به نام خدا

بهترین دعا این است که فضاگشایی کنیم و با تکرار ابیات قدرتمند مولانا و حافظ دست از طلب برنداریم.

دست از طلب ندارم تا کام من برآید
یا تن رسد به جانان یا جان ز تن برآید
–حافظ، غزلیات، غزل شماره ۲۳۳

خدایا می‌دانم که در فضاگشایی ضعیفم ولی دست از طلب زنده شدن به تو برنمی‌دارم و به کار کردن روی خودم ادامه می‌دهم و تعهدم را به قانون جبران بیشتر می‌کنم.
زندگی از زبان مولانا می‌فرماید: ما این تن نیستیم بلکه تن ابزاریست تا با فضاگشایی به جان اصلی خود زنده شویم. من‌ذهنی خرابکار درون ماست و می‌خواهد با کنترل و توقع و حسادت درد ایجاد کند، باید مراقب باشیم تا از همانیدگیها کام نگیریم و بدانیم کامروایی حقیقی در فضاگشایی و تعهد به قانون جبران و سپاسگزاریست.

ما بدانستیم ما این تن نه‌ایم
از ورای تن به یزدان می‌زییم برای خوانده شده
–مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۳۳۴۰

یکی لحظه از او دوری نباید
کز آن دوری خرابی‌ها فزاید
–مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۸۲

یک لحظه اگر از خدا دور شویم و با من‌ذهنی فکر و عمل کنیم خرابکاری می‌کنیم و مثل فرعون که نماد من‌ذهنی است، هر چه بدوزیم زندگی آن را پاره می‌کند.

جهد فرعونی، چو بی‌توفیق بود
هر چه او می‌دوخت، آن تفتیق بود
–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۸۴۰

–تفتیق= پاره شدن

پس هماره روی معشوقه نگر
این به دست توست، بشنو ای پدر
–مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۳۰۹۷

پس همیشه مرکزمان را خالی کنیم تا روی معشوق را در آینهٔ دلمان ببینیم و این مسئولیت ماست که هر قدم را با فضاگشایی برداریم.

من یقین دارم دعا شد مستجاب
سر بزن بر سنگ ای منکر خطاب
–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۲۳۱۹

فضاگشایی یک استعداد ذاتی در همهٔ انسانهاست، مثل زبان گشودن و راه رفتن. مولانا می‌فرماید: ای کسی که با زیاده گویی عقل خدا را انکار می‌کنی و فضا را می‌بندی، سر منیّتت را به سنگ بزن تا عقل من‌ذهنی را صفر کنی و خطاب ارجعی را بشنوی. یقین داشته باشیم دعای فضای گشوده شده مستجاب می‌شود.

هر که را دل پاک شد از اعتلال
آن دعایش می‌رود تا ذوالجلال
–مولوی، مثنوی، دفتر سوم بیت شماره ۲۳۰۵

اعتلال= بیماری

به گفتهٔ پیامبران و بزرگان بیماری و آفتی بدتر از این نیست که انسان با چیزهای دنیا همانیده شده و آنها را در مرکزش می‌گذارد. اگر مرض همانیدگی را بشناسیم و از مرکزمان پاک کنیم، حقیقتا دعای ما در عرش آسمان تا ذوالجلال می‌رود.

انبیا گفتند در دل علتی‌ست
که از آن در حق شناسی آفتی‌ست
–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۲۶۷۷

در دل من آن دعا انداختی
صد امید اندر دلم افراختی

من نمی‌کردم گزافه آن دعا
همچون یوسف دیده بودم خوابها
–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات شماره ۲۳۳۲ و ۲۳۳۳

چه نعمت بزرگی که می‌توانیم فضا باز کنیم و دعا کنیم. فضای باز شده خرد دارد، هر چند با ذهن قادر به درک آن نیستیم و باید از هوشیاری جسمی رها شده و به فضای گشوده تبدیل شویم و این مهم را درک کنیم. یوسف نماد زیبایی هر انسانیست که در خواب حضور، نیاز حقیقی را می‌شناسند و دعا می‌کند تا چراغهای امید دلش روشن شود.

هین برآر از شرق سَیفُ الله را
گرم کن ز آن شرق این درگاه را
–مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۹۱

مولانا می‌فرماید: از شرق که نماد فضای یکتاییست، شمشیر حضور را بیرون بیاور و با فضاگشایی بگو: «خدا برای من کافیست» و بدان خدا تو را بدون سپاه و لشگر که نماد پول، مقام، پارتی و غیره است، امیر می‌کند. خدا برای ما کافیست، اگر به جای سبب‌سازی ذهن، دعا کنیم و به قدرت او ایمان داشته باشیم.

کافیم بدهم تو را من جمله خیر
بی‌سبب، بی‌واسطهٔ یاری غیر

کافیم بی‌نان تو را سیری دهم
بی‌سپاه و لشگرت میری دهم

بی‌بهارت، نرگس و نسرین دهم
بی‌کتاب و اوستا تلقین دهم
–مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات شماره ۳۵۱۷ تا ۳۵۱۹

ناخوشت آید مقالِ آن اَمین
در نُبی که لا اُحبُ الافلین
–مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۹۵

–نُبی= قرآن

امین مرکز عدم است. من‌ذهنی از عدم خوشش نمی‌آید و نمی‌گوید، من چیزهای آفل و گذرا را دوست ندارم. من‌ذهنی عجله می‌کند و از صبر بیزار است. من‌ذهنی شکر و پرهیز را دوست ندارد و فقط برای حفظ همانیدگیش شکر می‌کند.

جز مگر مِفتاحِ خاص آید ز دوست
که مَقالیدُ السّموات آن اوست
–مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۱۰۳

فضاگشایی کلیدیست که دست انسانهای خاص است. هر خردی که در این فضا به ما می‌رسد از آسمان انبساط و گشایش اوست.

قرآن کریم سورهٔ زمر (۳۹)، آیهٔ ۶۲: ۶۳ خوانده شده.
خداوند آفریدگار هر چیزی است و اوست که ناظر و حافظ است.

گفت حق: گر فاسقی و اهل صنم
چون مرا خوانی، اجابت‌ها کنم

تو دعا را سخت گیر و می‌شُخول
عاقبت برهاندت از دست غول
–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات شماره ۷۵۶ و ۷۵۷

می‌شخول= فریاد زدن

خداوند در قرآن کریم فرموده است: «بخوانید مرا تا اجابت کنم شما را».
هر چند با من‌ذهنی خرابکاری می‌کنیم و من‌ذهنی به ما تلقین می‌کند، تو لایق زنده شدن به خدا نیستی. تو اهل صنم یعنی مست من‌ذهنی خودتی. به هر حال باید صبر کنیم و دعا کردن را جدی بگیریم که خدایا! مرا از دست من‌ذهنی خودم نجات بده.

یارب تو مرا به نفس طناز مده
با هر چه به جز تُست مرا ساز مده

من در تو گریزان شدم از فتنهٔ خویش
من آن توأم مرا به من باز مده
–مولوی، دیوان شمس، رباعیات، رباعی شماره ۱۶۵۱

دشمنی داری چنین در سرّ خویش
مانع عقل است و خصم جان و کیش
–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۴۰۵۵

دشمن درون ماست، آیا می‌شود برای نگه داشتن دشمن که مانع وصل شدن ما به عقل خداست، اصرار کنیم؟ کیش و دین ما عشق است و دیدار او با مرکز عدم صورت می‌گیرد.

ای دیدن تو دین من
وی روی تو ایمان من
–مولوی، دیوان شمس، مصرع دوم، بیت چهارم، غزل شماره ۱۷۸۶

این قدر گفتیم، باقی فکر کن
فکر اگر جامد بود، رو ذکر کن

ذکر آرد فکر را در اهتزاز
ذکر را خورشید این افسرده ساز
–مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات شماره ۱۴۷۵ و ۱۴۷۶

اهتزاز = جنبیدن

مولانا می‌فرماید: در مورد عشق و خدا بسیار گفتم، باقی‌اش را با ذکر حق یعنی سکوت بین فکرها و بالا آوردن خورشید حضور از مرکزت درک کن تا فکرهای جامد و افسرده را تبدیل به شوق و حرکت کنی.

تا نگرید ابر، کی خندد چمن؟
تا نگرید طفل، کی جوشد لبن؟

طفل یک روزه همی داند طریق
که بگریم تا رسد دایهٔ شفیق
–مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۱۳۴ و ۱۳۵

تا طفل گریه نکند، شیر در پستان مادر نمی‌جوشد و جاری نمی‌شود. تا باران نیاید چمنها سبز و باطراوت نمی‌شوند. ما هم برای زنده شدن به زندگی باید زاری کنیم و از خدا بخواهیم تا ابر عنایتش را بر ما بباراند.

هزار ابر عنایت بر آسمان رضاست
اگر ببارم از آن ابر بر سرت بارم
–مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۳

گفت: فلیَبْکُوا کَثیراً گوش دار
تا بریزد شیر فضل کردگار
–مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۱۳۷

در سورهٔ توبه آمده است: این مهم را گوش کنید و خدا را زیاد یاد کنید زیرا فضل کردگار مثل شیر مادر وقتی که زاری کنیم و او را می‌خوانیم، می‌جوشد و بر روح و روان ما می‌ریزد.

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

چون عنایاتت بود با ما مقیم
کی بود بیمی از آن دزد لئیم؟
–مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات شماره ۳۸۷ و ۳۸۸ بیت ۳۸۸ در مثنوی کریم زمانی نیست ولی در گنجور و گنجنما هست.

لئیم= پست

با آگاهی از من‌ذهنی دزد که در ما زندگی می‌کند و می‌خواهد در هر قدم با تدبیرهای غلطش جلوی ما دام بگستراند، دیگر نمی‌ترسیم. وقتی با فضاگشایی قدم برداریم، خدا با ماست و در خانه دلمان مقیم شده و ما را از غم همانیدگیها دور می‌کند.

کاندرین ادبار زشت افتاده‌ام
مال و زر و نعمت از کف داده‌ام

همّتی تا بوکه من ز این وارهم
زین گل تیره بود که برجهم
–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۱۶۵۴ و ۱۶۵۵

ادبار= بدبختی

قبل از آشنایی با مولانا و برنامهٔ گنج حضور، نمی‌دانستم فضاگشایی یعنی چه؟ مدام در فلاکت و دام من‌ذهنی خودم می‌افتادم و این دزد پست مال و زرم را که نماد هوشیاری و برکات زندگیم بود از من می‌دزدید. خدا را شکر که با همت و خواست زندگی هم سو شدم و مواظب دشمنی که در من زندگی می‌کند هستم.

این دعا می‌خواهد او از عام و خاص
کالخلاص و الخلاص و الخلاص

دستِ باز و پای، باز و بند نی
نی موکل بر سرش، نی آهنی

از کدامین بند می‌جویی خلاص؟
و از کدامین حبس می‌جویی مناص؟
–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۱۶۵۶ تا ۱۶۵۸

مناص= آزادی

مولانا تعجب می‌کند و از ما می‌پرسد: از کدامین بند خلاصی می‌خواهیم؟ یا از کدامین حبس آزادی می‌خواهیم؟ ما بدون هیچ بند و آهنی اسیر نفس خود شدیم و کلید زندان هم دست خودمان است، پس دعا کنیم که فقط تمرکزمان روی خودمان باشد و مرکزمان را عدم کنیم.

این عجب که جان به زندان اندر است
وانگهی مفتاح زندانش به دست
–مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت شماره ۲۰۳۴

پس کلید زندان، فضاگشایی و نرفتن به ذهن است.

که دعایی، همتی تا وارَهَم
تا از این بند نهان بیرون جهم
–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۱۶۶۸

همت، یعنی خواست ما با خواست ایزدی یکی باشد و با زندگی آشتی کنیم و در زندان ذهنمان با پذیرش اتفاق این لحظه حفره‌ای ایجاد کنیم.

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

کرانه نیست ثنا و ثناگران تو را
کدام ذره که سرگشتهٔ ثنای تو نیست؟
–مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۱

و بدانیم که عشق نهایت ندارد، دریای بیکرانیست که همهٔ عاشقان ثناگو و فضاگشا را در خود جای می‌دهد. از خود بپرسیم: کدام ذرهٔ عالم هستی سرگشتهٔ او نیست که او را صدا نزند و شوق زنده شدن به او را نداشته باشد؟

با سپاس از برنامهٔ انسان ساز گنج حضور و یاران گرامی🙏

دیبا از کرج

لین
–مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۹۵

– نُبی= قرآن

امین مرکز عدم است، من ذهنی از عدم خوشش نمی آید و نمی گوید من چیزهای آفل و گذرا را دوست ندارم، من ذهنی عجله می کند و از صبر بیزار است، من ذهنی شکر و پرهیز را دوست ندارد و فقط برای حفظ همانیدگیش شکر می کند.

جز مگر مفتاح خاص آید ز دوست
که مقالید السموات آن اوست
دفتر ششم مثنوی بیت ۱۰۳

فضاگشایی کلیدیست که دست انسانهای خاص است، هر خردی که در این فضا به ما می رسد از آسمان انبساط و گشایش اوست

قرآن کریم سورهٔ زمر آیهٔ ۶۳:
خداوند آفریدگار هر چیزی است و اوست که ناظر و حافظ است .

گفت حق گر فاسقی و اهل صنم
چون مرا خوانی اجابتها کنم
تو دعا را سخت گیر و می شُخول
عاقبت برهاندت از دست غول
می شخول= فریاد بزن
دفتر سوم مثنوی بیت ۷۵۶

خداوند در قرآن کریم فرموده است بخوانید مرا تا اجابت کنم شما را، هر چند با من ذهنی خرابکاری می کنیم و من ذهنی به ما تلقین می کند، تو لایق زنده شدن به خدا نیستی تو اهل صنم یعنی مست من ذهنی خودتی، به هر حال باید صبر کنیم و دعا کردن را جدی بگیریم که خدایا مرا از دست من ذهنی خودم نجات بده.

یارب تو مرا به نفس طناز مده
با هر چه به جز تُست مرا ساز مده
من در تو گریزان شدم از فتنهٔ خویش
من آن توام مرا به من باز مده
رباعی مولوی ۱۶۵۱

دشمنی داری چنین در سرّ خویش
مانع عقل است و خصم جان و کیش
دفتر سوم مثنوی بیت ۳۸۷

دشمن درون ماست، آیا می شود برای نگه داشتن دشمن که مانع وصل شدن ما به عقل خداست، اصرار کنیم؟ کیش و دین ما عشق است و دیدار او با مرکز عدم صورت می گیرد.

ای دیدن تو دین من
وی روی تو ایمان من
–مولوی، دیوان شمس، مصرع دوم بیت چهارم، غزل شماره ۱۷۸۶

این قدر گفتیم، باقی فکر کن
فکر اگر جامد بود رو ذکر کن

ذکر آرد فکر را در اهتزاز
ذکر را خورشید این افسرده ساز
–مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات شماره ۱۴۷۵ و ۱۴۷۶

–اهتزاز= جنبیدن

مولانا می فرماید: در مورد عشق و خدا بسیار گفتم باقی اش را با ذکر حق یعنی سکوت بین فکرها و بالا اوردن خورشید حضور از مرکزت درک کن تا فکرهای جامد و افسرده را تبدیل به شوق و حرکت کنی .

تا نگرید ابر کی خندد چمن؟
تا نگرید طفل کی جوشد لبن؟
طفل یک روزه همی داند طریق
که بگریم تا رسد دایهٔ شفیق
دفتر پنجم مثنوی بیت ۱۳۴_۱۳۵

تا طفل گریه نکند، شیر در پستان مادر نمی جوشد و جاری نمی شود، تا باران نیاید چمنها سبز و باطراوت نمی شوند ما هم برای زنده شدن به زندگی باید زاری کنیم و از خدا بخواهیم تا ابر عنایتش را بر ما ببارد.

هزار ابر عنایت بر آسمان رضاست
اگر ببارم از آن ابر بر سرت بارم
دیوان شمس، غزل ۱۷۲۳

گفت: فلیَبْکُوا کَثیراً گوش دار
تا بریزد شیر فضل کردگار
دفتر پنجم مثنوی بیت ۱۳۷

در سورهٔ توبه آمده است: این مهم را گوش کنید و خدا را زیاد یاد کنید زیرا فضل کردگار مثل شیر مادر وقتی که زاری کنیم و او را می خوانیم، می جوشد و بر روح و روان ما می ریزد.

گر هزاران دام باشد در قدم
چون تو با مایی نباشد هیچ غم
چون عناياتت بود با ما مقیم
کی بود بیمی از آن دزد لئیم؟
لئیم= پست
دفتر اول مثنوی بخش ۱۶

با آگاهی از من ذهنی دزد که در ما زندگی می کند و می خواهد در هر قدم با تدبیرهای غلطش جلوی ما دام بگستراند دیگر نمی ترسیم، وقتی با فضاگشایی قدم برداریم خدا با ماست و در خانه دلمان مقیم شده و ما را از غم همانیدگیها دور می کند .

که اندر این ادبار زشت افتاده ام
مالِ و زر و نعمت از کف داده ام
همّتی تا بو که من ز این وِارهم
ز این گل تیره بود که برجهم

دفتر سوم مثنوی بیت ۱۶۵۴_۱۶۵۵
ادبار= بدبختی

قبل از آشنایی با مولانا و برنامهٔ گنج حضور نمی‌دانستم فضاگشایی یعنی چه؟ مدام در فلاکت و دام من ذهنی خودم می افتادم و این دزد پست مال و زرم را که نماد هوشیاری و برکات زندگیم بود از من می دزدید، خدا را شکر که با همت و خواست زندگی هم سو شدم و مواظب دشمنی که در من زندگی می کند هستم .

این دعا می خواهد او از عام و خاص
که الخلاص و الخلاص و الخلاص
دست باز و پای باز و بند نی
نی موکل بر سرش نی آهنی
از کدامین بند می جویی خلاص؟
و از کدامین حبس می جویی مناص؟
مناص= آزادی
دفتر سوم مثنوی بیت ۱۶۵۶_۱۶۵۷_۱۶۵۸

مولانا تعجب می کند و از ما می پرسد از کدامین بند خلاصی می خواهیم؟ یا از کدامین حبس آزادی می خواهیم؟ ما بدون هیچ بند و آهنی اسیر نفس خود شدیم و کلید زندان هم دست خودمان است پس دعا کنیم که فقط تمرکزمان روی خودمان باشد و مرکزمان را عدم کنیم.

این عجب که جان به زندان اندر است
وانگهی مفتاح زندانش به دست
دفتر چهارم مثنوی بیت ۲۰۳۴
پس کلید زندان فضاگشایی و نرفتن به ذهن است.

که دعایی همتی تا وارَهَم
تا از این بند نهان بیرون جهم
دفتر سوم مثنوی بیت ۱۶۶۸

همت یعنی خواست ما با خواست ایزدی یکی باشد و با زندگی آشتی کنیم و در زندان ذهنمان با پذیرش اتفاق این لحظه حفره ای ایجاد کنیم

این جهان زندان و ما زندانیان
حفره کن زندان و خود را وارهان
دفتر اول مثنوی بیت ۳۳۲۴

کرانه نیست ثنا و ثناگران تو را
کدام ذره که سرگشتهٔ ثنای تو نیست؟
دیوان شمس غزل ۴۸۱

و بدانیم که عشق نهایت ندارد، دریای بیکرانیست که همهٔ عاشقان ثناگو و فضاگشا را در خود جای می دهد، از خود بپرسیم کدام ذرهٔ عالم هستی سرگشتهٔ او نیست که او را صدا نزند و شوق زنده شدن به او را نداشته باشد؟

با سپاس از برنامهٔ انسان ساز گنج حضور و یاران گرامی🙏

دیبا از کرج