

www.parvizshahbazi.com

برنامه

۹۶۴

گلچین حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۴۰۲/۳/۱۷



👉 ما در حبس یا زندان این جهان هستیم. سنگ این زندان از همانیدگی‌ها و فکرها ساخته شده و سیمانش هم از دردهاست.

ما می‌توانیم در خودمان بازبینی کنیم، اگر من هشیارانه تا به حال روی خودم کار نکردم که از حبس جهان خارج شوم پس حتماً در حبس این جهان یا در حبس همانیدگی با چیزهای این جهان هستیم.

یکی از مهم‌ترین چیزهایی که ما با آن همانیده می‌شویم، درد است، البته ما با هرچیزی که همانیده شویم و به مرکز ما بیاید، بالاخره منجر به درد می‌شود.

👉 قبل از ورود به این جهان ما از جنس هشیاریِ عدم یا از جنس هشیاریِ نظر و بی‌فرمی بودیم. وقتی وارد این جهان شدیم با چیزهایی که پدر و مادر و جامعه مهم می‌دانند مانند پول، آدم‌ها و باورها همانیده شدیم.

ما شکل فکری آن‌ها را تجسم کرده، به آن‌ها حس هویت تزریق کردیم، به این ترتیب صورت فکری آن‌ها به مرکز ما آمدند. وقتی ما با چیزی همانیده می‌شویم، به زندان آن می‌افتیم. این زندان همان ذهن ماست.

👉 همانیدن یعنی حس وجود بخشیدن به شکل فکری چیزها که به موجب آن، چیزها عینک دید ما می‌شوند، پس مرکز ما از عدم، تبدیل به جسم می‌شود و هشیاری جسمی پیدا می‌کنیم، یعنی دیگر جهان، خداوند یا خودمان را برحسب اجسام می‌بینیم و چهار برکت شامل عقل، حس امنیت هدایت و قدرت را که برای زندگی لازم داریم از این اجسام می‌گیریم، درحالی‌که باید آن‌ها را مستقیماً از خداوند بگیریم.

👉 «تا کی به حبس این جهان من خویش زندانی کنم؟»

با این یک مصرع از غزل مولانا،

ما چند نکته مهم را متوجه می‌شویم:

(۱) این‌که در زندان فکرها هستیم.

(۲) این زندان به وسیله چیزهای این جهانی و فکرها ساخته شده است.

(۳) این سؤال برای هرکدام از ما پیش می‌آید که «تا کی باید در زندان بمانم؟» و هرکسی فقط خودش می‌تواند به این سؤال پاسخ بدهد.

همه ما این توانایی و اختیار را داریم که از زندان ذهن بیرون بیاییم، منتها آن را به کار نمی‌بریم؛ درک این موضوع خیلی مهم است که ما باید از این زندان بیرون بیاییم و زندان جای زندگی نیست. بعضی از ما زندگی در ذهن را که زندان، محدودیت و درد است، زندگی عادی گرفته‌ایم و دچار این سوءتفاهم شده‌ایم که اگر تعداد همانیدگی‌ها را زیاد کنیم، به ما زندگی می‌دهند و زندگی‌مان را زیاده‌تر می‌کنند، درحالی‌که اگر تعداد همانیدگی‌ها زیاده‌تر شود، زندانمان محکم‌تر خواهد شد.

📌 «وقت است جان پاک را تا میر میدانم کنم»

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱

من همین لحظه باید شروع کنم به فضاگشایی در اطراف اتفاقات تا مرکزم عدم شود، جان پاکم که از جنس خداست خودش را به من نشان دهد و میر میدان شده و من از زندان ذهن بیرون بیایم.

خیلی‌ها می‌خواهند به زور و با ترفندهای من‌ذهنی فضاگشایی کنند و به حضور برسند، اما بعد از ده سال متوجه می‌شوند که داشتند با خودشان می‌جنگیدند. وقتی ما با من‌ذهنی کار می‌کنیم، من‌ذهنی قوی‌تر می‌شود، علت شکست ما در کار معنوی همین است، چون با من‌ذهنی می‌خواهیم از آلودگی و درد خارج شویم و به خودمان فشار می‌آوریم، اما نتیجه نمی‌گیریم و روز به روز آلوده‌تر می‌شویم.

📌 وقتی مرکزمان انباشته از همانیدگی‌ها و دردها است، در زندان هستیم، و باید همین الآن تصمیم بگیریم که از این زندان ذهن بیرون بیایم.

مولانا راه بیرون رفتن از زندان ذهن را به ما نشان می‌دهد؛ می‌گوید شما باید فضا را در اطراف اتفاقات و وضعیت‌هایی که ذهن نشان می‌دهد باز کنید، به جان پاک، خداییتان که از همانیدگی‌ها آزاد می‌شود دست یابید، تا از زندان ذهن آزاد شوید، اگر با من‌ذهنی عمل کنید موفق نمی‌شوید. خیلی‌ها در همین مرحله شکست می‌خورند.

📌 من شناسایی می‌کنم هرچیزی را که ذهنم در این لحظه نشان می‌دهد مربوط به دنیا و گذراست، مهم نیست، من آن را در مرکز نمی‌گذارم، بلکه فضا را در اطرافش باز می‌کنم، با فضاگشایی مرکز

عدم شده و ذهنم خاموش می‌شود و جان پاک خودش را نشان می‌دهد. این «جان پاک»، زندگی و خود اصلی ماست؛

مثلاً وقتی ما بی‌مراد می‌شویم، به جای این که عصبانی شویم، واکنش نشان دهیم، فضا را باز می‌کنیم، همانیدگی یا عیب خودمان را می‌شناسیم، درواقع شناسایی همانیدگی یک نوع مبارزه درونی و غلبه بر نفس یا من‌ذهنی است.

وقتی ما آگاه می‌شویم و اقرار می‌کنیم که دردها و گرفتاری‌های زندگی‌مان را خودمان ایجاد کرده‌ایم و این ما بودیم که همانیده شدیم، دیگر هیچ‌کس حتی پدر و مادر، اطرافیان و جامعه را مقصر نمی‌دانیم، بلکه وضعیت فعلی زندگی خودمان را می‌پذیریم؛ اقرار به این موضوع و درک آن، پهلوانی است. به جای پندار کمال که من می‌دانم، اشتباه نمی‌کنم و هر بلایی سرم می‌آید دیگران می‌کنند. ما روش مولانا را در پیش می‌گیریم.

من می‌دانم که با من‌ذهنی‌ام نمی‌توانم کار سازنده انجام دهم، بنابراین لحظه‌به‌لحظه فضای گشوده‌شده را مهم‌تر از آن چیزی می‌دانم که ذهنم نشان می‌دهد. تصمیم می‌گیرم عیب‌های خودم را بشناسم، می‌دانم که عیب دارم و می‌خواهم عیب‌های خودم را برطرف کنم، بنابراین فضا خودبه‌خود باز می‌شود و این جان پاک و هشیاری آزاد شده، مرا از زندان ذهن آزاد می‌کند.

جان ما در زندان همانیدگی‌هاست و کلید زندان هم دست ماست، کلید زندان هشیاری حضور و فضای گشوده‌شده است و یک شناسایی مهم این است که بپذیرم روش فعلی زندگی‌ام غلط است، چون براساس ایجاد درد و پخش آن، مسئله‌سازی، مانع‌سازی، دشمن‌سازی، کارافزایی و پندارکمال و می‌دانم بنا شده است.

این موضوع را هم مرتب به خودم یادآوری می‌کنم که این اشتباه من بود که همیشه جذب ذهنم بودم، یعنی نمی‌توانستم ذهنم را تماشا کنم و این من‌ذهنی و ذهن بدون ناظر هر کاری دلش می‌خواست می‌کرد. این بلاها در اثر دیدن برحسب همانیدگی‌ها بر سر من آمده و من اشتباه کردم.

این عجب که جان به زندان اندر است

وآنگهی مفتاح زندانش به دست

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۳۴



مفتاح: کلید

این جهان زندان است، چراکه ما پس از ورود به این جهان با چیزها همانیده می‌شویم، به زندان همانیدگی‌ها می‌رویم و زندانی ذهن هستیم. ما باید با کلنگ حضور، مرکز عدم یا فضای گشوده‌شده، زندان را بکنیم و هشیاری خودمان را آزاد کنیم.

این جهان زندان و ما زندانیان
خُفره کن زندان و خود را وارهان
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۸۲

یک عده‌ای در ذهن با همانیدگی‌ها و دردها زندگی می‌کنند که این کافری است، برای این‌که آن‌ها روی زندگی را پوشانده‌اند. اما اگر ما پی ببریم که زندگی یعنی قائم شدن به ذات خود و ما تا در ذهن هستیم نمی‌توانیم درست زندگی کنیم. بنابراین درک خواهیم کرد که فضای ذهن و زندگی با همانیدگی‌ها و دردسازی زندان است و ما باید با فضاگشایی از زندان ذهن بیرون بیایم.

ما مثل باز یا عقابی هستیم که پایمان بسته شده و نمی‌توانیم پرواز کنیم، برای این‌که من‌ذهنی شبیه یک وزنه سنگینی است که بر پای هشیاری ما بسته شده و فقط باید با دست خودمان این گره را باز کنیم.

تو چو باز پای بسته، تن تو چو گنده برپا
تو به چنگ خویش باید که گره ز پا گشایی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۰

این مطلب خیلی مهم است، شاید نصف مردمی که روی خود کار می‌کنند دائماً می‌خواهند وابسته باشند، دنبال کمک می‌گردند، می‌گویند خودمان به‌تنهایی نمی‌توانیم از زندان ذهن آزاد شویم، چون شما می‌گویید نمی‌توانم، پس نمی‌توانید. مگر شما امتداد خدا نیستید؟ مگر شما خود زندگی نیستید؟ پس اگر با من‌ذهنی عمل نکنید، اگر ساده بگیرید، اگر شناسایی کنید آن چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد مهم نیست، یواش‌یواش جان پاک خودش را به شما نشان می‌دهد، می‌بینید که این جان پاک دارد شناسایی می‌کند، زیرا شناسنده است.

شما باید با قدرت شناسایی خودتان، خودتان را آزاد کنید. این‌ور و آن‌ور دنبال کمک نگردید.

✍️ اگر هر انسانی هشیارانه روی خودش کار نکرده باشد آلوده به همانیدگی‌ها و دردهاست، شما هم درحالی‌که تمرکزتان روی خودتان است، از توانایی خود و از جان پاک خودتان با فضاگشایی استفاده کنید تا از آلودگی همانیدگی و از دردهایتان، آزاد شوید.

«بیرون شدم ز آلودگی»

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱

شما از خودتان بپرسید: آیا من دارم خودم را از آلودگی دردها پاک می‌کنم؟ یا دست روی دست گذاشته‌ام و منتظرم که چه کسی به کمک من می‌آید؟ هیچ‌کس نمی‌تواند به شما کمک کند. شما خودتان می‌توانید معجزه زندگی خودتان باشید.

✍️ مهم‌ترین آلودگی ما درد است. شما آدم‌ها را بدون این‌که قضاوت کنید زیرنظر بگیرید، می‌بینید که آن‌ها مرتب از رنجش‌هایشان حرف می‌زنند، مرتب این و آن را ملامت می‌کنند، این نشان آلودگی است. اصلاً انعکاس این آلودگی را در بیرون ببینید. وقتی شما به شهرها و ممالک مختلف مسافرت می‌کنید، خواهید دید بعضی جاها پُر از آلودگی است، انعکاس مرکزشان است. هرچیزی که در مرکز ما باشد خودش را در بیرون منعکس می‌کند، همه‌چیز از درون به بیرون است.

✍️ شما با مطالعه مولانا از این توهم خارج می‌شوید که منتظر بشوید یکی بیاید دست شما را بگیرد و به شما کمک کند، یا برای شما دعا کند یا بروید یک مکانی را زیارت کنید، که از زندان ذهن آزاد بشوید. شما خودتان باید چاره‌ای برای این کار بیندیشید.

✍️ ما چون آلوده به درد هستیم نمی‌توانیم از کنار کسی ساده رد شویم، ممکن است او را به واکنش واداریم، چرا؟ چون انرژی بد حمل می‌کنیم، به زندگی ارتعاش نمی‌کنیم، اگر به زندگی ارتعاش می‌کردیم قدرت پالودن داشتیم.

خداوند باید درون ما را از دردها پاک و تصفیه کند، اصلاً دست ما نیست. همین که می‌گوییم من می‌خواهم این کار را انجام بدهم، از من ذهنی‌مان است.

لحظه‌به‌لحظه می‌گوییم هم می‌توانم، هم نمی‌توانم. به‌لحاظ من ذهنی نمی‌توانم، به‌لحاظ زندگی می‌توانم، پس باید تسلیم باشیم، هر لحظه باید من ذهنی‌مان صفر باشد و ذره باشیم، یعنی هیچ چیز نباشیم، آن موقع می‌توانیم.

👉 چه موقع ما با خداوند قرین هستیم؟

وقتی مرکز ما عدم است، ما با خداوند قرین هستیم، یعنی خواسته‌های ما مقرون ایزدی است که برعکسش شیطانی یعنی من ذهنی است.

آیا شما می‌دانستید وردها یا دعا‌های شما تا به حال شیطانی بوده؟ اگر جان پاک یعنی خداوند، خودش را به شما نشان بدهد، به‌تدریج با قوت پالودگی زندگی از آلودگی خارج بشوید، وردهای شما عوض می‌شود، دیگر اوراد من ذهنی نیست، خداوند برای شما دعا می‌کند، یعنی شما دیگر حرف نمی‌زنید، از خودتان بپرسید آیا وردهای شما مقرون سبحانی هست؟ اگر نیست، پس درست کار نمی‌کنید، فایده ندارد.

بیرون شدم زآلودگی با قوت پالودگی
اوراد خود را بعد ازین مقرون سبحانی کنم
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱

پالودن: صاف کردن، پاک کردن، چیزی را از صافی یا غربال در کردن

👉 «نیزه به دستم داد شه، تا نیزه‌بازی‌ها کنم»

نیزه همان مرکز عدم، فضای گشوده‌شده و توجه تیز شماسست، درواقع شناسایی، پذیرش و قدرت عمل است

آیا من‌های ذهنی بیرون برای شما درد ایجاد می‌کنند؟ یا مسئله به‌وجود می‌آورند؟ چون احتیاج به درد و مسئله‌سازی دارند، دارند چکار می‌کنند؟

از شما به عنوان چوگان استفاده می‌کنند،
از خودتان سؤال کنید آیا من ذهنی از من چوگان ساخته تا به هدف دردساز خودش برسد؟ چون هدف
من ذهنی دردسازی است،

آیا من‌های ذهنی اطرافم از من سوءاستفاده می‌کنند و من هم تن می‌دهم؟ نیزه‌بازی یعنی دشمن را
از پای درآوردن، دشمن شما همانیدگی‌ها و دردها هستند، نیزه‌بازی یعنی اگر می‌بینید یک من‌ذهنی
می‌آید و می‌خواهد برای شما مسئله ایجاد کند، نگذارید، می‌توانید با شناسایی از پهلویش رد شوید.

نیزه به دستم داد شه، تا نیزه‌بازی‌ها کنم
تا گی به دست هر خسی من رسم چوگانی کنم؟
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱

وقتی هشیاری تیز یعنی خرد زندگی در شما دارد کار می‌کند، کسی نمی‌تواند برای شما کارافزایی،
مسئله‌سازی یا مانع‌سازی کند. آیا اگر کسی یک چیزی بگوید باید به شما برخورد و آن شخص مانع
زندگی شما بشود؟ نه.
چون خداوند به شما جان پاک داده‌است، که همان فضای گشوده‌شده و مرکز عدم است.

خداوند زوال‌ناپذیر و جاودانه است، نمی‌میرد، «پادشاه لم‌یزل» یعنی خداوند مُردنی نیست،
معنی‌اش این است که ما هم مردنی نیستیم، چون ما هم از جنس او هستیم.
شما از خودتان بپرسید، آیا من این لحظه از مردن می‌ترسم؟ چون ریشه تمام ترس‌ها در واقع ترس از
مرگ است.

از خودتان بپرسید و جواب بدهید، این لحظه من از جنس نامیرایی و زوال‌ناپذیری هستم؟

آن پادشاه لم‌یزل، داده‌ست مُلک بی‌خَلل

مُلک بی‌خلل همان فضای یکتایی است، چنین مُلکی به تباهی نمی‌رود، عیب ندارد، اما شما می‌دانید
ذهن پر از عیب و همانیدگی است. همه این‌ها زوال‌پذیرند و از بین می‌روند، فاسد و تباه می‌شوند،
پس این‌جایی که من زندگی می‌کنم، ذهن پر از درد، مُلک با خلل است،

اگر چنین است پس با «پادشاه لَمْ يَزَلْ» هیچ تماسی ندارم. جنسیت خودم را اقرار نمی‌کنم، جنسیت اصلی من که آلت است موقعی به اقرار درمی‌آید که نترسم.

👉 دربانی و کافری:

دربان کسی است که به صورت من‌ذهنی جلوی در خدا، در فضای یکتایی ایستاده، نه خودش وارد می‌شود، نه می‌گذارد دیگران وارد بشوند، این دربان درواقع منفی و مخرب است. یک دربان دیگر هم وجود دارد مثل مولانا که در را باز می‌کند تا انسان‌ها وارد فضای یکتایی شوند. اگر ما بیاییم جلوی در زندگی بایستیم و نگذاریم کسی از این در وارد بشود، خودمان هم وارد نشویم، این بدتر از کافری است.

کافر انسانی است که زندگی را پوشانده است، حالا که ما تا اندازه‌ای آگاه شده‌ایم، آیا هنوز می‌خواهیم در زندان باشیم؟ هنوز می‌خواهیم دربانی باشیم که نگذاریم کسی وارد فضای یکتایی شود؟ این بدتر از کافری نیست؟!

آیا شما در زندگی روزانه مردم را به ارتعاش زندگی دعوت می‌کنید یا به ارتعاش درد؟ اگر به ارتعاش درد می‌آورید، مثلاً یک نفر را عصبانی می‌کنید، پس دربان هستید. ما اکنون که آگاه شده‌ایم، دیگر نباید دربانی کنیم.

آن پادشاه لَمْ يَزَلْ داده‌ست مُلکِ بی‌خَلَل
باشد بتر از کافری، گر یادِ دربانی کنم
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱

لَمْ يَزَلْ: بی‌زوال، جاودان، از صفاتِ خداوند
بی‌خَلَل: بی‌عیب، درست و بی‌غَلّ و غشّ

👉 ما فرزندانمان را طوری تربیت می‌کنیم که اگر به‌طور طبیعی مثلاً در جنگل بزرگ می‌شدند، روی آن‌ها اثر نمی‌گذاشتیم، شاید پس از یک مدتی وارد فضای یکتایی می‌شدند، چون کسی مانع نمی‌شد،

ولی ما به عنوان من ذهنی، که ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند، دائماً به بچه‌مان القا می‌کنیم، می‌گوییم شما جامد و مجسمه هستی، از جنس فضاگشایی، از جنس زندگی نیستی، چون ما الآن انرژی زنده زندگی را ارتعاش نمی‌کنیم، بلکه انرژی مردگی، من ذهنی، تخریب و درد را پخش می‌کنیم.

هر پدر و مادری که انرژی درد پخش می‌کند، دارد برای فرزندش دربانی می‌کند که به خداوند متصل نشود، می‌بینید ما در این کار اشتباه موفق هم می‌شویم، به این صورت که در ده‌دوازده‌سالگی به جای این که بچه‌مان به زندگی وصل بشود و وحدت پیدا کند، کاملاً جدا می‌شود، یک من ذهنی جدا و دردهایش شروع می‌شود.

یک دفعه می‌بینید که یک نوجوان سیزده‌چهارده‌ساله پر از درد، رنجش، پر از واکنش و سرکش است، اما می‌بینید جوانانی که مولانا می‌خوانند راه را پیدا کرده‌اند، آموزش‌های مولانا را می‌فهمند، فهمیدنش هم خیلی ساده است.

ما وظیفه نداریم در را برای دیگران باز کنیم، می‌خواهیم در خدا را به روی خودمان باز کنیم. هرکسی باید در خدا را اول به روی خودش باز کند، اما من ذهنی قبل از این که به روی خودش باز کند، می‌خواهد به روی خودش و دیگران در را ببندد و اسمش را درگشایی گذاشته است. اگر یک من ذهنی بیاید من ذهنی دیگر را راهنمایی و هدایت کند و بخواهد او را دانا و بلند مرتبه کند، اوضاع بدتر خواهد شد.

تا گنی مرغیر را حَبْر و سنی
خویش را بدخو و خالی می‌گنی
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

حَبْر: دانشمند؛ دانا
سنی: رفیع؛ بلندمرتبه

شما از خودتان سؤال کنید، آیا من دارم این ساختمان یا پارک ذهنی را به هم می‌ریزم یا نه؟ آیا در من الگوهای همانیده مثل کنترل مردم وجود دارد؟ آیا می‌توانم به خودم یاد بدهم که مردم را کنترل نکنم؟

حواسم باید روی خودم و عیب‌هایم باشد. بگوئیم من الآن من ذهنی دارم، با من ذهنی نمی‌خواهم من‌های ذهنی دیگر را درست کنم، من باید بنای من ذهنی خودم را خراب کنم و فروبریزم.

✍️ برای گندن بنای من ذهنی، جان پاک‌مان باید الگوهای همانیدگی و دردهایمان را بشناسد، این سیمان بین سنگ‌ها یعنی دردهایمان، سفت نیست، با تیشه گنده می‌شود. تیشه هم، قدرت شناسایی و حضور ناظر ماست.

پس دردهایی که در ما وجود دارد، سفت نیستند، با تیشه حضور گنده می‌شود. شما از خودتان سؤال کنید، آیا من با تیشه حضور در حال شکستن این زندان هستم؟ آیا می‌خواهم شاه وجود خودم باشم؟

یکی تیشه بگیرد پی حفره زندان
چو زندان بشکستید، همه شاه و امیرید
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۶

✍️ شما از خودتان سؤال کنید، آیا من در حال برگندن این بنای من ذهنی هستم؟ جواب بدهید. اگر این بنا گنده شود، گریه‌ها و ناله‌هایی که در من ذهنی می‌کردیم، رنجش‌هایی که داشتیم، هیاهویی که راه انداخته بودیم، آن‌ها همه تبدیل به خنده می‌شوند. در من ذهنی هیچ‌کس نمی‌تواند بخندد. شما ممکن است بگوئید که من چیزهای خنده‌دار می‌گویم می‌خندم، من ذهنی بخندد چه فایده دارد؟ شادی زندگی در آن نیست.

ما مردم را مسخره می‌کنیم، می‌خندیم، آیا این واقعاً خنده است؟ پس هر شادی که در من ذهنی داشتیم و فکر می‌کردیم شادی و لذت بردن است این‌ها همه گریه بوده، خیلی‌ها این را قبول ندارند.

چون این بنا برکنده شد، آن گریه‌ها مان خنده شد

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱

ما فکر می‌کنیم اگر خودمان را با دیگران مقایسه کنیم، دیده بشویم، مردم انگشت به دهان بمانند و یا اصلاً برتری نسبت به دیگران سبب خنده و شادی ما می‌شود، مردم آرزو دارند جای ما باشند، پس این خنده و شادی دارد، نه، این گریه و بیچارگی است.

همین که چیزی به مرکز آمد پس جذب ذهن می‌شوم، به سبب‌سازی ذهن می‌افتم آن وقت آهنگ دربانی می‌کنم، یعنی در بنا که ذهن است توجه دارم، پس با جذب شدن به ذهن، دربان می‌شوم، نمی‌گذارم کسی وارد فضای یکتایی بشود،

پس این مهم است که ما انسان‌ها به خاطر تفاوت‌های سطحی با هم ستیزه می‌کنیم، می‌جنگیم، بنابراین برای همدیگر نگهبان هستیم که کسی وارد فضای یکتایی نشود، همه‌مان دربان منفی و دربان همدیگر هستیم، جلوی در فضای یکتایی ایستاده‌ایم، نمی‌گذاریم کسی وارد شود. اما اکنون که آگاه شده‌ایم، دیگر نمی‌خواهیم دربانی کنیم و دربان باشیم.

چون این بنا برکنده شد، آن گریه‌ها مان خنده شد
چون در بنا بستم نظر، آهنگ دربانی کنم
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱

مولانا می‌گوید ای جان پاک، ای دل اصلی، در میان جهل من ذهنی، خودت را به من نشان دادی و دانایی ایزدی را به زندگی من آوردی، تا بتوانم خرد زندگی را به فکر و عملم بریزم، به صورت حضور ناظر به ذهنم نگاه کنم و خلاق باشم.

آیا اکنون ما انتخاب می‌کنیم که زیر نفوذ من ذهنی باشیم یا زیر نفوذ زندگی؟

اگر قرار باشد به آن چه مولانا می‌گوید عمل کنیم، باید با خداوند در خلوت باشیم و بگوییم چون فقط تو را می‌بینم و از دانایی تو خبر دارم، حواسم فقط به توست، از غوغا و سروصدای من‌های ذهنی بیرون در خلوت هستم و نمی‌شنوم بیرون چه خبر است، زیرا اگر غوغای بیرون لحظه به لحظه روی من اثر بگذارد نمی‌توانم موفق شوم،

بنابراین تصمیم می‌گیرم دیگر به دانسته‌های من ذهنی‌ام عمل نکنم، بلکه به آن چه که تو ای خداوند می‌دانی عمل کنم.

ای دل مرا در نیم‌شب دادی ز دانایی خبر
اکنون به تو در خلوتم تا آنچه می‌دانی کنم
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱

👉 برای این‌که با خداوند در خلوت باشید لازم نیست چهل روز به جایی بروید و پنهان شوید، شما می‌توانید درحالی‌که بین مردم زندگی می‌کنید، فضاگشایی کنید مرکزتان عدم شود، دراین‌صورت با خداوند در خلوت هستید، خلوت از غوغا و سروصدای بیرون؛ اما اگر سروصدای بیرون بتواند توجه شما را جلب کند و به مرکزتان بیاید، به این معناست که خلوت با خداوند را زیرپا گذاشته‌اید.

👉 مضرترین و مخرب‌ترین عامل در پیشرفت معنوی «قرین» یا هم‌نشین است. شما به‌وسیله قرین منحرف و از راه به‌در می‌شوید، اگر شیطان هم بخواهد شما را گول بزند به‌وسیله یک شخص پیش شما می‌آید، یک چیزی می‌گوید یا یک کاری می‌کند و به این طریق شما را از ادامه کار روی خودتان منحرف می‌کند.

شما ممکن است به‌اندازه کافی دانایی ایزدی داشته باشید که به‌وسیله پول، خانه یا مقام گول نخورید، ولی آدم‌ها می‌توانند روی شما اثر بگذارند.
زیر نفوذ قرین بودن مهم‌ترین اشکال ماست.
قرین‌ها ممکن است آدم‌های اطراف ما، یک کتاب، برنامه تلویزیونی یا شبکه‌های اجتماعی باشند.

👉 دو نفر که می‌خواهند با هم ازدواج کنند، به‌جای این‌که هرکدام از جنس زندگی شوند و با عشق زندگی را در همدیگر ببینند، دوتا زندگی، دوتا هشیاری حضور با هم پیوند ببندند، دوتا من‌ذهنی با هم پیوند می‌بندند! پس از مدتی در این رابطه درد انباشته می‌شود. ما تعجب می‌کنیم که چرا این‌همه درد داریم؟!

بچه‌هایمان را هم به همین ترتیب، تربیت می‌کنیم. با من‌ذهنی‌مان، من‌ذهنی درست می‌کنیم.
مولانا می‌گوید درست است که اشتباه کرده‌اید و با من‌ذهنی کاشته‌اید و نتیجه نگرفته‌اید، اما خودتان را ببخشید، اشکالی ندارد. این آموزش‌ها را نمی‌دانستید. بگویید: «بی‌عقل بودم، رواست که بی‌عقل این کارها را بکند.»

حال که دانستید بگویید دیگر این لحظه با نظم دانایی ایزدی کار می‌کنم، نه نظم من‌ذهنی خودم که با خشم، ترس، حسادت، کینه و عیب‌جویی کار می‌کند.

هشیار باشید اگر در این لحظه یک هیجان منفی مثل خشم بالا بیاید، دیگر ادامه صحبت فایده ندارد. همین‌که تصمیم گرفتیم آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد به مرکزمان نیاید، داریم با نظم و دادِ عقلِ کُل که تمام کائنات را اداره می‌کند، عمل می‌کنیم و تخم را در فضای گشوده‌شده می‌کاریم.

اگر شما در حضور فرزندان فضا را باز کنید، از جنس عشق، از جنس زندگی شده و درست می‌کارید، درست حرف می‌زنید، شما می‌گویید، او هم تحویل می‌گیرد و جذب جانش می‌شود. به حرف شما گوش می‌کند و کار درست می‌شود.

رابطه‌ها از این قانون پیروی می‌کنند.

👉 قبل از آشنایی با مولانا زندگی برای ما دشوار بود؛ چون دید من‌ذهنی داشتیم و با آن فکر و عمل می‌کردیم، در نتیجه مسئله‌سازی، مانع‌سازی، دردسازی و دشمن‌سازی می‌کردیم. الآن دیدمان عوض شده، دیگر دشواری نمی‌بینیم، نور ایزدی می‌تابد و عقلِ کل و خرد زندگی، ما را اداره می‌کند.

نور ایزدی زمانی می‌تابد که مرکزمان عدم است.

دشواری دیدن، ایجاد مسئله و کارافزایی، در اثر دید من‌ذهنی بوده که خالی از نظم، برکت و خرد کل است. من‌ذهنی عدالت خداوند یعنی نظمِ درست زندگی را نمی‌داند؛ نظمی که در قضا و کُن‌فکان زندگی و عقل کل وجود دارد و تمام کائنات را اداره می‌کند، پس اگر اجازه دهیم این لحظه دانایی ایزدی ما را اداره کند، دیگر دشواری نمی‌بینیم.

ما قبلاً در من‌ذهنی پا داشتیم، ابزارهای من‌ذهنی را داشتیم. اکنون پَر درآورده‌ایم، مثل کسی که مسافتی را با هلی‌کوپتر طی می‌کند، آیا نگران این است که این‌جا تصادف شده؟ راه بند آمده؟ روی زمین موانعی وجود دارد؟ نه. او در هوا مسیر را طی می‌کند.

پَر درآوردن یعنی مرکزتان عدم شود و آن چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد به مرکزتان نیاید و هشیاری جسمی نداشته باشید، در این صورت کسی که بخواهد برای شما مسئله ایجاد کند، تقلید نمی‌کنید، واکنش نشان نمی‌دهید، نمی‌گذارید مسئله ایجاد کند، از کنارش رد می‌شوید و از موانع می‌توانید بپرید. چرا می‌توانید بپرید؟ برای این‌که ناموستان آن قدر قوی نیست که به شما بر بخورد، برای این‌که پندار کمالتان نمی‌گوید که شما می‌دانید، پس می‌توانید از روی موانع بپرید، اگر موانع برای شما جدی

نباشند و نتوانند به مرکزتان بیایند، آن موقع شما به زندگی زنده شده‌اید، زندگی را اصل می‌دانید، شادی اصیل دارید و خلاق هستید.

دشوارها رفت از نظر، هر سد شد زیر و زبر
بر جای پا چون رُست پر، دوران به آسانی کنم
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱

👉 مولانا می‌گوید ما داد و نظم عقل کل را به کار نمی‌بریم، برای همین روزگار را به‌آسانی سپری نمی‌کنیم. آیا شما هم‌اکنون دوران را به‌آسانی سپری می‌کنید؟ یا دشواری می‌بینید؟ اگر دشواری، سختی و مسائل می‌بینید برای این است که همانیده هستید. همانیدن با یک باور سبب می‌شود وقتی کسی بر ضد آن باور شما حرف بزند، واکنش نشان بدهید؛ چون ناموس دارید، بر همین اساس با دید من‌ذهنی دشواری می‌بینید.

مردم حرف‌هایی می‌زنند که اصلاً ما به آن‌ها معتقد نیستیم. آیا هرکسی هر حرفی می‌زند باید به ما بربخورد؟! همانیدگی‌ها و شرطی‌شدگی‌های ذهنی باعث می‌شود به ناموس من‌ذهنی بربخورد و به ما بگوید دعوا کن، اگر دعوا نکنی آبرویم می‌رود! این‌همه مشکل‌سازی، جنگ، آوارگی، این‌همه عذابی که به یکدیگر می‌دهیم، همه ریشه در من‌ذهنی دارد و جزء طرح خداوند نیست.

👉 آیا موانع ذهنی شما زیر و رو شده؟ شخم زده شده؟ یا نه؟ نکند با من‌ذهنی عمل می‌کنید؟! و با نظم عقل کل و جان پاکتان عمل نمی‌کنید؟!

شما از خودتان بپرسید، چقدر مانع ذهنی دارید که نمی‌توانید زندگی کنید؛ ازدواج نکردیم، مدرک نگرفتیم، خانه نخریدیم، بچه‌دار نشدیم، فلان کار را نکردیم؛ این‌ها موانع ذهنی است. وقتی شما با چیزی همانیده شوید آن چیز به مرکزتان می‌آید، مقاومت و قضاوت هم ایجاد می‌شود.

چیز آفل، مقاومت و قضاوت، این سه به پندار کمال، ناموس و درد منجر می‌شوند و درنهایت مانع‌سازی، مسئله‌سازی و دشمن‌سازی ایجاد شده و قدم‌به‌قدم درد بیشتر شده و کار دشوار می‌شود.

بعضی افراد گوشه‌ای نشسته‌اند تا یکی بیاید زندگی‌شان را درست کند.

می‌گوییم این برنامه را گوش کنید. می‌گویند نمی‌توانم گوش بدهم، نه! بگو نمی‌خواهم از زندان بیرون بروم، نمی‌خواهم با قدرت پالودن آلودگی‌ام را پاک کنم، نمی‌خواهم زندگی‌ام را درست کنم! مولانا می‌گوید تو میر میدان‌ی هستی. هم قدرت تشخیص داری هم قدرت عمل و پالودن داری.

تا کی به حبس این جهان من خویش زندانی کنم؟
وقت است جان پاک را تا میر میدان‌ی کنم

بیرون شدم ز آلودگی با قوت پالودگی
اوراد خود را بعد از این مقرون سبحانی کنم
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱

هیچ نیازی نیست ما به دیگران کمک کنیم، همین‌که به خودمان کمک کنیم، داریم به دیگران هم کمک می‌کنیم. اگر شما بتوانید مرکزتان را عدم نگه دارید، مطمئن باشید دارید به همه کمک می‌کنید ولی اگر مرکزتان جسم باشد و بگویید وظیفه من است که بشریت را نجات دهم، قادر نخواهید بود.

شما به خودتان نگاه کنید بگویید آیا من هم الان از جنس خداوند بی‌نیاز و یکتا هستم؟ به نظر شما خداوند به این جهان احتیاج دارد؟ مثلاً واقعاً پول لازم دارد و باید چیزی بخرد؟ نه، صمد است. خداوند به چیزی که ذهن نشان می‌دهد احتیاج ندارد، ما هم نداریم.

آیا این صمد بودن خداوند در مورد شما الآن مصداق دارد؟

یکتایی خداوند چه؟ شما یکتا هستید یا هر لحظه با ذهن می‌بینید.

وقتی ما خودمان از جنس یکتای بی‌نیاز هستیم، یکتایی و بی‌نیازی خداوند را در انسانها باید ببینیم، ولی همین‌که به ذهن برمی‌گردیم، می‌گوییم این یک آدم است، من هم یک آدم هستم، ما جدا هستیم، فرق زیادی داریم.

در حضرتِ فردِ صمد، دل گویِ رود سویِ عدد؟
در خوانِ سلطانِ ابد، چون غیرِ سرخوانی کنم؟
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱

📌 ما سر سفره این لحظه ابدی نشستیم، اما دائماً از گذشته و آینده می‌خوریم. همین‌که چیزی که ذهنمان نشان داد و برایمان مهم شد، به مرکزمان می‌آید و به زمان مجازی گذشته و آینده می‌رویم، در این صورت از سفره دنیا خورده‌ایم.

توجه کنید به حافظه رفتن و از تجربیات گذشته استفاده کردن، همانندگی نیست، این زمان مجازی نیست، شما می‌توانید در این لحظه باشید و در گذشته از حافظه‌تان چیزی بردارید و در این لحظه استفاده کنید، یا برای پیش‌بینی به آینده سر بزنید، ولی چون آن‌جا نمی‌مانید همانند نشده‌اید. منظور از نماندن در گذشته و آینده این نیست که شما به گذشته و آینده سر نزنید، طرح نریزید، برنامه‌ریزی برای آینده نکنید، نظم نداشته باشید، هدف نگذارید، مثلاً من می‌خواهم در فلان رشته مدرک بگیرم و تحصیلات دانشگاهی داشته باشم، این تصمیم‌گیری و هدف‌گذاری است، همانند نیست.

📌 وقتی شما در گذشته بمانید به سبب‌سازی ذهن می‌افتید، می‌گویید این اتفاق‌ها افتاده، این یکی هم افتاده، بعد این اتفاق‌ها را به هم وصل می‌کنید، یک داستان می‌شود، مثل این است که این داستان هم‌اکنون جان دارد. داستان همه ما یک داستان عدم رضایت و ناخوشبختی است؛ داستان به ثمر نرسیدگی و بی‌مرادی است.

می‌گوییم این زندگی بود؟! ما که زندگی نکردیم. چرا؟ برای این‌که ما لحظات را گم کردیم، می‌گوییم یک نفر این لحظات را از ما دزدیده، مولانا می‌گوید تقصیر خودتان است.

📌 همان‌ش با چیزهای آفل در مرکز ما ایجاد مقاومت و قضاوت می‌کند.

مقاومت خاصیتی در من‌ذهنی است که وقتی اتفاق این لحظه برای ما مهم شود و به مرکز ما بیاید ایجاد می‌شود. پس مقاومت در برابر اتفاق این لحظه، آن را می‌آورد به مرکز ما و ما قربانی‌اش می‌شویم و اتفاق می‌افتیم.

قضاوت یعنی دائماً ما به‌عنوان من‌ذهنی می‌خواهیم ببینیم که اتفاق این لحظه خوب یا بد است.

شما با این تعاریف و نگاه کردن به خودتان می‌توانید قضاوت و مقاومت را کم کنید، چون شما می‌خواهید بالاخره به جایی برسید که بگویید، اتفاق این لحظه خوب یا بد، برای من مهم نیست، مهم فضاگشایی است.

ما واکنش نشان می‌دهیم، منقبض می‌شویم و چیزها به مرکز ما می‌آید و اتفاق می‌افتیم، درحالی‌که از جنس اتفاق نیستیم. این فضای گشوده‌شده سکون است، آرامش است، خداست، زندگی است.

👉 در زیر ظاهر آرام من ذهنی درد وجود دارد، ولی نشان داده نمی‌شود، وقتی که اتفاقات مخصوصاً بی‌مرادی پیش می‌آید، دردها خودشان را نشان می‌دهند. هرکس پندار کمال دارد، درد هم دارد. به ظاهر آرام او نگاه نکنید و به ظاهر آرام خودتان هم نگاه نکنید، ببینید زیر این ظاهر آرام درد دارید یا نه؟

وقتی شروع می‌کنید به کار یا زندگی روزانه دردها را خواهید دید، که آیا خشمگین می‌شوید، می‌رنجید، می‌ترسید، تعصب دارید، حسادت می‌کنید؟ این‌ها دردهایی هستند که به ظاهر آرام ما نمی‌خورد، ولی ما زیر ظاهر آرام خود داریم. همین‌که انقباض پیش می‌آید، بی‌مراد می‌شویم، این‌ها خودشان را نشان می‌دهند.

بی‌مرادی این جوی صاف را به هم می‌زند و از آن زیر این کثافات بالا می‌آید.

در تگ جو هست سرگین ای فتی

گرچه جو صافی نماید مر تو را

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹

فتی: جوان، جوانمرد

👉 به خودتان نگاه کنید، ببینید آیا شما براساس دانشی که از همانیدگی‌ها می‌گیرید، پندار کمال درست کرده‌اید یا نه؟ کسانی که دانش همانیدگی‌ها را دانش می‌دانند، این‌ها به مرض «می‌دانم» دچار می‌شوند. انسان وقتی مجذوب ذهن شود، من‌ذهنی درست می‌کند و به‌نظر خودش می‌داند.

علتی بتر ز پندار کمال

نیست اندر جان تو ای دودلال

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

دُودَلال: صاحبِ ناز و کرشمه

یعنی مرضی بدتر از پندار کمال براساسِ می‌دانم و تصورِ کامل بودن، در جان انسان نیست و دُودَلال یعنی پُر از فریب و ناز و بی‌نیازی! یکی از مشخصاتِ من‌ذهنی داشتنِ توهم پندار کمال، کامل بودن و عدم نیاز به زندگی است. توجه کنید که این خیلی خطرناک است.

👉 کسی که پندار کمال دارد، می‌گوید من کامل هستم، می‌دانم، هیچ احتیاجی به زندگی ندارم، به هیچ‌کس نیاز ندارم، همه باید به حرف من گوش بدهند، این آدمی است که چیزها به او برمی‌خورد، برای این‌که با دانشش، با باورهایش همانیده است.

همانیدگی درست مثل یک عُقده است، یک چیزی که اگر در بیرون غیر از این باشد، به او برمی‌خورد و به آن واکنش نشان می‌دهد.

به این حالت می‌گوییم حیثیتِ بدلی، درحالی‌که حیثیتِ اصلی انسان این است که ما به جانِ پاکِ خودمان زنده شویم. هرچقدر بیشتر از من‌ذهنی آزاد و به زندگی زنده شویم، من‌ذهنی کوچک‌تر شده، ما آبرودارتر می‌شویم، اما ما در من‌ذهنی اسم این بی‌آبرویی و بی‌حیثیتی را ناموس گذاشته‌ایم.

ناموس چیز خطرناکی است، ولی معیار خوبی است. این‌ها معیارهایی است که زندگی گذاشته‌است؛ وقتی چیزی به ما برمی‌خورد، منقبض می‌شویم، من‌ذهنی واکنش نشان می‌دهد، یا می‌ترسد، یا خشمگین می‌شود، یا می‌رنجد، صدایش را بلند می‌کند، در این حالت ما ناموس داریم.

بگویید اگر مانع‌سازی، دشمن‌سازی، مسئله‌سازی می‌کنم، کارافزایی می‌کنم، درد ایجاد و پخش می‌کنم، همین ناموس است، والسلام. همین‌که یک چیزی به شما بربخورد بقیه‌اش هم می‌آید.

کرده حق ناموس را صد من حدید

ای بسی بسته به بندِ ناپدید

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰

👉 درد:

درد یک آلودگی مهم و بدترین آلودگی است، برای این‌که هشیاری را پایین می‌آورد.

راه حل خلاصی از آن چیست؟ این که بگویید من به جای انقباض منبسط می‌شوم، آخر این چیزی نیست، این را ذهنم نشان می‌دهد، چرا ناراحت شوم؟! مدام تلقین می‌کنم آن چیزی که ذهنم نشان می‌دهد مهم نیست، مهم نیست، می‌بینم فضا باز و بازتر می‌شود.

👉 صبر:

صبر در ما یک بینش است که می‌دانیم این تغییر و تحول در من یک روند و سرعتی دارد که دست من نیست، دست زندگی است. چون مرکزمان عدم است، این موضوع را با مرکز عدم و با دانایی ایزدی متوجه می‌شویم، بنابراین عجله نمی‌کنیم.

👉 شکر:

«شکر» حالت رضایت و قدرشناسی است از این که این امکان وجود دارد که ما بتوانیم دوباره مرکزمان را عدم کنیم، یعنی پس از این همه خرابکاری، دوباره می‌توانیم زندگی را به مرکزمان بیاوریم که به ما کمک کند، چراکه تنها کمک‌کننده خود زندگی است.

👉 اگر شما از زندگی عذرخواهی کنید که تا به حال مرکز را عدم نکرده بلکه جسم کرده‌اید و با صبر و شکر و پرهیز عمل کنید، یواش یواش می‌بینید این لحظه را با فضاگشایی و پذیرش تحویل می‌گیرید، هرچه پیش بیاید، شما فضا را باز می‌کنید و آن اتفاق نمی‌تواند به مرکزتان بیاید و پس از مدتی شادی بی‌سبب در شما به وجود می‌آید.

شادی بی‌سبب یعنی شادی‌ای که با سبب‌سازی ذهن ایجاد نمی‌شود، یعنی شما برای شاد بودن فکر نمی‌کنید، شادی‌تان اصلاً سبب ندارد، ذهن فعال نیست، بدون دلیل شاد هستید و ذوق آفرینندگی زندگی در شما زنده می‌شود و آن را به کار می‌برید. متوجه می‌شوید که مرتب فکرهای جدید خلق می‌کنید و برای هر موردی که پیش می‌آید یک فکر جدید در شما از طرف زندگی با مرکز عدم نمایان می‌شود، درواقع خلاق می‌شوید و فکرهای قدیمی که با آن همانیده بودید و در مرکزتان بود را دور می‌اندازید.

👉 عنایت و جذب خداوند دو خاصیت مهم زندگی است؛ یعنی دائماً خداوند می‌خواهد یک لطفی، یک کمکی به ما بکند، اما چون مرکز ما عدم نیست نمی‌تواند، زیرا مرکز ما دائماً جنس خودش را جذب

می‌کند. وقتی مرکز ما عدم می‌شود، مورد عنایت ایزدی قرار می‌گیریم، مرکز عدم رحمت الهی را جذب می‌کند، اما اگر در مرکز ما همانیدگی باشد، مثل یک عایق برای جذب رحمت الهی عمل می‌کند، ما اجازه نمی‌دهیم زندگی به ما کمک کند.

بیشتر مردم این مسئله را دارند؛ به زبانشان از خداوند کمک می‌خواهند، ولی دردها و همانیدگی‌ها در مرکزشان است، این افراد منافق هستند، در واقع مرکزشان نمی‌خواهد، ولی زبانشان می‌خواهد، این قبول نیست، برای همین موفق نمی‌شوند.

👉 شما بگویید آن چیزی را که ذهن نشان می‌دهد به من کمک نمی‌کند، کارهای من را درست نمی‌کند، من احتیاجی به آن ندارم، چون از جنس بی‌نیازی خداوند هستم، من می‌خواهم مرکز عدم بشود، حالا امتحان کنید. این معنی‌اش این نیست که شما مثلاً پول درنیاورید، معنی‌اش این است که شما آن چیز را نمی‌گذارید به مرکزتان بیاید، برای شما فضای گشوده شده مهم است، نه چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد. آیا کسانی که فضاگشایی می‌کنند کار نمی‌کنند؟ پول در نمی‌آورند؟ اتفاقاً آن‌ها بهتر پول درمی‌آورند.

👉 هرکسی بتواند به کارهای من ذهنی خودش بخندد، مقدار زیادی به حضور زنده شده است، مثلاً وقتی عصبانی شد، بعدش قاه‌قاه بزند زیر خنده! این نشان می‌دهد که یک هشیاری دیگری در او هست که تشخیص داده این کار غلط کار من ذهنی است. من ذهنی سعی می‌کرده یک چیزی را به مرکزش بیاورد، اما موفق نشد.

👉 قصه «چهار مرغ ابراهیم» از دفتر پنجم مثنوی است. یکی از این مرغ‌ها طاووس است که نماد جاه‌پرستی، میل به دیده شدن و قدرت در ماست. این خاصیت انسان به طاووس تشبیه شده است زیرا برای ناموس و آبرو و حیثیت بدلی و همین‌طور دیده شدن خودش را جلوه می‌دهد. ما هم برای این که حیثیتمان بالا برود، مرتب مردم را شکار می‌کنیم و می‌خواهیم به ما علاقه‌مند شوند و ما را قبول داشته باشند.

👉 چون مرکز ما از جنس جسم است ناخوشبختی و مسئله‌سازی را ایجاد می‌کند، ولی زبان ما می‌گوید نه، می‌خواهیم خوشبخت شویم و خوب زندگی کنیم. در این جاست که می‌توانیم دو رنگی و منافق بودن من ذهنی‌مان را به‌طور کامل مشاهده کنیم.

درحقیقت ما همیشه بهسوی چیزی که مرکزمان ایجاب می‌کند می‌رویم، نه چیزی که زبانمان می‌گوید. یعنی مرکز ماست که ما را هدایت می‌کند و در بیرون منعکس می‌شود. بنابراین انسانی که مرکزش همانیده است، مانند طاووسِ دو رنگ است که زبانش یک چیز می‌گوید اما مرکزش از یک جنس دیگری است.

آمدیم اکنون به طاوسِ دو رنگ
کو کند جلوه برای نام و ننگ
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۹۵

👉 کار ما از زمان تولد این بوده که با آدم‌ها همانیده شویم و آن‌ها را شکار کنیم.

ما مردم را به دام محبت خودمان می‌اندازیم که ما را دوست داشته باشند و با من‌ذهنی‌مان زحمت زیادی برای جلب‌توجه و صید کردن آن‌ها می‌کشیم تا بتوانیم یک تصویر ذهنی عالی در ذهنشان درست کنیم که شکار ما شوند؛ این نوع ارتباط با عشق فرق دارد.

آیا این کار زندگی بوده که ما مدام سعی کردیم تأیید و توجه مردم را جلب کنیم و شکارشان کنیم؟ آیا ما به این جور دوستی‌ها احتیاج داریم؟ آیا باید حتماً چند نفر را در زندگی‌مان داشته باشیم که با آن‌ها همانیده شویم و نمی‌توانیم تنها بمانیم؟ آیا ما اعضای خانواده‌مان را در زندان ذهنمان انداختیم و آن‌ها را کنترل کرده و نمی‌گذاریم تکان بخورند؟

آیا اکنون حاضریم خودمان و دیگران را از زندانمان آزاد کنیم؟

ای برادر دوستان افراشتی
با دو صد دلداری و، بگذاشتی

کارت این بوده‌ست از وقتِ ولاد
صید مردم کردن از دامِ و داد
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۰-۳۹۹

ولاد: زاییدن، زاییده شدن و تولد.
وداد: دوستی.

همانیده شدن با اشخاص خیلی خطرناک است و درد زیادی به آنها و همین طور به شما وارد می‌کند. وقتی آن شخص شروع به حرکت می‌کند، شما نگران می‌شوید و نمی‌توانید آزاد شوید و نتیجه این کار غیر از درد و وابستگی و زنجیر چیز دیگری نیست.

ما فکر می‌کردیم با همانیده شدن درحقیقت صید می‌کنیم، ولی درواقع خود حقیقی‌مان را صید کردیم، پس ما به‌عنوان هشیاری ایزدی نباید با یک نفر همانیده شویم.

پس تو خود را صید می‌کردی به دام
که شدی محبوس و محرومی ز کام
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶

وقتی یک آدم را به‌صورت همانیدگی شکار می‌کنیم، نمی‌توانیم از مصاحبت با او لذت ببریم و زندگی خوبی با او داشته باشیم؛ همین طور اگر با چیزی هم همانیده شویم، نمی‌توانیم از آن استفاده کنیم؛ مثلاً نمی‌توانیم از پول استفاده کنیم و یا حتی غذایی را هم که می‌خوریم به ما نمی‌چسبد، چون دائماً با من‌ذهنی زندگی می‌کنیم.

این اتفاق تقریباً برای همه ما افتاده؛ برای همین است که زندگی ما این قدر خراب است و در رابطه‌ها درد وجود دارد، ولی جالب است که اگر از ما بپرسند مثلاً با همسر یا بچه‌ها همانیده هستی، چون پندار کمال داریم می‌گوییم نه نیستیم و انکار می‌کنیم.

آن چیزی که ارزش صید کردن دارد عشق است. اما ما با من‌ذهنی نمی‌توانیم عشق را شکار کنیم. بلکه الآن به‌صورت هشیاری این را درک می‌کنیم که ما نباید چیزهای ذهنی را به مرکزمان بیاوریم، بلکه باید فضا را باز کنیم و صید خداوند شویم.

آنکه ارزد صید را، عشق است و بس
لیک او کی گنجد اندر دام کس؟
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۹

📌 اگر بخواهید حرف عشق را بشنوید، باید ذهن را ساکت کنید، برحسب ذهن و همانیدگی‌ها فکر نکنید، در این صورت می‌توانید صدای زندگی را بشنوید که به شما می‌گوید به‌عنوان صیاد بلند نشو، بلکه خودت را صفر کن و صید باش.

عشق می‌گوید به گوشم پست‌پست
صید بودن خوشتر از صیادی است
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۱

پست‌پست: آهسته‌آهسته

📌 یک عده‌ای تصویر ذهنی بسیار زیبا و عالی در ذهن مردم ایجاد می‌کنند و می‌گویند من این‌طوری هستم، آن‌طوری هستم، ولی در مرکزشان قهر خداست. قهر، درد، عذاب، محدودیت و گرفتاری خدا موقعی است که مرکز ما جسم است.

قهر خدا همین زندگی ما در من‌ذهنی است. زندگی را به مانع، دشمن و درد تبدیل می‌کنیم، یعنی درون ما پر از درد است، ولی در بیرون یک‌جور دیگر نشان می‌دهیم.

همچو گور کافران، بیرون حُلل
اندرون، قهر خدا عَزَّوَجَلَّ
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۷

حُلل: زیورها، پیرایه‌ها، جمع حُلّه
عَزَّوَجَلَّ: گرمی و بزرگ است، از صفات خداوند

📌 من‌ذهنی مسکین در ظاهر پر از هنر و زینت است، ولی در باطن مثل درخت ساخته‌شده از موم یا پلاستیک است که هیچ میوه‌ای نمی‌دهد، چون ریشه ندارد و به خداوند وصل نیست.

ما در من‌ذهنی اصلمان را به مردم نشان نمی‌دهیم، نمی‌گوییم که مرکز ما پر از درد و همانیدگی و گرفتاری است، بلکه می‌گوییم هیچ مسئله و مانعی نداریم، خیلی خوشبخت هستیم، زندگی خوبی در خانواده داریم و همیشه با همسرمان می‌گوییم و می‌خندیم، اگر ما در روابطمان مخصوصاً در خانواده این‌گونه منافق باشیم و راست نگوییم، نمی‌توانیم یک رابطه‌ی درست ایجاد کنیم و گرمای عشق را تجربه نمی‌کنیم.

طبع مسکینت مُجَصَّص از هنر

همچو نخل موم، بی‌برگ و ثمر

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۹

مُجَصَّص: گچ‌اندوده، گچ‌کاری شده

👉 من‌ذهنی همه‌چیز را برعکس نشان می‌دهد و به کسی که اصلاً زندگی ندارد می‌گوید این شخص خیلی زندگی دارد، ای کاش من به‌جای او بودم! درحالی‌که بعضی وقت‌ها می‌بینیم این آدم‌ها خودکشی می‌کنند، یعنی همه می‌خواهند به‌جای او باشند، ولی او خودش را می‌گذرد چراکه من‌ذهنی زندگی را غیرقابل تحمل می‌کند، یعنی تا زمانی که همانیدگی‌ها را نداریم، می‌گوییم باید همانیدگی‌ها زیاد شوند تا به زندگی برسیم، اما وقتی پول زیاد، خانه بزرگ، چندتا ماشین آخرین مدل و همین‌طور تشویق مردم را به‌دست آوردیم و از همه آن‌ها به‌اندازه کافی شیره کشیدیم، دیگر بعد از آن ما را ارضا نمی‌کنند و این دنیا به ما زندگی نمی‌دهد. حواسمان نیست که این دنیا زندگی ندارد.

👉 این مطلب بسیار مهم است که ما بدانیم اگر چیزها را جمع کرده‌ایم و با آن‌ها همانیده هستیم، مالک آن‌ها نیستیم و نمی‌توانیم از آن‌ها استفاده کنیم؛ درحقیقت کسی می‌تواند از چیزهای این جهان استفاده کند که با آن‌ها همانیده نباشد، ولی من‌ذهنی برعکس می‌بیند، یعنی درحالی‌که ما اسیر این جهان هستیم، فکر می‌کنیم امیر این جهان هستیم.

بازگونه، ای اسیرِ این جهان
 نامِ خود کردی امیرِ این جهان
 مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۵۱
 بازگونه: واژگونه

👉 «صمد» و بی‌نیاز بودن خیلی مهم است. هرچه ما بی‌نیازتر می‌شویم، معنی‌اش این است که به آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد احتیاج نداریم و نیازمند نیستیم، بنابراین چون نیازمند نیستیم نمی‌تواند به مرکز ما بیاید

ما در بیرون به یک چیزهایی احتیاج داریم، ولی لزومی ندارد که با آن‌ها هم‌هویت شویم و به مرکزمان بیاوریم، مثلاً پول درمی‌آوریم و همه‌چیز می‌خریم، اما پول را به مرکزمان نمی‌آوریم یا مثلاً می‌گوییم سی سالم است و باید ازدواج کنم و خانواده تشکیل بدهم، ولی لزومی ندارد که با همسر هم‌هویت شوم؛ آیا اگر او نباشد ما نمی‌توانیم به‌عنوان زندگی روی پای خودمان بایستیم؟ آیا باید حتماً یکی باشد که ما متکی به او باشیم و نگذارد ما از جنس خدا شویم؟

مرغِ خویشی، صیدِ خویشی، دامِ خویش
 صدرِ خویشی، فرشِ خویشی، بامِ خویش
 مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۷

👉 شما برای باز کردنِ فضا، به خودتان فشار نیاورید که «من باید فضا باز کنم!»

وقتی می‌گویید سعی کردم، اما نشد و نتوانستم و دیگر ناامید می‌شوید، آن موقع می‌بینید فضا خودش باز می‌شود.

علت این‌که نمی‌توانید فضا را بگشایید این است که شما می‌خواهید خودتان و از طریق فکر و عمل با من ذهنی‌تان فضا باز کنید و نمی‌گذارید زندگی باز کند.

درحالی‌که با من ذهنی هیچ‌وقت نمی‌توانید فضا باز کنید.

اصلاً وجود من ذهنی به فضا بندی است، پس نمی‌شود که شما هر لحظه منقبض شوید و فضا بندی کنید، بعد بگویید دارم فضا باز می‌کنم.

شما باید خودتان را از عقل من ذهنی رها کنید. من ذهنی تهدید می‌کند می‌گوید بدبخت می‌شوی، باید فکری بکنی، از این فکر به آن فکر بپری، باید واکنش نشان بدهی، باید این کار را بکنی، ولی شما به

تهدیدهایش گوش ندهید و خودتان را رها کنید و راحت زندگی کنید؛ یک دفعه می بینید که جان پاک درونتان خودش را نشان داد.

👉 شما فکر نکنید که برای باز شدن فضا باید بیشتر یاد بگیرید و حفظ کنید، چون شما به اندازه کافی می دانید، بنابراین سخت نگیرید، خودتان را و فکرهایتان را جدی نگیرید، هیچ چیز را جدی نگیرید.

تنها چیز جدی در این جهان فضای گشوده شده است که دارای دانایی ایزدی و خرد زندگی است، وگرنه چیزهایی که ذهن نشان می دهد، اصلاً مهم نیستند، چون این فکرها فزّارترین چیزها هستند و می گذرند.

👉 وقتی شما فضا را باز می کنید، عشق یک دسته کلید بزرگ دارد که قفل هر همانیدگی را باز کرده و شما را آزاد می کند. این دسته کلید از «قضا و کُن فکان» می آید، بنابراین شما نگوئید که این دسته کلید کجاست، چون حرفِ ذهن است، اگر فضا را باز کنید و بگوئید نمی دانم، می بینید که درها باز می شوند.

یک دسته کلید است به زیر بغل عشق

از بهر گشاییدن ابواب رسیده

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۳۶

ابواب: درها

👉 حضرت رسول فرموده است اگر می خواهی خداوند بهشت را به تو بدهد، یعنی این فضا آن قدر گشوده شود تا من ذهنی صفر شود، پس آن چیزی را که ذهنت نشان می دهد از کسی نخواه، چون اگر بخواهی، به مرکزت می آید و برحسب آن می بینی و به سبب سازی می افتی؛ در این صورت دیگر نمی توانی به بهشت برسی.

گفت پیغمبر که جنت از اله

گر همی خواهی، ز گس چیزی خواه

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳

چون نخواهی، من کفیلیم مر تو را

جَنَّتِ الْمَأْوَىٰ وَ دِيدَارِ خِدا

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴
جَنَّتِ الْمَأْوَىٰ: یکی از بهشت‌های هشتگانه

👉 اگر چیزی در مرکز ما باشد و برحسب آن فکر کنیم، آن چیز اختیار ما را به‌عنوان هشیاری یا امتداد خدا در دست می‌گیرد، دچار شهوت یا حرص آن می‌شویم، می‌خواهیم زیادترش کنیم و نیروی عظیمی برای به‌دست آوردن آن به ما وارد می‌شود؛ این اسمش هواست یعنی هوای نفس.

وقتی بزرگ می‌شویم، وارد یک زندان می‌شویم که زندانِ همانیدگی با دنیاست. دردهای من‌ذهنی زندان هستند، اگر دردهایی مثل رنجش، خشم، کینه و حسادت داریم، این‌ها ما را به ذهن یا دنیا می‌خکوب می‌کنند، بنابراین باید همه این‌ها را از ریشه بکنیم و بیندازیم؛ زیرا اگر بمانند، مسئله، مانع، دشمن و بالاخره درد بیشتر ایجاد می‌کنند.

درد بیشتر هم برای این است که ما بفهمیم این طرز زندگی درست نیست. طرح زندگی این نیست که در من‌ذهنی بمانیم و برحسب همانیدگی‌ها و دردها زندگی کنیم.

👉 هرچه از جهان غیب و از طرف زندگی به مرکز و دل ما می‌آید، همانند مهمان است، باید با فضاگشایی از این مهمان یا این اتفاقی که در این لحظه ذهن نشان می‌دهد پذیرایی کنیم تا پیغامش را بگیریم. زندگی می‌خواهد به گوش ما یک چیزی بگوید، اگر فضا را باز نکنیم، حرف‌های من‌ذهنی و ناله و شکایت خودمان را می‌شنویم و واکنش نشان می‌دهیم، بنابراین پیغام را نمی‌گیریم، و به زندگی هم زنده نمی‌شویم.

هست مهمانخانه این تن ای جوان

هر صباحی صَیْفِ نو آید دوان

هین مگو کین ماند اندر گردنم

که هم‌اکنون باز پَرَد در عَدَم

هر چه آید از جهانِ غیبِ وَش
در دلت صَیفِست، او را دارِ خَوش

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴-۳۶۴۶

صَیف: مهمان

👉 فرقی نمی‌کند چه اتفاق بد، چه اتفاق خوب، ما عاشق صنع خداوند هستیم، پس در این لحظه باشکوه می‌شویم و برکت ایزدی پیدا می‌کنیم، در صورتی‌که اگر عاشق ذهن و جسم و آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد باشیم، کافر می‌شویم. کافر و گبر هر دو من‌ذهنی هستند.

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

عاشقِ صُنْعِ خدا با فَر بُود

عاشقِ مصنوعِ او کافر بُود

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰-۱۳۶۱

👉 مولانا می‌گوید این تعجب‌آور است که انسان‌ها در زندان هستند و کلید قفل زندان در دستشان هست، ولی آن را باز نمی‌کنند و بیرون نمی‌روند، یعنی فضاگشایی نمی‌کنند تا جان پاکشان را ببینند؛ این کارِ زندگی یا خداوند است. شما هم باید همین کار را انجام دهید، ابتدا باید خود را از زندان من‌ذهنی آزاد کرده و روان خود را شاد کنید و اگر می‌توانید به دیگران هم کمک کنید.

ز زندان خلق را آزاد کردم

روانِ عاشقان را شاد کردم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۰۲

👉 بیشتر اوقات زندگی پیغام‌ها را از راه بی‌مرادی می‌دهد. بی‌مرادی یعنی یک چیزی را که من‌ذهنی مراد می‌داند یا ما برحسب همانیدگی‌ها مراد می‌دانیم، به آن نرسیم. در روز خیلی اتفاق می‌افتد تا زندگی به ما پیغام برساند که این چیز به تو مراد نمی‌دهد؛ این همان چیزی است که ذهنت نشان می‌دهد، این را به مرکزت نیاور، این مراد نیست، مراد من هستم.

همه ما بی‌مراد می‌شویم تا بفهمیم این مراد نیست و از بی‌مرادکننده آگاه شویم، ولی متأسفانه بیشتر مردم با من‌ذهنی واکنش نشان می‌دهند، تلخ می‌شوند.

وقتی بی‌مراد می‌شویم، عقل و خرد زندگی ایجاب می‌کند، که فضا را باز کنیم، خوش‌اخلاق شویم، ببینیم که این مهمان بی‌مرادی به ما چه می‌گوید؟ پیغامش مشخص است، از من جدا شو! من را به مرکزت نیاور!

هرچیزی را که به مرکزمان بیاوریم، ما را بی‌مراد می‌کند تا یاد بگیریم هیچ‌چیز و هیچ‌کس را به مرکزمان نیاوریم و برحسب آن نیندیشیم، بنابراین علاقه‌مندان به یکی شدن با زندگی و عاشقان از بی‌مرادی‌های خود از مولای خودشان یعنی خداوند باخبر شدند، اگر ناله و شکایت کنیم بی‌خبرتر می‌شویم و آن چیزی که می‌خواست ما را بیدار کند، سبب خواب بیشتر می‌شود.

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش

باخبر گشتند از مولای خویش

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶

بی‌مرادی یعنی چه؟ مثلاً شما می‌خواستید با یکی ازدواج کنید، عاشق شده بودید، در ذهنتان نقشه کشیده بودید، یا جایی را می‌خواستید بخرید، به یک پستی برسید، یک کاری قرار بود به شما بدهند، در امتحان قبول شوید، و هیچ‌کدام نشد. این‌ها همه بی‌مرادی هستند. زندگی به شما می‌گوید که من نمی‌گذارم با چیزی همانیده شوی و به‌جای من آن را به مرکزت بیاوری، پس همین بی‌مرادی راهنمای بهشت است. بهشت چیست؟ بهشت این فضای گشوده‌شده است. بهشت یعنی در مرکزمان هیچ همانیدگی و دردی نماند.

نگاه به جبر دو جور است.

یکی از دید مرکز عدم و هشیاراست، که من نمی‌توانم در ذهن بمانم، باید فضا را باز کنم، پر درآورم و از روی همانیدگی‌ها بپریم.

یک جبر دیگر از دید من‌ذهنی و جبر کاهلان است که با پندار کمالش می‌گوید خداوند می‌خواسته من درد بکشم. من «می‌دانم» این قسمت من بوده، پس کاری نمی‌توانم بکنم، اگر خداوند می‌خواست زندگی من را یک جور دیگر می‌کرد!

دوتا بینش متفاوت است. یکی پرِ درمی‌آورد و هرچه زودتر از ذهن بیرون می‌پرد، دیگری می‌گوید نه، جای من این جاست، قسمت من این جا بوده!

جبر، باشد پرّ و بالِ کاملان
جبر، هم زندان و بندِ کاهلان
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۴۲

👉 ادب به ظاهر و به رفتارِ مورد قبولِ من‌ذهنی نیست.

فضاگشایی و عدم کردن مرکز ابتدای ادب است. آن چیزی که می‌گوییم حضور، زنده شدن به خدا و عشق، فقط با ادب می‌توانیم به آن برسیم.

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

ادب به صورت‌های مختلف در ما می‌تواند ظاهر شود؛ شادی بی‌سبب، آرامش بی‌سبب، استفاده از خرد زندگی، هدایت زندگی، همه این‌ها جزو ادب است.

بی‌ادب کسی است که مرکزش را جسم می‌کند و هشیاری جسمی دارد، همه را از جنس جسم می‌بیند، بنابراین آتش به آفاق می‌زند و از لطف خداوند محروم می‌شود، درست مثل این‌که یک خردِ کُل می‌خواهد فکر کند، اما من با عقل کوچکم که عقل مخربی هم هست به‌جای آن فکر می‌کنم؛ این ادب نیست.

از خدا جوییم توفیقِ ادب
بی‌ادب محروم گشت از لطفِ رب

بی‌ادب تنها نه خود را داشت بد

بلکه آتش در همه آفاق زد

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۸-۷۹

🔥 من‌های ذهنی اگر ظاهر را حفظ کنند و بگویند طبق جامعه ما، ادب این است که شما این کار را بکنید، آن کار را نکنید، این ادب نیست.

ادب به جنس مرکز است؛ برای همین پیش اهل دل، یعنی از نظر انسان‌هایی مثل مولانا و زندگی، ادب بر باطن است.

اگر مرکز شما در مقابل خداوند عدم است، پس مؤدب هستید ولی اگر جسم است، هر کاری بکنید بی‌ادب هستید.

بی‌ادبی را با من‌ذهنی تفسیر نکنیم. شما می‌گویید، بی‌ادب هستم؟ پس مؤدب می‌شوم، وقتی مولانا می‌خوانم بلند می‌شوم خبردار می‌ایستم یا عبادت می‌کنم، این که دیگر مؤدب بودن است! نه، ادب بر باطن است؛ یعنی در این لحظه در مرکزت غیر از خدا چیزی نباشد.

پیش اهل تن، ادب بر ظاهرست

که خدا زیشان، نهان را ساترست

پیش اهل دل، ادب بر باطن است

زآنکه دلشان بر سرایر، فاطن است

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۲۰-۳۲۱۹

ساتر: پوشاننده، پنهان کننده

سرایر: رازها، نهانی‌ها، جمع سریره

فاطن: دانا و زیرک

🔥 هر انسانی یک افق است که از آنجا خورشید زندگی بلند می‌شود. هر انسانی قوه این را دارد که به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده شود.

کسی که مرکزش جسم است این افق را کور می‌کند، زیرا ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند، همه را از جنس جسم می‌بیند و اثر بد می‌گذارد.

مخصوصاً پدر و مادرها افقِ بچه‌هایشان را کور می‌کنند، درحالی‌که اگر آن‌ها عقل خودشان را به کار نبرند، بچه‌ها زود به حضور زنده می‌شوند.

ما باید حس مسئولیت کنیم و نگوییم من بی‌خبر بودم، مستِ ذهن و همانیدگی‌هایم بودم، نفهمیدم. عذر من موجه است، نه، عذر شما موجه نیست، برای این‌که زندگی قوانین عقل کل را اجرا می‌کند. هر قدمی که برمی‌داریم اگر مرکز ما جسم است، یک نتیجه دارد، اگر مرکز ما عدم است یک نتیجه دیگر دارد. نمی‌توانیم از زیر این قانون یا مجازاتش دربرویم.

نسیان:

نسیان یعنی فراموش کردن این‌که من از جنس زندگی هستم و لحظه‌به‌لحظه باید مرکزم را عدم کنم، و به او زنده شوم، اگر این را فراموش کردم و مرکزم موقع فراموشی جسم شد، حتماً مؤاخذه می‌شوم و ضرر می‌بینم، بنابراین متوجه می‌شویم که چون دچار فراموشی شدیم، زندگی‌مان خراب شده و دیگر کسی را ملامت نمی‌کنیم.

لَا تُؤَاخِذِ اِنْ نَسِينَا، شد گواه
که بُود نسیان به وجهی هم گناه
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۱

تعظیم:

تعظیم یعنی این لحظه اختیار زندگی‌مان را به دست خرد زندگی می‌دهیم و دخالت ما صفر می‌شود، این تعظیم کامل است، ولی الآن فرض کنیم که ما چهل درصد من‌ذهنی داریم، شصت درصد حضور، ولی مرتب درصد دخالتمان را به‌عنوان من‌ذهنی داریم کم می‌کنیم، این استکمال تعظیم است.

اگر حواسمان به استکمال تعظیم باشد، دیگر فراموشی کنترل ما را به دست نمی‌گیرد، یعنی من‌ذهنی دست از سر ما برمی‌دارد که مرتب یک جسم را به مرکزمان هُل بدهد یا کسی ما را به واکنش وادارد.

زانکه استکمال تعظیم او نکرد

ورنه نسیان در نیاوردی نبرد

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲

بازخواست:

وقتی انرژی، زندگی و خوشبختی را از چیزها بگیرد، یعنی آن‌ها در مرکزتان هستند، و این از طرف زندگی بازخواست دارد.

وقتی مرکز ما جسم است بازخواست خداوند حتماً به صورت یک ضرر برای ما پیش می‌آید، این مهم است پس این سه بیت را بخوانید.

وقتی از چیزی انرژی و شیره می‌گرفتید، و هم‌اکنون آن را ندارید و به این علت حالتان گرفته شده، دچار بی‌حالی، بی‌حوصلگی و خماری شده‌اید، پس حتماً با آن چیز همانیده بودید. در همه‌جای دنیا می‌بینیم که چقدر در بین مردم شکایت هست و می‌گویند فلانی من را گذاشت و رفت، می‌خواستی با او همانیده نشوی!

همچنین هر شهوتی اندر جهان
خواه مال و، خواه جاه و، خواه نان

هر یکی زینها تو را مستی کند
چون نیابی آن، خُمارت می‌زند

این خُمارِ غم، دلیل آن شده‌ست
که بدان مفقود، مستی‌ات بده‌ست

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۷-۲۲۵۹

وقتی مرکزمان جسم است من‌ذهنی ما نماینده خرابکاری می‌شود، اگر من‌ذهنی ما در درون راه ما را نزند، من‌های ذهنی بیرون از طریق این جاسوس، نمی‌توانند روی ما اثر بگذارند و ما را زیر کنترل بگیرند.

گر نه نفس از اندرون راحت زدی
رهزنان را بر تو دستی گی بُدی؟
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳

✍️ خداوند ما را امتحان می‌کند. امتحانش چیست؟ یک چیزی که با آن همانیده هستیم را در ذهنمان بالا می‌آورد تا ببیند آن را به مرکزمان می‌آوریم یا نه، هشیارانه آن را دور و مرکزمان را عدم نگه می‌داریم، اگر مرکز را عدم نگه داشتیم، شکر می‌دهد، شیرینی می‌دهد، سینه‌مان را باز می‌کند. خیلی‌ها می‌گویند خداوند به ما لطف کند. درست است که او لطف دارد، و می‌خواهد کمک کند، ولی قوانینش را اجرا می‌کند.

پس بدان، بی‌امتحانی، که إله
شگری نفرستدت ناجایگاه
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰

✍️ وقتی فضا را باز می‌کنیم مرکز ما عدم می‌شود و دیگر کار به دست قضا و کُن فکان می‌افتد، ما با من‌ذهنی‌مان نمی‌توانیم حدس بزیم که چه اتفاقی می‌افتد.

✍️ انسان با ذهنش تدبیر می‌کند، ولی تقدیر خداوند را نمی‌داند. نمی‌داند که قضا و کُن فکان چه نقشه‌ای کشیده‌است. تدبیر ما شبیه تقدیر خداوند نیست. انسان وقتی با من‌ذهنی می‌اندیشد حيله می‌کند، آن چیزی که دیدن برحسب جسم اقتضا می‌کند همین کار را می‌کند، اما خدایی نمی‌تواند بکند. ما با من‌ذهنی نمی‌توانیم حدس بزیم که منظور قضا و کُن فکان در این لحظه چیست، مجبوریم با من‌ذهنی‌مان فکر کنیم این هم به جایی نمی‌رسد یعنی دیگر با ذهن نمی‌داند که به کجاها می‌کشد، بنابراین بهترین کار این است که از همان اول ما فضاگشا باشیم.

تَدبیر کند بنده و تَقْدیر نداند
تَدبیر به تَقْدیرِ خداوند نمائَد

بنده چو بیندیشد، پیداست چه بیند
حیلت بکند، لیک خدایی نتواند

گامی دو چنان آید کاو راست نهادست
وآنگاه که داند که کجاهش کشاند؟
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲
