنی می‌تواند نسل خود را از روی زمین بردارد. من ذهنی گاه را کوه نشان می‌دهد. ما در زندگی عادی سر چیزهای کوچک، دعوای بزرگ راه می‌اندازیم.

در قدیم شاهان هزاران نفر را به کشتن می‌دادند تا ثابت کنند که برتر هستند. تنها چیز مهم و منظور اصلی ما، زنده شدن به خداست که من ذهنی آن را ناچیز و گاه نشان می‌دهد.

کار ذهن برعکس است، به این صورت که هر چیزی که حضور در آن نیست و هشیاری جسمی و درد است را زیبا نشان می‌دهد و برعکس حضور را که شیرین و زیباست، زشت نشان می‌دهد.

آیا ما به آموزش‌های مولانا ارزش می‌گذاریم؟! اگر این طور بود که الآن باید میلیون‌ها نفر به مولانا گوش می‌کردند، اما یک من ذهنی که حرفش جز خرابکاری چیز دیگری نیست وقتی حرف می‌زند، هزاران نفر گوش کرده و تحسین می‌کنند! سحر این کارها را می‌کند.

وقتی از طریق سحر و همانیدگی‌ها حرف می‌زنیم، خداوند حرف ما را نمی‌شنود.

کارِ سحر این است کو دم می‌زند

هر نفس، قلبِ حقایق می‌کند

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۲

📌 حرف‌های من‌ذهنی سحر است، وقتی ذهن به مرکز می‌آید و برحسب سبب‌سازی حرف می‌زنی، این سبب ویرانی تو است، و در مقابل، گفتِ خداوند با مرکز عدم و فضای گشوده‌شده هم سحر است، اما سحر من‌ذهنی را باطل می‌کند.

گفتِ او، سحرست و ویرانیِ تو

گفتِ من، سحرست و دفعِ سحرِ او

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۸

📌 اگر چیزی به مرکز آمد و منقبض شدی، باید فضاگشایی کنی، هیچ حرفی نزنی و هیچ عملی نکنی، در غیر این صورت من‌ذهنی یا شیطان عمل می‌کند، زیرا از مرکز جسمی درد می‌روید.

اگر «بسط دیدی» و بسط را تجربه کردی و مرکزت عدم شد، مرتب منبسط شو، بسط خود را «آب ده» وقتی میوه می‌آید، میوه‌اش ارتعاش به زندگی و همین ابیات مولانا است. مولانا نیز منبسط شده و میوه‌اش همین ابیات است که با همه شریک شده است.

قبض دیدی چاره آن قبض کن

زان‌که سرها جمله می‌روید ز بُن

بسط دیدی، بسطِ خود را آبِ ده

چون برآید میوه، با اصحابِ ده

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲-۳۶۳

✍ این لحظه قلم خداوند هر عملی که انجام می‌دهیم را می‌نویسد، چند درصد کارهای ما براساس من‌ذهنی و چند درصد برحسب دید زندگی و مرکز عدم است؟
ما به‌اندازه‌ای که از طریق عدم و زندگی عمل می‌کنیم، لایق هستیم، اما اگر مرکزمان جسم شود، مطابق با آن، جزا خواهیم دید.

مولانا می‌گوید، اگر چیزها را در مرکزت بگذاری و برحسب آن‌ها ببینی، زندگی که در این لحظه می‌نویسد، کژ و بد خواهد نوشت.

پس قلم بنوشت که هر کار را
لایق آن هست تأثیر و جزا

کژ روی، جَفَّ الْقَلَمِ کژ آیدت
راستی آری، سعادت زایدت

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۳۲-۳۱۳۳

✍ ما انسان هستیم و توانایی انتخاب داریم. شعور و قدرت تمییز داریم. در این لحظه می‌توانیم فضاگشایی یا فضابندی کنیم.

زندگی مانند ترازو عمل می‌کند، هرچه هشیاری جسمی کم شود، هشیاری حضور زیادتر می‌شود و قلم زندگی بهتر می‌نویسد.

ما نمی‌توانیم مرکزمان را جسم کرده و به درد ارتعاش کنیم و در آخر بخواهیم زندگی‌مان عالی شود.

از ترازو کم کنی، من کم کنم

تا تو با من روشنی، من روشنم

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰

📖 در ارزیابی معنوی خود هر لحظه می‌خواهیم ببینیم که حالمان چگونه است! ما به سبب‌سازی ذهن می‌رویم می‌گوییم این کار را می‌کنم، بعد آن کار را می‌کنم، از این‌جا شروع می‌کنم بعد این‌جا می‌روم، این‌جا دیگر حضور است! ممکن است عده‌ای کلاس برگزار کنند، به‌طور مثال هفت قدم برای رسیدن به حضور! خیر حضور همین لحظه است. حضور یک چیز ذهنی و توهمی نیست، شما باید به زندگی زنده شوید، بنابراین با ذهنتان پیشرفت معنوی‌تان را ارزیابی نکنید. خداوند، «آلست» و اصل شما چونی و چندی ندارد.

چنان گشت و چنین گشت، چنان راست نیاید
مدانید که چونید، مدانید که چندی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۸

📖 چرا ما خدا را می‌خوانیم و او نمی‌آید؟

برای این‌که او را با ابزارهای مادی صدا می‌کنیم، با من‌ذهنی عبادت می‌کنیم، یعنی با مرکز و دید مادی و با هشیاری جسمی یک خدای مادی را می‌خوانیم و او نمی‌آید. خدای مادی وجود ندارد، اگر هم تصادفاً بعضی مواقع به حضور برسیم، می‌بینیم یک لحظه بود، سریع من‌ذهنی‌مان وسط می‌پرد، و اتصال قطع می‌شود، بنابراین نباید ابزارهای من‌ذهنی را به‌کار ببریم.

مکن ای دوست، نشاید که بخوانند و نیایی
و اگر نیز بیایی، بروی زود، نیایی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷

📖 روز الست «به تو سوگند خوردم»، گفتم من از جنس تو هستم و همیشه از جنس تو خواهم ماند. سوگند خوردم که از شیوه جنس تو بودن، از شیوه این‌که تو از طریق من کار کنی، برنگردم،

اما مدت‌ها با سبب‌سازی ذهنم کار کرده‌ام و اکنون دارم هزینه پس می‌دهم، مثلاً درد ایجاد کردم و رنجیدم، رنجش‌ها در من بالا می‌آیند، باید آن‌ها را ببخشم و حل کنم. زندگی می‌گوید من این‌ها را به هشیاری تو می‌آورم، تو شناسایی کن و ببنداز. مرتب مرا به مرکزت بیاور و صبر کن.

من هر لحظه در خود، شور و انقلاب درونی ایجاد می‌کنم و این پارک ذهنی را به هم می‌ریزم، یعنی تا آنجا که مقدور است نمی‌گذارم ذهنم به مرکزم بیاید، اگر مرکزم عدم و فضا باز شود، حول محور خدا و خدایی می‌گردم، نه حول محور من ذهنی.

به تو سوگند بخوردم، که ازین شیوه نگردم
بکنم شور و بگردم، به خدا و به خدایی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷

🔦 ای دوست، ای زندگی، چراغ حضور، مرکز عدم و فضای گشوده‌شده را روشن کن. چراغی که عالم انسان‌ها را می‌گرداند.

چه چیزی در روی زمین ما را می‌گرداند؟ اختر و چرخ ذهن، چرخ همانیدگی‌ها. تقریباً همه انسان‌ها همانیده هستند، من ذهنی دارند و در ستیزه هستند، همه می‌گویند مال من زیادتر شود.

اگر چراغ فضاگشایی را روشن کنیم، از من ذهنی و چرخ‌ی که در درون براساس همانیدگی و جدایی با من ذهنی درست کرده‌ایم، بهتر است، پس فضا را باز می‌کنیم و می‌گوییم ای دوست ما را معالجه کن، و معلوم می‌شود تمام دردهای ما چه جسمی و چه روحی، همه به علت بد دیدن، جدایی و همانیدگی‌ها است که اگر فضاگشایی و مرکز را عدم کنیم، تمام دردهای ما شفا پیدا می‌کند.

بکن ای دوست چراغی، که به از اختر و چرخ
بکن ای دوست طبیبی، که به هر درد دوایی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷

🔦 ای انسان شایسته نیست که طبیب اصلی را از دست بدهی و به پیش طبیبان جسمی بروی و بخواهی مداوایت کنند. این دل ویران به صورت جغد ظهور کرده و زندگی ما و بقیه را خراب و از پرتو روی زندگی محروم می‌کند.

پرتو فضای گشوده‌شده باید روی من ذهنی ما بیفتد و آن را تبدیل کند، آن‌گاه می‌بینیم که این جغد همایی می‌کند.

اگر من فضا را باز کنم، ارتعاش عدم و انعکاس انرژی و برکت تو به من ذهنی و به دل همانیده من می‌زند و ناگهان این جغد خاصیت هُما پیدا می‌کند،

پس راه حل مولانا فضاگشایی و انداختن پرتو این فضای گشوده شده روی همانیدگی‌ها است که هم دردهای ما را دوا می‌کند و هم چراغ هدایتی در دست ماست، آن‌گاه هیچ چیز بیرونی نمی‌تواند به مرکز ما بیاید.

دل ویران من اندر غلط، ار جغد درآید
بزند عکس تو بر وی، کند آن جغد همایی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷

👉 یک قومی دائماً می‌خندند چون همانیدگی‌هایشان زیاد شده و وضعشان خوب است. یک قومی هم گریه می‌کنند برای این‌که همانیدگی‌هایشان زیاد نشده و وضع بیرونی‌شان خراب است. هر دوی این‌ها ذهنی هستند، این‌ها راه عشق تو را می‌بندند. این ستیزه‌نمایی یا نمایش ستیزه است، چون این‌هایی که می‌خندند، ذهنشان را به مرکزشان می‌آورند، منتها ذهنشان الآن خوب است. آن‌هایی که گریه می‌کنند هم همان ذهنشان را به مرکزشان می‌آورند، منتها این‌ها ذهنشان بد و وضعشان خراب است و می‌گیرند، هر دوی این‌ها راه اتحاد با تو را می‌بندند. چون هر دو در ذهن و اسیر ذهن هستند، این دو قوم در جهان پیروان زیادی دارند.

هله یک قوم بگریند، و یکی قوم بخندند
ره عشق تو ببندند به استیزه نمایی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷

👉 درست است که انسان‌ها در ظاهر از نظر بدن، رنگ پوست و همانیدگی‌های فرهنگی با هم متفاوت هستند، اما همه انسان‌ها در این دو جنس مشترک هستند: یا هشیاری جسمی دارند یا هشیاری نظر. در حضور که همه هشیارانه از جنس خدا و در من‌ذهنی از جنس همانیدگی و نفس هستند و به نیروی درد و همانش جهان وصل و با آن کنترل می‌شوند. در روی زمین غیر از این دوتا، چیز دیگری نداریم.

جدی گرفتن صورت ظاهری‌مان به صورت من‌ذهنی، غلط است، زیرا همه ما از حلقه عشق هستیم. حتی انسان‌هایی که فکر می‌کنند از حلقه عشق نیستند، بالاخره باید بفهمند که از حلقه عشق هستند و درنهایت باید به او یعنی خداوند پیوندند.

اگر از خشم بجنگی وگر از خصم بلنگی
و اگر شیر و پلنگی تو هم از حلقه مایی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷

👉 ما در ذهنمان خوب و بد داریم. در هر جای این دنیا که بزرگ شده‌ایم، خانواده و فرهنگ آن محیط گفته این چیز بد است، این چیز خوب است؛ در نتیجه می‌خواهیم با چیزهای نیک همانیده و آن‌ها را نگه داریم، بدها را هم از خودمان برانیم.

از نظر ذهن بعضی اتفاقات بد و بعضی‌ها خوب هستند، اما هر دو به مرکزمان می‌آیند. ما با اتفاق بد ناراحت و با اتفاق خوب خوشحال می‌شویم. زمانه و ذهن ما را این‌طوری اداره می‌کند، باید بدانیم اگر با این روش زندگی کنیم و پیش برویم «عشق از خانه خدا یا خانه دل ما نخواهد جهید»، برای این‌که عشق از جنس ذهن نیست.

به بد و نیک زمانه، نجهد عشق ز خانه
نَبُود عشق فسانه، که سمایی‌ست، سمایی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷

👉 عشق چیست؟

عشق زنده شدن به زندگی و ساکن شدن در این لحظه و بی‌نهایت شدن و تبدیل شدن به خداست، که این کار سبب می‌شود ما به صورت خورشید از مرکزمان طلوع کنیم.

👉 انسان این فرصت را دارد که هرچه زودتر فضا را باز کند و به خداوند زنده شود، و این عشق است، لذت بی‌کرانه است، اما چرا انسان این کار را نمی‌کند؟ برای این‌که شکایت می‌کند. شکایت از نظر زندگی بدترین چیز است.

این لحظه یک اتفاق می‌افتد شما شکایت می‌کنید، چرا؟ برای این که برحسب سبب‌سازی ذهن قضاوت و مقاومت می‌کنید، این یعنی بستن راه زندگی و ذهنی کردن زندگی. ذهنی کردن زندگی شکایت است. چرا؟ چون شما صنع را قبول ندارید، «قضا» و «کُنْ فَكُنْ» را قبول ندارید، یعنی خدا را قبول ندارید. اگر شما برای خداوند قاعده درست نمی‌کردید، شکایت نمی‌کردید، جفایی در بین نبود. شکایت یعنی جفا که عکس وفاست.

اگر کسی به آلت وفا داشته باشد، این لحظه هیچ شکایتی ندارد، چون فضا را باز می‌کند و پیغام اتفاق را می‌گیرد. مولانا می‌گوید اتفاقات برای خوشبخت کردن یا بدبخت کردن ما نمی‌افتند، اتفاقات می‌افتند تا سبب شوند ما این فضا را ببینیم.

لَدَيْ بِي كِرَانِهَائِي سَت، عَشَق شَدِه سَت نَامِ اُو
قاعده خود شکایت است، ورنه جفا چرا بُوَد؟
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰

هر چیزی و هر اتفاقی در جهان برای این است که فضای اطرافش را بنگریم، نه این که خودش را ببینیم و شکایت کنیم، خودش «آفل» است، بنابراین در صورتی که اتفاقات ذهنی را بپذیریم و برایمان مهم نباشند یک دفعه چشم عدم ما باز می‌شود و فضای اطرافش را می‌بینیم، همان موقع خدا را نیز می‌بینیم.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم
او بهانه باشد و، تو مَنظَرَم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹

تاج گرامی داشت یعنی من به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده می‌شوم، و گردن بندِ کوثر و بی‌نهایت فراوانی خداوند از بَرَم آویزان است؛ من این دو موهبت را دارم، چرا بروم به این جسم که عمر این جسم را زیاد کنم؟ البته این جسم باید سالم بماند، و وقتی که مرکز عدم است و این چیزها را رعایت می‌کنم، حتماً سالم می‌ماند.

تاجِ کَرَمَناسْت بر فرقِ سَرَت

طَوَقِ اَعْطَیْناکِ اَوِیْزِ بَرْت

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۴

👉 به محض این که هشیار شویم چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد مهم نیست و آن چیز دیگر به مرکزمان نیاید، ذهنمان گند می‌شود و تعظیم خدا را به جا می‌آوریم و ادب پیدا می‌کنیم. ادب و تعظیم خدا یعنی این که ما به سبب‌سازی ذهن نیفتیم و عقل من‌ذهنی خودمان را به عقل کل ترجیح ندهیم.

👉 ما در اثر همانش با چیزها مرضی به نام پندار کمال می‌گیریم، فکر می‌کنیم عقل کل هستیم و همه چیز را می‌دانیم. مولانا می‌گوید مرضی بدتر از پندار کمال در جان انسان نیست. پندار کمال از جادو شدن و سحر دیدن برحسب همانیدگی‌ها و چیزهای بیرونی می‌آید و این پندار کمال قاعده یک مثلث است، دوتا ضلع دیگرش ناموس و درد است که یک چنین شخصی عقل، حس امنیت، هدایت و قدرت را از همانیدگی‌ها می‌گیرد، برحسب آن‌ها می‌بیند، بنابراین زیر سحر و جادوی آن‌هاست.

عَلَّتِی بَتر ز پندارِ کمال

نیست اندر جانِ تو ای دُودَلال

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

دُودَلال: صاحبِ ناز و کرشمه

👉 در زیر ظاهر آرام ما دردهایی مثل خشم، ترس، حرص، انتقام‌جویی، کینه‌ورزی، نگرانی، اضطراب، مقایسه و حسادت نهفته است.

ظاهر انسان آرام است، ولی درونش پر از درد است. شما به خودتان نگاه کنید ببینید اگر درونتان پر از درد یا مقداری درد است، شما حتماً «پندار کمال» دارید و می‌گویید «می‌دانم» و همین‌طور اگر این دوتا هست، حیثیت بدلی من‌ذهنی هم هست که اسم آن «ناموس» است. این ناموس، حیثیت بدلی، یک بند ناپدید است.

در تگِ جو هست سرگین ای فتنی
گرچه جو صافی نماید مر تو را
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹

کرده حق ناموس را صد من حدید
ای بسی بسته به بندِ ناپدید
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰
فتنی: جوان، جوانمرد
حدید: آهن

👉 اگر شما به اندازه کافی درد کشیده‌اید و دیگر نمی‌خواهید درد بکشید، وقت آن رسیده که انقلابِ درونی و شورش کنید، یعنی ذهنتان را به مرکزتان بیاورید، تا فضا باز و مرکزتان عدم شود و باید خوب درک کنید که این دردها و وضعیت‌ها را خودتان با گذاشتن چیزها در مرکزتان به‌وجود آورده‌اید.

هله ای دیده و نورم، گه آن شد که بشورم
پی موسی تو طورم، شدی از طور، کجایی؟
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷

👉 برای این‌که از من‌ذهنی‌رها بشوید، باید به‌طور مداوم یعنی چندین سال روی خودتان کار کنید، به مرکز عدم متعهد باشید و در روز هر موقع مرکزتان جسم می‌شود، دوباره برگردید و مرکزتان را عدم کنید و این را بدانید فعلاً نمی‌توانیم مرکزمان را عدم نگه داریم، برای این‌که من‌های ذهنی اطراف ما حواسمان را پرت می‌کنند، و از طریق قرین روی ما اثر می‌گذارند.

👉 وقتی ما با چیزها همانیده می‌شویم، من‌ذهنی درست می‌کنیم و دائماً می‌خواهیم حال من‌ذهنی را بهتر کنیم. حال من‌ذهنی بستگی به اتفاقاتی دارد که ذهن نشان می‌دهد و آن اتفاقات دست ما نیستند، بنابراین تا وقتی که در من‌ذهنی هستیم، حال ما هیچ موقع خوب نمی‌شود و متغیر است.

عاشقی تو بر من و، بر حالتی
حالت اندر دست نبود، یا فتی
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۱۵

🔥 اگر کسی یا چیزی را در مرکزتان بگذارید به آن نمی‌رسید، اگر به زور برسید، درد ایجاد می‌شود. اکثر ما ازدواج می‌کنیم، با طرف مقابل همانیده شده و او را در مرکزمان می‌گذاریم، در نهایت این زندگی به هم می‌خورد، چون این دو نفر طالب هم نیستند، با هم همانیده هستند، این رابطه از ابتدا براساس جدایی درست شده، براساس عشق درست نشده است.

اگر کسی را در مرکزتان می‌گذارید و عاشقش می‌شوید، در واقع این یک جور شهوترانی و حرص است. شما فکر می‌کنید اگر با کسی همانیده شوید واقعاً عاشق او شده‌اید، پس او باید بیاید و با شما یکی شود، درحالی‌که او از شما جدا می‌شود و فرار می‌کند، چون شما از طریق عشق با او ارتباط برقرار نکردید.

طالبِ اویبی، نگردد طالبت
چون بمردی طالبت شد مَطَلَبت
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۴۲

🔥 اگر ما دلمان را نسبت به آن چیزهایی که در مرکزمان هست، سرد کنیم و شهوت آن‌ها را نداشته، زیر جادوی آن‌ها نباشیم و مرکز ما عدم باشد، دیگر حتی اشتباهات ذهنی ما هم سبب نخواهد شد که پادشاهی‌مان را نسبت به چیزهای این جهان از دست بدهیم.

هشت گَرَّت کژ بکرد آن مهترش
راست می‌شد تاج بر فرق سرش
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۹
گَرَّت: بار، دفعه

📖 پیامبر فرموده‌اند هر کس فقط یک غم داشته باشد و آن غم زنده شدن به خدا باشد، خداوند سایر غم‌ها را از او می‌برد. طبق این فرموده اگر شما غم‌های مختلف دارید، پس می‌خواهید خدا را با چشم حسی و با فکرهایتان ببینید، این کار امکان ندارد و وقتتان را تلف می‌کند، اگر بشر از این اشتباه نتواند دریابد، که ظاهراً نمی‌تواند، ممکن است زندگی خود و خانواده‌اش را نابود کند و جامعه را به سوی تخریب پیش ببرد.

گفت: زُو، هرکه غم دین برگزید

باقی غم‌ها خدا از وی بُرید

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۳۷

📖 در ابیات مولانا قضا و کُن فکان به‌عنوان «سَر» بیان شده که ریشه و اصل است و می‌گوید انسان‌ها سَر را گم کرده‌اند، به «دُم» یعنی من‌ذهنی و سبب‌سازی روی آورده‌اند و همچنین هشدار می‌دهد انسان به این دلیل سرنگون می‌شود که از سَر اصلی که با فضاگشایی و مرکز عدم به‌دست می‌آید، دور شده و من‌ذهنی را اصل گرفته و تنها بدون کمک زندگی پیش می‌رود.

لیک بعضی رو سوی دُم کرده‌اند

گر چه سَر اصل است، سَر گم کرده‌اند

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۵۶

سرنگون زآن شد، که از سَر دور ماند

خویش را سَر ساخت و تنها پیش راند

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۱

📖 اشکال ما این است که می‌خواهیم با خرافات ذهنی با خداوند ارتباط بگیریم، و با سبب‌سازی ذهنی او را امتحان کنیم، می‌خواهیم بگوییم که سبب‌سازی ذهن حتی بهتر از تصمیم «قضا و کُن فکان» است، درحالی‌که قضا یا خداوند است که در این لحظه تصمیم می‌گیرد، نه قضاوت و سبب‌سازی ذهن ما. اعتماد به زندگی و قضا، از بیداری و آگاهی نشأت می‌گیرد، و با ابیات مولانا می‌توانیم به آگاهی و بیداری برسیم.

وقتی ذهن آشفته و به هم ریخته می‌شود، به ما تلقین می‌کند که این کوشش بیهوده است، درحالی‌که همین آشفتگی و کوشش بیهوده، بهتر از این است که ما از طریق همانیدگی‌ها ببینیم و هیچ دستی به آن‌ها نزنیم و در جبر من‌ذهنی زندانی شویم، حتی اگر ذهن می‌گوید این بیهوده است؛ شما آشفته بشوید، انقلاب درونی کنید، علیه دید من‌ذهنی شورش کنید. خداوند آشفتگی ذهنی ما و به هم ریختن فضای ذهن را دوست دارد.

دوست دارد یار، این آشفتگی

کوشش بیهوده به از خفتگی

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۱۹

تکرار زیاد ابیات و تأمل روی آن ایراد ما را نشان می‌دهد، مثلاً با خواندن این بیت باید از خومان بپرسیم آیا من آشفته‌ام و آشفتگی را دوست دارم؟ یا با من‌ذهنی پارک منظمی چیده‌ام و همه چیز تحت کنترل من است و اگر کسی وارد بشود نظم آن را به هم بزند، واکنش نشان می‌دهم، می‌گویم باید آن‌طوری که من می‌خواهم باشد، اگر این‌طور هستید، پس شما خفتگی را دوست دارید.

ذکر خدا و فضاگشایی و برگشتن به سوی خدا کار من‌ذهنی حقه‌باز نیست.

مولانا می‌گوید اگر از جنس خدا نیستی، متعهدانه روی خودت کار کن، ناامید نباش. مرتب با کمک مولانا در پی تبدیل باش، فضاگشایی کن، با هشیاری ناظر، ذهنت را تماشا کن، بین الآن این چیز که ذهنت نشان می‌دهد و با آن همانیده هستی، دارد خودش را به مرکزت هل می‌دهد، بگو نیا! من آن زندگی را که تو می‌دهی نمی‌خواهم؛ مثلاً یک آدم می‌خواهد بیاید مرکز شما به‌عنوان همسر که به شما زندگی بدهد، بگو نه، من زندگی را از همسر نمی‌خواهم. نه‌این‌که همسر نگیری! بلکه چون او زندگی نمی‌دهد، به مرکزت نیاور، ناامید هم نشو.

أذْکُرُوا اللَّهَ کَرَّ هَرِّ اَوْبَاشٍ نَیْسَت

اِزْجَعِی بَرِّ پَای هَرِّ قَلَّاشٍ نَیْسَت

لیک تو آپس مشو، هم پیل باش

ور نه پیلی، در پی تبدیل باش

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۳-۳۰۷۲

فَلاش: بیکاره، ولگرد، مفلس

👉 هر لحظه خداوند به گوش ما نجوا می‌کند «ارجعی»، برگرد به سوی من، با من یکی شو. آیا به من‌ذهنی شما می‌گوید؟ نه، به آلت، به آن جنسی که از جنس خداست می‌گوید. کسی که در دویی و سبب‌سازی ذهن است، اِزْجِعی را نمی‌شناسد و نمی‌شنود و با این گوش حسی فقط از بیرون می‌شنود. اتفاقات بیرون ما را به ذهن می‌برد.

👉 آفتاب جان یعنی طلوع کردن زندگی در جان انسان‌ها، که در مولانا و سایر بزرگان و همچنین در کسانی که مشتاقانه برنامه گنج حضور را پیگیری می‌کنند و گوش می‌دهند، بالا آمده‌است. مولانا می‌گوید ای «گران‌جانان» و من‌های ذهنی برخیزید و فرصت را از دست ندهید، اگر فضا را باز کنیم و خداوند بر کوه یا من‌ذهنی بتابد، کوه دژّه‌دژّه می‌شود و هر دژّه، هر همانیدگی که شناسایی و دیده شود، هشیاری را به ما پس می‌دهد و به بی‌نهایت او زنده می‌شویم. این موضوع آن‌قدر ساده است که مولانا می‌گوید ما به همانیدگی نگاه کنیم بگوییم «من از تو زندگی نمی‌خواهم»، بلافاصله زندگی و هشیاری به تله‌افتاده را به شما پس می‌دهد.

برآمد آفتابِ جان که خیزید ای گران‌جانان

که گر بر کوه برتابم، کمین دژاتِ من گردد

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۲

رقصان: اشاره به کوه طور و تجلی خداوند بر آن و شکافتن کوه.

میقات: وقت دیدار

👉 وقتی شما فضا را باز می‌کنید و به او زنده می‌شوید، در نظر شما جهان به رقص درمی‌آید. جهان می‌رقصد یعنی چه؟ یعنی هرچه ذهنتان نشان دهد، هر اتفاقی بیفتد، شما مقاومت نمی‌کنید، فضا را باز می‌کنید، اتفاق می‌رقصد و می‌گذرد، به مرکز شما نمی‌آید و نمی‌ماند. اتفاق برایتان مثل مهمان است، در زندگی‌تان می‌آید و می‌رود، شما به آن نمی‌چسبید، مثلاً فرزندتان متولد می‌شود، بزرگ

می‌شود و می‌رود، شما دوستش دارید، به او عشق می‌ورزید، ولی همان‌جایی نمی‌شوید و به او نمی‌چسبید. پولی به دستتان می‌رسد و از دست می‌رود. این‌طور نیست که وقتی می‌رود مثل این باشد که جانتان دارد می‌رود، بلکه با تغییر وضعیت‌ها شما هشیار می‌مانید و با زندگی در درون و بیرون می‌رقصید.

باید هشیار باشید اگر اتفاق و وضعیت خاصی به مرکز شما بیاید و شما با آن اتفاق بیفتید، نمی‌گذرد، می‌ماند و باعث رنجش شما می‌شود.

شما نباید بگویید خداوند مرا فراموش کرده، اصلاً یادش رفته من هستم! نه یادش نرفته، در درون تو به صورت عدم، به صورت فضای خالی سراسر وجود توست و تو را تماشا می‌کند، منتظر است از سخن‌گویی ذهنی با سبب‌سازی ارتفاع‌نگیری، صفر شوی تا او بتواند حرف بزند و به تو کمک کند؛ تو خودت نمی‌گذاری، در نتیجه این داروغه ذهنی دست تو را بسته و خداوند هم عمداً دارد تو را بی‌مراد می‌کند.

این طرز بینش که من می‌خواهم تأیید شوم و مردم من را ببینند و بپسندند، از من تعریف کنند، ارتفاع بگیرم، ارتفاع من را ببینند، درهای رحمت را به سوی شما بسته و زندگی شما را خراب کرده‌است. اگر این بینش عوض شود شما هیچ می‌شوید و به هیچ بودن افتخار می‌کنید، آن‌گاه ردپای خدا را در همه ابعاد زندگی‌تان می‌بینید.

بعضی از شما که سال‌هاست روی خودتان کار می‌کنید، گاهی حالتان خراب می‌شود و به صورت غیرمنتظره دردی از درون شما بالا می‌آید. شما می‌گویید پس چه شد؟ ما که فکر می‌کردیم تمام شد! نه، تمام نشده، برای این‌که چهار سال، پنجاه سال از طریق همان‌دگی‌ها عمل کردید و رنجیدید و درد ایجاد کردید. زندگی این دردها را که در اعماق وجود شماست بالا می‌آورد تا آن‌ها را به شما نشان بدهد. آن دردها باید یکی‌یکی بالا بیاید، شما ببینید، شناسایی کنید و بیندازید.

قلم زندگی در این لحظه مطابق آن‌چه ما سزاوار هستیم می‌نویسد، این غصه‌های دم‌به‌دم نتیجه فکر و عمل براساس همان‌دگی‌ها و مادی‌بینی ما بوده. این لحظه غصه، لحظه بعد غصه، علتش این است که ما همان‌دگی داریم.

فِعْلِ تَوَسْتِ اَيْنِ عَصَهِ اَي دَمِ بَه دَم

اَيْنِ بُوْدِ مَعْنَى «قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ»

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

👉 خوشبختی از این نمی‌آید که شما یک چیز ذهنی عالی را در بیرون پیدا کنید، به مرکزتان بیاورید، با آن همانیده شوید و از آن زندگی بخواهید. این کژ رفتن است، اگر کژ بروید و مرکز را جسم کنید، جَفَّ الْقَلَمُ کژ می‌نویسد؛ اگر مرکز را عدم کنید، فضا را باز کنید، این راست رفتن است و خوشبختی منتظر شما است.

کژ روی، جَفَّ الْقَلَمُ کژ آیدت

راستی آری، سعادت زایدت

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۳۳

👉 مولانا می‌گوید ما انسان‌ها مانند کمان هستیم و تیرانداز خداست. زندگی می‌خواهد از طریق ما تیر بیندازد. فکر کردن و حرف زدن‌های ذهنی ما دخالت در کار زندگی است و مانند کژ کردن کمان است.

شما کمان را تکان می‌دهید و او نمی‌تواند درست تیر بیندازد.

گر بپرّانیم تیر، آن نی ز ماست

ما کمان و تیراندازش خداست

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۱۶

👉 ما نباید خودمان را براساس معیارهای مادی بسنجیم. باید همین‌طور فضاگشایی کنیم و جلو برویم، نباید به ذهن برگردیم ببینیم براساس همانیدگی‌ها پیشرفت کرده‌ایم یا نه. اندازه‌گیری با ذهن درست نیست. خط‌کش ذهن نمی‌تواند پیشرفت معنوی ما را اندازه بگیرد، این هم یک تله است.

ما در من‌ذهنی دائماً در سبب‌سازی و مست همانیدگی‌ها بودیم و هر موقع کسی به ما گفت خودت را درست کن، گفتیم من معذورم! مولانا می‌گوید خودت را به مستی نزن، این تو هستی که اختیارت را از دست داده‌ای، اختیارت خودش نرفته. نگو تقصیر من نیست، تقصیر این چیزهاست که به مرکز من آمده. نه، تو انسان هستی، می‌توانی اختیارت را به دست بگیری، شناسایی کنی که این جسم در مرکز من چکار می‌کند؟ برای چه این چیز ذهنی به مرکز من می‌آید که مست آن بشوم، بعداً بگویم برحسب آن دیدم، تقصیر من نبوده، یکی آن را هل داده به مرکز من! نه، اختیارت خودش نرفته، تو بودی که اجازه دادی برود.

همچو مستی، کو جنایت‌ها کند
گوید او: معذور بودم من ز خود

گویدش لیکن سبب ای زشتکار
از تو بُد در رفتنِ آن اختیار

بیخودی نآمد به خود، توش خواندی
اختیارت خود نشد، توش راندی
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷-۴۱۰۵

مولانا می‌گوید آگاه باش، فضا را باز کن، به سوی یوسف که نماد خداوند و زندگی است دریچه‌ای باز کن و از این شکاف گشایش و آرامش و خردش را بگیر. عشق‌ورزی، فضاگشایی، یکی شدن با خدا همان دریچه باز کردن است، که در آن صورت سینه تو از جمال دوست یا خداوند روشن می‌شود.

خانه‌یی را کِش دریچه‌ست آن طرف
دارد از سیرانِ آن یوسف شرف

هین دریچه سوی یوسف باز کن
وز شکافش فُرجه‌یی آغاز کن

عشق‌ورزی، آن دریچه کردن است

کز جمال دوست، سینه روشن است

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۶-۳۰۹۴

فُرجه: تماشا

ای انسان همواره و لحظه به لحظه فضا را باز کن تا بتوانی روی معشوقه یعنی خداوند را ببینی، این به دست توست.

ادراک من ذهنی را دور بینداز. فضا را باز کن و آن قدر ادامه بده تا به او زنده شوی، از طریق او ببینی، با حرکت او حرکت کنی، این فضای گشوده شده کیمیای توست. این پوست یعنی من ذهنی را دوا کن، علاج کن. دشمنان ما من های ذهنی هستند، از این صنعت، با این تکنیک، دشمن را دوست کن، اگر بتوانیم فضا را باز کنیم، من ذهنی رفته رفته دشمنی را کنار می گذارد و من های ذهنی دیگر هم با ما دشمنی نمی کنند.

پس هماره روی معشوقه نگر

این به دست توست، بشنو ای پدر

راه کن در اندرون ها خویش را

دور کن ادراک غیراندیش را

کیمیا داری، دواي پوست گن

دشمنان را زین صنعت دوست گن

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۷-۳۰۹۹

صناعت: هنر، پیشه، کار

وقتی فضا را باز کنیم و از جنس زندگی و زیبا شویم، به آن زیبای ابدی خواهیم رسید که روح ما را از تنهایی نجات می دهد.

چون شدی زیبا، بدآن زیبا رسی

که رهاند روح را از بی کسی

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۰۰