



برنامه

۹۷۷

آنگاه حضور

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۴۰۲ / ۶ / ۱۵

www.parvizshahbazi.com

👉 ما در روز الست یک لحظه خداوند را ملاقات کردیم، از آن به بعد دیگر از او دور ماندیم، هشیاری آرام‌آرام تکامل یافته، از جماد به نبات، از نبات به حیوان، از حیوان به ذهن انسان و در ذهن زندانی شده، ولی قرار است ما به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده شویم. اما وقتی فضا را باز می‌کنیم و حقیقتاً به او وصل می‌شویم، فوراً ذهن ما را جذب می‌کند و یک چیزی را به مرکزمان می‌آورد، ممکن است قضاوت کنیم و با خط‌کش ذهن اندازه بگیریم که چقدر وصل هستیم، چقدر حضور داریم، همین کار ما را از آن فضا بیرون می‌اندازد، یعنی دوباره به فراق و جدایی می‌افتیم.

👉 ما از جنس زندگی، از جنس خداوند و امتداد او هستیم، اما اکنون به جدایی افتادیم و حتی این لحظه هم که با فضاگشایی به او وصل می‌شویم، شرایط وصل را رعایت نمی‌کنیم، به عبارتی دوباره جذب ذهن می‌شویم و از وصال خداوند بیرون می‌آییم، نمی‌گذاریم او ما را اداره کند، گفتار و کردار ما را او تعیین نماید، خرد زندگی با فضای گشوده‌شده به فکر و عملمان بریزد و این وصل ادامه‌دار و پیوسته باشد.

👉 چرا ما نمی‌توانیم شرایط وصل را نگه داریم؟

ما می‌دانیم که این لحظه با فضاگشایی می‌توانیم به زندگی وصل شویم، اما به نظر می‌آید که این کار برای ما سخت است، در واقع مشکل کار این است که ما هشیارانه به خداوند وصل می‌شویم، دوباره این اتصال قطع می‌شود، برای این که فوراً قضاوت می‌کنیم که این کی کامل‌تر می‌شود، چکار کنم کامل‌تر شود. همین «چکار کنم» ذهن است که در وصل دخالت می‌کند، یعنی وصل ما با من‌ذهنی بوده و این درست نیست.

👉 قبل از ورود به این جهان ما از جنس زندگی بودیم، هنوز هم هستیم، ولی وصال ما یک لحظه بوده و ما فهمیدیم که از جنس خداوند هستیم، منتها با چیزهایی که ذهنمان نشان می‌دهد همانیده شده‌ایم.

وقتی وارد این جهان می‌شویم، هنوز هشیاری بی‌فرم هستیم، برکاتی مثل عقل، حس امنیت، هدایت و قدرت را از خداوند می‌گیریم. چون توانایی یا استعداد فکر کردن داریم، چیزهای این جهانی را تجسم می‌کنیم، مثلاً پول، اعضای خانواده، کار و مخصوصاً باورها و قضاوت به وسیله باورها و همین‌طور الگوهای عمل که این‌جا باید این کار را کرد، ما این‌ها را با شرطی‌شدگی یاد می‌گیریم؛ این جور عمل

کردن‌ها در ما خودکار یا اتوماتیک شده، این روش زندگی را شرطی شدن می‌گوییم و ما با این الگوهای فکر و عمل همانیده شده‌ایم.

👉 «همانیدن» یعنی حس وجود تزریق کردن به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد که پدر و مادرمان به ما گفته‌اند این چیزها مهم هستند، باید این‌ها را یاد بگیریم و به آن‌ها عمل کنیم، در نتیجه ما ندانسته از همان ابتدا با همه چیز و همه کس همانیده شدیم.

👉 از حرکت فکر روی همانیدگی‌ها یک من جسمی ساخته می‌شود که ما به آن من ذهنی می‌گوییم، این من ذهنی من اصلی ما نیست. من اصلی ما از جنس خداوندست، اما با همانیده شدن، من اصلی ما کنار می‌رود و من ذهنی جای آن را می‌گیرد، من ذهنی در واقع تغییرات جسمی و تغییرات وضعیت زندگی ما را نشان می‌دهد. من ذهنی از فکر ساخته شده و در زمان مجازی زندگی می‌کند.

👉 با ساخته شدن من ذهنی، ما وارد ذهن شدیم، در نتیجه به جدایی افتادیم، ولی ما یک لحظه، در روز الست، وصال با خداوند را تجربه کردیم، با آمدن به این جهان، به ذهن افتادیم و در ذهن ماندیم، با همه چیز همانیده شدیم و آن هشیاری اولیه که هشیاری عدم و هشیاری نظر بود، به طور موقت به خواب همانیدگی‌ها فرو رفت و ما هشیاری جسمی پیدا کردیم، اما باید دوباره هشیارانه به خداوند زنده شویم.

این هشیاری جسمی که ما به وسیله آن فکر و عمل می‌کنیم، نباید در ما دائمی باشد، برای این کار طرح زندگی این است که عمل کردن بر حسب همانیدگی‌ها یا هشیاری جسمی به ما ضرر بزند و به ما درد بدهد، تا ما متوجه شویم این راهی که می‌رویم غلط است.

از هر جهتی تو را بلا داد

تا بازگشت به بی‌جهت

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸

بی‌جهت: موجودی که برتر از جا و جهت است، عالم الهی

✍️ قرار بر این است که ما به زودی آن هشیاری اولیه را در ده دوازده سالگی دوباره به دست بیاوریم و این هشیاری جسمی را دور بیندازیم و با هشیاری نظر عمل کنیم. به همین منظور انسان‌هایی مانند مولانا واقعاً درس‌های بزرگی به ما داده‌اند که اگر آن‌ها را درست یاد بگیریم، می‌فهمیم که باید از این هشیاری جسمی دوباره به هشیاری حضور بپریم، این کار باید با فضاگشایی و تسلیم هشیارانه صورت بگیرد، یعنی ما باید به هشیاری نظر زنده شویم.

✍️ بزرگانی مانند مولانا به ما می‌گویند علت این که من ذهنی به وجود می‌آید، این است که هرچه که ذهنتان نشان می‌دهد در مقابلش مقاومت می‌کنید، یعنی آن چیز برای شما مهم است، پس به مرکز شما می‌آید و برحسب آن می‌بینید، در نتیجه من ذهنی پیوسته به وجود می‌آید، اگر هم به طور مثال یکی از همانیدگی‌ها از بین برود، یک جوری خودش را دوباره تعمیر می‌کند.

✍️ مولانا به ما می‌گوید، بیا این حقیقت را درک کن که تو باید هشیاری دیگری داشته باشی، یعنی باید همین‌جا، در همین تن، به زندگی زنده شوی، چون این هشیاری جسمی به تو لطمه می‌زند و تو را به سوی مرگ و نابودی می‌برد.

این من ذهنی یا نفس زنده، در زمان مجازی زندگی می‌کند، تمام کارهایش در واقع تخریب‌کننده است، اگر ما درست مولانا را بخوانیم، متوجه می‌شویم که به عنوان من ذهنی دائماً به خودمان و اطرافیانمان ضرر می‌زنیم. اصلاً ذاتش این است، تا ما آگاه شویم و آن را نگه نداریم، متوجه شویم که من ذهنی هم برای فرد، و هم برای جمع، ابزار شکنجه و تخریب است.

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند

نفس زنده سوی مرگی می‌تند

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

✍️ این مطلب بسیار مهم است که شما درک کنید این هشیاری جسمی و من ذهنی، ضررزننده است. شما بدشانس یا آدم عجیب و غریبی نیستید، چون هشیاری جسمی دارید مشغول تخریب خودتان و دیگران هستید و کارافزایی می‌کنید؛ به طوری که من ذهنی سبب می‌شود انسان زندگی را به مانع یا مسئله تبدیل کند که این موانع یا مسائل اگر حل نشوند نمی‌گذارند ما زندگی کنیم.

✍️ اختلافاتی که ما با همسر، فرزند، یا با مردم داریم، به علت داشتن من‌ذهنی و همانیده بودن با آن‌هاست، این افراد در مرکز ما هستند، یا این‌که بر سر یک همانیدگی مانند پول بین دو نفر مسئله و دعوا ایجاد می‌شود که کارافزایی و اتلاف وقت است.

همه این‌ها کار من‌ذهنی است، تا ما به این نتیجه برسیم که من‌ذهنی به درد نمی‌خورد، باید آن را رها کنیم، اما داشتن من‌ذهنی و هشیاری جسمی بسیار متداول است. هیچ‌کس هیچ ایرادی نمی‌بیند، همه فکر می‌کنند زندگی باید این‌طوری باشد.

✍️ مولانا در این آموزش به ما کمک می‌کند که اولاً خودمان را متقاعد کنیم، من‌ذهنی و هشیاری جسمی به صلاح ما نبوده و هشیاری اصلی ما نیست، ثانیاً روی خودمان کار کنیم، با وجود این‌که بقیه مردم گوش نمی‌دهند و یک جور دیگر عمل می‌کنند، ما باید با عمل به آموزش‌های مولانا به آن هشیاری اولیه برسیم.

✍️ اگر شما مرتب به خودتان تلقین کنید هرچه که ذهن نشان می‌دهد مهم نیست، هشیاری جسمی مهم نیست، من نباید واکنش نشان دهم و همین‌طور ابزارهای من‌ذهنی را بشناسید و از آن‌ها استفاده نکنید، یک دفعه می‌بینید که در درونتان آن فضای سکوت‌شنو و عدم‌بین که سکوت را می‌شنود و عدم را می‌بیند خودش دارد باز می‌شود و این اصل و خداییت شماست، یعنی شما هستید و خود خداوند که باز می‌شود، این اسمش فضاگشایی است.

✍️ فضاگشایی چگونه صورت می‌گیرد؟

فضاگشایی به این ترتیب صورت می‌گیرد که شما با من‌ذهنی عمل نمی‌کنید، درضمن شما می‌دانید با من‌ذهنی، یعنی از طریق آوردن چیزهای ذهنی به مرکزتان، نمی‌توانید از شرّ من‌ذهنی آزاد شوید، برای این‌که دائماً کاری می‌کنید که من‌ذهنی ساخته شود، بنابراین من‌ذهنی خراب نمی‌شود و از بین نمی‌رود، پس شما نباید به وسیله من‌ذهنی فکر و عمل کنید؛ برای این کار باید شناسایی کنید چیزی که ذهن نشان می‌دهد مهم نیست و نباید به مرکز بیاید.

👉 مقاومت یعنی چه؟

مقاومت یعنی مهم بودن ذهن، ستیزه کردن در مقابل آن چیزی که اتفاق می‌افتد، واکنش نشان دادن و دچار بعضی هیجانات شدن.

اگر شما خشمگین می‌شوید، پس از خشم می‌توانید تأمل کنید این چیزی که مرا خشمگین کرد دارد به مرکز من می‌آید و برای من مهم است. ممکن است پول، باور یا یک الگوی عمل باشد، یک نفر مطابق باور یا الگوی عمل شما باور نمی‌کند، پس شما هیجان‌زده می‌شوید، ولی اگر ناظر ذهنتان باشید، می‌توانید هیجانات خود را شناسایی کنید.

👉 ابزارهای من ذهنی:

هیجاناتی مثل خشم، ترس، شهوت چیزها را داشتن، حرص، میل به زیاد کردن چیزها درحالی‌که هیچ ضرورتی ندارند، ملامت کردن خود و دیگران، مقایسه و حس حسادت، اینها ابزارهای من ذهنی هستند و معنی‌اش این است که چیزهای ذهنی دارد به مرکز من می‌آید و در حال ساخت من ذهنی هستیم. باید بدانیم اگر ما من ذهنی می‌سازیم، دیگر نمی‌توانیم آن را خراب کنیم.

👉 ما متوجه شده‌ایم که هشیاری جسمی همه چیز را خراب می‌کند، مثلاً می‌دانیم در روی زمین باید زندگی کنیم، اگر این زمین خراب شود، ما دیگر کجا برویم؟ نمی‌توانیم که به آسمان برویم، پس باید زمین را سالم نگه داریم، اما داریم آلوده‌اش می‌کنیم.

فرض کنیم این زمین خراب شود، ما پول زیادی داشته باشیم، ولی دریاها آلوده باشند، خشکی‌ها هم قابل سکونت نباشند، چه فایده‌ای دارد؟ ما این‌ها را می‌دانیم، ولی نمی‌توانیم جلوی‌شان را بگیریم.

👉 شما فقط از این موضوع آگاه باشید وقتی که هشیاری جسمی یا من ذهنی زایل می‌شود، ما به عنوان امتداد خداوند از مرکز من طلوع می‌کنیم و این اصل ماست، ما می‌خواهیم به آنجا برسیم. دین اصلی هم همین است، نه یک سری باورها یا الگوهای عمل که با آن‌ها همانیده شویم.

✍ ما با من ذهنی به فراق افتادیم، در شب ذهن هستیم، هر کاری می‌کنیم به خودمان لطمه می‌زنیم، هر فکری می‌کنیم اشتباه از آب درمی‌آید، نمی‌توانیم درست زندگی کنیم. خداوند، مرکزمان بیا و این من ذهنی را از ریشه قطع کن، دستش را از زندگی‌مان کوتاه کن، تا رخ مانند آفتاب تو از درونمان طلوع کند و این شبِ ذهن تمام شود.

باید در شب ذهن زلزله بیفتد و کل وجودِ ذهنی ما فروریزد، آن وقت است که تمام همانیدگی‌ها را از دست می‌دهم و از تاریکی ذهن به روشنایی حضور تبدیل می‌شوم.

شب شد و درچین ز هجرانِ رخِ چون آفتاب
درفتاده در شبِ تاریک بس زلال‌ها
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

درچیدن: هرس کردن، در این جا قطع کردن و پایان دادن
زلزال: زلزله

✍ بخت چیست؟

هرچه ما از خداوند جداتر می‌شویم بخت هم از ما گسسته می‌شود.

بخت همان خاصیتی است که فکر و عمل شما سبب یک اتفاق نیک در بیرون می‌شود. زندگی به زیبایی و به نیکی جلوی شما گشوده می‌شود. برای این کار باید مرکز عدم باشد و خرد زندگی به فکر و عمل شما بریزد، اما اگر همه فکرها و اعمال شما را هشیاری جسمی انجام دهد، هیچ شانس یا اقبالی در آن نیست، همه‌اش به درد و پوچی منجر خواهد شد.

✍ مولانا به این موضوع اشاره می‌کند که ما درست همانیده نشده‌ایم، اگرچه که در ابتدای ورود به این جهان مقداری همانیدن برای ما لازم است، ولی همانش جزئی و مختصر با همانش صددرصد و بسیار گسترده فرق دارد. ما به‌طور گسترده و محکم با چیزها همانیده می‌شویم و به درد جدایی از خداوند می‌افتیم که این درست نیست.

📖 در ذات هشیاری جسمی تخریب است، تخریب همه چیز. اگر باورتان نمی‌شود، به زندگی خودتان، خانواده‌تان یا به هر کسی که من‌ذهنی دارد و به زندگی جمعی نگاه کنید، ببینید که ما هر چقدر هم تلاش می‌کنیم نمی‌توانیم بدون جنگ و خون‌ریزی، تخریب، حقه‌بازی و فریب زندگی کنیم. ما دائماً دنبال فریب و ضرر زدن به همدیگر هستیم، خیر هم را نمی‌خواهیم، این ذات من‌ذهنی است. شما می‌توانید شخصاً خودتان را با عمل به آموزش‌های مولانا نجات دهید، هشیاری جسمی به ما ضرر می‌زند و ما نمی‌توانیم آن را ببینیم. چشم و گوش حسی ما باز است، بسیار هم زنگ هستیم، اما تعجب می‌کنیم که خداوند چشم‌های ما را چگونه می‌بندد؟ چطور ما داریم تخریب می‌کنیم ولی متوجه نیستیم؟

چشم باز و، گوش باز و، این ذکا

خیره‌ام در چشم‌بندی خدا

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۰۹

ذکا: هوشیاری، تیزی طبع

📖 اگر به راستی فضاگشایی کنید و صادق باشید، اگر تسلیم شما در این لحظه راستانه باشد، با ذهن نباشد، از من‌های ذهنی یا از همانیدگی‌ها می‌رهید و محرم خداوند می‌شوید.

سوی حق گر راستانه خم شوی

واژه‌ی از اختران، مخرم شوی

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۸۳

📖 خداوند به ما می‌گوید من تو را خلق کردم که عشق و خرد مرا در جهان پخش کنی، نه این‌که من‌ذهنی درست کنی، چیزها را به مرکزت بیاوری و با آن‌ها همانیده شوی و به اشخاصی شبیه خودت پز بدهی، درواقع تو داری وقت تلف می‌کنی، پس من چشم و گوشت را می‌بندم. هر وقت با من انس گرفتی، به قدر کافی فضا را گشودی و از جنس من شدی، چشم و گوش تو را باز می‌کنم.

چون بُرید از جنس، با شه گشت یار

برگشاید چشم او را بازدار

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۳۸

📌 مولانا به ما می‌گوید، خداوند دید من‌ذهنی را روی چشم‌های شما گذاشته، شما نمی‌توانید آن را بردارید، تنها کاری که می‌توانید انجام دهید این است که جنس خودتان را عوض کنید. برای این‌که جنس شما عوض شود، باید مرکزتان را عوض کنید. برای عوض کردن مرکزتان، باید درک کنید که چیزهای ذهنی نباید به مرکزتان بیایند.

📌 تا زمانی که ما یک چیز ذهنی را به مرکزمان می‌آوریم «ناسپاس» هستیم، بنابراین آن خاصیت قبله‌شناسی که همان خداشناسی است از ما می‌جهد. قبله هم آن چیزی است که برحسب آن می‌بینیم، برای انسان فضاگشا قبله خداوند است، چون وقتی فضاگشایی می‌کنیم، من اصلی مرکزمان می‌شود، همان منی که از اول بود، یعنی امتداد خدا می‌شویم؛ چنین شخصی قبله را می‌شناسد و در عمل هیچ چیز ذهنی را به مرکزش نمی‌آورد.

چون شوی تمییزده را ناسپاس

بجهد از تو خَطَرَتِ قبله‌شناس

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۹

تمییزده: کسی که دهنده قوه شناخت و معرفت است.

خَطَرَت: قوه تمییز، آنچه که بر دل گذرد، اندیشه

📌 یکی از کارهایی که به ما لطمه می‌زند و ما را فلج می‌کند این است که دائماً پیشرفت معنوی‌مان را با خط‌کش ذهن اندازه می‌گیریم. می‌گوییم می‌خواهم ببینم چقدر پیشرفت معنوی کرده‌ام؟ چقدر به خدا زنده شده‌ام؟ نمی‌توانیم پیشرفت معنوی را اندازه بگیریم، چون با من‌ذهنی اندازه می‌گیریم، من‌ذهنی فقط می‌تواند چیزهای مادی را اندازه بگیرد نه پیشرفت معنوی ما را.

📌 وصال با خداوند لحظه‌ای است، چون همیشه این لحظه بوده و خدا فقط در این لحظه است، ما این لحظه می‌توانیم به وصال برسیم، این وصال لحظه‌ای را می‌توانیم با عدم دخالت من‌ذهنی پیوسته و دائمی کنیم و می‌دانیم اگر دقت نکنیم، فوراً این لحظه را از دست می‌دهیم و از زندگی جدا می‌شویم.

ای وصال یک زمان بوده، فراق سالها
ای به زودی بار کرده بر شتر احوالها
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

احمال: جمعِ حمل به معنی بار

👉 فروریختن همانیدگی‌ها یا زلزله‌هایی که در زندگی‌مان پیش آمده، به ما درد بسیاری داده‌است. این زلزله‌ها به این دلیل رخ می‌دهند که از سرزمین زلزله‌خیزِ ذهن به فضای یکتایی کوچ کنیم، هر زلزله می‌خواهد به ما یادآوری کند که باید از این‌جا کوچ کنی، ولی ما توجه نکردیم، همچنان در ذهن ماندیم و دردها را روی هم انباشته کردیم، اما اکنون متوجه شده‌ایم که این کار غلط بوده‌است.

شب شد و درچین ز هجرانِ رخ چون آفتاب
درفتاده در شبِ تاریک بس زلال‌ها
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

درچیدن: هرس کردن، در این‌جا قطع کردن و پایان دادن
زلزال: زلزله

👉 خوش‌اقبالی یا خوشبختی، لحظه‌ای است، ولی ما در ذهن می‌گوییم خوشبخت کسی است که پول زیاد، خانه بزرگ، همسر مهربان، فرزند خوب، یا مقام اجتماعی و سیاسی دارد، این خوشبختی نیست، هر وقت مرکزمان عدم است، ما خوشبخت هستیم، برای این‌که خرد زندگی به فکر و عمل ما می‌ریزد و اتفاق‌های خوبی در بیرون به وجود می‌آورد. حال‌مان هم خوب است، برای این‌که به خداوند وصل هستیم و شادی بی‌سبب داریم، اما اگر مرکز ما جسم باشد خواهیم دید حالی که داریم حال من‌ذهنی است و حال من‌ذهنی را نمی‌شود کنترل کرد چون مرتب عوض می‌شود.

👉 ما دو جور جان داریم: یکی جان خداگونگی ماست، یکی هم جانی است که در ذهن برحسب همانیدگی‌ها داریم. مولانا می‌گوید این جانِ ذهنی که دردش می‌آید، خوش‌آیند و بدآیند دارد، خودش را با دیگران مقایسه می‌کند برتر درمی‌آید، بزرگ‌تر می‌شود، این جان حالِ ذهنی دارد، یعنی پولش زیاد

می‌شود حالش خوب است، پولش کم شود زجر می‌کشد. با یکی همانیده می‌شود، آن همانیدگی را از دست می‌دهد، به درد می‌افتد.

آیا جانِ خداگونه ما هم به درد می‌افتد؟ نه، برای آن جان اصلاً مهم نیست که شما یک چیزی را دارید یا ندارید، چون جان اصلی ما از جنس بی‌نیازی است.

👉 آن قدر با من‌ذهنی در این شب تاریک ذهن ادامه دادم و درد کشیدم تا از آتش درد، ناله‌هایم بلند شد. این بلا سر همه‌مان آمده هم به صورت فردی هم جمعی، اکنون کل بشر می‌نالد، کسانی که وضع مادی‌شان خوب است، آن‌ها هم می‌نالند. اصلاً کیست که نمی‌نالد؟ مگر این‌که شما مولانا بخوانید و بفهمید که نباید بنالید. شما به هر کسی که می‌رسید شکایت می‌کند، چون در «شب تاریک» یعنی در ذهن است.

خداوندا، از زمانی که چیزها به مرکز آمده و به جای تو جسم‌ها را در مرکز گذاشتم، گرفتار درد و بلا شده‌ام، این لحظه حس می‌کنم قیامت است، من باید دیگر به تو زنده شوم. تمام این ترس‌ها و این عذاب‌ها نشانه این است که من نباید با من‌ذهنی زندگی کنم، باید با فضاگشایی، من‌ذهنی را رها کنم.

تا بگشتی در شب تاریک ز آتش ناله‌ها
تا چو احوال قیامت دیده شد احوال‌ها
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵
أحوال: جمع هول به معنی بیم و تر

👉 دین یعنی زنده شدن به خداوند، نه همانیده شدن با باورها، ما هزاران سال است که سر این باورهای سطحی، داریم جنگ می‌کنیم و همدیگر را می‌کشیم.

چرا ما به خودمان لطمه می‌زنیم؟ چرا بیمار می‌شویم؟ چرا جسم‌مان را خراب می‌کنیم؟ شما در این موارد تأمل کنید و جواب بدهید. سنگ، حیوان، درخت، و هر باشنده‌ای در این جهان که به ما نگاه می‌کند اگر زبان داشت به ما می‌گفت چرا این‌طور رفتار می‌کنید؟ چرا همدیگر را می‌کشید؟ چرا این قدر به هم سخت می‌گیرید؟ چطور شما انسان یا اشرف مخلوقات هستید اما این‌گونه عمل می‌کنید؟

📖 خداوندا، دوری و جدایی بین من و تو، مرگی دردناک و عذاب‌آور است، مخصوصاً دوری و هجرانی که بعد از وصال به وجود آمده! چون من در روز الست تو را ملاقات کرده‌ام و یا در این جهان هم با فضاگشایی وصل تو را چشیده و تجربه کرده‌ام.

بُعدِ تو مرگیست با درد و نکال

خاصه بُعدی که بُود بَعْدَ الْوِصَالِ

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۴

نکال: عقوبت، کیفر

📖 همین‌که موفق می‌شویم فضا را باز کنیم و به خداوند وصل شویم، من‌ذهنی شروع به قضاوت می‌کند و با ابزارهایش سد راهمان می‌شود. من‌ذهنی همیشه عجله دارد، حتی در زنده شدن به خدا، می‌خواهد زودتر وصل شود،

خودش را با دیگران مقایسه می‌کند، دائماً خود و دیگران را ملامت می‌کند، حس مسئولیت ندارد. من‌ذهنی نمی‌گذارد ما به وصال برسیم، اگر هم لحظه‌ای وصل شویم، این وصل را با دخالت‌هایش قطع می‌کند، پس باید من‌ذهنی و ابزارهایش را بشناسیم، ببینیم چگونه در کار ما تخریب ایجاد می‌کند؟ یا من‌های ذهنی که با ما قرین می‌شوند چه اثرات مخربی روی ما می‌گذارند؟ چگونه ما را از این راه باز می‌دارند؟

📖 آمال و آرزوی ما زنده شدن به خداوند است. می‌خواهیم قبل از مُردن به بی‌نهایت و ابدیت تو زنده شویم. خداوندا، به خاطر جان پاک و نوربخشت، ای کسی که در مرکزمان طلوع می‌کنی، ما دیگر فهمیده‌ایم آرزویمان چیست، مراقب باش این آمال و آرزوهایمان را نشکنی! ما می‌خواهیم تو در ما جلوه کنی، تو هم که جان پاک و نورپاش داری و ماه‌صفت هستی، پس ما را ناامید نکن و به ما کمک کن تا به منظور آمدنمان عمل کنیم.

از برای جانِ پاکِ نورپاشِ مَه‌وَشْتِ

ای خداوند شمسِ دین تا نشکنی آمال‌ها

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

نورپاش: نوربخش، نورپاشنده

مه‌وش: مانند ماه

آمال: آرزوها، امیده

👉 کسانی که من‌ذهنی و حال من‌ذهنی دارند، حالشان در کنترل خودشان نیست، اما اگر از جنس حضور شوند، صاحب حال خود گردیده و خودشان حالشان را تعیین می‌کنند. وقتی در من‌ذهنی هستیم حالمان در اختیار خودمان نیست، برای مثال حالمان کاملاً خوب است، یک‌دفعه خبر بدی به ما می‌رسد و حالمان بهم می‌ریزد، این نشان می‌دهد که حال من دست من نبوده، پس حال ما بستگی به قال ما یعنی فکرهای من‌ذهنی ما دارد.

👉 وقتی از طریق فضاگشایی به خداوند وصل شویم، شمس تبریزی یعنی جلوه خداوند به صورت ماهی کامل و درست از مرکزمان بالا آمده و ما در فضای نورپاشی او با دید نظر می‌بینیم و همه چیزهایی که در ذهن زیبا جلوه می‌کنند خجالت‌زده شده و زانو می‌زنند، یعنی در حضور یک چنین ماه درخشان و کاملی بی‌فروغ می‌شوند، آن‌گاه ما آرزویی جز زنده شدن به خود زندگی نخواهیم داشت. مولانا می‌گوید ای خداوند، به حق جان پاک ماه‌رخسار نوربخش این آرزوی جسورانه ما را نقش بر آب نکن.

چون درستی و تمامی شاه تبریزی بدید

در صف نقصان نشستست از حیا مثقال‌ها

از برای جان پاک نورپاش مه‌وش

ای خداوند شمس دین تا نشکنی آمال‌ها

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

مثقال: واحد وزن، کنایه از ناچیزی و بی‌مقداری

نورپاش: نوربخش، نورپاشنده

مه‌وش: مانند ماه

آمال: آرزوها، امیدها

👉 «نَوادر قالها» یعنی حرف‌هایی که مثلاً مولانا می‌زند، نادر است چون همه نمی‌توانند مثل او حرف بزنند برای این‌که حرف‌های مولانا همراه با «فَرّ و تاب» زندگی است. بیت مولانا فقط حرف نیست، در درونتان چیز دیگری هم بالا می‌آید، به همین دلیل شما زود تغییر می‌کنید. برای همین خیلی سریع روی جوانان و حتی آدم‌های بی‌سواد هم اثر می‌گذارد چون «فَرّ و تاب» زندگی است، بنابراین حتی بزرگان علم و دین با آن‌همه دانش ذهنی که دارند پیش یک چنین دانش سامان‌بخشی که از خود زندگی می‌آید شرمسار می‌شوند.

حال‌های کاملانی کآن و رایِ قال‌هاست
 شرمسار از فَرّ و تابِ آن نَوادر قال‌ها
 مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵
 نَوادر: جمعِ نادره به معنی هر چیز کمیاب و ارزشمند

👉 ارتعاش زندگی از طریق قرین به ما می‌رسد. وقتی مولانا می‌خوانیم قرین مولانا و بیت‌های او می‌شویم. ابیات او شکوه ایزدی و تابش عشق و برکت دارند. بدون این فَرّ و تابِ زندگی که با فضاگشایی از طرف زندگی به خمیرِ افکار و اعمال ما می‌ریزد، نان ما فطیر خواهد شد، یعنی محصول فکر و عمل ما درد خواهد شد.

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

👉 خداوند می‌گوید تو فکر می‌کنی بر من عاشقی، ولی عاشقِ حالِ من ذهنی خودت هستی و حال من ذهنی‌ات هم مربوط به چیزهای بیرونی است. ای انسان، حال من ذهنی در دست تو نیست. تو به دنبال حال من ذهنی هستی و می‌گویی عاشق خدا هستم. حال من ذهنی را رها کن، زیرا با یک فکر حالت خوب می‌شود و با فکر دیگر بد! پس در من ذهنی اختیار فکرها در دست ما نیست.

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

فُتی: جوان، انسان

👉 خداوند می‌گوید ای انسان همه‌ی مطلوب و خواسته‌ی تو زنده شدن به من نیست. من هم جزو آن چیزهایی هستم که حال تو را در ذهن خوب می‌کند! ما می‌خواهیم خدا را داشته باشیم، همانندگی‌ها و الگوهای ذهنی عمل را هم داشته باشیم! پس ما می‌خواهیم حال من ذهنی خود را خوب کنیم. در حالی که کُلِ مطلوبِ ما ابتدا باید زنده شدن به او باشد و ما توجهی به حال من ذهنی نداشته باشیم.

پس نِیمِ کَلِّیِ مطلوبِ تو من
جزو مقصودم تو را اندر زَمَن
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۱۶

زَمَن: زمان، روزگار

👉 ما به‌عنوان من ذهنی به مردگی ارتعاش می‌کنیم. از پهلوی یکدیگر رَد می‌شویم و می‌گوییم من من ذهنی هستم، به زبان نه بلکه با ارتعاش روی دیگران اثر می‌گذاریم. شما بیرون که می‌روید و برمی‌گردید، هیچ حرفی هم نزده باشید، من ذهنی‌تان قوی‌تر شده‌است. چرا؟ برای این‌که تمام کسانی که از کنار شما گذشته‌اند، به‌وسیله‌ی اثر قرین و این قانون فیزیک که ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند، جنس شما را تعیین کرده‌اند، گفته‌اند شما از جنس من ذهنی هستید. درحالی‌که اگر با خواندن شعرهای مولانا، شروع به ارتعاش زندگی کنیم، بوی زندگی را پخش خواهیم کرد.

👉 چشم من ذهنی ما، در ما مقاومت ایجاد می‌کند و برحسبِ آن می‌بینیم، این چشمِ نقصان ماست، عقلِ جزوی است و هشپاری جسمی دارد. دیده‌ی نقص‌بین ما را نابیِ خاکِ فضای یکتایی و هشپاری حضور، پرنور می‌کند.

دیده نقصان ما را خاک تبریز صفا
گُل بادا، تا بیابد زان بسی اِکمال‌ها
مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۵

نقصان: در اینجا ناقص و معیوب
گُل: سُرْمَه چشم
بادا: باشد، الهی که بشود
اِکمال: کامل کردن، کمال بخشیدن

👉 به کمال رسیدن یعنی فضاگشایی کردن و هشیاری را از همانیدگی‌ها آزاد کردن. فقط از راه تسلیم شدن و صفر کردن من‌ذهنی می‌شود به کمال رسید.
هرچه فضای درون گشوده‌تر می‌شود، هرچه به او زنده‌تر می‌شویم، کامل‌تر می‌شویم.
کامل‌تر شدن مربوط به من‌ذهنی نیست که مثلاً خانه بخرم، ازدواج کنم، بچه‌دار شوم و این‌ها را به من‌ذهنی اضافه کنم تا من‌ذهنی کامل‌تر شود. ما راجع به کامل‌تر شدن من‌ذهنی صحبت نمی‌کنیم بلکه برعکس راجع به پاشیده شدن و از بین رفتن آن صحبت می‌کنیم.

👉 ما باید آن‌قدر روی خود کار کنیم که تمام فکرهای همانیده و اعمال مخربی که به‌وسیله من‌ذهنی می‌کردیم، برایمان بی‌ارزش شود مثل غیبت کردن، انتقاد کردن، فاش کردن دیگران و به‌طور کلی هر عملی که باعث شود خودمان بهتر دیده شویم و دیگران بدتر.
ما بارها و بارها دنبال فکرها و کارهایی می‌رویم که از آن‌ها ضرر دیده‌ایم، برای این‌که چیز بهتری را نمی‌بینیم و نمی‌شناسیم.
اگر ما یک بار امتحان کنیم، اگر فضاگشایی و خردورزی کرده و انعطاف به خرج دهیم، خواهیم دید که عمل برحسب ستیزه، مقاومت، واکنش، هیجانات من‌ذهنی، مقایسه، حسادت، خشم، ترس و شبیه این‌ها از ارزش می‌افتند چون در قضاوت و تشخیص خداوند برکت بسیاری پنهان است و همه کارها را او انجام می‌دهد.

👉 روش دید ما با من ذهنی بسیار مرض گونه است.

ما باید دیدی را که برحسب چیزها می بیند و عقل من ذهنی است، دور بیندازیم و دید او را بگیریم، زیرا زندگی تمام غرضها و مقصودها را در آن گذاشته است. ما باید فضا را باز کنیم و بگذاریم بختی بیاید که ما برای آن به این جهان آمده ایم.

دید ما را دید او نِعَمَ الْعَوَظِ

یابی اندر دید او کُلَّ غَرَضِ

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۲

👉 «مرغِ جذبه» یعنی خداوند لحظه به لحظه جنس خودش را می خواهد جذب کند، ولی چون حواس ما به بیرون است نمی گذاریم و مقاومت می کنیم. مقاومت معانی مختلفی دارد، یک معنی اش این است که ما از چیزی که ذهن نشان می دهد زندگی می خواهیم، در حالی که ما خود زندگی هستیم.

پرسیدن ما در اثر جذبه زندگی و بخشش پی در پی او از آشیانه ذهن، امکان پذیر است. مرغِ جذبه ناگهان می پرد، یعنی ما نمی دانیم کی، بنابراین نباید خود را با من ذهنی، ارزیابی کنیم. اگر به وسیله عدم می بینیم و به چیزی که ذهن نشان می دهد، علاقه نشان نمی دهیم، یعنی دارد صبح می شود.

اگر صبح و بالا آمدن خورشید را دیدیم، پس باید شمع من ذهنی را بکشیم.

مرغِ جذبه ناگهان پَرَد ز عَشِ

چون بدیدی صبح، شمع آنگه بگش

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۰

عَش: آشیانه پرندگان

👉 اگر هشیاری شما در آدمها نفوذ کرده و زندگی را در آنها می بینید، به این معنی است که چشم شما در دیگران زندگی را می بیند، چشم شما نفوذکننده نور خداوند شده است.

شما در انسانی که هنوز ذره است، قوه و پتانسیل زنده شدن به بی‌نهایت خداوند را می‌بینید، خورشید بقا یعنی طلوع خداوند را از مرکز هر ذره و هر انسانی می‌بینید و باور دارید که خداوند می‌تواند به صورت خورشید از مرکز همه انسان‌های روی زمین بالا بیاید.

چشم‌ها چون شد گذاره، نور اوست
مغزها می‌بیند او در عین پوست

بیند اندر ذره خورشید بقا
بیند اندر قطره، گل بحر را

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۱-۱۴۸۲

گذاره: آنچه از حد در گذرد، گذرنده
بحر: دریا

👉 ترس و ناامیدی از ویژگی‌های من‌ذهنی است. من‌ذهنی هم می‌ترسد و هم می‌ترساند، درحالی‌که نه به هدف می‌رسی، نه به راحتی، بلکه همه‌چیز را خراب و خود را نیز نابود می‌کنی. بنابراین نه بترسید و نه بترسانید بلکه فضا را باز کنید.

علت این‌که می‌ترسید و ناامید می‌شوید، این است که مرتب ذهنتان به مرکزتان آمده و برحسب آن می‌بینید، اگر این کار را ادامه دهید، من‌ذهنی شما را تا پایین‌ترین سطح کشیده و دچار درد می‌کند. بدانید هر ندایی که ما را بالا می‌کشد، از طرف زندگی رسیده است و برعکس هر ندایی که حرص می‌آورد، بدانید به‌خاطر چیزی است که به مرکزتان آمده و سروصدا می‌کند.

چرا ناامید می‌شویم؟ برای این‌که کارهای ما با من‌ذهنی به نتیجه نمی‌رسد. من‌ذهنی از زندگی شکایت دارد. اگر با حضور، با فضای گشوده‌شده، و با نرمش کار می‌کردیم، کارها درست می‌شد، بنابراین هر ندایی که می‌گوید اگر این چیز را زیاد کنم، حالم بهتر و کارم درست می‌شود، این همان بانگ گرگی است که تو را خواهد درید.

ترس و نومیدیت دان آوازِ غول
می‌گشَد گوشِ تو تا قَعْرِ سُفول

هر ندایی که تو را بالا کشید
آن ندا می‌دان که از بالا رسید

هر ندایی که تو را حرص آورد
بانگِ گرگی دان که او مردمِ دزد
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۷-۱۹۵۹

سُفول: پستی

👉 ذکر خداوند، یعنی باز کردن فضا در این لحظه که کار هر من‌ذهنی «اوباش» نیست. باز کردن فضا، عمل به «ازجعی» و شنیدن صدای خداوند، به ما می‌گوید ای هشیاری، ای امتدادِ من، سوار خودِ هشیاری شو، و به‌سوی من بیا.

أذْکُروا الله کار هر اوباش نیست
ازجعی بر پای هر قَلاش نیست
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۲

قَلاش: بیکاره، ولگرد، مفلس

👉 با فضاگشایی همه ناامیدی‌ها را پیش خداوند می‌گذاریم تا از این دردِ بی‌دوای ذهن که همه‌چیز را خراب می‌کند، بیرون بیاییم. ممکن است بسیار رنج دیده، ناامید، شکست‌خورده و آسیب‌دیده باشیم، باید بدانیم که تمام دردهای ما فقط با زنده شدن به زندگی درمان می‌شود.

ناامیدی‌ها به پیشِ او نهید
تا ز دردِ بی‌دوا بیرون جهید
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷

👉 ناامیدی را خدا گردن زده‌است، یعنی ناامیدی اصلاً وجود ندارد. شما همین‌که فضا را باز کنید، پیشرفت خود را می‌بینید. بعد از آن هر «گناه و معصیتی» که در گذشته انجام دادید، تبدیل به «طاعت» می‌شود. اشتباهات شما در فضای گشوده‌شده شناسایی خواهند شد، بنابراین فقط کافی است فضا را باز کنید و تسلیم شوید.

ناامیدی را خدا گردن زده‌ست
چون گناه و معصیت طاعت شده‌ست
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۳۶

👉 پیغمبران گفته‌اند که ناامیدی بد است و با رحمت‌های پی‌درپی و بی‌حد خداوند جور در نمی‌آید، بنابراین ما ابیات مولانا را می‌خوانیم که ناامید نشویم، نترسیم و در خانواده فرزندانمان را با عشق بزرگ کنیم.

انبیا گفتند: نومیدی بد است
فضل و رحمت‌های باری بی‌حد است
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۲۲

👉 شما نباید از خداوندی که دائماً خوبی می‌کند ناامید شوید. محکم ریسمان الهی را بگیرید. سوار رحمتش شوید، فضا را باز کنید و امیدوار باشید.
زمانی رحمت ایزدی به ما می‌رسد که فضا را باز کرده باشیم. منتها بیشتر مردم دائماً به خواستن و ناله و شکایت مشغول هستند.

چیزهایی مثل غذا، پوشاک و مسکن ممکن است خواسته حقیقی باشد، اما درصد بزرگی از خواسته‌های ما روان‌شناختی است و ما اصلاً به آن‌ها احتیاج نداریم، فقط من‌ذهنی ما به آن‌ها نیاز دارد.

👉 اگر شما صبر نکنید نمی‌توانید من‌ذهنی‌تان را بشناسید. باید قانون جبران را انجام دهید. موضوع شناسایی من‌ذهنی و به‌صورت ناظر درآمدن زمان می‌برد، پس حتماً باید صبر داشته باشید.

ممکن است ما یک بیت را بخوانیم و فکر کنیم معنایش را فهمیده‌ایم، اما وقتی بعد از دو سال دوباره آن را می‌خوانیم، متوجه می‌شویم آن موقع واقعاً نفهمیده بودیم و اکنون فهمیدیم، بنابراین باید به کار کردن روی خودمان ادامه دهیم، قانون جبران را انجام دهیم و ناامید نشویم، اگر عجله کنیم، یعنی زمان «قضا و کن‌فکان» را که برای تبدیل ما لازم است، رعایت نکنیم، و زمان من‌ذهنی «هرچه زودتر بهتر» را به خودمان تحمیل کنیم، حتماً در مسیر ناامید می‌شویم، بنابراین مرتب فضاگشایی کرده، روی خودمان کار می‌کنیم و امید داریم که با تکرار ابیات بالاخره بعد از تاریکی ذهن به روشنایی تبدیل می‌شویم.

بعدِ نومیدی، بسی امیدهاست

از پسِ ظلمتِ بسی خورشیدهاست

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۲۵

اگر شما می‌بینید بعد از مدتی هر کاری کردید تبدیل صورت نگرفت، پس به‌اندازه کافی کار نکردید، صبر نکردید. باید از ناامیدی دست بردارید. اگر اجازه بدهیم، من‌ذهنی همه ما را ناامید خواهد کرد، اما شما ناامید نشوید و در راه زنده شدن به زندگی صبر کنید. همچنین در این راه نباید سؤال پرسیم، می‌گوییم نمی‌خواهم از کسی بپرسم، می‌خواهم خودم بفهمم.

لازم نیست سؤال کنم، اگر جوابش را نمی‌دانم پیش می‌روم، بعد خواهیم دید که جواب‌ها آرام‌آرام می‌آیند، یعنی از این فضای گشوده‌شده، از مرکز، از زندگی می‌آیند، جواب ذهنی فایده ندارد.

ای انسان امیدوار باش که خداوند تو را نمی‌راند، اگر امروز به‌علت عمل با من‌ذهنی تو را براند و بی‌مراد شوی، فردا دوباره تو را می‌خواند. «اگر در را بر تو بست، نرو»، اگر اکنون فضا باز نمی‌شود، شعر مولانا را بخوان، تکرار و تأمل و صبر کن. این مطالب هم بر زندگی معنوی و هم مادی ما منطبق می‌شود،

پس مطمئن باش اگر صبر کردی تو را در صدر یعنی بالای مجلس می‌نشانند، نگران نباش! و اگر همه راه‌ها و گذرها را بر تو ببندد، حتماً می‌خواهد «دری» را باز کند که به روی خودش است و کسی آن را نمی‌شناسد، برای این‌که آن «در» ذهنی نیست.

هله نومید نباشی که تو را یار براند
گرت امروز براند، نه که فردات بخواند؟

در اگر بر تو ببندد، مرو و صبر کن آن جا
ز پس صبر تو را او به سر صدر نشاند

و اگر بر تو ببندد همه رهها و گذرها
ره پنهان بنماید که کس آن راه نداند
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶۵

👉 روان‌شناسان می‌گویند، انسان حوالی چهل‌سالگی دچار بحران میان‌سالی شده، احساس پوچی می‌کند و از همه جهت‌ها مخصوصاً از طرف همسر و فرزند مأیوس می‌شود؛ دقیقاً در این زمان است که باید فضا را باز کند، تا خداوند دری به روی او بگشاید، پس شما نباید ناامید شوید، اگر در ذهن بمانید و نفهمید که این لحظه قیامت شما است و باید به خداوند زنده شوید، و باید برحسب هشیاری نظر کار کنید، آن وقت در ذهن می‌مانید و از بین می‌روید.

👉 شما بگویید من وقتی من ذهنی دارم، نمی‌توانم زندگی کنم. کار خیلی سخت می‌شود و گرفتار خواهم شد، من ذهنی چشمش نمی‌بیند و دچار چالش و کارافزایی می‌شود، مانع و مسئله می‌سازد و زندگی ما را می‌دزد. حقیقتاً نمی‌شود با من ذهنی زندگی کرد.

👉 شخصی را در نظر بگیرید که هنوز من ذهنی دارد، اما فضا را باز می‌کند و می‌گوید من با فضاگشایی زندگی می‌کنم و آرامشم از زندگی می‌آید، و از مردان و زنانی که من ذهنی دارند دوری می‌کنم. این اسمش پرهیز است.

✍️ خیلی تصمیم جالبی است که شما بگویید من با انقباض و با عقل من ذهنی از این جهان چیزی نمی‌خواهم، مثلاً با همسر و فرزندم و در شغلم با فضاگشایی برخورد می‌کنم، اگر بخواهم هدفی برای زندگی‌ام تعیین کنم، می‌گویم این هدف برای خودنمایی من نیست، برای کارم است، با فضای گشوده‌شده از طریق عقلِ کُل فکر و عمل می‌کنم و با آن روشنایی خواسته‌هایم را انتخاب می‌کنم و با عقل زندگی ضرورت این لحظه‌ام را می‌سنجم.

✍️ زندگی هر لحظه یک میلی در دل ما می‌اندازد، وقتی به طرفش رفتیم و به مرکزمان آمد، برایمان مهم شد و دوستش داشتیم ما را ناامید می‌کند، یعنی بی‌مراد می‌شویم.

چرا؟ برای این‌که برحسب فضاگشایی عمل نکردیم.

✍️ ما یک پارک ذهنی درست کردیم و می‌خواهیم چیزها را ثابت نگه داریم و کنترل کنیم، چون حال من ذهنی ما بستگی به ثبات این پارک دارد، که بچهام، همسر، و تمام فامیل مطابق میل من رفتار کنند، در حرفه و شغلم باید وضعیت این‌طوری باشد، خلاصه همه را سر جایشان چیده‌ایم، اما همه این تصورات باطل است. حقیقت این است که با این پارک چیده‌شده، این دل ما دائماً زیر و رو می‌شود.

✍️ شما امتحان کنید خواهید دید که رویدادهایی در زندگی روزمره‌تان اتفاق می‌افتد که زندگی شما را امتحان می‌کند، آیا شما از بی‌مرادی‌ها پیروز بیرون می‌آیید؟ خیلی سخت است، اگر پیروز بیرون می‌آیید خوشا به حالتان. رویداد بعد از رویداد می‌آید یک جایی می‌بینید که خشمگین، حسود و گرفته شدید، اما هیچ‌وقت از کار کردن روی خودتان دلسرد نشوید. فضاگشایی آسان نیست، اما آیا اگر ما موفق نشدیم، باید ناامید شویم؟! نه ناامید نمی‌شویم، دوباره انجام می‌دهیم، سه‌باره انجام می‌دهیم، دائماً تکرار می‌کنیم، وقتی فضا را باز می‌کنیم، می‌فهمیم که زندگی از طریق ابزارِ ذهنی عمل نمی‌کند.

ما می‌توانیم از طریق فضاگشایی روی خودمان و دیگران اثر بگذاریم، بنابراین مرتب در اطراف اتفاق این لحظه فضاگشایی می‌کنیم و آدم‌ها را قضاوت نمی‌کنیم، در این صورت ما به همدیگر صد هزار جور برکت می‌چشانیم، به طوری که دو چشم و گوش من ذهنی هیچ کدام از این‌ها را، نه می‌داند، نه می‌فهمد.

اگر ما با خودمان راستین باشیم، با ابیات مولانا می‌فهمیم که این ساختن من ذهنی و مقایسه‌اش با دیگران و برتر درآمدن به لحاظ همانیدگی‌ها خیلی سطح پایین است و فایده ندارد، اگر این را نفهمیده باشیم، یعنی هیچ چیزی نفهمیده‌ایم و داریم راه من ذهنی را ادامه می‌دهیم.

اگر ما به هم‌هویت‌شدگی‌ها علاقه نداشته باشیم و برای ما مهم نباشند، خداوند چشم عدم‌بین و سکوت‌شنوی ما را باز می‌کند.

هر اتفاق بدی می‌افتد، ما نمی‌گوییم خدا کرده، می‌گوییم من اشتباهم چیست؟ هر بی‌مرادی، کوچک شدن، خشم، هر ناهماهنگی که اکنون در زندگی‌مان هست و آن را نمی‌خواهیم و دیگران یا خداوند را مقصر می‌دانیم، باید بگوییم این اتفاق برای من افتاده تا از آن چیزی یاد بگیرم.

من مثل حضرت آدم می‌گویم به خودم ستم کردم. من مثل شیطان نیستم که بگویم ای زندگی، تو مرا منحرف کردی، یا فلان شخص حواسم را پرت کرد. تقصیر آن و این است، هر اتفاقی می‌افتد برمی‌گردم به خودم که چطور این را به وجود آوردم؟ و در این کار امین هستم.

گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا

او ز فعل حق بُد غافل چو ما

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۹

✍ خداوند به ما که در من ذهنی و عقل جزوی هستیم، می‌گوید ای انسان، از این استبداد، خودنمایی و خودپرستی دست بردار. فضا را باز کن بگذار من تو را اداره کنم. تو در ذاتت مستبد نیستی، اما اکنون به صورت من ذهنی مستبد شده‌ای، این کار را نکن. تو شاگرد من، شاگرد دل اصلی هستی و استعداد داری، مستعد هستی، ولی مستبد نیستی، توجه و تأمل کن.

که سری کم کن نه‌ای تو مستبد
بلکه شاگردِ دلی و مستعد
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۴۰

✍ هر کسی که با فضاگشایی من ذهنی و عقل جزوی‌اش را کوچک و صفر کند و به عقل کلی روی آورد، خورشید راه است، یعنی به حضور زنده شده‌است.

✍ خیلی از ما کوشندگان راه مولانا نمی‌خواهیم من ذهنی را از دست بدهیم، فقط می‌خواهیم اصلاحش کنیم، درواقع می‌خواهیم تربیتش کنیم تا کم‌آزار باشد که بالاخره زندگی بگذرد؛ این کار درست نیست، باید زمین ذهن را شخم بزنیم، یعنی تمام الگوهای همانیده را در بیاوریم، تا هیچ چیز در مرکزمان نماند.

✍ مولانا می‌خواهد زمین ذهن ما را شخم بزند، اگر ما خردمند باشیم اجازه می‌دهیم شخم بزند، اگر نادان باشیم از آموزه‌های مولانا ایراد می‌گیریم، در این صورت در تمام جنبه‌های زندگی‌مان شکست می‌خوریم. ممکن است شما دستاوردهای مادی‌تان را پیش بکشید، و بگویید من تحصیلات دارم، تاکنون این قدر پول درآورده‌ام، خانه خریده‌ام، بچه بزرگ کرده‌ام، فرزندانم موفق شده‌اند، همسر دارم؛ باید بدانید این‌ها دستاوردهای مادی من ذهنی است، اما به آن منظوری که برای آن آفریده شده‌اید، نرسیده‌اید، برای این‌که هنوز زمین ذهن‌تان را شخم نزده‌اید.

👉 شما اگر فضا را باز کردید باید به منذهنی‌تان احترام بگذارید، نباید نسبت به منذهنی واکنش نشان دهید و به آن بد و بیراه بگویید، در این صورت منذهنی قوی‌تر می‌شود. شما در هشیاری‌تان می‌دانید که ضرورتی نیست دیگر منذهنی را نگه داریم.

👉 شما از خودتان بپرسید مولانا چند سال است مأمور بیداری انسان‌ها از خواب ذهن بوده؟ چرا این قدر بی‌مشتی است؟ برای این که می‌خواهد ذهن را زیر و رو کند و شخم بزند. کسی که منذهنی دارد حاضر نیست ذهنش را شخم بزند؛ زیرا پندار کمال دارد، می‌گوید من «می‌دانم» را شخم بزنم؟ این همه درس خوانده‌ام! دانسته‌های خودم را شخم بزنم؟ چنین شخصی خرابکاری می‌کند، اسمش را آبادانی می‌گذارد. خودش خراب می‌کند، تقصیر دیگران می‌اندازد. با منذهنی‌اش عمل می‌کند، کارش عین ضرر است، زیر بار نمی‌رود، می‌گوید عاقل هستم، خردمند هستم.

👉 هر کسی هشیاری جسمی داشته باشد، اخلاق، فکر و عمل حیوانات وحشی را دارد، در این صورت به انسان‌هایی که می‌خواهند به زندگی زنده شوند یا شده‌اند، همیشه گمان بد می‌برد.

هر که را افعالِ دام و دَد بُود

بر کریمانش گمانِ بد بُود

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۶۷

👉 وقتی شما فضا را باز می‌کنید، از جنس زندگی می‌شوید، به عشق ارتعاش می‌کنید، این عشق و این برکت آبادان می‌کند، نظم می‌دهد. منذهنی با هشیاری جسمی، همیشه در حال تولید درد، تنگ‌نظری، مقایسه، حسادت و دیدن عیب‌ها است، همه چیز را ویران می‌کند، زیرا بر پایه و بنیان فکری منیت است.

از خودتان بپرسید ما تا کی باید ویران کنیم، خراب کنیم، و زیر بار نرویم که داریم ویران می‌کنیم؟ مولانا می‌خواهد با استفاده از آیه‌های قرآن و با نقل حدیث‌های معتبر به ما بگوید منذهنی خرابکار است، ولی ما قبول نمی‌کنیم.

👉 به خودتان نگاهی بیندازید، آیا واقعاً می‌خواهید ذهنتان را شخم بزنید؟ یا می‌خواهید جسته و گریخته چیزهایی یاد بگیرید و من‌ذهنی را کمی اصلاح کنید، بگویید ما فهمیدیم غیبت کردن بد است، انتقاد کردن بد است، با همسرمان باید مهربان‌تر باشیم، بالاخره او هم زحمت می‌کشد. نه، این استدلال‌ها درست نیست. صحبت سر تبدیل هشیاری است. هشیاری جسمی باید تبدیل شود، برای این کار باید زمین همانیده ذهن شخم بخورد. شما از خودتان بپرسید آیا من دارم ذهنم را شخم می‌زنم؟ یا آن کشت‌هایی که کردم و ریشه‌دار شده را فقط دارم هرس می‌کنم؟

👉 اگر از یک حادثه ناگوار یا از یک وضعیت بد دلتان گرفته باشد، دنیا در نظرتان تیره و تار می‌شود، وقتی شما در این حال هستید شادی مردم برایتان تعجب‌آور است، درواقع هرطور که باشید دنیا را همان شکل می‌بینید؛ اگر مرکزتان عدم باشد یک جور می‌بینید، اگر مرکزتان جسم باشد جور دیگر می‌بینید.

اگر قرار باشد مرکزتان عدم باشد، تمام چیزهایی را که می‌توانند به مرکزتان بیایند را باید شخم بزنید و از ریشه در بیاورید تا دیگر رشد نکنند. همه همانیدگی‌ها را بکنید، دور بیندازید، یا به عبارتی شناسایی کنید. نمی‌توانید انتخاب کنید و بگویید این رنجش خیلی کهنه و بزرگ است، نمی‌توانم این را ببخشم، نه! زندگی از شما می‌خواهد همه دردهایتان را بیندازید، به‌خاطر منظور آمدنتان به این جهان که زنده شدن به زندگی قبل از مردن است.

👉 وقتی با هزاران چیز همانیده شویم، حتی اگر بهشت باشیم، زشت می‌شویم. شما نمی‌توانید بگویید زندگی من مثل بهشت، و پر از همانیدگی است، این همانیدگی‌ها همین بهشت است دیگر! نه نیست، اگر حتی با یک چیز همانیده شوید، زندگی‌تان خراب می‌شود.

گر بُوَد فردوس و آنهارِ بهشت

چون فسرده یک صفت شد، گشت زشت

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۸۳

آنهار: جمع نهر به معنی جوی آب

📖 زمین ذهن زلزله خیز است و می‌لرزد. «یَوْمِ دین» یا قیامت برای انسان در این جهان این لحظه است. شما باید در این هشتاد نود سالِ عمرتان بلند شوید، روی پای زندگی بایستید و به بی‌نهایت او زنده شوید. اگر شما فضا را باز کنید، قیامت شما بیاید، همانیدگی‌ها و دردهای شما با شما سخن گفته و می‌گویند ما چکاره هستیم و چگونه باید ما را از ریشه دریاوری و دور بیندازی. «زمین آشکارا خبرهای خود را بازگو می‌کند و زمین و خارها به نطق می‌آیند.» زمین همانیدگی‌ها و خارها دردهایمان هستند.

یَوْمِ دین که زُلزِلت زَلزَالَها
این زمین باشد گواهِ حالها

کو تُحَدِّثُ جَهْرَةً أَخْبَارها

در سخن آید زمین و خارها

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۷۷-۳۲۷۶

📖 اگر فضا را باز کنید، واقعاً نور زندگی به ذهنتان بیفتد، در این روز زمین همانیده شما که باید شخم زده شود، حکایتش را برایتان بازگو خواهد کرد.

📖 قیامت شما موقعی است که زمین ذهن به لرزه درمی‌آید. تاکنون شاید صدها بار به لرزه درآمده و شما نفهمیده‌اید که قیامت شماست. وقتی چیزی در ذهن فرومی‌ریزد، معنی‌اش این است که شما باید به خداوند زنده شوید و قیامت شما شروع شده‌است. قیامت یعنی زنده شدن به خداوند در این لحظه، نه این‌که همه چیز فرو بریزد و خراب شود.