

به نام خداوند بخشنده مهربان

سخنی با همراهان:

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

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

در پایان یادآور می‌شویم مسئولیت این امر به عهده کارگروه خلاصه‌نویسی می‌باشد.

با تشکر و سپاس فراوان:

کارگروه خلاصه‌سازی برنامه‌ها

www.parvizshahbazi.com

برنامه

۹۶۴

گنج حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۴۰۲ / ۳ / ۱۷

خلاصه ابیات غزل برنامه ۹۶۴، گنج حضور، پرویز شهبازی

متن ابیات غزل اصلی

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

بیرون شدم ز آلودگی با قوّتِ پالودگی
اورادِ خود را بعد از این مقرونِ سبحانی کنم

نیزه به دستم داد شه تا نیزه بازی‌ها کنم
تا کی به دست هر خسی من رسمِ چوگانی کنم؟

آن پادشاهِ لم یزل داده‌ست مُلکِ بی‌خلل
باشد بتر از کافری، گر یادِ دربانی کنم

چون این بنا برکنده شد، آن گریه‌ها مان خنده شد
چون در بنا بستم نظر، آهنگِ دربانی کنم

ای دل مرا در نیم‌شب دادی ز دانایی خبر
اکنون به تو در خلوتم تا آنچه می‌دانی کنم

در چاه تخمی کاشتن، بی‌عقل را باشد روا
این‌جا به دادِ عقلِ گل، کشتِ بیابانی کنم

دشوارها رفت از نظر، هر سد شد زیر و زبر
بر جای پا چون رُست پر، دوران به آسانی کنم

در حضرتِ فردِ صمد، دل کی رود سوی عدد؟
در خوانِ سلطانِ ابد، چون غیرِ سرخوانی کنم؟

تا چند گویم؟ بس کنم، کم یادِ پیش و پس کنم
اندر حضورِ شاهِ جان، تا چند خط‌خوانی کنم؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱)

تا کی به حبسِ این جهان من خویش زندانی کنم؟

وقت است جانِ پاک را تا میرِ میدانی کنم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱)

«میرِ میدانی» یعنی امیری که هم پادشاه است و هم جنگجو.

«میدان» یعنی محل مبارزه و میدان جنگ.

«جان پاک» همان جانی است که در اثر فضاگشایی از همانندگی‌ها خارج می‌شود. همان جان

اصلی و جنس خدایت ماست که خودش را به ما نشان می‌دهد.

تا کی به حبسِ این جهان:

من تا چه زمانی باید در زندان آنچه که ذهنم نشان می‌دهد، بمانم؟! زندانی که دیوارهایش

سنگی نیست، بلکه سنگ‌های آن از همانندگی‌ها و فکرها ساخته شده و سیمان آن هم از

دردها.

من خویش زندانی کنم؟:

درحالی‌که توانایی و اختیار در زندان ماندن و خارج شدن از آن را دارم و آن را به‌کار نمی‌برم.

وقت است جانِ پاک را تا میرِ میدانی کنم:

درست در همین لحظه وقت آن رسیده که من دیگر از زندان ذهن بیرون آیم و جان آزاد شده از

همانندگی‌هایم را تبدیل به پادشاه فضای یکتایی کنم، تبدیل به جانی که در عین پادشاهی و

خدایی، جنگجو نیز می‌باشد و با شناسایی همانندگی‌ها با من ذهنی خود می‌جنگد.

نکته ۱:

در هنگام خواندن همه غزل‌های مولانا یا ابیات مثنوی، باید به اجزای هر بیت توجه کنیم،

سپس پیغام آن بیت را در خودمان ببینیم، اشکالمان را پیدا کرده و در خود اصلاح کنیم. اگر

شما این اشعار را به دقت بخوانید و برای رفتن به بیت بعد عجله نکنید خواهید دید که مطالب

زیادی است که می‌توانید از یک بیت بیاموزید و در خود شناسایی کنید.

نکته ۲:

با توجه به این بیت، درک این مطلب که باید از زندان ذهن بیرون بیاییم و این‌جا دیگر جای

زندگی نیست، بسیار مهم است. برخی از ما زندگی در زندان محدود و دردناک ذهن را یک

زندگی عادی می‌دانیم و گمان می‌کنیم زندگی یعنی همین.

سوءتفاهم دیگر این است که فکر می‌کنید اگر همانندگی‌ها را زیاد کنیم، زندگی ما هم زیادتر

می‌شود. درحالی‌که با زیادتر شدن همانندگی‌ها زندانمان محکم‌تر خواهد شد.

نکته ۳:

برخی از مردم من ذهنی خود را «میر میدانی» می‌کنند. یعنی با من ذهنی خود می‌خواهند به حضور برسند. اما بعد از سال‌ها متوجه می‌شوند که دارند با خودشان می‌جنگند. می‌خواهند به زور و با فن‌های من ذهنی فضا را باز کنند. وقتی شما با من ذهنی‌تان کار می‌کنید، من ذهنی قوی‌تر می‌شود.

نکته ۴:

«میر میدانی شدن» زمانی‌ست که مثلاً وقتی بی‌مراد می‌شویم، به‌جای عصبانیت و واکنش منفی، فضا را باز کنیم و همانیدگی و عیب خود را بشناسیم. همچنین اقرار به این‌که دردها و گرفتاری‌ها را خودمان ایجاد کرده‌ایم، خودمان را در زندان نگه داشته‌ایم و پذیرش وضعیت فعلی خود، نشان میر میدانی بودن و پهلوانی است.

بیرون شدم ز آلودگی با قوتِ پالودگی اورادِ خود را بعد از این مقرونِ سبحانی کنم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱)

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

«اوراد» جمع ورد است به‌معنی دعا و خواستن.

«بیرون شدم ز آلودگی با قوتِ پالودگی»:

درحالی که تمرکز من روی خودم است، از جان پاک خود با فضاگشایی استفاده کردم و با قدرت تصفیه زندگی و کن‌فکانِ خداوند از آلودگی همانیدگی‌ها و دردها آزاد شدم.

«اورادِ خود را بعد از این مقرونِ سبحانی کنم»:

خواسته‌ها و دعا‌های خود را که تا به حال با من ذهنی و براساس مرکز همانیده‌ام بوده‌است، پس ازین موازی و مطابق با قانون قضا، کن‌فکانِ زندگی و خواسته‌های خداوند سبحان قرار می‌دهم. گویی که خداوند برای من دعا می‌کند.

نکته ۱:

شما باید از خود بپرسید که آیا من این کار بیرون شدن از آلودگی را انجام می‌دهم؟ یا دست روی دست گذاشته‌ام نشسته‌ام ببینم چه کسی به من کمک می‌کند؟ هیچ‌کس حتی مولانا هم به شما کمک نخواهد کرد. شما خودتان می‌توانید معجزه خودتان شوید.

نکته ۲:

من ذهنی آلوده‌کننده است، فقط این زندگی‌ست که ما را از همانندگی‌ها و دردها پالوده می‌کند. دیدن برحسب آن چیزی که به مرکزتان آمده آلودگی است، شما آلوده‌کننده می‌شوید، درد ایجاد کرده و همان درد را پخش می‌کنید.

اما اگر زندگی و عدم به مرکزتان بیاید شما پالوده‌کننده هستید و انرژی مخرب و آلوده من ذهنی را تصفیه می‌کنید، به هرکس که برسید زندگی را در او به ارتعاش درمی‌آورید. او هم متوجه خواهد شد که در زندان ذهن و آلوده به دردهاست و تا به حال این را نمی‌دانسته.

نکته ۳:

مهم‌ترین آلودگی ما درد است. اگر شما آدم‌ها را بدون این‌که قضاوت کنید زیر نظر بگیرید، می‌بینید که مرتب از رنجش‌هایشان حرف می‌زنند و مرتب ملامت می‌کنند. این نشان‌دهنده آن است که ما به ایجاد درد، کارافزایی و تشویق به من‌ذهنی بودن آلوده هستیم.

نکته ۴:

شما به شهرها و ممالک مختلف که سفر کنید، خواهید دید که بعضی از کشورها و شهرها پُر از آلودگی‌ست، این انعکاس مرکز آلوده مردم آن‌جاست. هرچیزی که در مرکز ما باشد خودش را در بیرون منعکس می‌کند. خرابی و آبادانی از درون به بیرون است.

نکته ۵:

شما برای آن‌که بتوانید مرکزتان را از آلودگی‌ها پاک کنید بگویید هم می‌توانم، هم نمی‌توانم. یعنی به‌لحاظ من‌ذهنی نمی‌توانم، اما به‌لحاظ زندگی می‌توانم. برای همین باید تسلیم باشید، یعنی هر لحظه من‌ذهنی‌تان صفر باشد، افتاده باشید، ذره باشید، اصلاً هیچ‌چیز نباشید، آن موقع است که می‌توانید مرکزتان را پاک کنید.

نیزه به دستم داد شه، تا نیزه‌بازی‌ها کنم

تا کی به دست هر خسی من رسمِ چوگانی کنم؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱)

«نیزه» سلاح نوک‌تیزی است که بدن دشمن را سوراخ می‌کند. در این‌جا نیزه همین فضای گشوده‌شده، جان پاک ما، قدرت عمل، شناسایی و پذیرش ماست. توجه تیز ما هم مانند نیزه روی هر چیزی که بیفتد آن را سوراخ می‌کند و نیروی شناسنده است. «شه» منظور خداوند یا زندگی‌ست. «نیزه بازی کردن» در این‌جا یعنی با نیزه سوراخ کردن، دشمن را از پا درآوردن.

نیزه به دستم داد شه:

خداوند با فضاگشایی، آن جان پاک و هشیاری خودش را به دستم داد و در اختیارم نهاد.

تا نیزه‌بازی‌ها کنم:

سلاحی که با آن بتوانم جان دشمن خود را بگیرم. جان من‌ذهنی، همانیدگی‌ها و دردها. با توجه تیز روی خودم آن‌ها بشناسم و از کار بیندازم.

تا کی به دست هر خسی من رسم چوگانی کنم؟:

تا کی باید هر من‌ذهنی از من چوگانی بسازد و مرا بزند تا به اهداف دردساز خود برسد؟ تا کی باید حواس و توجه زنده من به هر سمتی که آن‌ها می‌گویند پرت شود؟ تا کی اجازه دهم من‌های ذهنی بیرون، از من سوءاستفاده کنند؟

نکته ۱:

هدف من‌ذهنی دردسازی است. شما از خودتان بپرسید چگونه من‌های ذهنی اطراف من از من به صورت چوگان استفاده می‌کنند و من هم تن می‌دهم؟ درحالی‌که باید نیزه دست من باشد و نیزه‌بازی کنم. طوری که وقتی یک من‌ذهنی می‌خواهد برای من مسئله ایجاد کند اجازه ندهم و با نیزه شناسایی و فضاگشایی از پهلوی آن رد شوم و تأثیر نپذیرم.

آن پادشاه لم یزل داده‌ست ملک بی‌خلل**باشد بتر از کافری، گر یاد درباری کنم**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱)

لم یزل: بی‌زوال، جاودان، از صفات خداوند

بی‌خلل: بی‌عیب، درست و بی‌غل و غش

«ملک بی‌خلل» منظور این لحظه ابدی‌ست که هیچ خلل و آسیبی به آن راه پیدا نمی‌کند و به تباهی نمی‌رود.

«دربان» در این‌جا کسی‌ست که به‌صورت من‌ذهنی بر دربارگاه خداوند ایستاده، نه خودش وارد می‌شود و نه اجازه می‌دهد کسی ورود کند. دربان دیگری هم هست مانند مولانا که هم خودش وارد فضای یکتایی شده و هم دیگران را به بارگاه خداوند راهنمایی می‌کند. اما در این‌جا منظور همان درباری مخرب من‌ذهنی‌ست.

آن پادشاه لم یزل:

آن خداوندی که هیچ مرگ و زوالی در او راه ندارد؛

داده‌ست مُلک بی خَلَل:

به من این لحظه ابدی را داده که هرگز دچار نیستی و تباهی نمی‌شود. بنابراین من هم از جنس جاودانگی و نامیرایی خداوند هستم. نیازی نیست که همیشه از مرگ بترسم. خداوند لم‌یزل زمان مجازی گذشته و آینده و فکر و ذکر من را در ذهن که بسیار آفل و زوال‌پذیر است، مکان زندگی من انتخاب نکرده‌است. اگر هر لحظه از مرگ می‌ترسم به این دلیل است که مرکز من جسم است که با فروریختن آن من هم احساس مرگ و نابودی می‌کنم.

باشد بتر از کافری، گر یاد دربانی کنم:

اگر به یاد دربانی بیفتم، این بدتر از کافری‌ست. یعنی اگر به‌عنوان من‌ذهنی مانع ورود خودم و دیگران به فضای گشوده‌شده شوم از کافری هم بدتر است. زیرا کافر انسانی‌ست که با فکرهای پشت‌سرهم زندگی را در این لحظه می‌پوشاند و از سکوت و فضای بازشده بین دو فکر آگاهی ندارد، نمی‌داند که با چیزها همانیده شده‌است. اما ما که اکنون این دانش را پیدا کرده‌ایم اگر اجازه ندهیم کسی وارد فضای یکتایی شود، این کار به مراتب از کافری بدتر است.

نکته ۱:

من‌ذهنی یک آنتن دارد، دائماً درد و انرژی بد پخش می‌کند. اگر شما از کنار یک شخص معنوی یا فضاگشا رد شدید اما دیدید به محض این‌که شما را دید فضا را بست، برای این‌ست که شما از جنس انرژی بد هستید و دربانی می‌کنید.

نکته ۲:

ما با این دربانی کردن بچه‌های خود را طوری تربیت می‌کنیم که اگر در جنگل بزرگ می‌شدند و ما با من‌ذهنی خود روی آن‌ها اثر نمی‌گذاشتیم، شاید به‌طور طبیعی پس از یک مدتی وارد فضای یکتایی می‌شدند، چون کسی مانع آن‌ها نمی‌شد. ولی ما دائماً به آن‌ها القا می‌کنیم که تصویر ذهنی، جسم و مجسمه هستند و از جنس فضاگشایی و زندگی نیستید.

نکته ۳:

هر پدر و مادری که انرژی درد پخش می‌کند، برای فرزندش دربانی می‌کند که به خداوند و عشق متصل نشود. طوری که بچه‌ها در ده‌دوازده‌سالگی به‌جای وحدت با زندگی، کاملاً یک من‌ذهنی جدا هستند و دردهایشان شروع می‌شود. یک نوجوان سیزده‌چهارده‌ساله پر از درد، رنجش، واکنش و بسیار سرکش است.

چون این بنا برکنده شد، آن گریه‌ها مان خنده شد

چون در بنا بستم نظر، آهنگ دربانی کنم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱)

«بنا» در واقع ساختمان ذهن است. همان زندانی‌ست که از سنگ و سیمان همانندگی و درد ساخته شده‌است.

چون این بنا برکنده شد، آن گریه‌ها مان خنده شد:

حالا که قانع شدیم باید از زندان ذهن بیرون بیاییم و چون با بیرون کشیدن هر همانندگی بنیاد این بنا و زندان من‌ذهنی برکنده شد، همه آن ناله و شکایت‌ها و رنجش و هیاهویی که در من‌ذهنی راه انداخته بودیم تبدیل به شادی بی‌سبب، حس رضایت و خشنودی و خنده واقعی شد. حالا فقط حواسمان به خودمان است که کارافزایی و دردی برای کسی ایجاد نکنیم.

چون در بنا بستم نظر، آهنگ دربانی کنم:

اما همین‌که توجه و نظر خود را بر یک جسم ببینم و اجازه دهم آن چیز به مرکزم بیاید و برحسب آن ببینم، دوباره به سبب‌سازی ذهن می‌روم، جذب ذهن شده و به‌صورت من‌ذهنی دربان فضای یکتایی می‌شوم. به‌خاطر تفاوت‌های سطحی با دیگران می‌جنگم و اجازه نمی‌دهم مردم به وحدت با زندگی برسند.

نکته ۱:

هر شادی و خنده با من‌ذهنی، شادی اصیل، کیف و لذت واقعی نیست. این‌ها همه در اصل درد و گریه است.

ما فکر می‌کنیم اگر خودمان را با دیگران مقایسه کنیم، دیده شویم، مردم از دیدن پول و زیبایی و سواد و مقام ما انگشت به دهان بمانند و ما ازین بابت خوشحال شویم، این خنده است. اما این شیره کشیدن از همانندگی‌ها و عین بیچارگی است.

نکته ۲:

شما باید همیشه توانایی پالودگی با مرکز عدم و فضای گشوده‌شده را نگه دارید. چون طول می‌کشد که کاملاً پالوده شوید. صبر و شکر و پرهیز لازم است. به خودتان نگاه کنید ببینید هنوز چه اندازه پندار کمال دارید.

ناموس یا حیثیت بدلی هم معیار خوبی است. آیا حرف‌ها و رفتارهای مردم به شما برمی‌خورد؟ اگر برمی‌خورد، یک چیزی در شما وجود دارد که باید آن را شناسایی کنید.

ای دل مرا در نیم‌شب دادی ز دانایی خبر اکنون به تو در خلوتم تا آنچه می‌دانی کنم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱)

«دل» مرکز عدم و فضای گشوده شده است.

«نیم‌شب» یعنی تاریکی و جهل من‌ذهنی.

«به تو» یعنی با تو، به وسیله تو.

ای دل مرا در نیم‌شب، دادی ز دانایی خبر:

ای دل اصلی و ای جان پاک که خودت را به من نشان داده و در میان جهل و نادانی من‌ذهنی از دانایی ایزدی و عقل کل خبر دادی. دانش ایزدی را به زندگی من آوردی تا من بتوانم خرد زندگی را به فکر و عمل بریزم و فکر و عمل خردمندانه و آگاهانه بکنم، به صورت حضور ناظر به ذهنم نگاه کنم و خلاق باشم.

اکنون به تو در خلوتم تا آنچه می‌دانی کنم:

چون حواسم به تو است اکنون به وسیله تو در خلوت خود، فارغ از سر و صدا و غوغای من‌های ذهنی بیرون، به دانسته‌های من‌ذهنی خود عمل نمی‌کنم، تنها به آنچه که تو می‌دانی عمل می‌کنم و این دست من است.

نکته ۱:

شما باید در خلوت باشید، اگر غوغای بیرون لحظه‌به‌لحظه روی شما اثر بگذارد نمی‌توانید موفق شوید. شما می‌توانید بین مردم زندگی کنید، لازم نیست مثلاً چهل روز بروید جایی پنهان شوید. وقتی فضاگشایی می‌کنید و مرکزتان عدم می‌شود، با او، به وسیله او، در او، به صورت او، در خلوت هستید. چون اگر سروصدای بیرون توجه شما را جلب کند به مرکز شما می‌آید، بدبخت می‌شوید و دوباره به دربانی می‌افتید.

نکته ۲:

مهم‌ترین اشکال ما این است که زیر نفوذ قرین هستیم. حال این قرین ممکن است آدم‌های دور و بر ما، یک کتاب، برنامه تلویزیونی یا شبکه‌های اجتماعی باشد. درکل مضرترین و مخرب‌ترین عامل در پیشرفت معنوی «قرین» است.

بالاخره شما به وسیله قرین از راه به در می‌شوید؛ یعنی اگر شیطان هم بخواهد شما را گول بزند به وسیله یک انسان پیش شما می‌آید، یک چیزی می‌گوید یا یک کاری می‌کند تا شما را از این طریق منحرف کند.

معمولاً چیزها نمی‌توانند آدم را منحرف کنند. شما ممکن است به اندازه کافی دانایی ایزدی داشته باشید که به وسیله پول، خانه و مقام فریب نخورید ولی آدم‌ها می‌توانند روی شما اثر بگذارند.

در چاه تخمی کاشتن، بی‌عقل را باشد روا این جا به داد عقل کُل، کِشت بیابانی کنم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱)

«در چاه تخم کاشتن» کنایه از کار بیهوده و بی‌نتیجه است. همان‌گونه که با هر چیزی، تخم کاشتن در چاه است.

«کشت بیابانی» کنایه از کشت مسطح و پرثمر بوده که مقابل کشت در چاه است.

در چاه تخمی کاشتن، بی‌عقل را باشد روا:

عمل کردن به وسیله جهل من‌ذهنی و کار بیهوده و بی‌نتیجه انجام دادن، برای عقل من‌ذهنی رواست.

این جا به داد عقل کُل، کِشت بیابانی کنم:

اما در این لحظه که تصمیم گرفتم آن چیزی را که ذهنم نشان می‌دهد به مرکزم نیاورم، از دانایی ایزدی خبر دارم و با نظم عقل کل در فضای گشوده‌شده تخم می‌کارم و عمل می‌کنم. عقل کل عقل خداست که تمام کائنات را اداره می‌کند.

نکته ۱:

مولانا می‌گوید شما خودتان را ببخشید. شما که تا به حال اشتباه کرده‌اید، با من‌ذهنی کاشته‌اید و نتیجه نگرفته‌اید، جان پاکی در بین نبوده و این چیزها را نمی‌دانستید، اشکالی ندارد، خودتان را ببخشید.

نکته ۲:

دو نفر که می‌خواهند با هم ازدواج کنند، به جای آن‌که هرکدام از جنس زندگی شوند، با عشق زندگی را در یکدیگر ببینند و دو هشیاری حضور با هم پیوند ببندند، در نهایت دو من‌ذهنی با بی‌عقلی شروع به زندگی می‌کنند؛ در واقع در چاه تخم می‌کارند. بنابراین پس از مدتی در این رابطه درد انباشته می‌شود.

نکته ۳:

اگر شما از فضای گشوده‌شده با فرزند خود حرف می‌زنید او هم از جنس عشق و زندگی شده و

حرف شما را گوش می‌کند و جذب جانش می‌شود. اما وقتی با نظم من‌ذهنی، حسادت، خشم و ترس حرف می‌زنید در چاه تخم می‌کارید و رشد نمی‌کند. همه روابط انسانی و خانوادگی ازین قانون پیروی می‌کنند.

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

«سد» در این‌جا منظور موانعی‌ست که انسان در ذهن برای خودش می‌سازد تا زندگی را به بعد موکول کند و این لحظه ابدی را زندگی نکند.

«پا» در این‌جا منظور ابزارها و سبب‌سازی‌های من‌ذهنی‌ست.

دشوارها رفت از نظر، هر سد شد زیر و زبر:

در گذشته که با من‌ذهنی فکر و عمل می‌کردم زندگی دشوار بود، مسئله‌سازی، مانع‌سازی و دردسازی می‌کردم و خلاق نبودم. اما اکنون که نظم و دانایی ایزدی زندگی مرا اداره می‌کند تمام آن دشواری‌ها از میان رفت، دیگر آن‌ها را نمی‌بینم و همه آن موانع ذهنی که ایجاد کرده بودم زیر و زبر شده و شخم زده شد.

بر جای پا چون رُست پَر، دوران به آسانی کنم:

وقتی به‌جای ابزارهای من‌ذهنی پر درآوردم، یعنی مرکزم عدم شد و آن چیزهایی که ذهنم نشان داد به مرکزم نیامد، توانستم از روی موانع بپریم و از پهلوی آن‌ها رد شوم، زندگی برایم آسوده و آسان شد.

در حضرت فرد صمد، دل کی رود سوی عدد؟ در خوان سلطان ابد، چون غیر سرخوانی کنم؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱)

«خوان» یعنی سفره، منظور سفره این لحظه ابدی و فضای گشوده‌شده است.
«سلطان ابد» رمز زندگی یا خداست.

در حضرت فرد صمد، دل کی رود سوی عدد؟:

در پیشگاه خداوند یکتا و بی‌نیاز من هم نسبت به آنچه ذهنم نشان می‌دهد حس بی‌نیازی می‌کنم. دیگر مثل گذشته در من‌ذهنی نسبت به دیگران حس جدایی ندارم و خودم و همه

انسان‌ها را یک نور و یک زندگی می‌بینم.

در خوان سلطان ابد، چون غیر سرخوانی کنم؟:

بر سر سفره این لحظه ابدی که سفره شادی بی‌سبب، خلاقیت و خرد زندگی و عشق است، چگونه آفریدگاری و صنع خداوند را نخوانم و ندانم؟ چگونه پیغام زندگی را هر لحظه دریافت نکنم؟

نکته ۱:

دو نوع سفره در این جهان وجود دارد. یکی سفره ذهن است. هر لحظه چیزها به مرکز ما می‌آیند و می‌خواهیم برحسب آن‌ها غذا بخوریم و شیره بکشیم که عموماً منجر به بی‌مرادی می‌شود؛ زیرا از نظر زندگی این کار قدغن است.

تا چند گویم؟ بس کنم، کم یاد پیش و پس کنم

اندر حضور شاه جان، تا چند خطخوانی کنم؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱)

«خطخوانی» یعنی نامه خواندن. سطرهای نوشته‌شده در ذهن را خواندن، حرف زدن برحسب باورها و فکرهای همانیده که از ذهن ما می‌گذرند.

«شاه جان» اشاره به زندگی یا خداوند دارد.

تا چند گویم؟ بس کنم، کم یاد پیش و پس کنم:

چقدر باید با ذهن حرف بزنم؟ دیگر کافی‌ست، ذهنم را خاموش می‌کنم. و چون من به‌عنوان حضور ناظر تصمیم‌گیرنده و تشخیص‌دهنده هستم اصلاً دیگر به زمان مجازی گذشته و آینده نمی‌روم. زیرا همین‌که به گذشته و آینده بروم حتماً من‌ذهنی دارم و تبدیل به تصویر مجازی می‌شوم.

اندر حضور شاه جان، تا چند خطخوانی کنم؟:

در پیشگاه خداوند و در این لحظه ابدی، تا کی سطرهای نوشته‌شده در ذهن و باورهای همانیده را بخوانم و طبق الگوهای ذهنی فکر و عمل کنم؟!

نکته ۱:

ما دیگر آگاه شده‌ایم که این تصویر پویا که در اثر گذشتن از فکری به فکر دیگر به‌طور مسلسل مثل فیلم سینمایی ایجاد می‌شود، نیستیم. ما این «من فکری و من ساخته‌شده از فکر» نیستیم،

بلکه وقتی هم که خاموش می‌شود، یک من اصلی، یک جان پاک که عمق بی‌نهایت دارد و در این لحظه ابدی مستقر است و در خوان سلطان ابد نشسته، خودش را به ما نشان می‌دهد.
نکته ۲:

وقتی مولانا در این بیت می‌گوید: «کم یاد پیش و پس کنم» به این معنا نیست که اگر یک مقدار به گذشته و آینده برویم اشکالی ندارد. بلکه همیشه باید در این لحظه ابدی حاضر بود. اما توجه کنید شما می‌توانید در این لحظه حضور داشته باشید و در عین حال در صورت لزوم به گذشته و آینده، و به حافظه‌تان بروید. به حافظه رفتن و از تجربیات گذشته استفاده کردن، فکر همانیده و زمان مجازی نیست. شما از حافظه‌تان چیزی را برمی‌دارید در این لحظه از آن استفاده می‌کنید.

شما همیشه می‌توانید برای پیش‌بینی کردن به آینده سر بزنید، ولی آن‌جا نمی‌ایستید. وقتی شما در گذشته می‌مانید و به سبب‌سازی ذهن و مرور اتفاقات گذشته می‌افتید و آن‌ها را به هم وصل می‌کنید، تبدیل به داستان می‌شوید. داستان نارضایتی‌ها، بی‌مرادی‌ها و دردها. بنابراین معنای «کم یاد پیش و پس کنم» این نیست که شما برای آینده برنامه‌ریزی نکنید و طرح نریزید، نظم نداشته باشید و هدف نگذارید. این تصمیم‌گیری و هدف‌گذاری همانیدن نیست.

متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۹۶۴

این عجب که جان به زندان اندر است

و آنگهی مفتاح زندانش به دست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۳۴)

مفتاح: کلید

این عجیب است که جان اصلی انسان در زندان ذهن و همانیدگی‌ها اسیر شده، در حالی که کلید این زندان که هشیاری حضور و فضای گشوده شده است در دست خود اوست.

[ایجاد مانع و مسئله و دشمن، کارافزایی، دیدن براساس همانیدگی‌ها، پندار کمال، ناموس و «می‌دانم»، زندگی ما را به زندان تبدیل کرده‌است. زندانی که کلیدش در دستان ماست اما قفل آن را باز نمی‌کنیم. کلید معادل آن است که با فضاگشایی تشخیص دهیم چیزی را که ذهن در این لحظه ارائه می‌کند مهم نیست. بدین ترتیب جان پاکمان خودبه‌خود به‌صورت فضای گشوده‌شده از همانیدگی‌ها جدا می‌شود، با حضور ناظر قدرت تماشای ذهن را پیدا می‌کنیم و با مفتاح یا کلید هشیاری حضور از این زندان رها می‌شویم.]

این جهان زندان و ما زندانیان حُفره کن زندان و خود را وارهان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۸۲)

جهان ذهن و همانیدگی‌های آن یک زندان است و ما نیز به‌صورت هشیاری حضور زندانیان آن هستیم. پس ای انسان با کلنگ فضاگشایی، مرکز عدم و حضور، حفره‌ای در این زندان ایجاد کن تا بتوانی خودت را آزاد کنی.

[انتظار کشیدن برای آن‌که اتفاق، مکان، اشخاص یا چیزهای خاصی دست ما را بگیرند و از زندانی که در آن هستیم آزادمان کنند توهمی بیش نیست. چاره کار در دستان خود ماست. خلاصی از زندگی پردرد در ذهن کافر ممکن نمی‌شود، مگر آن‌که با فضاگشایی پی‌ببریم که در فضای ذهن همانیده زندانی هستیم و برای رهایی باید به ذات خود قائم شویم و به وحدت دوباره با خدا برسیم.]

حدیث

«الدُّنْيَا سِجْنُ الْمُؤْمِنِ وَ جَنَّةُ الْكَافِرِ.»

«دنیا زندان مؤمن و بهشت کافر است.»

تو چو باز پای‌بسته، تن تو چو کُنده بر پا
تو به چنگ خویش باید که گره ز پا گشایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۰)

من‌ذهنی تو همراه با دردها و همانیدگی‌هایش چون کنده‌ای سنگین بر پای هشیاری حضور بسته شده و مانع پرواز آن می‌شود. اما تو باید با چنگ خود این گره را از پای هشیاری‌ات باز کنی.

[مولانا در این بیت نکته مهمی را به ما یادآوری می‌کند و آن توانایی فی‌نفسه ما برای باز کردن گره همانیدگی‌ها از پای هشیاری‌مان است. به عبارت دیگر ما برای آزاد شدن از دردها نیاز به کمک هیچ‌کس نداریم و نباید به چیزی یا کسی متکی و وابسته باشیم. تنها باید به‌عنوان امتداد خدا بفهمیم آنچه ذهنمان نشان می‌دهد مهم نیست تا جان پاکمان تدریجاً خود را آشکار کند. جانی که نه‌تنها شناسنده بلکه جنگ‌جو و میر میدان است و در بی‌مرادی‌ها برخلاف من‌ذهنی، نه خشمگین می‌شود و نه واکنش نشان می‌دهد، فقط قدرت خود را شناسایی و فضا را باز می‌کند.]

علتی بتر ز پندارِ کمال نیست اندر جانِ تو ای ذودلال (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

ذودلال: صاحب ناز و کرشمه

ای من‌ذهنی عشوه‌گر که پر از فریب و ناز و بی‌نیازی هستی، در جان تو هیچ مرضی بدتر از پندار کمال وجود ندارد. مرضی که براساس آن خود را کامل و عاقل و بی‌نیاز از زندگی می‌پنداری و با ناموس و حیثیت بدلی آن فکر و عمل می‌کنی.
[اگر دانشی را که از همانیدگی‌ها می‌گیریم دانش واقعی می‌دانیم، به مرض «می‌دانم» و پندار کمال دچار شده‌ایم. مادامی که جذب ذهن و همانیدگی‌هایش هستیم و من‌ذهنی داریم متوجه نادانی خود نخواهیم شد و به زندگی نیازی حس نمی‌کنیم و این خیلی خطرناک است. تنها باید زندگی به‌صورت جانِ پاکی که از همانیدگی‌ها آزاد شده به مرکزمان قدم بگذارد و به ما کمک کند.]

در تگِ جو هست سرگینِ ای فتی گرچه جو صافی نماید مر تو را (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)

فتی: جوان، جوان‌مرد

ای انسان که در ذات خود جوان‌مرد و از جنس خدا هستی، در اعماق جوی به‌ظاهر آرام ذهنت انبوهی از کثافت دردها و همانیدگی‌ها قرار گرفته که با کوچک‌ترین بی‌مرادی و ایجاد واکنش من‌ذهنی‌ات بالا می‌آیند و تو را دچار درد می‌کنند. اگرچه به‌دلیل داشتن ناموس و پندار کمال قادر نیستی آن‌ها را ببینی و این جوی در دید ذهنی تو صاف و تمیز است.

[به ظاهر آرام ما در زندگی روزمره نمی‌خورد که دردهایی مانند خشم، رنجش، تعصب، ترس و حسادت را در زیر آن پنهان کرده باشیم. اما وقتی دچار بی‌مرادی و انقباض می‌شویم، به مرکز همانیده عقده‌مند و حیثیت بدلی ما برمی‌خورد و این کثافات خودشان را از زیر ظاهر آرام و تمیز ما نشان می‌دهند.]

کرده حق ناموس را صد من حدید

ای بسی بسته به بند ناپدید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰)

حدید: آهن

خداوند آبرو و حیثیت بدلی من‌ذهنی را که ناشی از پندار کمال است همانند صد من آهن کرده و به صورت زنجیری نامرئی بر دست‌وپای هشیاری انسان‌ها بسته‌است. چه بسیارند کسانی که به وسیله این زنجیر پنهانی در ذهن اسیرند، به طوری که نمی‌توانند به اشتباهشان اقرار کرده و درد هشیارانه بکشند، در نتیجه نمی‌توانند از ذهن آزاد شوند.

[اگر چیزها به ما برمی‌خورد حتماً ناموس داریم. در این صورت حتماً پندار کمال، درد، من‌ذهنی، قضاوت، مقاومت، عقل جزوی، جهل و اشتباه هم داریم و با مرکزمان که از چیزهای آفل است مانع‌سازی، دشمن‌سازی، مسئله‌سازی، کارافزایی و ایجاد درد می‌کنیم. همین‌که چیزی به ما برخورد یعنی بقیه این صفات منفی هم وجود دارند و این معیاری است که زندگی گذاشته‌است. مادامی که من‌ذهنی صفر نشود ناموس هم برقرار است و ما را منقبض خواهد کرد.]

چه چگونه بد عدم را؟ چه نشان نهی قدم را؟

نگر اولین قدم را که تو بس نکو نهادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲)

قدم: دیرینگی، قدیم (مقابل حدوث)

ای انسان، چرا سعی در فهمیدن چگونگی عدم و بی‌فرمی داری؟ چرا مرکزت را که از جنس خدا و دارای نیروی ایزدی‌ست با همانیده شدن نشان‌دار می‌کنی؟ عدم به وسیله ذهن قابل فهم نیست، بلکه باید به آن تبدیل شوی. پس نگاه کن تا با فضاگشایی در این لحظه ابدی اولین قدم زندگی خود را درست برداری و مرکزت را عدم کنی.

[به همان اندازه که با فضا بندی و مرکز جسمی خدا را نشان دار می‌کنیم، با فضا گشایی و حضور ناظر بی‌نشانی را تجربه خواهیم کرد. اگر قرار باشد از خوان گسترده الهی در این لحظه بچشیم، دیگر نباید از سفره من‌ذهنی بخوریم و این فقط با فضا گشایی میسر می‌شود.]

تیترا

«صفتِ طاووس و طبعِ او، و سببِ گشتنِ ابراهیم علیه‌السلام او را»

آمدیم اکنون به طاووسِ دورنگ

کو کند جلوه برای نام و ننگ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۹۵)

اینک به بیان وضعیت طاووس دورنگ و ریاکار می‌رسیم که نماد انسان دارای مرکز همانیده است و با جاه‌پرستی برای دیده شدن و آبرو و حیثیت بدلی جلوه می‌کند. [طاووس مظهر جاه‌طلبی و میل به قدرت و نماد انسان همانیده است. جاه‌طلبی همیشه با نفاق و دورویی همراه است و این دورنگی و نفاق را کاملاً می‌توان در من‌ذهنی مشاهده کرد، بدین ترتیب که مرکزش از جسم است و ناخوشبختی و مسئله‌سازی را ایجاب می‌کند، اما زبانش از خوشبختی و خوب زندگی کردن می‌گوید. بنابراین به‌سوی چیزی که مرکز ایجاب می‌کند می‌رود نه به‌سوی زبان، زیرا مرکز انسان است که او را هدایت و حالاتش را در بیرون منعکس می‌کند. انسان با بالا رفتن حیثیت و ناموس، مرتب مردم را شکار می‌کند، چراکه می‌خواهد مقبول آنها واقع شود.]

همت او صید خلق از خیر و شر

وز نتیجه و فایده آن بی‌خبر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۹۶)

همت و خواست او شکارِ خلق یا همانیده شدن با آنهاست، چه خوب باشند و چه بد، اما از فایده و نتیجه این صید بی‌خبر است و نمی‌داند چرا شکار می‌کند. [ما هم در من‌ذهنی نمی‌دانیم چرا این‌همه چیزهای جدید را شکار می‌کنیم و با آنها همانیده می‌شویم. نمی‌دانیم چرا باید جاه‌پرستی و ناموس داشته باشیم و دیده شویم. مدام برای چیزها تله می‌گذاریم اما نمی‌دانیم هیچ فایده‌ای از آن عایدمان نمی‌شود.]

بی‌خبر چون دام می‌گیرد شکار دام را چه علم از مقصود کار؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۹۷)

طاوس یا انسان همانیده مانند دام بی‌خبر و ناآگاهانه شکار می‌کند. دام یا تله چه می‌داند مقصود از صید کردن چیست و نتیجه کارش کدام است؟
[آیا ما در من‌ذهنی که جذب ذهن هستیم می‌دانیم چیزی را که می‌خواهیم چه نفعی برایمان دارد؟ آیا اصلاً آن را می‌خواهیم؟ تنها با هشیاری حضور می‌توانیم پاسخ این سؤالات را بدانیم.]

دام را چه ضرر و چه نفع از گرفت؟

زین گرفت بیهدهش دارم شگفت

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۹۸)

گرفت: گرفتن، مؤاخذه کردن. در این‌جا به معنی صید کردن است.
دام یا تله از نفع و ضرر شکار کردنش خبر ندارد و نمی‌داند با آن صید نه سود می‌کند و نه زیان. اما من از شکار تندتند و بیهوده او در تعجبم.

ای برادر، دوستان افراشتی

با دو صد دلداری و، بگذاشتی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۹۹)

[مولانا خطاب به انسان می‌گوید:] ای برادر، برای خودت دوستانی جمع کردی و با آنها همانیده شدی. بسیار به آنها دلداری دادی و محبت روا داشتی، اما مدتی بعد همه آنها را رها کردی.

کارت این بوده‌ست از وقت ولاد

صید مردم کردن از دام و داد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۰)

ولاد: زاییدن، زاییده شدن و تولد.

وداد: دوستی

کار تو از زمان تولد تاکنون این بوده که به وسیله دام دوستی آدم‌ها را شکار کنی و به تله محبت بیندازی.

[ما هم از بدو تولد داریم همین کار را می‌کنیم. برای جلب توجه آدم‌ها و صید کردنشان با من‌ذهنی‌مان زحمت می‌کشیم و با ارائه یک تصویر ذهنی عالی از خود، آن‌ها را شکار می‌کنیم تا دوستان بشوند و ما را دوست داشته باشند.]

زان شکار و آن‌بھی و باد و بود دست در کن، هیچ یابی تار و پود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۱)

باد و بود: غرور و خودبینی، تکبر، شکوه و جلال ظاهری.
دست در کن: دست فروکن، در این‌جا یعنی جست‌وجو کن.

[مولانا خطاب به انسان همانیده می‌گوید:] اینک ببین آیا از همه آن شکارها که با من‌ذهنی‌ات کردی و با آن‌ها همانیده شدی و برخی را رها کردی و دیگری را گرفتی، و از آن انباشتن‌ها و جلال و شکوه و کبکبه ظاهری چیزی باقی مانده‌است؟ چیزی هست که به آن دل خوش کنی و از آن حس خوشبختی و زندگی بگیری؟

[از خودمان بپرسیم: آیا این‌که ما مدام سعی می‌کنیم توجه و تأیید مردم را جلب و آن‌ها را شکار کنیم، مورد تأیید خدا و زندگی است؟ آیا ما به این‌جور دوستی نیاز داریم؟]

بیشتر رفته‌ست و بیگاه است روز

تو به جد در صیدِ خلقانی هنوز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۲)

بیگاه: دیر، بی‌هنگام، شبان‌گاه

بیشتر عمرت سپری شده و سنت بالا رفته‌است. روزِ عمر گذشته و به شبِ آن رسیده‌ای. دیر شده، اما تو هنوز با جدیت سرگرم شکار آدم‌ها هستی.

[در شصت‌هفتادسالگی ما هنوز دنبال صید آدم‌ها هستیم. برخی از ما به‌عنوان استاد و معلم و برخی با نقش‌های دیگر می‌خواهیم با آدم‌ها همانیده شویم و یکی را صید و دیگری را رها کنیم. از خودمان بپرسیم آیا باید حتماً یک یا چند نفر را در زندگی‌مان داشته باشیم که با آن‌ها همانیده شویم؟ آیا نمی‌توانیم تنها بمانیم؟]

آن یکی می‌گیر و آن می‌هل ز دام وین دگر را صید می‌کن چون لئام

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۳)

لئام: جمع لئیم به معنی پست و فرومایه

[مولانا خطاب به انسان من‌ذهنی می‌گوید:] درحالی‌که مقدار زیادی از عمر تو رفته‌است، هنوز به فکر این هستی که یک همانندگی را به‌دست بیاوری، همانندگی دیگر را رها کنی و آن یکی همانندگی را مانند فرومایگان صید کنی و به دام خود بیندازی.
[باید توجه کرد که ما همواره می‌خواهیم با انسان‌های دیگر همانیده شویم و آن‌ها را به دام ذهنی خود انداخته، کنترلشان کنیم و مراقب باشیم تا مبادا از زندان ما آزاد شوند.]

باز این را می‌هل و می‌جو دگر اینّت لعبِ کودکانِ بی‌خبر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۴)

دوباره این همانندگی را رها کن و درصدد شکار همانندگی دیگر باش. شگفتا از این بازی کودکانه و ناآگاهانه من‌های ذهنی.
[آیا ما با همانیده شدن با اهالی خانه‌مان آن‌ها را زندانی کرده و مانند زندانبان مسئول ماندن آن‌ها در این زندان شده‌ایم؟ آیا حاضریم هم شخص خودمان و هم دیگران را از این زندان آزاد کنیم؟]

شب شود در دام تو یک صید نی دام بر تو جز صداع و قید نی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۵)

صداع: سردرد

شب عمر و زمان مرگ تو فرامی‌رسد، درحالی‌که در دام ذهنت، حتی یک صید هم باقی نمانده‌است، چراکه مدام درحال صید چیزهای آفل بودی و این دام که برای شکار همانندگی‌ها گسترده‌تر، جز زحمت و درد و رنج، زنجیر و قید و بند، چیز دیگری برایت نبود. [ما به‌عنوان هشیاری ایزدی نباید با انسان‌های دیگر همانیده شویم، چراکه با این کار نه‌تنها درد زیادی به آن‌ها و خودمان وارد کرده‌ایم، بلکه وجود حقیقی خویش را نیز به دام انداخته‌ایم.]

پس تو خود را صید می‌کردی به دام که شدی محبوس و محرومی ز کام

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶)

پس وقتی با چیزها همانیده شدی، درواقع هشیاری خود را با دام ذهن صید کردی. به این ترتیب در زندانِ همانیدگی‌ها محبوس شده و از کام اصلی که فضاگشایی و زنده شدن به خداست محروم ماندی.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷)

از ابتدای جهان وجود تا به حال، آیا صاحب تله و دامی به نادانی انسان بوده که برای خود دام بگذارد، هشیاری خویش را صید کند و به خود درد بدهد؟
[به عبارتی دیگر انسان با همانیده شدن با انسان‌ها و چیزهای دیگر درحالی‌که گمان می‌برد آن‌ها را شکار می‌کند، خودش به دام آن همانیدگی می‌افتد.]

چون شکارِ خوک آمد صیدِ عام رنج بی‌حد، لقمه خوردن زو حرام

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۸)

به دام انداختن همانیدگی‌ها توسط انسان‌های عادی که من‌ذهنی دارند مانند شکار خوک است که خوردنش حرام و به دام افتادنش با زحمت زیادی همراه است.
[علت خرابی زندگی و روابط ما انسان‌ها این است که ما با دیگر اشخاص همانیده می‌شویم و بر این اساس با همدیگر ارتباط برقرار می‌کنیم و این درحالی‌ست که با داشتن پندار کمال متوجه نیستیم با آن‌ها همانیده هستیم.]

آن‌که ارزد صید را، عشق است و بس لیک او کی گنجد اندر دام کس؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۹)

تنها چیزی که ارزش صید کردن را دارد این است که انسان مرکز را عدم و فضا را باز کند و به وحدت مجدد با زندگی برسد و این همان عشق است. اما عشق با من‌ذهنی شکار نمی‌شود.

[ما به صورت هشیاری درک می‌کنیم که با اهمیت ندادن به آنچه ذهن نشان می‌دهد، می‌توانیم به دام عشق بیفتیم و صید خداوند شویم.]

تو مگر آیی و صید او شوی دام بگذاری، به دام او روی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰)

پس حال که عشق با من ذهنی به دام نمی‌افتد، چاره‌ای نیست [جز این‌که تو بیایی و دام ذهن را با فضاگشایی و راندن آفلین از مرکزت کنار بگذاری تا دوباره با زندگی یکی شده، وحدت را تجربه کنی و صید عشق گردی]. [ما با اهمیت دادن به دانش بزرگانی چون مولانا شکار عشق می‌شویم.]

عشق می‌گوید به گوشم پست‌پست صید بودن خوش‌تر از صیادی است

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۱)

پست‌پست: آهسته‌آهسته

وقتی به آنچه ذهن نشان می‌دهد اهمیتی نمی‌دهم، برحسب همانیدگی‌ها فکر نمی‌کنم، فضا را می‌گشایم و مرکزم را عدم می‌کنم، صدای عشق را می‌شنوم که آهسته‌آهسته در گوشم نجوا می‌کند و می‌گوید: «تو ای انسان! صیادی نباش که همانیدگی‌ها را شکار کرده و آن‌ها را در مرکزش می‌گذارد، بلکه با عدم کردن مرکز و فضاگشایی به دام عشق بیفت و صید عشق شو.»

گول من کن خویش را و غره شو آفتابی را رها کن، ذره شو

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۲)

گول: ابله، نادان

[در فضای گشوده‌شده، عشق، زندگی، به گوشم می‌گوید:] ای انسان عقل من ذهنی خود را دور بینداز گرچه که ذهن این کار را ابلهی می‌داند اما تو ابله و نادان من باش و به آنچه من می‌گویم گوش کن، نه آنچه ذهن به تو نشان می‌دهد، قضاوت و مقاومت نکن، و این‌گونه مفتون و شیدای من شو. آفتاب بودن، برحسب همانیدگی‌ها درخشیدن را رها کن و صفر شو، فضا را

بگشا و با راندن آفلین از مرکزت همواره چون ذره، هیچ شو. به بیانی دیگر همواره مرکزت را
عدم نگه دار.

بر درم ساکن شو و بی‌خانه باش

دعوی شمعی مکن، پروانه باش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۳)

[عشق در گوشم همچنان آهسته‌آهسته به نجوای خود ادامه می‌دهد و می‌گوید:] فضا را در
اطراف اتفاق این لحظه باز کن، ساکن فضای یکتایی شو و خانه ذهن را با اهمیت ندادن به
آنچه نشان می‌دهد ترک کن و بی‌خانه شو. ادعایی نداشته باش، نگو که من شمع هستم،
بیاپید و گرد من بگردید، بلکه مانند پروانه‌ای باش که در آتش فضای گشوده‌شده همانندگی‌های
خود را می‌سوزانی، حول محور فضای گشوده‌شده و مرکز عدم می‌گردی.

تا ببینی چاشنی زندگی

سلطنت بینی نهان در بندگی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۴)

تا وقتی مانند پروانه حول محور عدم می‌گردی و فضاگشایی می‌کنی، بتوانی مزه عشق و زنده
شدن به زندگی را بچشی و سلطنت نهفته را که همان جاری شدن خرد زندگی به فکر و عمل
توست، در بندگی و تسلیم شدن به زندگی ببینی.

نعل بینی بازگونه در جهان

تخته‌بندان را لقب گشته شهان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۵)

بازگونه: وارونه، واژگون

تخته‌بندان: اسیران

در این صورت کار و بار دنیا را تماماً وارونه خواهی دید و درخواهی یافت که اسیران، کسانی که
به علت همانندگی با چیزها، روی تخته دنیا با میخ، کوبیده شده‌اند، لقب شاه گرفته‌اند. [اما
همواره من‌های ذهنی آرزو می‌کنند که کاش به جای آن‌ها بودند. ما به عنوان هشیاری روی تخته
دنیا میخ‌کوب شده‌ایم و با شناسایی میخ‌ها یعنی همانندگی‌ها آزاد خواهیم شد.]

بس طناب اندر گلو و تاج دار بر وی انبوهی که اینک تاج دار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۶)

تاج دار: سر دار، بالای دار، لایق دار

چه بسیارند انسان‌هایی که من‌ذهنی دارند و مستحق این هستند که طناب دار به گردنشان افکنده شود و زیر دردهایشان بمیرند، اما عده زیادی از مردم دور آن‌ها را گرفته و می‌گویند شما شاه تاجدار، راهنما و بزرگ ما هستید. [چراکه من‌های ذهنی هم‌جنس خود را می‌شناسند و به‌سویش جذب می‌شوند.]

همچو گور کافران، بیرون حُلّ اندرون قهر خدا عزّوجلّ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۷)

حُلّ: زیورها، پیرایه‌ها، جمع حُلّه

عزّوجلّ: گرامی و بزرگ است، از صفات خداوند

مانند گور کافران که ظاهری زیبا و مجلل دارد، من‌ذهنی منافق و دروغگو برای جلب تأیید و توجه مردم، ظاهری زیبا از خود ارائه می‌دهد، درحالی‌که درونش آکنده از قهر خداوند گرامی و بزرگ است.

[به‌عبارت دیگر هرکس که مرتباً مرکزش را جسم کند، قهر خدا او را می‌گیرد و در افسانه من‌ذهنی غرق شده، زندگی را به مسئله، مانع، درد و دشمن تبدیل خواهد کرد.]

چون قبور آن را مُجَصَّص کرده‌اند پرده پندار پیش آورده‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۸)

مُجَصَّص: گچ‌اندوده، گچ‌کاری شده

انسانی که من‌ذهنی دارد درونش مانند قبریست که هشیاری‌اش در آن‌جا مرده‌است، ولی ظاهر خود را مانند قبور کافران گچ‌اندوده و مزین کرده و پرده‌ای از همانیدگی‌ها روی خود کشیده‌است. [از این ابیات نتیجه می‌گیریم که بعد از این کسی را شکار نکنیم، به‌دنبال جلب تأیید و توجه مردم نباشیم، ظاهر ما با باطن ما یکی باشد، اگر درد داریم به آن اقرار کنیم. این‌گونه نباشد که مرکز پر از درد و همانیدگی‌مان را پشت ظاهری خوب و زیبا پنهان کنیم.]

طبع مسکینت مُجَصَّص از هنر
همچو نخل موم، بی برگ و ثمر
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۹)

اگرچه من‌ذهنی مسکین تو برای جلب تأیید و توجه مردم، مرکز پر از درد، مسئله و گرفتاری خود را با هنرها و زیورهای ظاهری آراسته کرده، اما درست مانند درخت خرمایی که از موم ساخته شده مصنوعی و مرده است، چراکه ریشه ندارد و به زندگی وصل نیست. بنابراین نه‌تنها برای تو هیچ برگ و میوه‌ای به ارمغان نمی‌آورد بلکه با خراب کردن روابطت تو را بیچاره خواهد کرد.

گرچه مشغولم، چنان احمق نی‌ام
که شکر افزون کشی تو از نی‌ام
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۲)

[در این بیت مولانا از زبان عطار که نماد خداوند است به ما می‌گوید]
اگرچه ظاهراً مشغول هستم، اما این قدر احمق نیستم که حواسم به تو نباشد و اجازه دهم درحالی‌که هنوز در من‌ذهنی هستی و از گلِ همانیدگی‌ها می‌خوری، از نی من شکر هشیاری و حضور را بکشی.
[به‌عبارتی به‌اندازه‌ای که از غذای بی‌ارزش دنیا می‌خوری یعنی اتفاق این لحظه را مهم دانسته آن را به مرکزت می‌آوری، به همان مقدار از شادی بی‌سبب و زندگی زنده این لحظه، محروم می‌شوی.]

چون ببینی مر شکر را زآزمود
پس بدانی احمق و غافل که بود
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۳)

هنگامی که شکر را وزن کنی و ببینی که چقدر شکر خریده‌ای، پس درخواهی یافت که احمق و غافل چه کسی است.
[ما نیز در سنین بالا متوجه می‌شویم که اصلاً زندگی نکرده‌ایم و از شادی و شکر زندگی چیزی در ترازوی هشیاریمان نداریم. آنگاه درمی‌یابیم که آن شیوه زندگی کردن با من‌ذهنی اشتباه بوده و احمق و نادان ما بوده‌ایم نه خداوند.]

مرغ زآن دانه نظر خوش می‌کند

دانه هم از دور راهش می‌زند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۴)

[در این بیت مولانا به مثال پرنده‌ای که مفتون دانه شده بود، بازمی‌گردد.] پرنده با لذت و دلبستگی به آن دانه نگاه می‌کند، دانه نیز از دور پرنده را فریب می‌دهد و راه او را می‌زند، یعنی به مرکز او می‌آید.

[به‌بیانی ما به‌عنوان پرنده هشیاری هر لحظه جذب دانه یا چیزی که ذهن نشان می‌دهد شده و با آن همانیده می‌شویم و به‌این ترتیب در دام آن گرفتار می‌گردیم.]

گر ز نای چشم حطّی می‌بری

نه کباب از پهلوی خود می‌خوری؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۵)

اگر با من ذهنیات به همانیدگی‌ها نگاه می‌کنی و از آن‌ها لذت می‌بری، مگر نه چنین است که از گوشت پهلوی خود کباب می‌خوری و به خویش زیان می‌رسانی؟
[توجه زنده ما در این لحظه نباید جذب چیزی شود، وگرنه ما سخت زیان خواهیم دید.]

این نظر از دور چون تیر است و سم

عشقت افزون می‌شود، صبر تو کم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۶)

این نگاهی که این لحظه به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد می‌کنی، مانند تیر زهرآلودی است که از راه دور پرتاب می‌شود و جان هشیاریات را زخمی می‌کند. هرچه عشق تو نسبت به آن دانه همانیدگی بیشتر می‌شود، صبرت کمتر شده و حالت خراب‌تر می‌شود.

مال دنیا دام مرغان ضعیف

مُلکِ عُقْبیِ دامِ مرغانِ شریف

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۷)

مُلکِ عُقْبی: سلطنت آخرت

مال دنیا و آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد دام مرغان ضعیف یا کسانی است که این لحظه

مقاومت کرده و با آن چیز همانیده می‌شوند و مُلکِ عقیبی یا فضای گشوده‌شده، دام مرغان شریف و بزرگی همچون مولانا و انسان‌های فضاگشاست.

تا بدین مُلکی که او دامی‌ست ژرف در شکار آرند مرغانِ شگرف

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۸)

تا با مُلک فضای گشوده‌شده که دام بسیار وسیع و عمیقی‌ست، مرغان شگفت‌انگیزی همچون مولانا، حافظ و انسان‌های فضاگشا را شکار کنند و نگذارند گرفتار همانیدگی‌ها شوند.

من سلیمان، می‌نخواهم مُلکتان بلکه من برهانم از هر هُلکتان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۹)

هُلک: هلاکی

[مولانا از زبان سلیمان که نماد خداست می‌گوید] من ملک یعنی همانیدگی‌های شما را نمی‌خواهم. شما از فرط همانیدن، در ذهن مرده‌اید و من می‌خواهم شما را از این مردگی و هلاکت برهانم. [فقط کافی‌ست فضا را باز کنید تا نجات یابید].

کاین زمان هستید خود مملوک مُلک مالکِ مُلک آن‌که بجهد او ز هُلک

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۵۰)

این لحظه که شما در من ذهنی هستید، چنان در تصرّف همانیدگی‌های مرکزتان قرار گرفته که گویی آن‌ها مالک شما هستند، درحالی‌که مالک حقیقی کسی است که در اثر واهمانش و بی‌توجهی به آنچه ذهن نشان می‌دهد، از بند همانیدگی‌ها رها شده و نسبت به من ذهنی مرده باشد.

[تا زمانی که با چیزی همانیده هستیم نمی‌توانیم حقیقتاً از آن استفاده کنیم، مگر آن‌که از من ذهنی بیرون بجهیم].

بازگونه ای اسیرِ این جهان نام خود کردی امیرِ این جهان (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۵۱)

بازگونه: واژگونه

[مولانا خطاب به من‌های ذهنی می‌گوید] ای کسی که در اثر همانیده شدن با چیزها در اسارت این جهان هستی، تو به این خاطر که با دید من‌ذهنی برعکس می‌بینی خودت را امیرِ این جهان نامیده‌ای. وگرنه در حقیقت تو اسیرِ این جهانی، نه صاحبِ آن. [تنها کسی می‌تواند از این دنیا استفاده کند که با هیچ‌چیزی همانیده نباشد.]

ای تو بندهٔ این جهان، محبوس‌جان چند گویی خویش را خواجهٔ جهان؟ (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۵۲)

ای کسی که با پرستش همانیدگی‌ها بندهٔ این جهان شده‌ای و جانت اسیر همانیدگی‌هاست، چطور با داشتن این‌همه همانیدگی خودت را آقای این جهان می‌نامی؟ تا کی می‌خواهی همانیدگی‌ها را در مرکز قرار داده و اسیر آن‌ها باشی؟
[مولانا در این بیت به قدرت انسان اشاره می‌کند که با اختیار خود می‌تواند خودش را از من‌ذهنی و اسارتِ همانیدگی‌ها آزاد کند.]

خُطوتِی بود این ره تا وصال مانده‌ام در ره ز شستت شصت سال (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۹)

خُطوتِین: دو قدم، دو گام؛

بایزید نیز خُطوتِین را این‌گونه بیان می‌کند: هرچه هست در دو قدم حاصل آید که یکی بر نصیب‌های خود نهد و یکی بر فرمان‌های حق. آن یک قدم را بردارد و آن دیگر بر جای بدارد.

شست: قلاب ماهی‌گیری

این راه تا وصال به معشوق، زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیتِ خداوند، دو قدم بیشتر فاصله ندارد. هر انسانی باید قدم اول را خودش هشیارانه به‌روی آنچه ذهن نشان می‌دهد بگذارد و از آن عبور کند. قدم دوم درحالی‌که مرکز انسان عدم شده و خرد ایزدی جاری است، توسط زندگی

به‌سوی فضای یکتایی برداشته خواهد شد. اما من در این راه شصت سال است که جذبِ ذهن شده و با سبب‌سازیِ ذهنم عمل کردم، در نتیجه از کمند وصال تو دور مانده‌ام. [اگر راه رسیدن به معشوق تنها دو قدم است، پس چطور ما مدت طولانی در ذهن مانده‌ایم؟ دلیل آن این است که این دو قدم را به‌درستی با فضاگشایی بر نمی‌داریم. باید توجه داشته باشیم ذهن با کششی که دارد هر لحظه ما را به‌سوی خود می‌کشد، بنابراین باید با تعهد و تداوم در این کار پیش رویم و تا زمانی که کاملاً به وصال معشوق نرسیده و از ذهن جدا نشده‌ایم، لحظه‌ای از پای ننشینیم.]

عاشق شو و عاشق شو، بگذار زحیری

سلطان‌بچه‌ای آخر، تا چند اسیری؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۷)

زحیری: دل‌پیچه، ناله

سلطان‌بچه: شاهزاده

ای انسان، عاشق شو و منظور آمدنت به این جهان را که زنده شدن به خداست فراموش نکن. فضا را اطراف آن چیزی که ذهنت نشان می‌دهد بگشا و دوباره مرکزت را عدم کن، چراکه زندگی کردن با این بافت ذهنی و چیزهای آفلی که در مرکزت قرار داده‌ای، عینِ «زحیری» یعنی ایجاد و پراکندن درد است.

تو قبل از ورود به این جهان فرزند زندگی بوده‌ای و برای خوشبختی و خوشحالی به چیزی نیاز نداشته‌ای. چقدر می‌خواهی اسیر من‌ذهنی و همانندگی‌های مرکزت باشی و در توهم داشتن چیزها زندگی و خوشبختی را از آنها طلب کنی؟

مرغِ خویشی، صیدِ خویشی، دامِ خویش

صدرِ خویشی، فرشِ خویشی، بامِ خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۷)

ای انسان، تو به‌عنوان هشیاری که از جنس خود زندگی‌ست، به هیچ‌چیز نیاز نداری و خودت برای خودت کافی هستی. در واقع در تمام مراحل تکامل هشیاری، چه زمانی که جذب ذهن شده و هشیاریات را در همانندگی‌ها گرفتار می‌کنی و چه زمانی که به‌طور کامل از ذهن جدا شده و روی پای زندگی قائم می‌شوی، فقط خودت هستی و به‌غیر از تو هیچ‌کس دیگر وجود ندارد.

بنابراین همان‌گونه که به‌وسیلهٔ همانیده شدن با چیزهای این جهانی، مرکزت را جسم کرده و یک من‌ذهنی توهمی ایجاد کرده‌ای، این لحظه می‌توانی آگاهانه با فضاگشایی و عدم توجه به آنچه که ذهن نشان می‌دهد، هشیاریات را از همانیدگی‌ها آزاد کرده، به زندگی و جنس اصلی خودت زنده شوی.

[بنابراین ما باید زیر بار مسئولیت رفته، با جدیت روی خودمان کار کنیم و هرگز از کسی کمک نخواهیم و بدانیم که هیچ‌کس جز خودمان نمی‌تواند به ما کمک کند.]

یکی تیشه بگیرد پی حفرهٔ زندان چو زندان بشکستید، همه شاه و امیرید (مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۶۳۶)

[مولانا از زبان زندگی می‌فرماید] ای انسان‌هایی که در من‌ذهنی اسیر هستید، به‌عنوان حضور ناظر برخیزید و با تیشهٔ فضاگشایی و شناسایی جانِ پاکتان همانیدگی‌های مرکزتان را بشکنید و خود را از زندان من‌ذهنی آزاد کنید. به‌محض آن‌که از این زندان رهایی یابید، آگاه می‌شوید که شما از جنس شاه جهان، خداوند هستید و همچنین به برکت خرد ایزدی امیری دانا و جنگجو. [ما نباید برای فضاگشایی به خود فشار وارد کنیم، زیرا تا وقتی در من‌ذهنی هستیم موفق نخواهیم شد و این سبب ناامیدی ما می‌شود. وجود من‌ذهنی براساس فضا‌بندی است، پس ما باید عقل من‌ذهنی را رها کرده و اجازه دهیم زندگی فضای درون ما را بگشاید.]

یک دسته کلید است به زیر بغل عشق از بهر گشایدن ابواب رسیده (مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۲۳۳۶)

ابواب: درها

اگر انسان فضا را پیایی بگشاید و به عشق و خرد فضای گشوده‌شده دست پیدا کند، دراین‌صورت به دسته‌کلید بزرگی از جنس عشق دسترسی می‌یابد که از طریق «قضا و کُن فکان» عمل کرده و با باز کردن قفل تمام همانیدگی‌هایش، او را از اسارت من‌ذهنی رها می‌کند. [در صورتی‌که انسان سؤال بپرسد و به‌دنبال کلید بگردد، به ذهن می‌افتد. اما اگر فضا را بگشاید و اقرار به نمی‌دانم کند، خواهد دید تمام درها یکی پس از دیگری باز می‌شوند.]

تیشه هر بیشه‌ای کم زن، بیا

تیشه زن در کندن روزن، هلا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۴۰۵)

ای انسان، مراقب باش بیشه‌های ذهن را تیشه زنی و از طریق فکرهای همانیده به دنبال راه‌های به حضور رسیدن نگردی، تو تیشه فضاگشایی را در دست داری پس تا می‌توانی از آن در کندن و وسیع‌تر شدن روزن درونت استفاده کن تا آفتاب زندگی خرد و برکاتش را از آن روزن به تو بتاباند. مبدا نیروی زندگی را در ایجاد همانیدگی، درد، مسئله، دشمن و مانع تلف کرده، سپس دنبال راه‌حل‌های ذهنی بگردی.

قوت از حق خواهیم و توفیق و لاف

تا به سوزن برکنم این کوه قاف

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۸)

با فضاگشایی از مرکز عدم یا خداوند صبر، نیرو، توفیق و تدبیر می‌طلبم تا کم‌کم کوه قاف من‌ذهنی را با سوزن حضور بکنم و بیندازم.
[وقتی از خداوند کمک بخواهیم موفق خواهیم شد، پس باید به کار روی خود ادامه دهیم.]

گفت پیغمبر که جنت از اله

گر همی‌خواهی، ز کس چیزی نخواه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

پیغمبر فرمود: اگر از خداوند بهشت فضای گشوده‌شده را می‌خواهی، از کسی یا چیزی که ذهنت نشان می‌دهد چیزی درخواست نکن.
[چراکه اگر چنین نکنی و از کسی چیزی بخواهی، با آن همانیده شده و با دیدن برحسب آن به سبب‌سازی ذهن می‌افتی. در این حالت دیگر نمی‌توانی به بهشت برسی.]

چون نخواهی، من کفیلیم مر تو را

جنت‌المأوی و دیدار خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

جنت‌المأوی: یکی از بهشت‌های هشت‌گانه

اگر از همانیدگی‌ها زندگی نخواهی و هیچ توقعی از دیگران نداشته باشی، در این صورت من ضامن

تو برای رسیدن به بهشت ابدی این لحظه و دیدار با خداوند هستم.
[اجرای عملی این بیت در زندگی به این راحتی نیست، چراکه اگر انسان به این مرحله از یقین
برسد و مطمئن باشد که خداوند برای اداره تمام امور زندگی‌اش وافی و کافی‌ست، در این صورت
مرکزش را از همانیدگی‌ها خالی کرده و عدم می‌کند.]

حدیث

«وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ.»

«و هر که بر خدا توکل کند، خدا او را کافی است.»

از خدا غیر خدا را خواستن ظن افزونی‌ست و کلی کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

اگر انسان در این لحظه که فضا را می‌گشاید از فضای گشوده‌شده چیزی جز این بخواهد که
هر روز به وسعت او زنده‌تر شود، یعنی با توجه کردن به آنچه ذهن نشان می‌دهد جسمی را به
مرکزش بیاورد، در این صورت گرچه که با انباشتن همانیدگی‌ها توهم به‌دست آوردن زندگی نیز به
او دست می‌دهد، اما در واقع او با این کار به سبب‌سازی ذهن افتاده و همه زندگی‌اش از بین
رفته و تلف می‌شود.

خلق در زندان نشسته، از هواست مرغ را پرها ببسته، از هواست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۹۴)

همان‌طور که پرندگان به‌خاطر هوا و هوس چیدن دانه در دام گرفتار شده و بال و پرشان بسته
می‌شود، انسان نیز در اثر توجه به خواسته‌های من‌ذهنی و فکر کردن براساس همانیدگی‌ها کنترل
و اراده خود را به‌عنوان امتداد خداوند به‌دست همانیدگی‌ها داده، در نتیجه در ذهن اسیر و
درمانده می‌شوند.

[در واقع هرگاه انسان دچار شهوت به‌دست آوردن و زیاده‌تر کردن یک همانیدگی می‌شود، نیروی
عظیمی به‌نام هوای نفس برای رسیدن به آن همانیدگی به او وارد خواهد شد.]

غصه‌ها زندان شده‌ست و چارمیخ

غصه بیخ است و بروید شاخ بیخ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵۹)

چارمیخ: چهارمیخ

غصه‌های ناشی از همانیدگی‌ها مانند خشم، حرص، ترس، کینه و ایرادگیری تبدیل به زندانی شده که انسان در آن اسیر گشته و به من‌ذهنی می‌خکوب می‌شود. سپس این غصه‌ها و دردها در مرکز انسان ریشه دوانده و از آن مسئله، دشمن، مانع و دردهای دیگری همچون شاخ و برگ روییده و بالا می‌آید به‌طوری‌که فکر و عمل انسان را آلوده می‌کند.

[دلیل این درد و رنج آن است که انسان آگاه شود این طرز زندگی کردن درست نیست و تا زمانی که آن را از بیخ و بن کنده و از مرکزش بیرون کند ادامه می‌یابد، چراکه طرح زندگی این نیست که او در من‌ذهنی بماند و برحسب همانیدگی‌ها و دردها زندگی کند.]

هست مهمان‌خانه این تن، ای جوان

هر صباحی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

ضیف: مهمان

ای جوان، وجود تو مانند مهمان‌خانه‌ای است که هر لحظه مهمانی تازه‌وارد به‌صورت فکر و یا اتفاقی جدید که ذهن آن را بد و خوب نشان می‌دهد به آن‌جا قدم می‌گذارد تا پیغامی را از طرف زندگی به تو برساند.

هین، مگو کاین ماند اندر گردنم

که هم‌اکنون باز پرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

بنابراین مبادا با قضاوت و مقاومت من‌ذهنی فضای درونت را در برابر اتفاق این لحظه ببندی و بگویی که این وضعیت بر گردنم مانده و راه خلاصی از آن را ندارم، زیرا در این صورت بدون این‌که پیغام این لحظه را دریافت کنی رهسپار دیار عدم خواهد شد.

هرچه آید از جهان غیب‌وش در دلت ضیف است، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

در نتیجه هر پیغامی که از طرف زندگی به مرکزت می‌آید در دلت مانند مهمانی است که باید با فضاگشایی از آن پذیرایی کنی تا پیغام زندگی را دریافت کنی.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

[خداوندا] من هرگز به آنچه ذهنم نشان می‌دهد نگاه نمی‌کنم، اگر هم کسی یا چیزی توجهم را جلب کند آن را بهانه‌ای قرار می‌دهم تا فضا را در برابرش باز کرده و مرکزم را عدم سازم و به این واسطه به تو وصل شوم.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

شُکر و صبر: در این‌جا کنایه از نعمت و بلاست.

گبر: کافر

خداوندا، من در هر وضعیتی که ذهنم نشان می‌دهد عاشق آفریدگاری و صنَعِ تو هستم، چه در اتفاقات خوب که سبب شکرگزاری من شده و چه در وضعیت‌های بد که صبر مرا می‌طلبند. در هردو حالت با فضاگشایی در اطراف اتفاق، مرکزم را عدم می‌کنم تا صنَعِ تو کار کند و از طریق من بیافرینی. من همچون من‌های ذهنی کافر، عاشق فکرهای ازپیش‌ساخته‌ای که ذهنم نشان می‌دهد نیستم.

عاشقِ صنَعِ خدا با فر بُود
عاشقِ مصنوعِ او کافر بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

صُنَع: آفرینش

فَر: شکوه ایزدی

مصنوع: آفریده، مخلوق

کسی که با به‌کارگیری ابزار فضاگشایی از آفریدگاری خداوند بهره‌مند می‌شود و عاشق آن است، وجودش دارای شکوه و برکت ایزدی‌ست، اما در مقابل آن کسی که عاشق اجسام و آفریده‌های خداوند بوده و در پی همانیدگی‌ها و چیزهایی‌ست که ذهنش نشان می‌دهد، کافر است یعنی من‌ذهنی دارد و از برکت ایزدی بی‌نصیب می‌ماند.

دردِ زه گر رنجِ آبستن بُود
بر جنین اشکستنِ زندان بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵۶۰)

دردِ زه: دردِ زایمان

هرچند دردی که زن باردار هنگام وضع حمل متحمل می‌شود موجب رنج و سختی اوست، ولی برای نوزاد مانند رهایی و آزادی از زندان است. [به بیان دیگر اگر اتفاقات باعث ایجاد درد در ما می‌شوند، باید در برابر آن صبر و تحمل داشته باشیم و درد هشیارانه بکشیم تا درنهایت زندان من‌ذهنی شکسته شود و حضور متولد گردد.]

ز زندان خلق را آزاد کردم
روانِ عاشقان را شاد کردم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۰۲)

[مولانا از زبان خداوند می‌گوید] من انسان‌ها را از زندان من‌ذهنی و اسارت همانیدگی‌ها، به‌وسیله فضاگشایی آزاد کردم. به‌این‌ترتیب روان عاشقان را، همان‌هایی که دائم مرکزشان عدم است، مملو از شادی بی‌سبب ساختم.

دهان اژدها را بردردم طریق عشق را آباد کردم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۰۲)

من دهان اژدهای من‌ذهنی را که کاری جز تخریب و ایجاد مانع و مسئله ندارد، بردردم. بنابراین وقتی انسان را از من‌ذهنی و همانیدگی‌هایش دور ساختم، راه عشق و خرد کل را آباد و هموار کرده و انسان را در این مسیر قرار دادم.

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش

باخبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

عاشقان، همان‌هایی که شیفته زنده‌شدن به خداوند و زندگی هستند، وقتی در رسیدن به چیزی که آن را برحسب من‌ذهنی و همانیدگی‌ها مراد می‌دانند ناکام می‌شوند، به‌جای واکنش و مقاومت، فضا را باز کرده و پیغام آن اتفاق را دریافت می‌کنند. به‌این‌ترتیب از مولای خود یا بی‌مرادکننده که همان خداوند است آگاه می‌شوند.

[زندگی اکثر مواقع پیغام‌هایش را در قالب بی‌مرادی به ما می‌رساند. پیغام اصلی این است که آنچه را ذهن مهم نشان می‌دهد به مرکز نیاوریم، چراکه در آن مراد وجود ندارد. پس اگر به‌جای فضاگشایی و راندن همانیدگی از مرکز در برابر بی‌مرادی به ناله و شکایت بپردازیم، آن پیغام را که قرار بود سبب بیداریمان شود، دریافت نکرده و در خواب ذهن فرو می‌رویم.]

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت

حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوَایِ خُوشِ سَرِشْتِ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیشرو لشکر

بی‌مرادی یا همان ناکامی در رسیدن به همانیدگی‌ها که منجر به فضاگشایی و آوردن عدم به مرکز انسان شود، وسیله هدایت به‌سوی بهشت فضای گشوده‌شده است. ای انسان خوش‌سرشت و فضاگشا، این را از حدیثی که حضرت رسول فرموده بشنو.

حدیث

«حَفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَحَفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ.»

«بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات.»

[یعنی در برابر چیزی که در مرکزتان بوده و زندگی شما را در رسیدن به آن بی‌مراد ساخته، اگر به‌جای ناله و شکایت فضا را باز کرده و همان‌دگی‌ها را شناسایی کنید به‌سوی بهشت فضای گشوده‌شده رفته و اگر شهوت به‌دست آوردن چیزها را در مرکزتان قرار داده و برحسب آنها فکر و عمل کنید، به‌سوی دوزخ من‌ذهنی می‌روید.]

پی‌پایی می‌بر، از دوری ز اصل

تا رگِ مردیت آرد سوی وصل

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۹۸)

بنابراین اگر از اصالت خود یعنی ذات خدایی دور شده‌ای، لحظه‌به‌لحظه فضای درونت را باز کن و هر قدم را با فضاگشایی بردار، تا درنهایت «رگِ مردی» که نماد هشیاری نظر و فضای حضورِ درونت است، تو را به‌سوی وصل با زندگی و یکی شدن با خداوند برساند.

شکر است در اولِ صفم، شمشیرِ هندی در کفم

در باغِ نُصرت بشکفم، از فرّ گلِ رُخساره‌ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۳۹)

فرّ: شکوه، برکت ایزدی

گلِ رُخساره: گلِ رُخسار، آن که رویش چون گلِ سرخ لطیف و سرخ‌فام باشد.

در این لحظه ابدی و در صف زنده‌شدگان به زندگی، خدا را شکر که با فضاگشایی و مرکز عدم در ابتدای این صف و جلوتر از همه مخلوقات ایستاده‌ام، درحالی‌که شمشیر هندی یا همان سلاح هشیاری حضور در دستم است. بنابراین وقتی فضا را در برابر حکم «قضا و کُنْ فَكَان» زندگی باز کردم، از فرّ و شکوه و برکت زندگی که رویش مانند گل لطیف و زیباست بهره‌مند شده و در باغ پیروزی همچون گلی زیبا شکوفا شدم.

آن رفت کز رنج و غمان، خم داده بودم چون کمان بود این تنم چون استخوان در دست هر سگ ساره‌ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۳۹)

سگ ساره: سگ طبع

آن دوران گذشته‌است که به واسطه درد و رنج‌های من‌ذهنی مانند کمان خمیده شده بودم و این تن جسمی مانند استخوانی در دهان هر من‌ذهنی سگ صفت بود، یعنی درحالی‌که خودم از جنس همانیدگی و درد بودم از طریق ارتعاش هر من‌ذهنی دردمند را به سوی خود جلب می‌کردم و مورد حمله آن‌ها قرار می‌گرفتم. اما دیگر به زندگی زنده شدم و هیچ من‌ذهنی نمی‌تواند برایم درد ایجاد کند.

چو آدم توبه کن، وارو به جنت چه و زندانِ آدم را رها کن

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۰۵)

[ای انسان] مانند حضرت آدم که مسئولیت اشتباه خود را پذیرفت و با فضاگشایی و عدم ساختن مرکزش به سوی زندگی بازگشت، تو نیز توبه کن و به بهشت فضای گشوده‌شده و مرکز عدم بازگرد. به این ترتیب چاه و زندانی را که در من‌ذهنی برای خود ساخته‌ای رها کن و آزاد شو.

جبر باشد پر و بالِ کاملان

جبر هم زندان و بندِ کاهلان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۴۲)

جبر برای انسان‌های کامل که می‌دانند انسان به لحاظ مرکز عدم و هشپاری نمی‌تواند در ذهن بماند، مانند پر و بالی برای رهایی از من‌ذهنی‌ست؛ زیرا باعث می‌شود تا با شناسایی همانیدگی‌ها فضا را در برابر آن‌ها باز کرده، مرکزشان را عدم سازند و به زندگی زنده شوند. اما همین جبر برای کاهلان که خداوند را مقصر درد و رنج خود در من‌ذهنی می‌دانند، مانند زندان و اسارت است، چراکه دائم در حال انقباض و فضا بندی بوده و حاضر به پذیرش مسئولیتِ خطای خود نیستند.

[به این ترتیب با پندار کمال خود را اسیر جبر من‌ذهنی دانسته و می‌گویند اگر خدا می‌خواست ما در این وضعیت نبودیم، بنابراین چاره‌ای جز ماندن در این زندان نداریم.]

نه تو یوسفی به عالم؟ بشنو یکی سؤالم که میان چاه و زندان، تو به اختیار چونی؟ (مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع چهلیم)

مگر تو در این عالم مانند یوسف به‌عنوان امتداد خدا و وفاکننده به آلت نیستی؟ پس این سؤال را بشنو و جواب بده. چرا در میان چاه و زندان همانیدگی‌ها به اختیار خودت زندگی می‌کنی؟ همان‌طور که یوسف با فضاگشایی از تاریکی چاه ذهن و زندان همانیدگی‌ها نجات یافت، تو چرا با خواست و اختیار خودت را زندانی کرده و برای رهایی خود تلاشی نمی‌کنی؟

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

ای دل من، با فضاگشایی و ساکت کردن من‌ذهنی، در پیشگاه زندگی و مولانا به ادب بنشین؛ یعنی بگذار زندگی از طریق تو فکر و عمل کند و از من‌ذهنی بدخو که با مقاومت مرکز را جسم کرده و مدام به اظهار درد مشغول است، دست بردار. چرا که با رعایت ادب نسبت به خداوند، عدم کردن مرکز و بی‌توجهی به حرف‌های من‌ذهنی‌ات می‌توانی به آنچه می‌گویی و می‌خواهی که همان زنده شدن به زندگی‌ست بررسی. [اگر ما از سفره شادی بی‌سبب، خلاقیت و هزاران برکتی که خدا در این لحظه ابدی پهن کرده نخورده و از ذهن بخوریم، یعنی آنچه را که ذهن نشان می‌دهد مهم بدانیم و بابت آن غمگین باشیم، در این صورت در پیشگاه زندگی بی‌ادبی کرده‌ایم. ما باید ابیات هفت‌گانه ادب را هر روز برای خودمان بخوانیم تا به یاری مولانا بتوانیم در برابر خداوند با ادب باشیم.]

از خدا جوییم توفیقِ ادب بی‌ادب محروم گشت از لطفِ رب

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۸)

ما از طریق باز کردن فضای درون و اهمیت ندادن به آنچه ذهن نشان می‌دهد، از خداوند می‌خواهیم تا ما را در رعایت ادب در پیشگاه خودش یاری کند. زیرا انسان بی‌ادب، کسی که مرکزش را از جنس جسم می‌کند، از لطف خداوند بی‌نصیب می‌ماند. [ما ابتدا با فضاگشایی و عدم کردن مرکز، ادب را در پیشگاه خداوند رعایت می‌کنیم، پس از آن ادب به صورت‌های مختلفی مانند آرامش و شادی بی‌سبب و استفاده از خرد و هدایت زندگی، در ما می‌تواند ظاهر شود.]

بی‌ادب تنها نه خود را داشت بد بلکه آتش در همه آفاق زد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۹)

آفاق: جمع اُفق

شخص بی‌ادبی که مرکزش را جسم کرده و هشیاری جسمی همراه با هیجان‌ات مخرب پیدا می‌کند، نه تنها خودش را دچار درد و بلا می‌کند بلکه مانند یک آنتن، انرژی مخرب من‌ذهنی را در سراسر جهان پخش کرده و در همه انسان‌ها به ارتعاش درمی‌آورد. [هر انسانی یک افقی‌ست که اگر مرکزش عدم باشد، خورشید زندگی از آنجا طلوع می‌کند. ولی ما هر لحظه از طریق قرین، مرکزمان را جسم کرده و افق خود و اطرافیانمان را کور می‌کنیم؛ به عبارتی ما به‌عنوان ناظر که مرکزمان جسم است، جنس منظور خودمان را نیز جسم تعیین می‌کنیم. مخصوصاً ما به‌عنوان پدر و مادر بی‌ادب در پیشگاه زندگی، افق بچه‌هایمان را که خورشید خداوند به‌آسانی می‌تواند از مرکز آنها طلوع کند، کور می‌کنیم. در حالی که اگر ما عقل من‌ذهنی را به‌کار نمی‌بردیم، بچه‌هایمان خیلی زود به حضور زنده می‌شدند.]

دل نگه دارید ای بی‌حاصلان

در حضورِ حضرتِ صاحب‌دلان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۱۸)

ای من‌های ذهنی خالی از عشق و حس یکتایی با زندگی که با مقاومت در برابر اتفاقات و بستن

فضا حاصلی جز ایجاد درد و غم ندارید، در حضور خداوند و انسان‌های زنده به عشقی چون مولانا مرکز خود را عدم نگه دارید و مواظب دل و مرکز خود باشید که با اجسام همانیده نشود.

پیشِ اهلِ تنِ ادبِ بر ظاهر است که خدا زیشان نهان را ساتر است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۱۹)

ساتر: پوشاننده، پنهان‌کننده

نزد انسان‌های من‌ذهنی، رعایت یک‌سری آداب ظاهری و سطحی که مورد قبول عموم مردم است، ادب به حساب می‌آید، چراکه خداوند به این علت که ایشان فضاگشایی نمی‌کنند، اسرار نهان درون را از چشمانشان پنهان کرده و آن‌ها نمی‌توانند متوجه آلودگی مرکزشان شوند.

پیشِ اهلِ دلِ ادبِ بر باطن است ز آن‌که دل‌شان بر سرایر فاطن است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۲۰)

سرایر: رازها، نهانی‌ها، جمع سریره

فاطن: دانا و زیرک

نزد خداوند و انسان‌های اهل دل که از جنس فضاگشایی هستند، رعایت ادب منوط به گشودن فضا، عدم کردن مرکز و از جنس زندگی شدن است، زیرا دلشان به اسرار زندگی آگاه است.

و آن‌که اندر وَهْمِ او ترکِ ادب بی‌ادب را سرنگونی داد رب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۵)

هرکس از طریق سبب‌سازیِ ذهن دچار این توهم شود که چیزهای این‌جهانی که ذهن نشان می‌دهد از فضای گشوده‌شده و خداوند مهم‌تر هستند، خردِ زندگی را رها کرده و اجسام را به مرکزش می‌آورد.

چنین انسانی که در واقع با این کار ادب را ترک می‌کند، توسط خداوند سرنگون می‌شود، یعنی هر کاری می‌کند با شکست مواجه شده و به نتیجه مطلوب نمی‌رسد.

[مؤدب بودن در حضور مولانا و زندگی این نیست که وقتی اشعار مولانا را می‌خوانیم بلند شویم و مؤدب بایستیم و برای خدا هم عبادت کنیم، بلکه ادب بر باطن است یعنی در این لحظه در مرکزمان غیر از خدا چیزی نباشد.

مجموعه این نوزده بیت به‌عنوان ابزاری در دست هشیاری، به مؤدب بودن ما کمک می‌کند:

۱- ابیات هفت‌گانه «ادب»

۲- ابیات سه‌گانه «تعظیم و توحید خدا و روشن شدنمان مانند چراغ»

۳- ابیات سه‌گانه «استكمال تعظیم و رها نکردن در وسط کار تبدیل هشیاری»

۴- ابیات سه‌گانه «ناراحت بودن در این لحظه به‌دلیل رفتن چیزی که شهوت از آن می‌کشیدیم.»

۵- ابیات سه‌گانه «حس مسئولیت داشتن و خود را به مستی ذهن نزدن که من بی‌خبر و مست همانیدگی‌ها بودم، نفهمیدم.»

چيست تعظیم خدا افراشتن؟

خویشتن را خوار و خاکی داشتن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۸)

تعظیم: بزرگ‌داشت، به عظمت خداوند پی بردن

بزرگی خداوند، تسلیم و فضاگشایی چیست؟ این است که ما با خاموش کردن ذهن عمیقاً بفهمیم این دید و عقل من‌ذهنی به درد نمی‌خورد و به‌جز درد، مسئله و خراب‌کاری نتیجه دیگری ندارد. بنابراین ما باید مرتب با عدم کردن مرکز و به کار بردن تدبیر خداوند، من‌ذهنی‌مان را کوچک‌تر کرده و با آهنگ زندگی پیش برویم.

چيست توحید خدا آموختن؟

خویشتن را پیش واحد سوختن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۹)

یادگیری توحید و یکتایی خداوند چیست؟ این است که وجود موهومی من‌ذهنی و اجزای آن را با فضاگشایی در کوره یکتایی خداوند بسوزانیم تا به مقصود اصلی که اتصال به بی‌نهایت و ابدیت خداوند است، نائل شویم.

گر همی خواهی که بفروزی چو روز

هستی همچون شب خود را بسوز

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۱۰)

ای انسان، اگر می خواهی مثل روز روشن و فروزان شوی و شادی بی سبب زندگی را تجربه کنی، در این صورت با فضاگشایی حس وجود خود در ذهن را که همچون شب تیره و تاریک است، پیش خداوند هستی بخش بسوزان.

خواب چون درمی رمد از بیم دل

خواب نسیان کی بود با بیم حلق؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۰)

در جایی که ترس از دزدیده شدن رخت و لباس، خواب را از چشمان مردم می دزدد، پس چگونه ممکن است انسان با وجود دشمنی به خطرناکی من ذهنی که درون اوست و در پی گرفتن جان زنده زندگی اش می باشد، به خواب غفلت و فراموشی فرورود و منظور خود از آمدن به این جهان را از یاد ببرد؟

لَا تُؤَاخِذُ إِنْ نَسِينَا شَدْ غَوَاه

که بود نسیان به وجهی هم گناه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۱)

آیه ای که می گوید «مؤاخذه مکن اگر فراموش کردیم» گواه بر این امر است که اگر انسان در این لحظه مرکز عدم را فراموش کرده و جسمی را به مرکز خود بیاورد، در این صورت مرتکب گناه شده است و به همین سبب مؤاخذه خواهد شد یعنی به درد، مسئله سازی و خرابکاری دچار خواهد شد.

[بنابراین با دانستن این حقیقت که اگر مرکزمان را جسم کنیم، مورد مؤاخذه زندگی قرار می گیریم، علت خراب بودن زندگی مان را می فهمیم و در این صورت دیگران را ملامت نکرده و مسئولیت اشتباهات خویش را می پذیریم.]

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۸۶)

«... رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا...»

«... ای پروردگار ما، اگر فراموش کرده ایم یا خطایی کرده ایم، ما را بازخواست مکن...»

زانکه استکمالِ تعظیمِ او نکرد

ورنه نسیان درنیاوردی نبرد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲)

زیرا انسان به‌طور تمام و کمال تعظیم خداوند را به‌جای نیاورده و فقط بخشی از ادارهٔ امور زندگی خود را به خدا سپرده بود، یا به‌عبارتی او با فضاگشایی مرکز عدم خود را حفظ نکرد، وگرنه درمقابل حمله‌های من‌ذهنی در قالب فراموشی شکست نمی‌خورد و به بهبود وضعیت ظاهری و مادی زندگی‌اش بسنده نمی‌کرد.

[تعظیم کامل این است که اختیار زندگی‌مان را به‌طور کامل به زندگی داده و دخالت ما صفر می‌شود؛ ولی اگر ما شصت درصد حضور و چهل درصد من‌ذهنی داریم، اما همچنان می‌کوشیم تا دچار فراموشی نشده و درصد حضور خود را افزایش دهیم، باز هم خوب است. درواقع مرتب درصد دخالت به‌عنوان من‌ذهنی را کم کردن، همان استکمال تعظیم به‌جای آوردن است.]

همچنین هر شهوتی اندر جهان

خواه مال و خواه جاه و خواه نان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۷)

همچنین هرچیزی که ما به آن شهوت می‌ورزیم و حریصانه در پی آن می‌رویم تا بلکه از آن زندگی بگیریم، مثل ثروت، مقام و غذاهای خوشمزه ... [ادامه معنا در بیت بعد]

هریکی زین‌ها تو را مستی کند

چون نیابی آن، خُمارت می‌زند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۸)

هرکدام از این همانیدگی‌ها تو را مست می‌کند و اگر آن‌ها را به‌دست نیاوری خمار می‌شوی یعنی ناخوش، بی‌حوصله و غمگین می‌شوی.

این خُمارِ غم دلیل آن شده‌ست

که بدان مفقودِ مستی‌ات بده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۹)

این «خُمارِ غم»، پژمردگی و بی‌حوصلگی و غمگین بودن تو نشانهٔ این است که این چیزی که از

دست داده‌ای و تو را دچار مستی کرده، هنوز در مرکزت وجود دارد و تو با آن همانیده هستی و از آن شراب می‌گیری. [با هرچیزی که همانیده شویم و از آن انرژی و خوشی بگیریم، پس از فقدان آن چیز دچار درد و خماری خواهیم شد.]

همچو مستی کاو جنایت‌ها کند

گوید او: معذور بودم من ز خود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵)

مانند انسان مستی که در حالت مستی خطا کند و سپس زمانی که هشیار شود بگوید که من در حالت مستی و بی‌خودی این خطاها را مرتکب شده‌ام و عذرم پذیرفته است. [تمثیل انسانی‌ست که وقتی همانیدگی‌ها را در مرکزش می‌گذارد و شکار آن‌ها می‌شود ادعا می‌کند اختیاری نداشته است.]

گویدش: لیکن سبب، ای زشتکار

از تو بُد در رفتن آن اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶)

[شخصی در پاسخ به انسان مست همانیدگی‌ها] می‌گوید: «ولی ای زشتکار، از دست دادن اختیار و قدرت انتخاب و همچنین تفویض آن به من‌ذهنی و همانیدگی‌ها، تقصیر خودت بود. تو باید با فضاگشایی در این لحظه مسئولیت کیفیت هشیاری‌ات را به‌عهده بگیری و ناظر ذهنت باشی، درغیراین‌صورت هرگونه جنایتی از تو سر بزند تقصیر خودت است.»

[مولانا در این ابیات به قدرت انتخاب و اختیار انسان تأکید می‌کند. ما هم می‌توانستیم از قدرت اختیار خود استفاده کرده و با آدم‌ها و چیزها همانیده نشویم و از خود بی‌خود نگردیم، این حالت بی‌هوشی را درواقع ما خودمان جذب کرده‌ایم.]

بی‌خودی نآمد به خود، تُش خواندی

اختیارت خود نشد، تُش راندی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷)

این بی‌خودی و مستی ناشی از همانیدگی‌ها در من‌ذهنی که سبب بی‌اختیاری و عدم نظارت تو بر ذهنت می‌شود، خودبه‌خود ایجاد نشد، بلکه تو آن را طلب کردی. [درحالی‌که می‌توانستی در این

لحظه با فضاگشایی و عدم کردن مرکزت صاحب‌اختیار و فرمانده زندگی خودت شوی.]

در عشق چنان چوگان می‌باش به سرگردان

چون گوی در این میدان، یعنی بنمی‌ارزد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۰۷)

در یکی شدن مجدد با خدا که مانند چوبِ چوگان از طریق «قضا و کُن‌فکان» خود، تو را می‌زند تا به خودش زنده کند، تو هم مانند یک گوی گرد، بی‌مقاومت و تسلیم باش، فضا را باز کن تا به صورت هشیاری آزادشده از یک همانیدگی، در اثر ضربه چوگان زندگی بغلتی و به سوی خداوند بروی. هرچند این ضربه گاهی با درد هشیارانه همراه است، اما ما آگاه شده‌ایم که فکر، عمل، دانش و مقاومت من‌ذهنی هیچ ارزشی ندارد.

گر نه نفس از اندرون راهت زدی

ره‌زنان را بر تو دستی کی بُدی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳)

اگر من‌ذهنی از درون راه تو را نمی‌زد، اگر تو فضا را می‌گشودی، طلب داشتی، فکرهایت از فضای باز شده می‌آمد و به جای عقل جزئی از خرد کل استفاده می‌کردی، من‌های ذهنی چگونه می‌توانستند بر تو غلبه کنند و به تو مسلط شوند؟
[به بیانی وقتی مرکز ما جسم است، واکنش‌ها و شرطی‌شدگی‌های من‌ذهنی خودمان باعث می‌شود دیگران روی ما اثر بد بگذارند.]

ای شهان، کُشتیم ما خصم برون

ماند خصمی زو بتر در اندرون

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۷۳)

[مولانا خطاب به انسان‌هایی که روی خود کار می‌کنند می‌گوید:] ای شاهان معنوی، ما می‌توانیم دشمنان بیرونی را به راحتی بکشیم اما در درون ما دشمنی به نام من‌ذهنی وجود دارد که چندین برابر از دشمن بیرونی خطرناک‌تر است و نمی‌توان با ستیزه و جنگ آن را از بین برد.
[ما تنها با مرکز عدم، فضای گشوده‌شده و با کمک نیروی پالودگی زندگی می‌توانیم این من‌ذهنی و آلودگی درونی را از بین ببریم.]

سهل شیری دان که صفها بشکند شیر آن است آن که خود را بشکند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۹)

آن مردی که هم‌چون شیر در جنگ، صفوف دشمن را درهم می‌شکند و حریفان را شکست می‌دهد، کارش آسان است؛ شیرمرد حقیقی کسی است که من‌ذهنی، ناموس و حیثیت بدلی خود را درهم شکند، به پندار کمال و اشتباهات خود اعتراف کرده، آن‌ها را جبران کند، دردهایش را بیندازد و دیگران را مقصر دردها و ضررهایش نداند بلکه بداند خداوند به دلیل جسم بودن مرکزش او را مؤاخذه کرده و او باید در این لحظه مسئولیت هشیاری‌اش را به‌عهده بگیرد و مرکزش را عدم کند.

گرگ درنده‌ست نفسِ بد، یقین چه بهانه می‌نهی بر هر قرین؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۸۵۶)

به‌طور قطع و یقین من‌ذهنی قرین بدی است که همچون گرگی درنده، انسان را از درون تباه می‌کند. پس تو نباید بهانه‌تراشی کنی و همه‌چیز را گردن قرین‌های بیرونی بیندازی. [من‌ذهنی همه گرفتاری‌های ما را ایجاد می‌کند حتی اگر من‌های ذهنی دیگر روی ما اثر می‌گذارند از طریق همین من‌ذهنی خودمان است. بنابراین اگر مرکز ما عدم باشد و به اتفاق این لحظه توجه نکنیم و آن را به مرکزمان نیاوریم، مصون می‌مانیم و من‌ذهنی نمی‌تواند ما را بدرد.]

پس بدان بی امتحانی که اله شکری نفرستد ناجایگاه

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰)

بدان اگر مورد امتحان واقع نشوی، مرکز خود را عدم نکنی و در ناجایگاه ذهن مستقر باشی که جای واقعی نیست، خدا برایت شکر نمی‌فرستد. او ناکجاآبادِ ذهن را برای زندگی انسان خلق نکرده که برکاتش را به آن‌جا بفرستد.

[خداوند هر لحظه با به وجود آوردن یک اتفاق ما را امتحان می‌کند یا در ذهنمان یک چیزی را که ما با آن همانیده هستیم به صورت فکر بالا می‌آورد و می‌خواهد ببیند آیا ما آن اتفاق و فکر را جدی گرفته، به مرکزمان می‌آوریم و حول محور آن فکر و عمل می‌کنیم؟ یا این‌که چیزهایی را که ذهن نشان می‌دهد جدی نمی‌گیریم بلکه هشیارانه آن را دور کرده و مرکزمان را عدم نگه می‌داریم. در این صورت خداوند فضای درونمان را باز می‌کند و به ما شادی و شیرینی زندگی را می‌بخشد. درست است که خداوند همیشه به انسان لطف و کمک می‌کند اما قوانین خودش را هم اجرا می‌نماید.]

پس جزای آن‌که دید او را مُعین ماند یوسف حبس در بضعِ سنین (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۰۶)

مُعین: یاری‌کننده
بِضَعِ سِنین: چند سال

یوسف به جزای این‌که آن شخص زندانی را که از زندان آزاد می‌شد به جای خداوند یاور خود دید، چند سال بیشتر در زندان ماند. [بنابراین اگر ما عدم کردن مرکزمان را فراموش کرده و مرکز خود را تبدیل به جسم کنیم و برای رهیدن از زندان ذهن از چیزی غیر از فضای گشوده‌شده درونمان یاری بخواهیم در زندان ذهن خواهیم ماند.]

(قرآن کریم، سوره یوسف (۱۲)، آیه ۴۲)

«وَقَالَ لِلَّذِي ظَنَّ أَنَّهُ نَاجٍ مِنْهُمَا اذْكُرْنِي عِنْدَ رَبِّكَ فَأَنسَاهُ الشَّيْطَانُ ذِكْرَ رَبِّهِ فَلَبِثَ فِي السِّجْنِ بِضْعَ سِنِينَ.»

«و [یوسف] به یکی از آن دو که می‌دانست رها می‌شود، گفت: مرا نزد مولای خود یاد کن. اما شیطان از خاطرش زدود که پیش مولایش از او یاد کند، و چند سال در زندان بماند.»

باز در بستندش و، آن درپرست بر همان اُمید آتش پا شده‌ست (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۱)

دَرپرست: پرستنده در، یعنی کسی که مراقب و امیدوار گشوده شدن در مقصود است.
آتش‌پا: شتابان و تیزرو

وقتی انسان فضا را باز و مرکز را عدم می‌کند، در فضای یکتایی بر او گشوده می‌شود و او به

هشیاری حضور نائل می‌گردد. اما هر آن ممکن است ذهن دوباره او را به سوی خود بکشد و در مرکزش قرار گیرد و این معادل بسته شدن مجدد در به روی اوست. چنین انسانی که حلاوت حضور را چشیده، به باز شدن دوباره در امیدوار است و با چالاکی و چابکی هر لحظه فضاگشایی می‌کند تا در باز شود و او به داخل برود.

[به تعبیر دیگر آتش پا شدن را می‌توان مربوط به انسان دارای من‌ذهنی هم دانست که درد ایجاد می‌کند و تمام تلاش برعکس انسان فضاگشاست، یعنی نه تنها خودش راهی به فضای یکتایی نمی‌یابد، بلکه با فضابندی تندتند و پی‌درپی هر کاری می‌کند که نگذارد کسی داخل آن برود.]

گفت: بهر سُخره شاهِ حرون

خر همی‌گیرند امروز از بُرون

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۴۱)

سُخره: بیگار، کار بی‌مزد؛ در این جا به معنی مجانی و مفت است.

حرون: سرکش، اسب و آسترِ نافرمان

امروز شاه حرون که نماد دیو من‌ذهنی و فضای درد و هم‌هویت‌شدگی حاکم بر جهان است هشیاری انسان‌ها را به خری و کار بی‌مزد گرفته‌است. چراکه آن‌هایی که من‌ذهنی دارند، دائماً به جهان بیرون و همانیدگی‌ها توجه می‌کنند.

گفت: می‌گیرند، کو خر جانِ عم؟

چون نه‌ای خر، رو، تو را زین چیست غم؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۴۲)

عم: عمو، برادر پدر

صاحب خانه گفت: فرض کنیم خر بگیرند، عمو جان حالا خر کجا بود؟ برو، تو که خر نیستی، مرکزت عدم است و من‌های ذهنی نمی‌توانند برای ایجاد درد از تو سوءاستفاده کنند. چرا از این بابت غمگین و پریشان هستی؟

[اگر ما در مرکزمان همانیدگی و درد داریم، دیو من‌ذهنی و نیروی همانیدگی حاکم بر جهان ما را می‌فریبد و هشیاری ما را همچون خری به کار بی‌مزد وا می‌دارد.]

عاشقی بر من پریشان کنم
کم عمارت کن، که ویرانت کنم
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۶۵)

[مولانا از زبان خداوند می‌گوید:] ای انسان، اگر درواقع عاشق من و از جنس من هستی نه عاشق چیزهایی که با آنها همانیده شده‌ای، من خانه ذهن و پارک ذهنی تو را که برحسب همانیدگی‌هایت درست کرده‌ای ویران می‌کنم و من‌ذهنی‌ات را به هم می‌ریزم تا شادی اصیل زندگی را به تو ببخشم. این قدر با من‌ذهنی همانیدگی‌هایت را زیاد و آباد نکن. من هرچیزی را که با ذهنت بسازی ویران خواهم کرد، چراکه آبادانی و شادی تو تنها توسط من صورت می‌گیرد.

گر دو صد خانه کنی زنبوروار
چون مگس بی خان و بی مانت کنم
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۶۵)

اگر براساس همانیدگی‌های مرکزت مانند زنبور صدها خانه در ذهنت بسازی و هشیری‌ات در آنها پخش شود و زندگی‌ات را حول و حوش آنها بگردانی، من همه را خراب و ویران کرده و تو را مانند مگسی بی‌خانمان می‌کنم. هشیری‌ات نباید در خانه ذهن و در همانیدگی‌ها مستقر باشد.

تو بر آن که خلق را حیران کنی
من بر آن که مست و حیرانت کنم
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۶۵)

[مولانا از زبان زندگی می‌گوید:] تو دنبال این هستی که با شکوفایی همانیدگی‌ها و به معرض نمایش گذاشتن خود مردم را حیران کنی، ولی من می‌خواهم خانه ذهنی و تمام همانیدگی‌هایت را به هم بریزم و مرکزت را عدم کنم تا مست و حیران من شوی.

هرگه که خَمَش باشم من خَمِّ خراباتم
هرگه که سخن گویم دربان خراباتم
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۴۵)

خَم: کوزه شراب

هرگاه ذهنم خاموش است، من کوزه شراب فضای یکتایی هستم، یعنی هم خودم وارد آن فضا

می‌شوم و هم با به واکنش و انداختن دیگران به آن‌ها کمک می‌کنم تا بتوانند فضای درونشان را بگشایند و وارد فضای یکتایی شوند.

ولی هر موقع که با ذهنم سخن می‌گویم دربان فضای یکتایی هستم، یعنی نه تنها خودم وارد آن فضا نمی‌شوم بلکه با پخش انرژی منفی دردهای من‌ذهنی سبب فضابندی دیگران می‌شوم و جلوی آن‌ها را برای رفتن به فضای یکتایی می‌گیرم.

هر کجا ویران بود آن‌جا امید گنج هست

گنج حق را می‌نجویی در دل ویران چرا؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۱)

هر انسانی که با فضاگشایی پارک ذهنی‌اش را خراب و ویران کند، می‌تواند امیدوار باشد که در آن‌جا گنج حضور را بیابد. بنابراین تو چرا پارک ذهنی و مرکز همانی‌دهات را خراب نمی‌کنی تا بتوانی گنج حضور و خدا را در آن جست‌وجو کرده و پیدا کنی؟

خفته از احوال دنیا روز و شب

چون قلم در پنجه تقلیب رب

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۳)

تقلیب: برگرداندن، واژگونه کردن

عارف حقیقی از احوال دنیا خفته‌است، یعنی هر لحظه نسبت به سبب‌سازی ذهن چشم فرو بسته و حواسش به این است که فضا را باز کرده و مرکزش را عدم نگه دارد. بنابراین وضعیت‌های بیرونی خودشان را به او تحمیل نمی‌کنند و نمی‌توانند به مرکزش بیایند، در نتیجه وضعیت زندگی‌اش از طریق فضای گشوده‌شده درست می‌شود. او همانند قلمی در دستان خداوند است که خدا از طریق او فکر و عمل کرده و زندگی درون و بیرونش را نیک می‌نویسد.

[بنابراین ما در فضای گشوده‌شده نه تنها از غوغای جهان بیرون آسوده‌ایم و آرامش داریم، بلکه صنع خداوند نیز صورت می‌گیرد و مرکز ما جسم نمی‌شود.]

بعد از این حرفی‌ست پیچاپیچ و دور

با سلیمان باش و دیوان را مشور

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۵۳۲)

ای انسان، بعد از توضیحاتی که گفته شد، نکته‌ای وجود دارد که دور از درک من‌ذهنی توست.

آن نکته این است که در اطراف اتفاق این لحظه فضاگشایی کن، مرکزت را عدم نگه دار و با سلیمان که نماد خداوند است، همراه باش و هرگز با فضابندی از او جدا نشو. همچنین هرگز چیزهایی را که ذهنت نشان می‌دهد به مرکزت نیاور تا من‌ذهنی خودت و دیگران تحریک نشده و واکنش نشان ندهند.

خُنک جانی که بر بامش همی چوبک زند امشب

شود همچون سحر خندان، عطای بی‌عدد بیند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۸۲)

چوبک زند: پاسبانی کردن، نگهبانی کردن

خوشا به حال انسانی که در این لحظه بر بام خداوند مشغول پاسبانی بوده و تمام شب آگاه است، یعنی به‌عنوان حضور ناظر لحظه‌به‌لحظه به ذهنش نگاه می‌کند تا همانندگی‌ها را کاملاً از مرکزش خارج کند، مواظب احوال خودش است، جذب ذهن نمی‌شود، چیزی به مرکزش راه پیدا نمی‌کند و به سبب‌سازی ذهن نمی‌افتد، بنابراین آفتاب زندگی از درون او می‌تابد و مثل سحر می‌خندد و برکات و بخشش‌های بی‌پایان زندگی را دریافت می‌کند.

تدبیر کند بنده و تقدیر نداند

تدبیر به تقدیر خداوند نماید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲)

انسانی که من‌ذهنی دارد، پیوسته در حال تدبیر و چاره‌اندیشی براساس الگوها و شرطی‌شدگی‌های ذهن است و از تقدیر خداوند و نقشه‌هایی که «قضا و کُنْ فِکَان» برایش کشیده خبر ندارد.

اما اگر از ابتدا با فضاگشایی مرکز را عدم کند و با تدبیر زندگی جلو برود می‌فهمد که تقدیر خداوند در جهت اجرای طرح خلقت انسان و واهمانیدن هشیاری اجرا می‌شود و تدبیر و عقل ناکارآمد من‌ذهنی هیچ شباهتی به آن ندارد.

بنده چو بیندیشد، پیدااست چه بیند

حیلت بکند، لیک خدایی نتواند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲)

انسان اگر با من‌ذهنی و برحسب همانندگی‌ها بیندیشد، معلوم است چه می‌بیند. او فکرهای

خودش را می‌بیند و حیلۀ من‌ذهنی را که فکر کردن در ذهن براساس همانیدگی‌ها و گذاشتن جسم‌ها در مرکز است، پیش می‌گیرد. اما او از غیب چیزی نمی‌داند و با عقل محدود من‌ذهنی نمی‌تواند آینده و اتفاقات «قضا و کُنْ فِکَان» را پیش‌بینی کند. در نتیجه توانایی خدایی کردن، یکی شدن با او و تبدیل از هشیاری جسمی به هشیاری حضور را نخواهد داشت.

[خداوند در این لحظه پیغامی را از طریق اتفاقات می‌فرستد که ما با فضاگشایی در اطراف آن می‌توانیم پیغامش را بگیریم. اما با من‌ذهنی‌مان نمی‌توانیم حدس بزنیم که منظور «قضا و کُنْ فِکَان» الهی از این اتفاق چیست و هرچقدر با من‌ذهنی فکر کنیم به جایی نمی‌رسیم.]

گامی دو چنان آید کاو راست نهاده‌ست و آن‌گاه که داند که کج‌هاش کشاند؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲)

[انسانی که در ذهن است] یکی دو قدم را با فضاگشایی یا بدون آن جلو می‌رود [و براساس باوری که درست به نظر می‌رسد، کاری انجام می‌دهد که ظاهراً صحیح است]. اما بعد که فضا را می‌بندد و جذب ذهن می‌شود، معلوم نیست از کجا سردرپی‌اورد و حتماً با شکست مواجه خواهد شد. [بنابراین بهتر است ما همیشه اولین قدم را با فضاگشایی برداریم.]

استیزه مکن، مملکت عشق طلب کن کاین مملکت از مَلِکُ الْمَوْتِ رِهَانَد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲)

استیزه: ستیزه، مقاومتِ درونی

مَلِکُ الْمَوْتِ: عزرائیل

در مقابل اتفاق این لحظه ستیزه و مقاومت نکن و با باز کردن فضا پادشاهی عشق یعنی فضای یکتایی را طلب کن تا به زندگی تبدیل شوی، هشیاری حضورت را با فضاگشایی زیاد کن، چراکه این فضای گشوده‌شده تو را از دست فرشته مرگ نجات می‌دهد، یعنی دیگر در ذهن نمی‌میری و به عمر جاودانه، خدا، تبدیل می‌شوی.

**بی رهی، وَرَنه در ره کوشش
هیچ کوشنده بی جرایت نیست
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۹)**

جرایت: جیره، مزد

ای انسان، در مسیر زنده شدن به بی‌نهایت خداوند راه درستی را در پیش نگرفته‌ای، زیرا با من‌ذهنی فکر و عمل می‌کنی، وگرنه با توجه به این‌که هیچ تلاشی بدون مزد باقی نمی‌ماند، تو نیز با کوشش در راه فضاگشایی، عدم نگه داشتن مرکز و اجتناب از آوردن اجسام به مرکزت، قادر به شناسایی من‌ذهنی و همانیدگی‌ها خواهی بود.

[بنابراین ما باید در خودمان بازبینی کنیم که آیا با من‌ذهنی عمل می‌کنیم یا با هشجاری نظر؟]

**چون نَزَد بر وی نثارِ رَشِّ نور
او همه جسم است، بی‌دل چون قُشور
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹۸)**

رَشِّ: پاشیدن

قُشور: جمع قشر به معنی پوست

چون نور ایزدی بر همانیدگی‌های انسان من‌ذهنی که به درد عادت دارد و فضاگشایی نمی‌کند، نپاشیده‌است، او فقط یک جسم بدون روح حقیقی‌ست. درست مانند پوستی که مغز ندارد.

**ور زِ رَشِّ نور حق قسمیش داد
همچو رسمِ مصر، سرگین مرغ زاد
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹۹)**

اگر خداوند از نور خویش به مرکز انسانی که فضا را باز کرده سهمی عطا کند، همانند رسم متداول مردم مصر، از درون من‌ذهنی او که مانند سرگین است، جوجه حضورش زاده می‌شود. [مصریان در زمان قدیم تخم‌ها را روی سرگین گذاشته و حرارت تنظیم‌شده‌ای به آن‌ها می‌دادند، پس از مدتی جوجه‌ها از تخم‌ها بیرون می‌آمدند. مولانا تمثیل می‌زند که اگر ما هم فضا را باز کنیم تا نور خداوند به سرگین همانیدگی‌ها و دردهای ما بیفتد ناگهان از داخل این کثافات من‌ذهنی مرغ حضور ما، اصل ما که به زندگی زنده است متولد می‌شود.]

چون که حق رَشَّ عَلَیْهِمْ نُورَهُ مُفْتَرِقٍ هَرگَز نَگَرَدَد نُورِ او

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۸۹)

چون که خداوند یک نور و هشیاری یکتاست و نور خویش را بر انسان‌ها افشانده، بنابراین نور خدا هرگز پراکنده نمی‌گردد.

[اگر ما با فضاگشایی و عدم کردن مرکز، روزن درونمان را باز کنیم، نور زندگی در همانیدگی‌های مختلف پراکنده نشده و به مرکز ما می‌تابد و در نتیجه از ذهن آزاد می‌شویم، اما اگر نور به مرکز ما نخورد، در ذهن می‌مانیم و گمراه می‌شویم.]

حدیث

«إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى خَلَقَ خَلْقَهُ فِي ظُلْمَةٍ فَالْقَى عَلَيْهِمْ مِنْ نُورِهِ. فَمَنْ أَصَابَهُ مِنْ ذَلِكَ النُّورِ اهْتَدَى وَ مِنْ أَخْطَاءَهُ ضَلَّ.»

«همانا خداوند بلندمرتبه، آفریدگان را در تاریکی بیافرید. [یعنی ما پس از آفریده شدن حتماً به ذهن می‌افتیم.] پس روشنی خود را بر آنان [که فضا را گشودند] بتابانید. هرکه را آن نور، برخوردار به راه راست آید و هرکه را آن نور برنخورد به گمراهی رود.»

دوزخ آن بود و سیاست‌گاهِ سخت

بر شما شد باغ و بُستان و درخت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۸)

[کسانی که فضاگشایی می‌کنند و به بهشت می‌رسند از فرشتگان می‌پرسند، مگر قرار نبود مؤمنان و کافران هردو از جهنم ذهن رد شوند؟ فرشتگان می‌گویند] دوزخ همان مسیری بود که از آن گذر کردید. این راه برای کسانی که مدام با من‌ذهنی ستیزه و مقاومت می‌کردند کیفرگاه سخت بود، اما برای شما که هر لحظه را با فضاگشایی و عدم نگه داشتن مرکز سپری کردید تبدیل به باغ و بُستان و درخت شد.

چون شما این نَفْسِ دوزخ‌خوی را آتشیِ گَبرِ فتنه‌جوی را

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۹)

نَفْسِ دوزخ‌خوی: نفس اماره که صفت دوزخی دارد.
گَبر: کافر

چون شما این نفسی که آتشین‌مزاج است و خوی دوزخی دارد و باعث می‌شود انسان در فکرهای همانیده گم شود، فتنه و آشوب برپا می‌کند، کافر و فتنه‌جوست و ضرر می‌زند.
[ادامه معنا در بیت بعد]

جهدها کردید و او شد پُرصفا نار را کُشتید از بهر خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۶۰)

با کوشش و از طریق فضاگشایی آن نفس فتنه‌جو را باصفا کردید و هشیاری ناب و خالص به‌وجود آوردید. آن آتش دردها را برای زنده شدن به خدا، شناسایی و خاموش نمودید.
[پس اگر ما فضا را بگشاییم و به حرف‌های مولانا توجه کنیم، رد شدن از فضای ذهن همانیده آسان می‌شود.]

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

پایان