



اجرا:
آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۴۰۲ / ۴ / ۲۸

www.parvizshahbazi.com

👉 در تکامل هشیاری وقتی جماد تبدیل به نبات شده، یا نبات تبدیل به حیوان، یک روشنایی جدید به وجود آمده و ما از حیوان تبدیل به انسان شده‌ایم، منتها در جایی به نام ذهن به تله افتاده‌ایم که این تله افتادن به درازا کشیده، اگر به حرف‌های مولانا گوش بدهیم، به زودی می‌توانیم خودمان را از این تله رها کنیم و یک سحر جدیدی برای ما ایجاد شود، یعنی انسان حقیقی که به ذات اصلی خود، به بی‌نهایت و ابدیت زندگی زنده است و به جهان متکی نیست، جلوه‌گر شود.

👉 «سحری کرد ندایی عجب»

سحر فاصله بین تاریکی و روشنایی صبح است، ندا همان صدای اولیه است، یعنی زندگی یک نعره‌ای زد، یا به عبارتی خداوند یک قانونی ایجاد کرد که هیچ باشنده‌ای نمی‌تواند «من‌ذهنی یا خود» داشته باشد.

«سحری کرد ندایی عجب، آن رشکِ پری»

هر انسانی این آرزومندی را دارد که با فضاگشایی مرکزش را عدم کند، وارد فضای یکتایی این لحظه گردد، به سوی خداوند برود و هرچه زودتر به او زنده شود.

👉 فضاگشایی کردن و زنده شدن به خداوند پایانی ندارد و اصلاً متوقف نمی‌شود، نباید بگوییم من به اندازه کافی فضا را باز کردم و به بالاترین جایگاه رسیده‌ام، درحقیقت هیچ رسیدن و مقصدی وجود ندارد، باید به کار روی خود ادامه بدهیم و مدام در راه باشیم.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

صدر را بگذار، صدرِ توست راه

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

👉 قانون خداوند این است که هیچکس نمی‌تواند خود یا من ذهنی داشته باشد. انسان باید از من ذهنی‌اش به فضای یکتایی بگریزد.

برای فرار از من ذهنی باید فضاگشایی کنیم یا اجازه دهیم فضا باز شود، آن فضای باز شده چمن یا زمینه هشجاری است که از آن گل وجود یا حضور ما، روییده و شکوفا می‌شود؛ در این فضای گشوده شده خبرهای ذهنی وجود ندارد؛ به عبارت دیگر اگر این لحظه آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد و با آن همانیده هستیم، به مرکزمان نیاید، داریم از من ذهنی به فضای یکتایی می‌گریزیم.

👉 آن چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد و ما فکر می‌کنیم که خبر هستند و براساس آن‌ها فکر و عمل می‌کنیم، آن‌ها خبر نیستند. خبر حقیقی از همان بی‌خبری مرکز عدم می‌آید، پس انسان باید خبرهای ذهنی را ترک کند و هر چیزی را که ذهنش به صورت یک وضعیت و یک خبر نشان می‌دهد جدی نگیرد و آن را به مرکزش نیاورد.

👉 اگر قرار باشد آنچه که ذهن نشان می‌دهد به مرکز ما بیاید، درواقع من ذهنی ما را اداره می‌کند. مولانا می‌فرماید، انسان‌ها باید از من ذهنی به فضای باز شده بی‌خبری بگریزند، چراکه خبر اصلی از آن طرف، از عقل کل می‌آید. ما باید واقعاً از دست من ذهنی فرار کنیم، هرچند این کار سخت است. چون ذهن ما را در سبب‌سازی‌هایش نگه می‌دارد.

که گریزید ز خود در چمن بی‌خبری
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

👉 اگر تاکنون عقل ما، عقل زندگی نبوده و از ذهن همانیده می‌آمده این غلط بوده، یعنی ما از قانون خداوند بی‌خبر مانده‌ایم.

البته ما این قانون را در ذات خود می‌شناسیم، برای این‌که روز آست خداوند به ما گفته تو از جنس من هستی، من تو را اداره می‌کنم، ما هم گفتیم بله، ولی وقتی وارد این جهان شدیم این قانون را فراموش کردیم، در نتیجه «من ذهنی» درست کردیم و با من ذهنی زندگی می‌کنیم.

ما همیشه و از ابتدا از جنس خداوند هستیم. وقتی وارد ذهن می‌شویم، همانندگی ایجاد می‌شود، من ذهنی درست می‌کنیم، ولی با فضاگشایی از من ذهنی متولد می‌شویم، یعنی خداوند در ما زنده می‌شود؛ این وسط من ذهنی وجود دارد که هیچ هیچ است، اصلاً هیچ ارزشی ندارد و چیز موقتی بوده و ما باید از آن زاییده شویم.

اول و آخر تویی ما در میان
هیچ هیچی که نیاید در بیان
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱

ما اشتباه کرده‌ایم که این‌همه در ذهن مانده‌ایم، عقل من ذهنی را عقل اصلی گرفته‌ایم و با آن زندگی می‌کنیم و بدین ترتیب جهان پر از درد و گرفتاری شده‌است؛ این‌همه تنش، فشار و جنگ‌های گوناگون به این علت است که به سخنان بزرگانی چون مولانا گوش نمی‌دهیم.

ما شرطی شدیم، عادت کردیم مطابق سبک خاصی زندگی کنیم و هر لحظه باورها و فکرهای همانیده را به مرکزمان آورده و برحسب آن‌ها ببینیم، این کار درستی نیست، نباید این کار را انجام دهیم.

در ما یک ذاتی وجود دارد که همان هشیاری یا خداوند است که بدون آن اصلاً ما نمی‌توانیم زندگی کنیم، درست است که چشم ما می‌بیند، گوش ما می‌شنود، این دیدن و شنیدن به وسیله همان هشیاری صورت می‌گیرد، اما اگر این هشیاری نباشد، ما هیچ کاری نمی‌توانیم انجام دهیم.

📌 در درون ما سکوتی وجود دارد که دائماً در کار است، ما باید هشیارانه آن را به کار ببریم، اگر سکوتِ درون ما نبود، اصلاً قادر به حرف زدن و شنیدن نبودیم. سکوت بیشتر از هر چیزی شبیه جنس اصلی و خداییت درون ماست، ولی ما عادت کردیم فقط چیزها را ببینیم، چیزها برای ما مهم هستند، در نتیجه آن‌ها به مرکز ما می‌آیند و برحسب آن‌ها فکر می‌کنیم، ما با فکر کردن زیاد منقبض می‌شویم، در اثر انقباض فضای درونمان بسته می‌شود، اگر خیلی منقبض شویم در فکرهايمان گم شده و دیگر چیزی نمی‌فهمیم، برای این‌که فضای درون ما کاملاً بسته شده و من‌ذهنی بر ما مسلط است.

📌 ما می‌دانیم که ۹۹/۹۹ درصد بدن ما خالی است. زندگی یا خداوند خودش را به صورت خلأ در ما نفوذ داده و دائماً در ما وجود دارد. اگر این خلأ با ما نباشد، اصلاً نمی‌توانیم زندگی کنیم. دیدن، شنیدن و تمام کارکردهای بدن ما، به وسیله همین خلأ یا هشیاری صورت می‌گیرد،

📌 اگر هر لحظه چیزی را که ذهنم نشان می‌دهد، به مرکزم نیاید، برحسب آن‌ها فکر نکنم، عقل من‌ذهنی را به کار نگیرم، با من‌ذهنی جسم و کارهای بیرونی زندگی‌ام را اداره نکنم، خداوند که تمام کائنات را می‌گرداند زندگی مرا هم اداره خواهد کرد.

اگر چرخ وجود من ازین گردش فروماند
بگرداند مرا آن‌گس که گردون را بگرداند
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۲

📌 در شما «من» اصلی، خداوند که همان سکوت و سکون است وجود دارد، اگر برحسب من‌ذهنی، با تندتند حرف زدن، آوردن ذهن به مرکزتان و دیدن براساس آن کار نکنید، این سکوت باز می‌شود و خودش را به شما نشان می‌دهد، اما شما ندانسته آن را می‌بندید، اگر ذهن را خاموش کنید، این فضا خودبه‌خود باز شده و شما این لحظه به خداوند زنده می‌شوید.

👉 قبل از ورود به این جهان، ما از جنس آلت، از جنس خدا هستیم، وقتی وارد این جهان می‌شویم، با چیزهایی که برای بقای ما مهم هستند، همانیده می‌شویم.

همانیدن یعنی حس وجود تزریق کردن به چیزهایی که ذهنمان نشان می‌دهد که همه آن‌ها نماینده چیزهای بیرونی هستند. تزریق هویت یا حس وجود به چیزها «همانش» نامیده می‌شود، با همانیده شدن، چیزها به مرکزمان می‌آیند و عینک دید ما شده، برحسب آن‌ها می‌بینیم و عمل می‌کنیم.

👉 قضاوت و مقاومت

قضاوت یعنی آن چیزی را که ذهن ما نشان می‌دهد دائماً خوب و بد می‌کنیم، چون از آن‌ها زندگی می‌خواهیم، برحسب آن‌ها می‌بینیم و از جنس چیزها هستیم، در این حالت «مقاومت» هم داریم، مقاومت یعنی زندگی خواستن از چیزها و بی‌تفاوت نبودن به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد.

👉 شما فقط باید به نکاتی که مولانا در ابیاتش می‌گوید و در برنامه گنج حضور مطرح می‌شود توجه کنید. این توجه آگاهانه و هشیار بودن، خیلی مهم است؛ شما با ذهنتان نگویید من متوجه شدم فضاگشایی یعنی چه! اگر این کار را انجام بدهم، فضا گشوده می‌شود. زیرا با سبب‌سازی نمی‌توان فضاگشایی کرد، ما در ذهن هر لحظه در حال سبب‌سازی هستیم یعنی واقعاً می‌دانیم چه چیزی سبب چه چیزی می‌شود، ولی دانستن علت و معلول در ذهن، معنی‌اش این نیست که تصمیم «قضا و کُن فکان» را هم می‌دانیم. خداوند با سبب‌سازی ما کار نمی‌کند.

👉 در این لحظه برای ما دو انتخاب وجود دارد: یکی این‌که با سبب‌سازی ذهن جلو برویم و کارهایمان را انجام بدهیم؛ یک انتخاب دیگر هم این است که فضا را در اطراف اتفاقات باز کنیم، خلاق شویم و یک فکر جدید در مورد چالش یا موضوعی که برای ما پیش آمده خلق کنیم؛ به‌راستی که خلاقیت کارکرد اصلی ماست.

👉 ما باید بدانیم اگر آرام باشیم و سبب‌سازی ذهن را رها کنیم، فضای درون ما خودش باز می‌شود، خداوند یا «قضا و کُنْ فکان» به ما کمک می‌کند تا از زندانِ ذهن آزاد شویم، پس ما الآن حتی اگر من‌ذهنی داریم و آن من اصلی خودش را به ما نشان نداده، می‌دانیم که دو جور فکر و عمل وجود دارد:

یکی این‌که ذهن برای ما مهم باشد و به مرکزمان بیاید، فضای درونمان بسته شود و دیگر این‌که آن‌چه را که ذهن نشان می‌دهد مهم ندانیم و مرکز ما نباشد، در این حالت فضای درون خودش باز می‌شود و ما وارد فضای یکتایی می‌شویم.

👉 طبق آموزش‌های مولانا آموختیم اگر انسان مدت زیادی پس از ده دوازده‌سالگی برحسب همانیدگی‌ها فکر و عمل کند، درد ایجاد می‌کند و پس از مدتی، حتی اگر پولش زیاد شده، دوستان زیادی داشته باشد خانه‌اش بزرگ شده، این سبک زندگی سبب دردهایی مثل حسادت، خشم، ترس، رنجش، کینه‌ورزی و حرص می‌شود، یعنی چیزها به مرکزش آمده و می‌خواهد هرچه بیشتر داشته باشد، در این حالت چنین شخصی نمی‌تواند درست فکر کند، برای این‌که فضا باز نیست؛ شرط درست فکر کردن فضاگشایی است.

👉 شما نگوئید چرا اصلاً باید فضاگشایی کنم، با زیاد کردن چیزها زندگی می‌کنم و نیازی به فضاگشایی ندارم، این‌طور نیست، نمی‌توانید سالم زندگی کنید و با من‌ذهنی خوشحال و خوشبخت به زندگی ادامه دهید.

برای این‌که ما به این جهان آمده‌ایم انسان باشیم. انسان بنابه تعریف باشنده‌ای است که باید به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده شود. ما هم باید به این مقصود زندگی عمل کنیم.

👉 همه ما در سحر هستیم، سحر این لحظه است، خداوند این لحظه و هر لحظه ما را صدا می‌کند و ما با فضاگشایی به سوی او می‌رویم، هرچه بیشتر فضا را باز می‌کنیم بیشتر از جنس پری یا از جنس زندگی می‌شویم، پری که اصل ماست، آرزومند است که هرچه زودتر و بیشتر از جنس خدا شود، پس ما دائماً آرزومند هستیم که به او تبدیل شویم، یعنی از دست من‌ذهنی، به فضای باز شده بی‌خبری که زمینه زندگی است بگریزیم و به خدا پناه ببریم.

سحری کرد ندایی عجب، آن رشکِ پری
که گریزید ز خود در چمن بی‌خبری
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

✍️ خداوند گفته همه باید از جنس من باشید، همه کائنات این ندا را شنیده‌اند، ولی ما هنوز من‌ذهنی داریم و خودمان را به نفهمی می‌زنیم، به خودتان نگاه کنید، مگر نمی‌بینید که در من‌ذهنی مرده‌اید و در هر جهتی که می‌روید بلا می‌بینید؟ مگر نمی‌بینید عقل من‌ذهنی جز تخریب کار دیگری نمی‌کند؟ ما به جدایی افتاده‌ایم، در داخل یک دین مذاهب مختلف وجود دارد، این مذاهب باوجود این‌که در یک دین هستند با هم می‌جنگند و جدایی را ترویج می‌کنند. ما باید ندای زندگی را بشنویم و هشیارانه از جنس خدا شویم.

✍️ ما براساس باورهای مذهبی «من» درست کرده‌ایم، ادیان دشمن هم هستند و چیزهای ذهنی را مهم می‌دانند، هرچه که ذهن نشان می‌دهد آفل است، مهم نیست، نباید به مرکز ما بیاید.

اگر چیزها به مرکزمان نیایند، ما برحسب عدم ببینیم، همه را از جنس زندگی می‌بینیم و تفاوت‌ها از بین می‌روند، روا می‌داریم که دیگران هم زندگی کنند و خیلی هم خوشبخت باشند، حتی اگر باورهایشان با ما متفاوت باشد.

✍️ همه چیز در جهان منتظر انسان است که به عشق یعنی خدا زنده شود، تا آن‌ها هم خودشان را به‌عنوان زندگی یا خداوند شناسایی کنند، پس چرا مردگی در من‌ذهنی را ادامه می‌دهی؟ چرا فضاگشایی نمی‌کنی تا اصل تو از ذهن جدا شود و فضای گشوده‌شده خودش را به تو نشان دهد؟ چرا تندتند اصرار داری ذهنت را به مرکزت بیاوری و از آن چیزی که ذهنت نشان می‌دهد خبر بگیری و زندگی بخواهی؟

بنابراین باید از ذهن بیرون بپری و با فضاگشایی سوی جانان، خداوند، پرواز کنی و با او یکی شوی.

همه ارواح مقدّس چو تو را منتظرند
تو چرا جان نشوی و سوی جانان نپری؟
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

✍ اگر شما می‌خواهید به حضور، به بی‌نهایت خداوند زنده شوید، دیگر الآن وقتش است. نگویید آقا من جسته و گریخته به برنامه گنج حضور گوش می‌دهم، گاهی اوقات هم قانون جبران را اجرا می‌کنم. نه، شما باید متعهدانه برنامه را گوش بدهید، قانون جبران مادی و معنوی را اجرا کنید و ادامه بدهید.

✍ در هر برنامه ابیاتی خوانده می‌شود که اگر شما خوب و با دقت گوش بدهید، یاد بگیرید و تکرار کنید، به شما کمک می‌کند و جلوی لغزش شما را در ذهن می‌گیرد، وقتی من ذهنی تشکیل می‌شود، یعنی شما یک روش زندگی در پیش می‌گیرید که مرتب ذهنتان را به مرکزتان می‌آورد و من ذهنی را زنده نگه می‌دارید، شما زندگی را تلف می‌کنید، ابتدا تبدیل به مانع، مسئله و دشمن می‌کنید و در نهایت زندگی تبدیل به درد می‌شود، این سبک زندگی از نظر خداوند قابل قبول نیست.

✍ ما برای زنده شدن به زندگی و زنده بودن در لحظه، مرتب در ذهنمان مانع ایجاد می‌کنیم، به عنوان مثال می‌گوییم من الآن نمی‌توانم زندگی کنم، چون هنوز ازدواج نکرده‌ام، مدرک نگرفته‌ام، بچه دار نشده‌ام، بچه‌ها بزرگ نشده‌اند، خانه‌ام را بزرگ نکرده‌ام، من اصلاً نمی‌توانم به حضور برسم برای این که در بچگی کتک خورده‌ام یا به من ظلم شده، باید آگاه باشیم همه این‌ها مانع‌سازی و سبب‌سازی ذهن هستند.

✍ در این لحظه دوتا خواسته وجود دارد: یا ما برحسب سبب‌سازی ذهن چیزی را می‌خواهیم و یا آن چیزی را که زندگی یعنی عقل خدا می‌خواهد.

ما با فضاگشایی به عقل خدا دست پیدا می‌کنیم و با فضابندی به عقل سبب‌سازی خود. سبب‌سازی ما وابسته به باورهای کهنه و باورهای فرهنگی است که غالباً خرافات است و به درد نمی‌خورد.

👉 انسان در اصل از جنس هشیاری، بی‌خبری یعنی فضای گشوده‌شده است، همین‌که با یکی حرف می‌زند یا مبادله اطلاعات می‌کند، چون با حرف‌هایش همانیده است به‌عنوان من‌ذهنی بلند می‌شود و بالا می‌آید.

باید این موضوع را در خودمان بازبینی کنیم که آیا وقتی حرف می‌زنیم، چون پندار کمال داریم، بالا می‌آییم؟

اگر منتظر هستیم که فضا باز شود، به بی‌نهایت خداوند زنده شویم و می‌خواهیم خداوند به ما کمک کند، پس نباید حرف بزنیم، باید خاموش باشیم، مولانا می‌گوید منتظر به‌جای این‌که حرف بزند باید گوش بدهد.

از سخن‌گویی مجوید ارتفاع

منتظر را به ز گفتن، استماع

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶

ارتفاع: بالا رفتن، والایی و رفعت جستن

استماع: شنیدن

👉 آیا فکرها مهم هستند یا آن فضایی که فکرها از آن‌جا برمی‌خیزند؟ بدون شک فضایی که فکرها برمی‌خیزند. فکرها مربوط به چیزهای آقل این جهان هستند، ما مرتب فکر می‌سازیم، منتها زمینه فکرها باید زمینه بی‌خبری و فضای گشوده‌شده باشد، خبرهای بیرونی نباید منشأ فکر، عمل و گفتار ما باشد.

👉 هر من‌ذهنی حتی کم‌سوادترین آدم‌ها منصب تعلیم دارند. می‌خواهند بگویند شما نمی‌دانید، من می‌دانم.

ما باید ناظر ذهنمان شویم ببینیم آیا وقتی کسی حرفی می‌زند، ما می‌خواهیم متقاعدش کنیم که حرفش درست نیست و ما درست می‌گوییم؟ پس منصب تعلیم داریم یعنی ما به‌عنوان من‌ذهنی می‌گوییم که حق با من است. من‌ذهنی به هیچ‌چیز بیشتر از این نیاز ندارد که حق با او باشد.

سؤال کردن نوعی شهوت است و ما را در ذهن نگه می‌دارد. معمولاً ما سؤال نمی‌کنیم که یاد بگیریم، بلکه سؤال می‌کنیم که بگوییم من بهتر می‌دانم، همچنین بحث و جدل نیز شهوت است و در عرفان و معنویت جایی ندارد، بنابراین هر فکر شهوتی که ما می‌گوییم من بهتر می‌دانم، تو نمی‌دانی و حق با من است، در راه رسیدن به حضور، بت است و ما بت‌پرست می‌شویم.

منصبِ تعلیم نوعِ شهوت است
هر خیالِ شهوتی در ره بُت است
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۷

✍ اگر شما با منذهنی صد سال هم بخواهید در قسمت‌های مختلف زندگی‌تان کار انجام بدهید، کارهای شما مانند خمیر بدون مایه، فطیر خواهد شد، نمی‌توانید نان درستی بپزید، یعنی نمی‌توانید فرزند خوبی تربیت کنید و رابطه‌ی درستی با همسرتان داشته باشید، نمی‌توانید در کارتان پیشرفت کنید، نمی‌توانید یک هدف بگذارید به آن برسید ولی آخرسر به درد ختم نشود. شما باید فضا را باز کنید از آن‌ور خرد، برکت، عشق و زیباییِ زندگی، به فکر و عملتان بریزد، یادتان باشد اگر ذهن شما به مرکزتان می‌آید و با سبب‌سازی ذهن کار می‌کنید، نانتان فطیر خواهد شد، یعنی هیچ‌یک از کارهای شما به نتیجه نخواهد رسید.

بی آن خمیرمایه گر تو خمیر تن را
صد سال گرم داری، نانش فطیر باشد
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۳۹
فطیر: نانی که درست پخته نشده باشد.

✍ اگر ذهنتان را به مرکزتان نیاورید، مرکزتان عدم می‌شود. شما با ذهن نمی‌توانید عدم را ببینید. نگوئید که با منذهنی‌ام مرکز را عدم می‌کنم، این کار امکان ندارد. اصلاً منذهنی برای این درست می‌شود که مرکز عدم نباشد، بنابراین با منذهنی شما هیچ موقع مرکزتان را نمی‌توانید عدم کنید.

✍ وقتی منذهنی از کار می‌افتد، یعنی شما دیگر می‌دانید چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد زندگی ندارد، پس مهم نیست و نباید به مرکزتان بیاید، و این مطلب مهم را در هشجاری‌تان نگه دارید، پس از مدتی مرکزتان خودبه‌خود عدم می‌شود.

👉 کسی را که خداوند از خرابکاری و گرفتاری ذهن معاف کرده، بدون ترس می‌تواند حرف بزند، برای این‌که از این به بعد دیگر خود زندگی حرف می‌زند و عمل می‌کند، برای این‌که خداوند آن چیزی را که می‌خواهد می‌کند.

ای مُعَافٍ يَفْعَلُ اللهُ مَا يَشَاءُ
بی‌محابا رو زبان را برگشا

«ای که به حکم آیه «خدا کند آنچه خواهد.» از هرگونه کیفر و عذاب معاف شده‌ای، اینک برو و بی‌هیچ ملاحظه‌ای زبان خود را بگشا و هرچه می‌خواهی بگو.»
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۷۸۶

«... وَيَفْعَلُ اللهُ مَا يَشَاءُ.»

«... خدا هرچه خواهد همان می‌کند.»

قرآن کریم، سوره ابراهیم (۱۴)، آیه ۲۷

👉 در این لحظه با سبب‌سازی ذهن، با من‌ذهنی، ما یک چیزی می‌خواهیم، قضا و کُنْ فَكَانَ یک چیز دیگر می‌خواهد، این‌ها با هم هیچ موقع جور نیستند. یکی برحسب عقل محدود، ناقص، معاش‌اندیش و زیادی‌طلب ماست که ما را از زندگی محروم می‌کند و به‌سوی جهنم می‌برد؛ یکی دیگر آن چیزی که خدا می‌خواهد، مرکز عدم است که به‌سوی سازندگی، نظم، عشق، خوشبختی و دید خوب می‌رود.

👉 این لحظه ما باید این موضوع را درک کنیم که من‌ذهنی یک بافت ذهنی محدود و محدوداندیش است، فکرهايش به درد نمی‌خورد، پس نباید تندتند حرف بزنیم، باید بیشتر سکوت کنیم، اگر مجلسی می‌رویم فقط گوش بدهیم و سکوت را رعایت کنیم. تنها هم که هستیم تندتند حرف نزنیم، فکر نکنیم، و بدانیم این فکرها فقط انرژی را تلف می‌کنند، گاهی اوقات درد ایجاد می‌کنند، دردهای قبلی را به یادمان می‌آورند، پس سرعت ذهنمان را پایین می‌آوریم، درنهایت یک جایی این فکرها از هم جدا می‌شوند.

👉 وقتی سرعت فکر پایین می‌آید متوجه می‌شویم که همیشه باید گوش کنیم ببینیم قضا و کُن فکان، عقل خداوند به ما چه می‌گوید نه عقل من ذهنی ما.

پس مولانا می‌گوید، خاموش باشید یعنی ذهن را خاموش کنید و این حقیقت را در هشیاری خود نگه دارید که هرچه الآن با ذهنمان فکر می‌کنیم این‌ها فقط خرابکاری می‌کنند و هیچ فایده‌ای برای ما ندارند، در این حالت آرام‌آرام فکرها فروکش می‌کنند.

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

👉 خداوند فرموده همیشه از طریق انبساط با من حرف بزنید.
فکر جسم است وقتی به مرکزمان می‌آید، ما هم جسم شده و منقبض می‌شویم.
مولانا می‌گوید خداوند زبان و من گوش هستم، من حرفی ندارم بزنم، مگر او به گوش من چیزی بگوید، وگرنه من خاموش هستم.

حکمِ حق گُسترد بهر ما بساط
که بگویند از طریقِ انبساط
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

👉 وقتی بد کردی بترس، حس امنیت نکن. بدان این تخم بدی که کاشتی، خداوند آن را خواهد رویاند و به تو برخواهد گشت.
«بد کردن» یعنی یک چیز ذهنی که جسم و فکر است را به مرکزمان بیاوریم، برحسب آن ببینیم و به درد ارتعاش کنیم.
«بد نکردن»، کار نیک و تخم خوب کاشتن چیست؟ این‌که چیزها و فکرها را به مرکزمان نیاوریم. فضا را باز کرده، مقاومت نکنیم و منبسط شویم تا مرکزمان عدم شود و برحسب عدم ببینیم.
هم کار نیک و هم کار بد را خداوند می‌رویاند.

چون که بد کردی، بترس، آمن مباش
زانکه تخم است و برویاند خُداش
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۶۵

👉 اگر با چیزها همانیده شدی و برحسب آن‌ها دیدی و عمل کردی، بگو من کردم، خودم کاشتم. از طریق جسم دیدم، از طریق عدم ندیدم. اگر خداوند در بیرون چیز بدی برایت پیش آورد، روابط یا کارت خراب شد، نگو خداوند عادل نیست، آگاه باش که تو برحسب خرد خداوند عمل نکردی.

جرم بر خود نه، که تو خود کاشتی
با جزا و عدل حق کن آشتی
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۷

👉 خداوند طالب مرکز عدم ماست، برای این که می‌خواهد خودش را از ما بیان کند، برای این کار طالب اصل و دل اصلی ماست، نه طالب من‌ذهنی ما. کردگار بر ما غالب است، یعنی اگر ما با سبب‌سازی ذهن کار کنیم، نمی‌توانیم پیروز شویم.

او «يَفْعَلُ اللهُ مَا يَشَاءُ» است. خواست و فکر خداوند براساس «قضا و کُنْ فَكَانَ» غالب است، پس خداوند می‌خواهد در ما به خودش زنده شود، تا دمار از روزگار کسی که در من‌ذهنی، هستی و حس وجود دارد درآورد، پس ما نباید من‌ذهنی را ادامه دهیم.

طالب است و غالب است آن کردگار
تا ز هستی‌ها برآرد او دمار
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۲۱۴

👉 اگر با من ذهنی زندگی کنیم، هر لحظه ذهنمان به مرکزمان آمده و برحسب آن ببینیم، زندگی را تبدیل به مانع، مسئله، دشمن و درد می‌کنیم و این‌ها قوت و نان ماست. این زندگی و خوشبختی نیست که هر فکری بتواند در من دردی به وجود آورد، این‌ها فکرای من ذهنی است، فکرای زندگی نیست. «زهرِ مار و کاهشِ جان» است.

یا تو پنداری که تو نان می‌خوری
زهرِ مار و کاهشِ جان می‌خوری
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۴۵۷

👉 وقتی کارتان در بیرون جور نیست، از هر جهت فکری می‌روید، موفق نمی‌شوید و درد به وجود می‌آید، این اتفاقات انعکاس مرکزتان است، چون با من ذهنی فکر و عمل می‌کنید، در سواها هستید، فضا را باز نمی‌کنید، برحسب من ذهنی کار می‌کنید و خرابکاری می‌کنید. شما تخم بد می‌کارید، برحسب جسم، پندار کمال و ناموس و درد عمل می‌کنید. مقاومت و قضاوت دارید.

چرا این همه درد می‌دهد؟ برای این که به تو بگویم، بیا به بی‌جهت. این چمن بی‌خبری، فضای بی‌جهت است. وقتی بی‌جهت می‌شویم، سواها و جهت‌های فکری که از آن بی‌جهت به وجود می‌آید، موفق است. چون برکت زندگی به آن می‌ریزد، برای این که گاه‌شمار و تقویممان اوست. او می‌داند در این لحظه باید چه کرد، ما با من ذهنی و سبب‌سازی نمی‌دانیم.

از هر جهتی تو را بلا داد
تا بازگشتد به بی‌جهت
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸

👉 ما به زندگی قول دادیم که من ذهنی را خاموش کرده و سکوت می‌کنیم، اما نکردیم! عشق، زندگی، خداوند، دارد به ما می‌خندد، می‌گوید خاموش کردن این بود؟ فکرها تو را زیر سلطه قرار داده و در فکرها و دردهایت گم شده‌ای، مسئله درست می‌کنی و مسئله حل می‌کنی! این ثبات ما کجاست؟

پایداری و ثبات، مثل کوه بودن از فضای گشوده شده می آید، با یکی شدن مجدد هشیارانه با زندگی به وجود می آید. ما مدام در انقباض و در ذهن به سر می بریم، بنابراین خداوند به ما می خندد.

گفتی که خُمش کنم نکردی

می خندد عشق بر ثبات

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸

🔥 نفس زنده هر لحظه خودش را نابود می کند. اگر دیدید به خودتان ضرر می زنید، بدانید که دارید با من ذهنی کار می کنید و در این راه افراط کرده و از حد و حدود گذشته اید، چون خداوند زندگی و مردگی نمی شناسد، ما هم از آن جنس هستیم. او دائماً مردگی را که بر حسب چیزهای آفل پدید می آید، خارج می کند، در نتیجه ما چیزها را به مرکزمان آورده، از جنس جسم و مردگی می شویم و خداوند مرتب می خواهد اینها را از ما جدا کند.

چون ز زنده مُرده بیرون می کند

نفس زنده سوی مرگی می تَنَد

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

🔥 آیا ضرورت دارد که هر لحظه دیگران را قضاوت کنیم؟ چرا خود را رها کرده و به دیگران می پردازیم؟ آیا بحث و جدلهای ما و فکریهایی که برای ارتفاع گرفتن می کنیم، ضرورت دارد؟ باید تأمل و حزم داشته باشیم، عجله نکنیم، ذهن را ساکت و حداقل استدلال منطقی کنیم که چه ضرورتی دارد در من ذهنی این کارها را انجام دهیم؟ وقتی تندتند فکر می کنیم، در غلتک فکر افتاده، زیر تسخیر فکرها و دردها گم می شویم، در نتیجه نمی توانیم درست تشخیص دهیم.

گفت: مُفتی ضرورت هم تویی

بی ضرورت گر خوری، مُجرم شوی

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰

طبق قانون زندگی، از مرکز جسمی انعکاسی در بیرون به وجود می‌آید که ما را بی‌مراد خواهد کرد، اما همین بی‌مرادی می‌تواند راهنمای ما به بهشت باشد. بی‌مرادی به ما پیغام می‌دهد که اشکال داریم، ذهنمان به مرکزمان آمده و با سبب‌سازی خود را اداره کرده‌ایم. زندگی می‌خواهد به ما بگوید من هستم، مرکزت را عدم کن، با فکر من عمل کن، با فکر من ذهنی و سبب‌سازی عمل نکن. عاشقان که از من ذهنی نجات یافته و با خداوند یکی شده‌اند از بی‌مرادی این‌ها را فهمیدند.

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش

با خبر گشتند از مولای خویش

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶

اگر همه فکر و ذکر ما این باشد که باید به زندگی و بی‌نهایت او زنده شده، از ذهن بیرون رفته و با کسی کاری نداشته باشیم، آن‌گاه خواهیم دید که غم همانیدگی‌ها از ما بریده شده و دیگر به مرکز ما نمی‌آیند، پس باید مرکزمان عدم و همه حواسمان به این باشد که این فضا گشوده و گشوده‌تر شود، تا دیگر غم همانیدگی‌ها نتواند خود را به ما مسلط کند.

گفت: زو، هرکه غم دین برگزید

باقی غم‌ها خدا از وی بُرید

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۳۷

من ذهنی و شیطان از یک جنس هستند فقط شکلشان متفاوت است. حضور ما، این فضای گشوده‌شده، عقل کل و عقل خداوند است. فضای گشوده‌شده و مرکز عدم با عقل کل یا خدا یکی هستند.

وقتی من ذهنی داریم و مرکزمان جسم است، شیطان دارد کار می‌کند و ما کارگاه شیطان هستیم. وقتی فضا گشوده می‌شود و مرکزمان عدم می‌گردد، کارگاه خداوند هستیم، پس من ذهنی یا نفس ما با شیطان یکی است، فضای گشوده‌شده و مرکز عدم هم با خدا یکی است.

نفس و شیطان، هردو یک تن بوده‌اند
در دو صورت خویش را بنموده‌اند
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳

👉 شیطان فضا را می‌بندد، پس مرکزش جسم و از جنس درد است. شیطان می‌گوید خداوند باید مطابق سبب‌سازی و خرافات من عمل کند. شیطان به خداوند گفت من مقصر نیستم، تو مرا منحرف کردی.

بعضی از ما هم در من‌ذهنی از جنس شیطان هستیم و حرف‌های شیطان را می‌زنیم. در این لحظه فضاگشایی نکرده و روی خود کار نمی‌کنیم، ملامت می‌کنیم و در جبر هستیم، مانند شیطان زیر بار مسئولیت نمی‌رویم. به زندگی می‌گوییم تو مرا منحرف و گمراه کردی و به این روز انداختی!

ما باید مسئولیت قبول کنیم که به‌جای مرکز عدم، با گذاشتن چیزها در مرکزمان، تخم بد کاشتیم و دنبال سبب‌سازی ذهن بودیم. ذهنی که می‌گوید من مقصر نبودم، پدرم، مادرم یا فلان کس باعث شد، مهم نیست چه کسی و چه چیزی باعث شده، مهم این است که ما تخم بد کاشته و مسئول هستیم، اکنون می‌توانیم با رعایت کردن قانون جبران، فضا را باز کنیم.

«شیطان به خداوند گفت که تو مرا گمراه کردی. او گمراهی خود را به حضرت حق نسبت داد و آن دیو فرومایه، کار خود را پنهان داشت.»

گفت شیطان که بِمَا أَعْوَيْتَنِي

کرد فعلِ خود نهان، دیو دَنی

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸

👉 آوردن چیزهای ذهنی به مرکز و برحسب آن‌ها کاشتن و هشیاری جسمی داشتن، همراه با درد است و عواقب بدی دارد.

عملی تو چه از جان و چه از تنت بزاید و مرکز تو چه عدم باشد چه جسم، مثل فرزندی است که دامنت را می‌گیرد و رها نمی‌کند.

متأسفانه ما برحسب جسم و درد دیدیم و درد را در جهان زیاد کردیم. ظلم، خرابکاری، فکرها و اعمال شیطانی فردی یا جمعی به انسان برمی‌گردد. با فریب و حقه‌بازی نمی‌توانیم جهان را اداره کنیم.

فعلِ تو که زاید از جان و تنت

همچو فرزندت بگیرد دامت

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۹

👉 حضرت آدم می‌دانست که خداوند اشتباه نمی‌کند و با قوانین خودش که «قضا و کُنْ فَكَانَ» است و با «يَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ» یعنی «خداوند هرچه بخواهد انجام می‌دهد» کار می‌کند، نه با سبب‌سازی ما.

حضرت آدم فضا را باز می‌کند و از جنس فضای گشوده‌شده و مرکز عدم می‌شود و خطاب به خداوند می‌گوید: «پروردگارا، ما به خود ستم کردیم.» و او همچون ما از حکمتِ کار حضرت حق بی‌خبر نبود.»

گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا

او ز فعلِ حقِ نَبُدْ غافلِ چو ما

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۹

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

«آدم و حوّا گفتند: پروردگارا به خود ستم کردیم و اگر بر ما آمرزش نیاوری و رحمت روا مداری، هر آینه از زیان‌کاران خواهیم بود.»

قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۲۳

👉 ما بی‌قیدوشرط، بدون قضاوت و دخالت ذهن، باید اتفاق این لحظه را بپذیریم یعنی اعتراض نکنیم تا از جنس زندگی شویم.

اگر در مقابل چیزی مقاومت کنیم فوراً به مرکز ما می‌آید و ما قربانی‌اش می‌شویم، در نتیجه اتفاق می‌افتیم. ما از جنس اتفاق نیستیم.

«سجده» یعنی تسلیم. تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه قبل از قضاوت یعنی نمی‌گذاریم ذهنمان خوب و بد کند. فضا را باز می‌کنیم تا از جنس هشیاری اولیه شویم.

ما من ذهنی داریم ولی می‌توانیم من‌ذهنی را خم کنیم، ساکت‌تر شویم و در هر وضعیتی به خداوند سجده کنیم، یعنی وضعیت را بپذیریم.

گفت: **وَاسْجُدْ وَاقْتَرِبْ** یزدانِ ما

قُرْبِ جان شد سجدهٔ ابدانِ ما

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۱

«حق‌تعالی به ما فرمود: سجده کن و نزدیک شو. سجده‌ای که توسط جسم‌های ما صورت می‌گیرد موجب تقرب روح ما به خدا می‌شود.»

👉 پذیرش یعنی وضعیتِ فعلی‌ام را زندگی پیش آورده، اگر بی‌مرادی یا چالش بزرگی هم باشد، من می‌پذیرم و مقاومت نمی‌کنم بنابراین فضا باز می‌شود.

این پذیرش معادل سجده به خداوند است. سجده به خداوند نیز معادل گشودن فضا و مرکز عدم است. اگر اتفاق را به مرکز بی‌اوم و مقاومت کنم، در آن صورت اتفاق می‌افتد.

زندگی می‌گوید، ای انسان اگر از جنس من بودی، ثبات داشتی. هر لحظه در تفرقه هستی، هر بادی می‌آید تو را از جا می‌گند، پس بیا سجده کن! سجده سبب می‌شود که شما کنده نشوید.

سجده آمد کندنِ خشتِ لَزْبِ

موجبِ قُرْبِ که **وَاسْجُدْ وَاقْتَرِبْ**

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۰۹

لَزْبِ: چسبنده

«كَلَّا لَا تُطَعُّهُ وَاسْجُدْ وَاقْتَرِبْ.»

«نه، هرگز، از او پیروی مکن و سجده کن و به خدا نزدیک شو.»

قرآن کریم، سوره علق (۹۶)، آیه ۱۹

👉 تا از این تن خاکی نجات پیدا نکنیم، نمی‌توانیم بر آب حیاتی که از آن طرف می‌آید، سجده کنیم.

سجده نتوان کرد بر آب حیات

تا نیابم زین تن خاکی نجات

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۱۱

👉 ما هشیاری هستیم، اما اگر با من‌ذهنی جفت شده و من‌ذهنی شویم، از زندگی دور می‌شویم. هم‌چنین این اختیار را نیز داریم که با زندگی یکی شویم. به ما بستگی دارد، اگر نور می‌خواهیم باید سجده کنیم، تسلیم شویم و فضا را باز کنیم تا مستعد نور شویم.

اگر هم خودمان را ببینیم و برحسب من‌ذهنی فکر و عمل کنیم، از خداوند دور می‌شویم.

نور خواهی، مستعد نور شو

دور خواهی، خویش‌بین و دور شو

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۶۰۶

👉 در این مسیر معنوی هیچ‌جا متوقف نمی‌شویم، دائماً فضا باز می‌کنیم. زندگی‌مان در بیرون بهتر و بهتر می‌شود، ولی بسنده نمی‌کنیم. مرتب روی خودمان کار می‌کنیم. تمام نمی‌شود، ما به صدر نمی‌رسیم، ما از اول تا آخر فضا باز می‌کنیم و عمیق‌تر و عمیق‌تر می‌شویم، هیچ‌جا بسنده نمی‌کنیم.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

صدر را بگذار، صدرِ توست راه

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

✍️ ادب یعنی بدانیم که زندگی می‌خواهد از طریق ما حرف بزند و ما گوش هستیم و او زبان، بنابراین دیگر حرف نزنیم. ادب این است که فضا را باز و مرکز را عدم کنیم و با سبب‌سازی ذهن عمل نکنیم. ادب این است که عقل من ذهنی خود را کنار بگذاریم و عقل زندگی را بگیریم. سجده کردن و به او نزدیک شدن هم راه دیگری است برای ادب یا تعظیم خدا.

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

✍️ هیچ لحظه‌ای نباید چیزهایی را که ذهنمان نشان می‌دهد، از خدا بخواهیم، اگر بخواهیم، آن چیز به مرکزمان می‌آید. همانندگی خواستن از خدا یعنی ما می‌خواهیم همانندگی‌ها را زیاد کنیم، یعنی شهوت و حرص آن‌ها را داریم. امکان ندارد شهوت و حرص چیزها را داشته باشیم و برای زیاد کردن چیزها به سبب‌سازی ذهن بیفتیم و خدا را هم جزو آن‌ها بشماریم و در آخر به خدا هم برسیم، چنین چیزی نمی‌شود، برعکس همه چیز را از دست می‌دهیم و زندگی‌مان حرام می‌شود.

از خدا، خدا را خواستن یعنی فضاگشایی لحظه‌به‌لحظه و هر لحظه مرکز عدم.

ما با استفاده از خرد و خلاقیت زندگی، با کوشش و با خلاقیت خودمان و خلق فکرهای جدید می‌توانیم چیزهایی را که در این جهان می‌خواهیم، به دست آوریم. لزومی ندارد ما از خدا غیر از خودش چیز دیگری بخواهیم. از خدا خودش را خواستن یعنی فضاگشایی و بی‌نهایت فضاگشایی و بالاخره تماماً تبدیل به او شدن.

از خدا غیر خدا را خواستن
 ظنّ افزونی‌ست و، کُلّی کاستن
 مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳

✍ اگر می‌خواهی مثل روز روشن شوی، این هستی‌داری، حس هویت و حس وجود را در ذهن بسوزان، یعنی چیزی را که ذهن نشان می‌دهد به مرکز نیاور.

گر همی خواهی که بفروزی چو روز
هستی همچون شب خود را بسوز
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۱۰

✍ نسیان یعنی فراموش کنم که حواسم به خودم باشد و ذهنم را به مرکزم بیاورم. یادم برود که فضا را باز کنم، یادم برود که نباید مرکزم را جسم کنم، در نتیجه مؤاخذه شوم و اتفاق بدی بیفتد. مردم از ترس این‌که دزد چیزهایشان را ببرد شب نمی‌خوابند، اما دزد من ذهنی تمام سرمایه و جانشان را می‌برد، و متوجه نیستند.

ما حواسمان به نگهداریِ جانمان نیست، حتی اموالمان را هم برای جانمان می‌خواهیم، در آخر همان اموال و همانیدگی‌ها به مرکزمان آمده و زندگی ما را خراب می‌کنند.

خواب چون درمی‌رمد از بیمِ دلخ
خوابِ نسیان کی بُود با بیمِ حلق؟
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۰

✍ خدایا ما جسم‌های ذهنی را به مرکزمان آورده و تو را فراموش کرده‌ایم. مرکزمان را عدم نکرده و فضا را باز نکرده‌ایم، ما را بازخواست مکن. چون هر موقع مرکز ما جسم شود، بازخواست خواهیم شد. آیه «اگر مرا فراموش کنید، مؤاخذه می‌شوید.» گواه است که با فراموشی خدا در این لحظه، عدم نبودن مرکز و فضاگشا نبودن، مؤاخذه می‌شویم. این گواه است که نسیان گناه است.

لَا تُؤَاخِذِ الْإِنْسَانَ شَيْئًا، شَدِّ الْغَوَاهِ
 كَمَا بُدَّ نَسِيَانًا بِهٖ وَجْهِي هَمَّ كَنَاهِ
 مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۱

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

«...ای پروردگار ما، اگر فراموش کرده‌ایم یا خطایی کرده‌ایم، ما را بازخواست مکن...»
 قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۸۶

هر چیزی به مرکز ما بیاید، دچار شهوت آن می‌شویم. یعنی با جاذبه شدید، بی‌اختیار و بدون این‌که بتوانیم خود را کنترل کنیم، به‌سویش می‌رویم و دچار نسیان می‌شویم، منافق می‌شویم. ممکن است به زبان بگوییم نه من به‌سوی خدا می‌روم، عبادت می‌کنم، درحالی‌که مرکز ما جسم باشد و دچار شهوت آن چیز باشیم، این منافق بودن است.

هر شهوتی در جهان، چه روحی و چه جسمی از جمله مال، مقام، افراد، خواب و خوراک، تأیید و توجه اگر به مرکز ما بیاید، ما را مست و دچار خوشی می‌کند، به‌طوری‌که اگر این چیزهای آفل را از دست بدهیم و همانیدگی‌هایمان کم شوند، بی‌حال و بی‌حوصله و ناخوش و خمار می‌شویم.

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، دلیلِ آن شده‌ست
 که بدان مفقود، مستی‌ات بده‌ست

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۷-۲۲۵۹

👉 از چیزی که در مرکز هست، فقط به اندازه ضرورت بخواه، تا بر تو غالب و امیر نشود. ضرورت را هم زندگی می‌فهمد. من‌ذهنی موازنه را بلد نیست، با هرچه همانیده است بیشترین را می‌خواهد، سیر نمی‌شود، دچار حرص و زیاده‌خواهی است.

جز به اندازه ضرورت، زین مگیر

تا نگردد غالب و، بر تو امیر

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۰

👉 همه ارواح مقدس یعنی انسان‌هایی که در ذهن هستند، منتظرند تا کسی به حضور زنده شود و به آن‌ها هم کمک کند.

در قرآن آمده «ای کاش قوم من می‌دانستند»، ای کاش همه می‌دانستند. هر کسی که فضا را باز می‌کند و این فضاگشایی را تجربه می‌کند، راه را برای بقیه باز می‌کند.

هر کسی که روا می‌دارد دیگران هم خوشبخت شوند، پایدار است، هُماست و می‌خواهد سایه‌اش را روی من‌های ذهنی دیگر بیندازد، تا آن‌ها هم پادشاه یعنی از جنس بی‌نهایت خدا شوند. هر کسی که من‌ذهنی دارد و حسود است، نمی‌خواهد به دیگران بگوید.

همه ارواح مقدس چو تو را منتظرند

تو چرا جان نشوی و سوی جانان نپری؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

👉 مولانا می‌گوید تمام آن چیزهایی که ذهن ما نشان می‌دهد، مانند خس یا برگ کاه بی‌اهمیت و بی‌ارزش‌اند، زیرا همگی آفل هستند؛ یعنی این‌طوری نیست که بگوییم بعضی چیزها بی‌اهمیت هستند، ولی بعضی چیزها بااهمیت هستند و می‌توانند به مرکز ما بیایند، بنابراین شایسته نیست که مرکز عدم و فضای گشوده‌شده را رها کنیم و به‌جای خداوند خسان را در مرکزمان قرار دهیم.

بمترسان دل خود را تو به تهدیدِ خسان
که نشاید که خسان را به یکی خس بخری
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

اگر تمام تمرکز و حواسمان را روی زنده شدن به خداوند که منظور اصلی ماست نگذاریم، در این صورت نمی‌توانیم در این جهان خوشبخت شویم، جان سالم به‌در نمی‌بریم و به حضور زنده نمی‌شویم.

حیله می‌کرد دلم، تا ز غمش سر ببرد
گفتم ای ابله اگر سر ببری، سر نبری
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

خداوند هزاران بار به ما چپ‌نگریسته‌است؛ چالش‌ها، سختی‌ها و بی‌مرادی‌ها چپ‌نگاه کردنِ او به ماست و می‌خواهد به ما بگوید که چرا با سبب‌سازی عمل می‌کنید، مرکزتان جسم است و مرا نمی‌بینید؟

به صورت فردی بدنمان درست کار نمی‌کند، خوابمان نمی‌برد، در روابط و کارهایمان شکست خورده‌ایم. به صورت جمعی هم چندین بار تا به حال به ما چپ‌نگریسته؛ به‌طور مثال دو بار جنگ جهانی کرده‌ایم، ولی عبرت نمی‌گیریم و به این چپ‌نگاه کردن خداوند توجه نمی‌کنیم.

شمس تبریز، خیالت سوی من کز نگریست
رفتم از دست و بگفتم که چه شیرین نظری
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

✍ اگر ما بتوانیم به مردم دنیا بگوییم یک منبعی مثل مولانا هست، بیایید به مولانا توجه کنید ببینید مولانا چه می‌گوید و همه‌مان جمع شویم و تمرکزمان روی خودمان باشد، می‌توانیم دست‌به‌دست هم بدهیم و دنیا را عوض کنیم، ولی با من ذهنی نمی‌شود زندگی فردی و همین‌طور دنیا را اداره کرد.

✍ ناموس چیست؟

ناموس حیثیت بدلی من ذهنی است که به صورت پندار کمال جلوه‌گر می‌شود، «وقتی ناموس بدلی داریم برای ما مهم است مردم در مورد ما چگونه فکر می‌کنند و فکر می‌کنیم خیلی عاقل و زیرک هستیم، همه ما را تأیید می‌کنند و می‌گویند فقط تو می‌دانی و اگر به حرف ما عمل نکنند تنبیه‌شان می‌کنیم»

باید از خودمان سؤال کنیم آیا ناموس اصلی همین ناموس بدلی من ذهنی است یا زنده شدن به بی‌نهایت خداوند؟

علتی بتر ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای دودلال
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴
دودلال: صاحب ناز و کرشمه

✍ تفاوت «زندگی عینی» و «زندگی ذهنی»:

زندگی عینی یعنی این لحظه ابدی و زنده شدن به خدا، اما زندگی ذهنی با فکر ساخته شده است و در زمان مجازی گذشته و آینده کار می‌کند که اصلاً وجود ندارد.

📌 قضاوت چیست؟

«قضاوت» یعنی ما در این لحظه تشخیص می‌دهیم که همانیدگی‌های ما در حال زیاد شدن هستند یا کمتر شدن؟ اگر زیادتر می‌شوند خوب است و اگر کمتر می‌شوند بد است. این قضاوت با قضاوت زندگی که از قضا و کن‌فکان می‌آید و صلاح ما را می‌داند، تفاوت بسیاری دارد.

📌 مقاومت چیست؟

مقاومت یعنی ما از هر چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد زندگی می‌خواهیم و برای ما مهم است، زیرا تصور می‌کنیم آن وضعیت به ما زندگی می‌دهد.

مثلاً ما از پولمان زندگی و هویت می‌خواهیم و به پولمان می‌گوییم «بگو من چه کسی هستم؟!». درحالی‌که پول نمی‌تواند به ما بگوید که از جنس خدا هستیم، بلکه می‌گوید «تو پول هستی، حرص و شهوت داشته باش و قدرت‌پرست، مقام‌پرست، زمان‌پرست و آدم‌پرست باش.»

📌 من ذهنی بنا به تعریف یعنی فضا بندی، انقباض، آوردن چیزها به مرکز و سبب‌سازی ذهن؛ بنابراین ما با من ذهنی نمی‌توانیم فضا باز کنیم، باید این کارها را کنار بگذاریم.

📌 ما باید برای این امکان که می‌توانیم فضاگشایی کرده و مرکزمان را عدم کنیم شکرگزار و سپاسگزار باشیم، قدرش را بدانیم، پرهیز و صبر کرده و چیز جدیدی به مرکزمان نیاوریم.

در مقامی که چنان ماه تو را جلوه کند
کفر باشد که ازین سو و از آن سو نگری
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

ما در این لحظه توانایی انتخاب داریم؛ می‌توانیم فضاگشا یا فضا بند باشیم. فضاگشایی ما را به کارگاه خداوند تبدیل می‌کند، اما فضا بندی ما را به ذهن و پندار کمال می‌برد؛ بنابراین هیچ موقع نباید یادمان برود که در این لحظه قدرت انتخاب داریم.

اگر مرکز ما عدم باشد، همیشه حالمان خوب است، چون از جنس خدا هستیم و خداوند از جنس شادی است، نه غم؛ یعنی شادی بی‌سبب خاصیت ذاتی ماست، درحالی‌که غم یک چیز حادث است که ما درست کرده‌ایم، پس اگر می‌گوییم حال من چگونه است، درواقع دنبال حال ذهنی هستیم و از جنس عدم نیستیم.

چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهی قَدَم را؟
نگر اوّلین قَدَم را که تو بس نکو نهادی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲
قَدَم: دیرینگی، قدیم (مقابل حدوث)

خداوند به جان ما می‌گوید به حلقه مردانی مثل مولانا از دور و از پایگاه ذهنی نگاه نکنید؛ یعنی مرکز را عدم کنید، حضور را با سبب‌سازی تجسم نکرده و درباره‌اش صحبت نکنید، تصور نکنید که اگر انسان به حضور برسد این‌طوری می‌شود، به حضور نرسد آن‌طوری می‌شود.

ندا رسید به جان‌ها ز خسرو منصور
نظر به حلقه مردان چه می‌کنید از دور؟
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۴۴
منصور: پیروز، چیره، غالب، فاتح؛ در مقابل مغلوب و مقهور

👉 عشق نعره می‌زند که یک باشنده‌ای به نام انسان پیدا شده که عشق را می‌شناسد؛ زیبایی می‌لرزد صاحب‌نظری پیدا شده که زیبایی را درک می‌کند، یعنی ما زمانی می‌توانیم زیبایی را درک کنیم که با نظر زندگی ببینیم.

فطرت انسان هم آشفته شد، یعنی من‌ذهنی به هم ریخت و فطرتِ باشندگی که تا به حال حیوان بود، پرید به انسان و یک باشنده‌ای به نام انسان متولد شد که می‌تواند خودش را بسازد، من‌ذهنی‌اش را بشکند، به خودش نگاه کند، و این کار را ادامه دهد تا صاف صاف شود و من‌ذهنی‌اش صفر شود، چون انسان من‌ذهنی نیست. من‌ذهنی موقت است.

نعره زد عشق که خونین‌جگری پیدا شد
حُسن لرزید که صاحب‌نظری پیدا شد

فطرت آشفته که از خاکِ جهانِ مجبور
خودگری خودشکنی خودنگری پیدا شد
اقبال لاهوری، پیام مشرق، تسخیر فطرت، میلاد آدم

👉 خداوند از من‌ذهنی زشتِ ما که کارهای مخرب می‌کند، یک منِ اصلی زنده به حضور بیرون می‌آورد، ولی ما با سبب‌سازی ذهن دخالت کرده و با آوردن چیزهای ذهنی به مرکزمان حيله می‌کنیم و اجازه نمی‌دهیم این کار را انجام بدهد.

جسم مرا خاک کنی، خاکِ مرا پاک کنی
باز مرا نقش کنی، ماه‌عذاری صنما
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۲
ماه‌عذار: ماه‌سیما، ماه‌رو

📖 مولانا می‌گوید کینه ما ناشی از خبرهای ذهنی است. در واقع وقتی خبرهای ذهنی مهم می‌شوند، ما دچار کینه، دشمنی و انتقام‌جویی می‌شویم.

کینه درد خیلی بدی است که به‌خاطر آمدن چیزهای ذهنی به مرکزمان ایجاد می‌شود و باعث آلوده شدن همه چیز می‌گردد، پاک‌کننده و دفع‌کننده کینه فضاگشایی و خود زندگی است.

چون نکنیم یاد او، هست سزا و داد او
کینه چو از خبر بُود، بی‌خبری ست دفع کین
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۳۹

📖 ما می‌گوییم امروز باید عزا بگیریم، فردا باید جشن بگیریم؛ یعنی این لحظه غمناک می‌شویم، لحظه بعد خوشحال می‌شویم، درحالی‌که هر لحظه روز خداست، ولی ما در سبب‌سازی ذهن تقویم و گاه‌شمار داریم و به‌جای دست زدن به صنع، به کهنگی می‌چسبیم.

خواه شب و خواه سحر، نیستم از هردو خبر
کیست خبر؟ چیست خبر؟ روزشماری صنما
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۲

📖 فتوادهنده ضرورت در این لحظه خودمان هستیم و باید تشخیص دهیم که آیا ضرورت دارد ذهنمان به مرکزمان بیاید؟ آیا ضرورت دارد این لحظه سؤال و بحث و جدل کنیم؟ آیا ضرورت دارد دیگران را کنترل کنیم و به آن‌ها بگوییم چکار کنند و چگونه فکر کنند؟ باید آگاه باشیم که اگر بی‌ضرورت کاری انجام می‌دهیم، پس منتظر عواقبش هم باشیم.

گفت: مُفتی ضرورت هم تویی
بی‌ضرورت گر خوری، مُجرم شوی
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰
مُفتی: فتوادهنده

👉 اگر ما روی خودمان کار کنیم و بیت‌ها را تکرار کنیم، حتماً به یک جایی خواهیم رسید و خداوند در ما به خودش زنده می‌شود، عمق پیدا می‌کنیم، واکنش نشان نداده و اتفاقات بیرونی ما را ناراحت نمی‌کنند. مولانا می‌گوید وقتی به این‌جا رسیدی، دیگر شمع من ذهنی را خاموش کن.

مرغِ جذبه ناگهان پَرَد ز عَش
چون بیدیدی صبح، شمع آنگه بگُش
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۰
عُش: آشیانه پرنندگان

👉 خداوند می‌فرماید: «در هر بامداد کاری تازه داریم، و هیچ کاری از حیطة مشیت من خارج نمی‌شود.»

هر بامداد، یعنی این لحظه خداوند کار تازه دارد، در صورتی‌که ما یک تقویم مجازی از رویدادهای پوسیده داریم که با آن‌ها همانیده هستیم و طبق آن یا جشن می‌گیریم یا غصه می‌خوریم! خداوند در قرآن می‌فرماید: این لحظه من در کار جدیدی هستم، بدین معناست که شما هم از جنس من هستید و باید در کار جدیدی باشید.

مثلاً وقتی می‌گوییم چون پدر و مادرم در کودکی و نوجوانی رفتار درستی با من نداشتند، خواسته‌هایم را برآورده نکردند، بنابراین اکنون که سن من بالا رفته، من هم برای آن‌ها کاری انجام نمی‌دهم! با این طرز تفکر آیا شما در کار جدید هستید؟ آیا این لحظه برحسب «قضا و کُنْ فَکَانَ» کار می‌کنید؟ نه. خداوند هر لحظه در کار جدیدی است، درحالی‌که ما با رویدادهای پوسیده همانیده هستیم و براساس آن‌ها فکر و عمل می‌کنیم.

كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ
كُلُّ شَيْءٍ عَن مَّرَادِي لَا يَحِيدُ
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۰

عقلِ كُلِّ ما زاعِ الْبَصَرِ است، یعنی حواسش پرت نمی‌شود، چشمش نمی‌لغزد، مدام مرکزش عدم است و فضاگشاست؛ اما عقلِ جزوی که از آمدن چیزها به مرکز و دیدن برحسب آن‌ها ایجاد می‌شود، به هر سو نظر کرده و به سوی همانیدگی‌ها می‌رود.

عقلِ كُلِّ را گفت: ما زاعِ الْبَصَرِ

عقلِ جزوی می‌کند هر سو نظر

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۰۹

خداوند به ما می‌گوید که اگر می‌خواهید رفیق، همراه و قرین من باشید و قضا و کُنْ فَکَانَ من در شما کار کند، در این صورت زیاد حرف نزنید و با سبب‌سازیِ ذهن سؤال نکنید.

موسیا، بسیارگویی، دور شو

ور نه با من گُنگ باش و کور شو

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۷

انسان در موقعیتی است که این فرصت به او داده شده که به «ماه» یعنی زندگی یا خداوند زنده شود، اما وقتش را در کفر و این‌جهت و آن‌جهت که با آوردن چیزهای ذهنی به مرکزش به‌وجود می‌آید، تلف می‌کند و این فرصت را از دست می‌دهد.

در مقامی که چنان ماه تو را جلوه کند

کفر باشد که ازین سو و از آن سو نگری

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

👉 انسان همانیده دائماً در ترس کم شدن یا از دست دادن چیزهای آفل است که در مرکز خود گذاشته است و به محض این که یک باد ناموافق می آید، یعنی یک رویدادی رخ می دهد که منجر به از بین رفتن یا کم شدن یک همانیدگی می شود، مثل پشه با باد پراکنده می شود و دنبال سبب سازی می رود که نتیجه اش ایجاد درد است، بنابراین باد حوادث او را از جا می کند، این حالت را افراد زیادی تجربه کرده اند و می کنند؛ مثلاً کسی که با همسرش همانیده است، با کارها، حرفها و رفتارهای او واکنش نشان می دهد و از جا در می رود، یا کسی که با پولش همانیده است، همین که پولش کم شود آشفته می شود و دائماً مراقب و نگهبان این است که پولش دست نخورد یا کم نشود. در حالتی که چیزها از طریق ذهن به مرکزمان می آیند، ما مثل پشه می لرزیم، در حالت دیگر که مرکز عدم می شود، رفته رفته تمام همانیدگی ها از بین می روند، تبدیل به هُما می شویم و روی دیگران هم اثر سازنده می گذاریم.

گر تو چون پشه به هر باد پراکنده شوی
پس نشاید که تو خود را ز هُمایان شمیری
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

هما: پرنده ای دارای جثه ای نسبتاً درشت. قدما این مرغ را موجب سعادت می دانستند و می پنداشتند که سایه اش بر سر هر کسی افتد او را خوشبخت کند.

👉 مولانا می گوید ما گاه نیستیم، کوه هستیم و همانطور که کوه در برابر تندبادها مقاوم و صبور است و تکان نمی خورد، شما نیز تصمیم بگیرید با فضاگشایی، در برابر تندبادهای زندگی که در بیرون اتفاق می افتد، مانند کوه صبور و بردبار و مقاوم و پابرجا باشید، نه مانند گاه که دائماً در حال تکان خوردن و این طرف، آن طرف رفتن است.

گَه نِیم، کوهم ز جِلم و صبر و داد

کوه را کی در رُباید تُندباد؟

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۴

گَه: مخفّف گاه

جِلم: فضاگشایی

👉 شما به خودتان نگاه کنید، آیا رویدادهای کوچک و بزرگ شما را از جا می‌کند؟

زندگی به دلیل این‌که ما نسبت به مأموریت و منظور آمدنمان بی‌توجه هستیم و فکر می‌کنیم که آمده‌ایم با چیزها همانیده شویم و از همانیدگی‌ها زندگی بگیریم، برای ما بی‌مرادی پیش‌بینی کرده و در رویدادهای زندگی بی‌مراد می‌کند، این‌ها بادهای ناموافق هستند؛ آن چیزهایی که می‌خواهیم و همانیدگی‌های ما را زیاد می‌کنند نمی‌شود. از خدا غیر خدا را می‌خواهیم، نمی‌دهد. مولانا می‌گوید کسی که با یک رویداد بیرونی که ذهن نشان می‌دهد، از جا کنده شود، مانند «خَس» است و مسلماً کسی که مرکزش همانیده است، «بادِ ناموافق» خیلی خواهد دید. بادهای او را مثل خَس و کاه این‌ور آن‌ور می‌برند.

آنکه از بادی رَوَد از جا، خَسی است
زانکه بادِ ناموافق، خود بسی است
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۵

👉 اهل نماز یعنی اهل حضور، کسی که به خداوند وصل بشود و فضا را باز کند. شما باید به خودتان نگاه کنید ببینید آیا در شما خشم تولید می‌شود؟ اگر شما همانیدگی دارید و از دیگران توقع دارید، حتماً باد خشم خواهد آمد. آیا چیزی در مرکزتان هست که به شدت به سوی آن کشیده شوید؟ این باد شهوت و نیروی شهوت است، وقتی چیزی یا انسانی را می‌آوریم مرکزمان، نیروی شهوت غالب می‌شود. «بادِ آز» همین باد حرص و زیاد کردن است، هر کسی را که وصل نباشد و فضا را باز نکرده باشد، می‌برد.

بادِ خشم و بادِ شهوت، بادِ آز
بُرد او را که نبود اهلِ نماز
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۶

با گشودن فضا هستی شما روی هستی خداوند استوار می‌شود. هستی شما نباید از همانیدگی‌ها بیاید.

آن‌هایی که من ذهنی دارند با نیروی همانش و باد آن جلو می‌روند. نیروی پیش‌برنده در ذهن خشم، ترس، انتقام‌جویی، کینه، حرص، مقایسه، حسادت یا نگرانی از آینده و استرس است.

کوهم و هستی من، بنیاد اوست
ور شوم چون کاه، بادم باد اوست
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۷

مولانا می‌گوید غیر از عشق خداوند که فرمانده و سرلشکر من است، پیشوای دیگری ندارم. آن چیزی که ذهنم نشان می‌دهد، فرمانده و روزشمارم نیست. کسی و چیزی از جمله ذهنم، رویدادهای ذهنی، تاریخچه‌ام، داستان خودم، دردهای گذشته‌ام، آرزوهای آینده‌ام، نمی‌تواند به من بگوید چکار کن، بلکه فضای گشوده و مرکز عدم است که به من می‌گوید چکار کنم، من آن کار را می‌کنم.

جز به باد او نجنبد میل من
نیست جز عشق احد سرخیل من
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۸
سرخیل: سردسته، سرگروه

آیا فکرهای شما براساس سبب‌سازی ذهنتان است و ریشه در خاک بد من ذهنی دارند؟ یا ریشه در فضای گشوده‌شده؟ اگر شما دائماً منبسط شوید، حتماً میوه و ثمره خواهد داد؛ میوه‌اش این است که به زندگی ارتعاش می‌کنید و ارتعاش شما به خودتان، خانواده‌تان و جامعه می‌رسد. دیگران نیز تحت‌تاثیر آن، حالت زنده شدن و ارتعاش به زندگی و مرکز عدم را تجربه می‌کنند، پس میوه فضاگشایی را با یارانتان شریک می‌شوید.

بسط دیدی، بسط خود را آب ده
چون برآید میوه، با اصحاب ده
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳

✍ «نفس و شیطان هر دو یک تن بوده‌اند». هر کسی که به شما می‌گوید مولانا گوش نده، روی خودت کار نکن، من ذهنی را نگه دار، بدان شیطان زیر پوستش خوابیده. خطر سرد شدن به وسیله من‌های ذهنی وجود دارد و بسیار طبیعی است.

راه‌حل و راهکار این است که تا زمانی که آن‌قدر توانمند نشدید که بتوانید مثل کوه باشید، نه مثل کاه و پشه، اصلاً به کسی نگویید که دارید روی خودتان کار می‌کنید.

هرکه سردت کرد، می‌دان کو در اوست
دیو، پنهان گشته اندر زیر پوست
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۳۹

✍ اگر چیزهای ذهنی به مرکزمان نیایند، سرعت ذهنمان پایین می‌آید، چون لزومی ندارد تندتند فکر کنیم. چرا تندتند فکر می‌کنیم و اسیر فکرهایمان هستیم؟ برای این که مرتب وضعیت‌ها به مرکزمان می‌آیند و ما را از جا می‌کنند، اگر این بلا سرتان آمد، آگاه باشید که فکرها برایتان مهم هستند و دارند به مرکزتان می‌آیند.

فکرها راجع به چه چیزهایی هستند؟ راجع به یک انسان است؟ در مورد پول است؟ مولانا می‌گوید هر فکری در هر موردی باشد خس است. خس را به خس هم نخر، یعنی حتی به اندازه‌گاهی ارزش ندارد. مولانا به صراحت می‌گوید آن چیزی که ذهنت نشان می‌دهد، حتی اگر بالاترین مقام قدرتمند این جهان باشد، به اندازه‌گاه ارزش ندارد.

بمترسان دل خود را تو به تهدیدِ خسان
که نشاید که خسان را به یکی خس بخری
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

👉 تمام کسانی که جهان را خراب کردند و الآن هم دارند خراب می‌کنند، در مرکزشان جسم و درد است. این‌ها خودشان را حقیر می‌بینند، می‌خواهند دیده بشوند، ناموس دارند، چیزها به ناموسشان برمی‌خورد، ذلیل ناموسشان هستند، گرفتار فکرهايشان هستند. این افراد انسان‌های مهمی نیستند، حتی به اندازه خس ارزش ندارند، شما این‌ها را به خس هم نخرید.

👉 مهم‌ترین آدم برای شما، «خودتان» هستید. شما به‌عنوان امتداد خدا باید به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شوید، کاری نداشته باشید دیگران زنده می‌شوند یا نمی‌شوند، پس مراقب باشید دلتان حيله نکند. حيله کردنش یعنی آوردن اجسام به مرکزتان و افتادن به سبب‌سازی ذهن.

👉 شما نگذارید من ذهنی‌تان یک چیزی را به مرکزتان هُل بدهد که از منظور اصلی‌تان که زنده شدن به خداوند است باز بمانید. هر لحظه باید منبسط شوید. هر لحظه حکم حق ایجاب می‌کند که من گسترده شوم، من حق ندارم منقبض شوم.

اگر دیدیم من ذهنی دارد اصرار می‌کند که ما را به سبب‌سازی ذهن هُل دهد می‌گوییم ای ابله، این کار را نکن، زندگی من را خراب نکن. من نمی‌توانم تمرکز را از روی موضوع فضاگشایی و عدم کردن مرکز بردارم. من باید حواسم به این باشد که چیز ذهنی یا وضعیت این لحظه به مرکز نیاید. مقاومت و قضاوت نمی‌کنم، وقتی وضعیت این لحظه را می‌بینم پی‌می‌برم این چیز آفل است و چیز آفل دائماً از بین می‌رود و اگر به مرکز من بیاید من خواهم ترسید. انسان‌های همانیده به‌علت فروریختن مرکزشان دائماً دچار ترس می‌شوند. کسی که دچار ترس و بقیه دردها است، نمی‌تواند با خوشبختی زندگی کند.

👉 انسان چیزها را به مرکزش می‌آورد و برحسب آن‌ها فکر می‌کند، این حيله و دام و سحر است، جادو می‌شود، زیرا درست نمی‌بیند، برحسب همانیدگی‌ها می‌بیند.

با فکر کردن برحسب همانیدگی‌ها و سبب‌سازی کردن، من‌ذهنی درست می‌شود. انسان فکر می‌کند من‌ذهنی دوستش است، جانش است، درحالی‌که خون‌آشامش است!

من‌ذهنی لحظه‌به‌لحظه به ما لطمه می‌زند، بدن و فکر ما را خراب می‌کند، خلاقیت را از ما می‌گیرد.

یکی از مهم‌ترین صفات یا ابزار من‌ذهنی این است که می‌گوید به هر قیمتی شده حق با من است و حق با شما نیست؛ برای این کار هم می‌جنگد، هم بحث و جدل می‌کند. این انسان مقاومت شدید در پذیرش ایراد و زیر بار مسئولیت رفتن دارد، زندگی خودش و دیگران را خراب می‌کند، دیگران هر حرفی می‌زنند در او اثرگذار نیست، برای این‌که فکر می‌کند می‌داند، در را بسته، دشمنش در درونش است.

حيله کرد انسان و، حيله‌اش دام بود

آنکه جان پنداشت، خون‌آشام بود

در بېست و دشمن اندر خانه بود

حيله فرعون، زین افسانه بود

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۸-۹۱۹

👉 هرچه که نفس تو، من‌ذهنی تو می‌گوید که این‌جا یعنی فضای گشوده‌شده، مرکز عدم بد است، تو گوش نده، برای این‌که کار من‌ذهنی ضد کار زندگی است.

من‌ذهنی به دردهایی که ایجاد می‌کند زنده است، اگر شما نرنجید، خشمگین نشوید، ملامت نکنید، نگران نباشید، مضطرب نباشید، احساس خبط و گناه نکنید، حرص نداشته باشید، شهوت نداشته باشید، من‌ذهنی بیچاره می‌شود.

حتی از پیغمبران این‌طوری به ما وصیت شده که هرچه من‌ذهنی‌ات می‌گوید از آن‌جایی که برحسب اجسام می‌بیند، تو عکسش را انجام بده.

آنچه گوید نفسِ تو کاین جا بد است
مَشْنَوْش چون کارِ او ضد آمده‌ست

تو خلافتش کن که از پیغمبران
این چنین آمد وصیت در جهان
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۶-۲۲۶۷

📖 این بیت مهم است، بدانید که شما نمی‌توانید عقل جزوی را نگه دارید و نگذارید عقل کلی زندگی‌تان را اداره کند.

من ذهنی عقل جزوی دارد، این عقل جزوی برای اداره کردن زندگی شما کافی نیست، با حوادث بد همراه خواهد بود. فقط وقتی فضا باز و مرکز عدم می‌شود، ما عقل کلی می‌شویم، عقل جزوی دخالت نمی‌کند و ما از حوادث ناگوار و دردها ایمن هستیم.

عقلِ جزوی، گاه چیره، گه نگون
عقلِ کلی، ایمن از ریبِ المُنون
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۴۵
ریبُ المُنون: حوادث ناگوار روزگار

📖 وقتی مرکز ما پُر از همانیدگی است مرتب بی‌مراد می‌شویم. بی‌مرادی کژ نگاه کردن خداوند به ماست. حتی یک بچه هفت‌ساله توپش را گم می‌کند و درد می‌کشد، این درد کشیدن کژ نگاه کردن زندگی است و پیغام دارد؛ با توپ همانیده نشو!

شمس تبریز نماذ خداوند است که مولانا می‌گوید به ما کژ نگاه می‌کند، یعنی ما را بی‌مراد می‌کند. پیغام‌های زندگی از طریق بی‌مراد کردن ما در هر سنی اتفاق می‌افتد. افراد همانیده درد زیادی می‌کشند؛ مثلاً جوانی که عاشق می‌شود و به عشقش نمی‌رسد، تا مدت‌ها درد می‌کشد.

شمس تبریز، خیالت سوی من کز نگرست
رفتم از دست و بگفتم که چه شیرین نظری
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴

👉 اگر چیزها را به مرکزت بیاوری و از طریق آن‌ها فکر و عمل کنی، قلم خدا بد می‌نویسد. انعکاس مرکز جسم در بیرون خراب شدن است، اما اگر فضا را باز کنی، مرکزت عدم شود، زندگی از تو عبور کند، خرد زندگی به فکر و عملت بریزد، سعادت برایت پیش می‌آید. قلم خداوند هر لحظه می‌نویسد.

«جَفَّ الْقَلَمُ» یعنی در این لحظه قلم خداوند که دارد درون و بیرون ما را می‌نویسد، به آن چیزی که شایسته هستیم خشک می‌شود. هر چقدر فضا را بیشتر باز می‌کنیم شایسته‌تر هستیم.

کثر روی، جَفَّ الْقَلَمُ کز آیدت
راستی آری، سعادت زایدت
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۳۳

👉 وقتی غذای روح ما از طرف خداوند کم می‌شود، جان ما از این نقصان لرزان می‌شود، متوجه می‌شویم ما خطا کرده‌ایم. خطا و اشتباهمان این است که یک چیز ذهنی را به مرکزمان آورده‌ایم.

زآن جِرایِ روح چون نُقصان شود
جائش از نُقصانِ آن لرزان شود

پس بداند که خطایی رفته است
که سَمَنُ زارِ رضا آشفته است

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۲-۱۸۶۳

نُقصان: کمی، کاستی، زیان

سَمَنُ زار: باغِ یاسمن و جای انبوه از درختِ یاسمن، آن‌جا که سَمَن روید.

📖 زندگی یا خداوند مثل شیرِ نرِ خون‌خواره است و با «قضا و کُنْ فِکَان»، قوانینِ خودش را اجرا می‌کند. ما غیر از تسلیم و رضا چاره‌ دیگری نداریم. شما نباید ناراضی باشید و با سبب‌سازی ذهن فکر کنید که چاره‌ دیگری هم دارید. در این لحظه که زندگی جاری است شما باید راضی باشید و بدانید این اتفاق بهترین اتفاقی است که برای شما افتاده و پیغامش را با رضایت بگیرید.

جز که تسلیم و رضا کو چاره‌ای؟
در کفِ شیرِ نرِ خون‌خواره‌ای
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۷

📖 مولانا از زبان خداوند به انسان می‌گوید چقدر تو را بگیرم و حوادث ناگوار برایت پیش بیاورم و تو خبر نداشته باشی؟ چقدر بی‌مراد شوی، ناله کنی باز هم نفهمی که داری با من ذهنی عمل می‌کنی؟ می‌گوید تو در زنجیرهای من مانده‌ای، مرتب برای خودت گرفتاری ایجاد می‌کنی. آن قدر مقاومت کردی، زنگ روی زنگ نشست و دلت مثل دیگ سیاه سیاه شد، درونت تباه شد و سیاهی روی سیاهی، همانیدگی روی همانیدگی، درد روی درد انباشته شد، تا جایی که دیگر از اسرار کور شد و اکنون نمی‌توانی از اسرار آگاه شوی.

چند چندت بگیرم و تو بی‌خبر
در سلاسل مانده‌ای پا تا به سر

زنگِ تُو بر تُوَت ای دیگِ سیاه
کرد سیمای درونت را تباه
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۶۹-۳۳۷۰

سلاسل: زنجیرها، جمع سلسله