

با طراح نوشته از ایست و متنهایی برگزیده هر برنامه،
سرمهر کنیم به نحوی قانون جرالت را دوباره گنج حضور و
آموزش هایم که دریافت داشته ایم رعایت کنیم.

که تو آن هوشی و باقی هوش پوش
خویشتن را کم مکن، یاوه مکش

مولانا

مجموعه ابیات و نکات برگزیده



ما قبل از ورود به این جهان از جنس هشیاری و زندگی هستیم. درحقیقت امتداد خدا و مرکزمان نیز عدم بوده است اما پس از ورود به این جهان مرکزمان تغییر کرد؛ زیرا چیزهایی که جامعه به ما گفته برای بقای ما لازم و مهم هستند، مانند: پول، همسر، دوست، اعضای خانواده و باورها را در ذهن تجسم کرده و به فرم و شکل ذهنی آنها حس هویت تزریق کردیم. این عمل «همانیدن» نامیده می شود.

ما در ذهن از فکر یک همانیدگی به فکر یک
همانیدگی دیگر پریده و چون این کار با سرعت
زیاد انجام می‌شود، یک تصویر ذهنی یا یک
باشنده‌ای به نام من‌ذهنی را ایجاد کرده که به
اشتباه فکر می‌کنیم آن هستیم.

ما قبل از ورود به این جهان چهار نوع خاصیت حیاتی عقل، حس
امنیت، هدایت و قدرت را از خداوند می‌گرفتیم زیرا مرکزمان عدم بود.
اما وقتی وارد این جهان شده و با چیزها همانیده شدیم، آن چهار
خاصیت حیاتی را از همانیدگی‌ها می‌گیریم.
و چون همه این چیزهای گذرا دائماً در حال تغییر و فروریزش هستند
بنابراین اعمال فکر آن‌ها در ما ایجاد ترس می‌کند.

از بین هیجان ها ترس عمده ترین هیجان ماست.
می توان گفت تقریباً همه انسان های ترسند؛ چون
من ذهنی و هم هویت شدگی با چیزهای گذرا
دارند.

وقتی فضاگشایی می‌کنیم و مرکزمان عدم می‌شود،
در این صورت به عنوان حضور می‌توانیم حرف بزنیم،
و فکر و عمل کنیم اما کار مهم‌تر ما این است که
مرکزمان را باید آن قدر عدم نگه داریم تا هیچ
همانیدگی‌ای در ما باقی نماند؛ چراکه همین امر
مقصود آمدن ما به این جهان است.

اکنون که ما به مولانا گوش می‌کنیم، می‌دانیم که کدام فکر از من‌ذهنی و کدام فکر از حضور می‌آید. بنابراین ما در این لحظه توانایی انتخاب داریم که برحسب من‌ذهنی فکر کنیم و سخن بگوییم یا فضا را باز کنیم تا زندگی برحسب فضای گشوده‌شده از طریق ما صحبت کند.

من ذهنی هر موقع حرف می زند، از
بدی ها و خطرات صحبت می کند
که این ها همه توهمی هستند.

عاشقان از بی مرادی های خویش

با خبر گشتند از مولای خویش

بی مرادی شد قلا و وز بهشت

حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِوای خوشِ سرشت

مولوی، مثنوی، دفتر

سوم، بیت

۱۴۴۶۷_۱۴۴۶۶

بی‌مرادی

توجه کنید این مطلب مهم است که شما اجازه ندهید من ذهنی‌تان با قضاوتش شما را به بی‌مرادی برساند و واکنش نشان بدهید. برای من ذهنی بی‌مرادی انواع و اقسام دارد. یکی از انواع آن این‌ست که فرد چیزی را از دست می‌دهد یا به دست نمی‌آورد که به‌طور واضح با آن هم‌هویت بوده‌است.

شما همه این بی‌مرادی‌ها را که توسط قضا و کن‌فکان زندگی اتفاق می‌افتند، با رضا قبول کنید و فقط پیغامش را بگیرید.

درست است که در این جهان من‌های ذهنی زیادی داریم، جنگ راه می‌اندازیم و فرابکاری می‌کنیم اما بزرگانی همچون مولانا، مافظ و فردوسی هم هستند. این‌ها هم مرف زده‌اند، جهان را جور دیگری دیده‌اند و طرز تجربه زیبایی‌ها را به ما یاد داده‌اند.

ما به این جهان آمدیم که در واقع با فضاگشایی زیبایی‌ها را
تجربه کنیم و به بی‌نهایت و ابدیت خدا زندگی شویم، اما اشتباه
کردیم و در من ذهنی این ذوق دیدن زیبایی‌ها را روی همانند
شدن با چیزهای گذرا انداختیم.

جامعه که بیشتر اوقات عشق را نمی‌شناسد ما را
این‌گونه تربیت کرده که دنبال تأیید و توجه دیگران
باشیم و خودمان را با دیگران مقایسه کنیم تا از همه
بهتر و بیشتر دربیاییم؛ در نتیجه این همه درد برای
خودمان و اطرافیان ایجاد کردیم.

تکرار ابیات مولانا به ما کمک می‌کند که از
هشیاری جسمی به هشیاری حضور تبدیل شده،
من ذهنی مان کوچک شود، هشیاری حضور در ما
عمق پیدا کند و در نهایت به زندگی زنده
شویم.

خُطَوَتِیْنِ بود این رَه تا وِصال مانده‌ام در رَه ز شَسْتِ شصت سال (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۹)

از نگاه مولانا راه زنده شدن به خدا و وصال او دو قدم است. قدم اول اینست که فضا را باز می‌کنیم، به این لحظه آمده و دیگر به ذهن برنمی‌گردیم اما قدم بعدی را دیگر ما نباید برداریم بلکه باید صبر کنیم و اجازه دهیم گام بعدی را زندگی بردارد. این مطلب بسیار مهم است و توجه نکردن به آن متأسفانه باعث اشتباه ما شده‌است. گاهی ما در این لحظه فضا را باز می‌کنیم اما قدم بعدی را با ذهن برمی‌داریم و دوباره به ذهن برمی‌گردیم. برای همین زنده شدن ما به خداوند به تأخیر افتاده‌است.

ترس و نومیدیت دان آوازِ غول
می‌گشَد گوشِ تو تا قَعْرِ سُفول
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۷)

وقتی فضا را می‌بندید، منقبض شده و به ذهن می‌روید، صدای
ترس و ناامیدی را از درون خود می‌شنوید که این صدای
من‌ذهنی‌تان است و می‌تواند شما را به‌لحاظ سطح هشیاری
بسیار پایین بکشد.

ذهن جایی است که ما باید در آن به خدا
زنده شویم. درحقیقت ذهن جای بدی نیست
به شرطی که در آن نمانیم. مانند
کاروان سرایی است که باید از آن رد شویم.

تسلیم، رضا و فضاگشایی در این لحظه برای شما لازم است. زیرا
اتفاق این لحظه را زندگی به وجود می آورد تا شما با باز کردن فضا
در اطراف آن پیغامش را بگیرید، راضی باشید و بدانید این اتفاق
بهترین اتفاقی است که برای شما می تواند بیفتد.
حتی اگر منذهنی آن اتفاق را به عنوان یک محرومیت یا یک
بی مرادی قلمداد کند.

بی‌مرادی

جاهایی که ما نمی‌توانیم به‌عنوان پندار کمال خودمان را ارائه کنیم و آن عظمت خودمان را به مردم بفروشیم، بی‌مراد می‌شویم. می‌بینیم یک نفر مهم‌تر از ما در مجلس جلوه کرد؛ ما ناامید و ناراحت می‌شویم، این هم بی‌مرادی است. باید رضا را از دست ندهیم، ناله و شکایت را رها کنیم، فضا را باز کنیم، تا بتوانیم پیغام بی‌مرادی را بگیریم و درنهایت متوجه شویم که مراد ما فقط خداوند است نه چیزهای این جهانی.

هر که سردت کرد، می‌دان کو در اوست

دیو، پنهان گشته اندر زیر پوست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۳۹)

هر کسی که در جهان بیرون تو را از کار روی خودت و زنده شدن به
زندگی سرد می‌کند، بدان که نیروی شیطانی در اوست و در زیر
پوستش، زیر حرف‌هایش، دیو خوابیده؛ یعنی تمام حرف‌های ناامیدی و
دل‌سردکننده او از من ذهنی‌اش می‌آید.

من‌ذهنی
دشمن_درونی

دشمنی داری چنین در سرّ خویش
مانع عقل‌ست و، خصمِ جان و کیش
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵)

من‌ذهنی ما دشمن ماست که سبب زایل شدن عقل و خرد کلی در درون ما خواهد شد. عقلی که تمام کائنات را اداره می‌کند و می‌تواند ما را هم اداره کند. اما من‌ذهنی می‌پرد وسط و می‌گوید تو با عقل من عمل کن.

ما در من‌ذهنی به جهان و به سبب‌سازیِ ذهن امید داریم نه به
فضا‌گشایی. متقاعد کردن یک من‌ذهنی که بیا تسلیم شو، فضا
را باز کن و مرکزت را عدم کن، خیلی مشکل است. حتی ما
گاهی خودمان را هم نمی‌توانیم قانع کنیم. علت این‌که عوض
نمی‌شویم، همین است. ما متقاعد نمی‌شویم که خرد زندگی
بهتر از عقل ما عمل می‌کند.

چرا در هر برنامه این همه بیت می خوانیم؟

برای این که می خواهیم از زوایای مختلف به خودمان کمک کنیم. هر کدام از این بیت ها یک نیروی محرکه ای دارند و به ما یک آگاهی می دهند. شاید مجموعه این آگاهی ها که با هم جمع شوند، ما را از ذهن بلند کنند و ما متقاعد و مطمئن شویم که این راه درست است و عقل من ذهنی را رها کنیم.

تو همه طمّع بر آن نه، که درو نیست امیدت
که ز نومیدیِ اوّل تو بدین سوی رسیدی

مولوی، دیوان شمس،
غزل شماره ۲۸۲۰

اگر شما به مولانا گوش می‌کنید، حتماً از جهان بیرون ناامید
شده‌اید، وگرنه گوش نمی‌کردید. بنابراین اکنون دیگر باید
مرتب فضا را باز کنید و باز نگه دارید تا فکر و عملتان از فضای
گشوده‌شده برخوردار شود.

مولوی، مثنوی، دفتر اول،

بیت ۴۶۸

جُز توکّل جز که تسلیمِ تمام
در غم و راحت همه مکرست و دام

تسلیم»، «رضا» و «توکل»، این سه باید همین لحظه در
شما باشد. اگر نیست، حتماً من ذهنی شما دخالت می‌کند
و هنوز بیدار نشده‌اید.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم،

بیت ۶۹۰

صنع: آفرینش، آفریدن

کارگاهِ صنعِ حق، چون نیستی است

پس برونِ کارگه بی‌قیمتی است

کارگاهِ آفرینش خداوند «نیستی» است. اگر ما در چالش‌ها و

اتفاق‌های روزمره فضا را باز کنیم، کارگاه خداوند می‌شویم و اجازه

می‌دهیم خداوند روی ما کار کند. اگر فضا را ببندیم کارگاه شیطان

می‌شویم.

ما باید بلند شویم و خودمان را بیان کنیم. نه برای هدایت مردم بلکه برای هدایت و بیداری خودمان. باید بیدار شویم و بیدار بمانیم، این مسئولیت خودمان است. اگر شمع حضور خود را روشن کرده و قضاوت را صفر کردیم، مردم با دیدن ما تغییر کردند آنگاه موفق شده‌ایم به ابیات مولانا عمل کنیم.

توبه کن، بیزارشو از هر عَدُو
کو ندارد آبِ کوثر در کدو

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم،

بیت ۱۲۳۴

عَدُو:

دشمن

قرین‌ها و اطرافیان ما روی ما اثر می‌گذارند. ما می‌توانیم به آن‌ها واکنش نشان دهیم و دوباره به خواب ذهن برویم. بنابراین تو این موضوع را برای خودت یک بار روشن کن و تصمیم بگیر از هرکسی که آب فراوانی ندارد، فضا را باز نمی‌کند و در من‌ذهنی تنگ‌نظری دارد فرار کن؛ زیرا او دشمن توست.

مُدام: شراب

بر کنارِ بامی ای مستِ مُدام
پست بنشین یا فرود آ، وَالسَّلام

هر زمانی که شدی تو کامران
آن دَمِ خوش را کنارِ بام دان

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۲۱۴۶_۲۱۴۷

مرتب به خودمان القا کنیم که خودنمایی و فروش خود به دیگران براساس همانیدگی‌ها درست نیست. برای همین مولانا می‌گوید هرگاه تو گمان کردی به مرادهای این‌جهانی رسیده‌ای، مثل این است که در کنار بام هستی و ممکن است بیفتی. هر افتادنی به ما آسیب می‌زند و ما را ناامید می‌کند.

اما اگر فضا را باز کردی براساس فضای گشوده‌شده موفق شدی، این موفقیت را به مردم نخواهی فروخت، براساس آن از بیرون و از جهان غذا نخواهی گرفت چون تو از برکات فضای گشوده‌شده برخوردار می‌شوی.

وقتی من ذهنی از دید خود کامل و به تبع آن دردهایش زیاد شد، مرتب اتفاقات بد می افتد. من ذهنی ناله می کند و مصیبتش بیشتر می شود. مولانا به ما می گوید زیر بار برو، مسئولیت هشیاری خود را بپذیر و بگو خودم کردم. باید خودم هم این موضوع را با فضا گشایی و با استفاده از خردی که از فضای گشوده شده می آید، حل کنم.

ما باید اقرار کنیم که اشکال داریم و کامل نیستیم.
چیزی که نمی‌گذارد اشکال خود را بپذیریم پندار
کمال من‌ذهنی و ناموس آن است.

«پندار کمال، ناموس و درد»
هرسه همیشه با هم هستند.

هر افسانی که حس می‌کند معیوب و مریض من ذهنی
است و اقرار می‌کند که اشکال دارد، مردم را ملامت
نمی‌کند، اشکالات خود را گردن آن‌ها نمی‌اندازد و
طلبکار نیست، در این صورت کارگاه خداوند می‌شود.
اجازه می‌دهد خداوند روی او کار کند.

تو مباش اصلاً، کمال این است و بس تو ز تو لا شو، وصال این است و بس

عطار، منطق الطیر، فی التوحید باری تعالی جل و علا، حکایت عیاری که
اسیر نان و نمک خورده را نکشت

کمال، پندار کمال من ذهنی نیست که گمان می کند هیچ ایرادی ندارد.
کمال این است که ما مرکز خود را عدم کنیم و نسبت به من ذهنی صفر
شویم.

وصال و یکی شدن با خداوند هم مستلزم این است که به طور
کامل از من ذهنی ببری و براساس آن فکر و عمل نکنی.

هر که را مُشْکِ نصیحت سود نیست
لاجرَم با بُویِ بَد خُو کردنیست

مولوی، مثنوی، دفتر
چهارم، بیت ۲۹۵

اگر کسی به نصیحت مولانا گوش ندهد، به ناچار باید با دردهای
منذهنی زندگی کند. این موضوع مهم است که شما از خودتان
پرسید آیا این ابیاتی که می‌خوانم روی من اثر دارد؟ من تبدیل
می‌شوم؟ تغییر می‌کنم؟ یا نه، آن چیزهایی را که عاقلم قبول
نمی‌کند، رد می‌کنم؟

شما آن قسمت‌هایی را در خودتان باید تغییر دهید که من ذهنی‌تان
حرف بزرگان را قبول نمی‌کند. نباید حرف مولانا یا بزرگان را در قالب فکر
خودتان جا دهید و هر جا که جا نمی‌شود، آن را رد کنید و دور بیندازید.
نمی‌شود که شما این همه بیت بخوانید، دوباره فردا صبح که سر کار
می‌روید، همان عقل و فکر و عمل قبلی را به کار بیندازید. براساس هر
بیت باید تغییری در خودتان به وجود بیاورید. مسئول این کار هم شما
هستید.

شما به خودتان نگاه کنید، ببینید آیا هر لحظه بالقوه و بالفعل
درد ایجاد کرده و به دیگران آن را تحمیل می کنید یا نه؟
احتمال آن خیلی زیاد است زیرا ما از اول در ذهن زندگی
کرده ایم و ذهن هم اسباب و ماشین ایجاد درد است.

اگر یک مادر با هشیاری حضور به فرزندش نگاه کند و او را از جنس زندگی ببیند، آن بچه با عشق آشناست. یادش نمی‌رود که هنوز وصل به الست و زنده به خداست و هنوز خدایتش از بین نرفته‌است. در غیر این صورت شما ببینید ما تا بیست سالگی چقدر رفجش، خشم، ترس و کینه از فامیل و حتی از پدر و مادرمان داریم.

هرکدام از ما که در من ذهنی کم کم بزرگ می شویم فکر می کنیم که ما من ذهنی هستیم. می گوئیم این حق من است که خشمگین شوم، برنجم، کینه بورزم، خودم را مقایسه کنم، برتر دربیایم، توجیه کنم و زیر بار مسئولیت نروم.

حقیقتاً می توانستم با حرف مردم عصبانی نشویم. اما ما حق انتخابمان را در این لحظه زیر پا گذاشتیم، تقلید کردیم و تمام ابزارهای من ذهنی را در سبب سازی ذهن به کار بردیم؛ بنابراین من ذهنی مان روز به روز قوی تر و دردهایمان بیشتر شد.

سه ویژگی مهم من ذهنی: آفل، قضاوت و مقاومت، هر سه
یک جا جمع می شوند.

همانندگی با یک چیز آفل در مرکز ما، منجر به قضاوت و
مقاومت می شود. درست مثل یک فرمول شیمیایی است
که ترکیب این سه عامل منجر به مانع سازی، مسئله سازی و
دشمن سازی می شود. و دردهایی مثل رنجش، خشم، کینه،
پندار کمال حاصل آنهاست.

بیشتر رابطه‌ها سرناموس و حیثیت من ذهنی
خراب می‌شود. برای این‌که انسان‌ها نمی‌خواهند
و نمی‌توانند عذرخواهی کنند. شخص
می‌گوید من با این عظمت بگویم اشتباه
کردهام؟!!

حضور و اصل ما باید با فضاگشایی و قرار گرفتن زیر
گرمای قضا و کنفکان از دل این من‌ذهنی و دردهایش
بیرون بیاید. تا آن گرما از طرف زندگی نرسد،
نمی‌توانیم بیرون بیاییم.

مهم است که این‌ها را بدانیم و این کار را قبل از
این‌که آسیب مهمی به ما برسد و ما را فلج کند،
انجام دهیم.

قدرت در این است که انسان اقرار کند اشتباه کردم، هم به خودش، هم به دیگران. نه این که ناموس (آبروی مصنوعی) ایجاد کند و از زیر بار اشتباهش دَربرود؛ این نشانهٔ ضعف است. من ذهنی ضعف خود را قدرت تلقی می‌کند.

قدرت در این است که انسان اقرار کند اشتباه
کردم، هم به خودش، هم به دیگران. نه این که
ناموس (آبروی مصنوعی) ایجاد کند و از زیر
بار اشتباهش دربرود؛ این نشانه ضعف است.
من ذهنی ضعف خود را قدرت تلقی می کند.

خُنک جانی که بر بامش همی چوبک زَنَد امشب
شود همچون سَحَر خندان، عَطای بی‌عدد بیند

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۸۲

چوبک زدن: پاسبانی کردن، نگهبانی کردن.

ممکن است من‌های ذهنی دیگر برای شما مسئله ایجاد کنند، فضای درون شما را ببندند. مثلاً یک نفر به شما توهین کند، حرف‌هایی بزند که شما شرطی شده‌اید عصبانی شوید، اما شما در این لحظه ایستاده‌اید، ناظر ذهنتان هستید و این چالش را به راحتی یا با درد هشیارانه پشت سر می‌گذارید؛ بنابراین اگر به‌طور پیوسته نگهبان هشیاری‌تان باشید، عطای بی‌عدد را از طریق خداوند می‌بینید.

مُقْبِل: نیک‌بخت

حق، فشانَد آن نور را بر جانها
مُقْبِلان برداشته دامانها

و آن تارِ نور را او یافته
روی، از غیرِ خدا برتافته

مولوی، مثنوی، دفتر اول،
بیت ۷۶۰-۷۶۲

هر که را دامنِ عشقی نا بُده
ز آن تارِ نور، بی‌بهره شده

ما باید مانند انسان‌های نیک‌بخت از لطفی که
زندگی در حقمان می‌کند استقبال کنیم. ما هم
باید بدون هیچ شکایتی با گشودن فضا، تسلیم
و توکل، دامنمان را از نورِ زندگی پُر کنیم و نور
و غذای جهان را قطع کنیم. در غیر این صورت از
لطف خداوند بی‌بهره خواهیم شد.

نباید از تاریکی ذهن بترسیم. آب حیات در
تاریکی ذهن است. فقط باید با خواست،
کوشش و مسئولیت خودمان یکی یکی از
تاریکی این همانیدگی‌ها بیرون ببریم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم،
بیت ۳۹۹۶-۳۹۹۸

پیشتر از واقعه، آسان بُود
در دلِ مردم، خیال نیک و بد

چون درآید اندرونِ کارزار
آن زمان گردد بر آن کس کار، زار

چون نه شیری، هین منہ تو پای، پیش
کآن اجل گُرج است و، جانِ توسست، میش

شما حقیقتاً باید همانیدگی‌ها را شناسایی کنید و بیندازید و اگر در ذهن انداختن آن‌ها را تجسم کنید، این کار به نظرتان آسان می‌آید اما به محض این‌که به عمل می‌پردازید، خواهید دید که کار آسانی نیست.

مثلاً ما در ذهن فکر می‌کنیم رها شدن از همانیدگی با پول کاری ندارد و من به راحتی می‌توانم آن را انجام دهم، ولی در عمل این کار مشکل است. اظهار شجاعت قبل از جنگ معنی ندارد، باید عمل کنید.

آیا شما در جمع که صحبت می‌کنید، اظهار دلاوری و شجاعت می‌کنید ولی در عمل وقتی می‌خواهید قوانین زندگی را رعایت کنید، ضعف نشان می‌دهید و از مرگ می‌ترسید؟

شما پیش خودتان می‌گویید من تمام اخلاقیات را رعایت می‌کنم، آدم منصفی هستم، می‌خواهم من ذهنی‌ام را کوچک کنم، اما وقتی یک نفر حرفی می‌زند به شما برمی‌خورد، واکنش نشان می‌دهید و خشمگین می‌شوید. آن حرف کجا و این عمل کجا.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم،
بیت ۴۰۲۱

ز آنکه زادوگم خبالاً گفت حق
کز رفاق سُست، برگردان ورق

من‌های ذهنی ادعا دارند، ملامتگر و ایرادگیرند. آن‌ها با آواز بلند می‌نالند و
زیاد هم حرف می‌زنند.

اگر شما در کار زنده شدن به خدا جدی هستید، با من‌های ذهنی که سست
بوده و متعهد نیستند همراه نشوید و با هم کار نکنید. زیرا جز تباهی و
دل‌سردی و ناامیدی چیزی به شما نمی‌افزایند.

باید در این لحظه تشخیص دهیم که آیا لازم است
دنبال حرص و درد برویم؟ آیا این تنگ نظری ما واقعاً با
فراوانی زندگی همخوانی دارد؟ برای ما چه فایده دارد
که موجب زیان مردم شویم و موفقیت دیگران را
نبینیم؟ در این صورت آبروی انسانی خودمان را به عنوان
امتداد خدا می ریزیم.

امروز شما می‌دانید که خودتان با اعمال خودتان به این روز رسیده‌اید. این مسئولیت را هم قبول کنید که در جبر نیستید. بگویید مسئولیت تغییر و اداره خودم را به عهده می‌گیرم و به حرف ملامت‌گران که وقت مرا تلف می‌کنند، گوش نمی‌دهم.

از تو رُسته‌ست، ار نکوی است ار بد است
ناخوش و خوش، هر ضمیرت از خودست

گر به خاری خسته‌یی، خود کِشته‌ای
ور حریر و قَزْ دَری خود رشته‌ای

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۴۳-۳۴۴۴

وضعیت ما خوب یا بد، هرچه که هست خودمان آن را ساخته‌ایم. این که در ذهنمان حس شادی می‌کنیم یا حس ناخوشی از خودمان است. اگر مانند خاری بر پای خودمان و دیگران فرو رفته‌ایم خودمان کِشته‌ایم، اگر راحت و در حضور بوده و هشیاری نظر داریم، خودمان آن را رِشته‌ایم. اگر این را قبول کنیم در این صورت می‌توانیم تغییر کنیم.

اگر نه عشقِ شمس‌الدین بُدی در روز و شب ما را
فراغت‌ها کجا بودی ز دام و از سبب ما را؟!

بُتِ شهوت برآوردی، دَمار از ما ز تابِ خود
اگر از تابشِ عشقش، نبودی تاب و تب، ما را

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۱

ما می‌خواهیم فضا را باز کنیم تا این آفتاب شمس‌الدین که درواقع طلوع خداست از مرکز ما بالا بیاید. هر لحظه این امکان برای ما آماده و فراهم است. اگر این امکان فضاگشایی نبود ما چگونه می‌توانستیم از دام ذهن و سبب‌سازی آن راحت شویم؟ و اگر گرمای این عشق و خرد زندگی نبود شهوت همانیدگی‌ها دمار از ما درمی‌آورد.

تمام هم و غم ما باید این باشد که این لحظه از جنس زندگی
باشیم، ولی بی مرادی نمی گذارد. شما ناظر بی مرادی ها باشید
و ببینید چگونه من ذهنی بی مرادی را جلوی چشمان شما
می آورد و آن را به مرکز شما هل می دهد. شما را عصبانی
می کند و سبب واکنش می شود.

اگر ما درد زیادی ایجاد کنیم، نمی‌توانیم برگردیم و این دردها را پاک کنیم. ما وقت زیادی نداریم، بدنمان از بین می‌رود و همه چیزمان خراب می‌شود. اگر بین خودمان و همسرمان رنجش ایجاد کنیم، نمی‌توانیم برگردیم و آن را به راحتی درست کنیم، سخت می‌شود. آن موقع باید هر دو طرف کار کنند، ببخشند و فضا را باز کنند. بهتر است از اول این رنجش‌ها را ایجاد نکنیم!

اگر شما این بیت‌ها را درست بخوانید، هشیاری شما
بالا می‌آید. کمی میل شما به عدم و فضاگشایی بیشتر
شده و کشش شما به جهان کم می‌شود. شناسایی
می‌کنید که چیزی که من از جهان می‌گیرم زهر است،
لما من ذهنی این زهر را به من شربت نشان می‌دهد.

تعهد_هماهنگی

تغییر کردن مستلزم عدم کردن مرکز و فضاگشایی است. این کار باید مداومت داشته باشد و تکرار شود. اگر هم به ذهن رفتید دوباره به مرکز عدم برگردید. اسم این کار تعهد و هماهنگی است.

مقاومت

مقاومت یعنی آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد
برای ما مهم است. مقاومت یعنی از کنار هر چیزی
که رد می‌شویم به آن گیر می‌دهیم، از آن اتفاق یک
چیزی می‌خواهیم. مقاومت از من ذهنی برمی‌خیزد
و من ذهنی را به وجود می‌آورد.

قضاوت

به طور ساده شده قضاوت یعنی شما می گوئید این وضعیت خوب یا بد است. اگر شما مقاومت نداشتید، حتماً قضاوت هم نداشتید. در مرکز عدم قضاوت وجود ندارد.

شما می گوئید اگر قضاوت نکنیم شیرازه امور از دست ما در می رود. نه، شما به عنوان زندگی می توانید خوب و بد را تشخیص دهید. نگران آن نباشید، شما فقط مرکز را عدم کنید.

مسئله سازی

به محض این که شما شروع می کنید به مانع سازی، مسئله سازی و دشمن سازی، شما به افسانه و هیروت من ذهنی می روید که واقعاً یک ماشین تولید درد است.

شما خودتان را زیر نورافکن قرار دهید، ببینید در روز چقدر مسئله می سازید، در حالی که می توانید نسازید و از کنارشان رد شوید. اصلاً لزومی به بحث و جدل و اوقات تلخی نبوده. ولی ذهنتان به آن موارد گیر داده و احتیاج به مسئله سازی داشته است.

عذرخواهی

عذرخواهی واقعی از خداوند یعنی فضا‌گشایی و مرکز را عدم کردن و عدم نگه داشتن. خداوندا، من تشخیص ندادم که نباید همانیدگی‌ها در مرکزم باشند. از این‌که مرکزم را جسم کردم، یک افسانه من‌ذهنی و این‌همه درد درست کردم و گردن تو انداختم از تو معذرت می‌خواهم. پس از این، دیگر این کار را نمی‌کنم و همیشه مرکزم را عدم نگه می‌دارم.

پرهیز کن فکان

هرچه فضا در درون من گشوده‌تر می‌شود، به‌نظر می‌آید که روز روشن‌تر می‌شود و من بهتر می‌بینم. هر لحظه شکر و صبرم بیشتر می‌شود. اصلاً برای تبدیل شدن و درست شدن وضعیت‌های بیرون عجله ندارم. می‌بینم یک نیرویی در من واقعاً از همانیدگی‌ها بیشتر پرهیز می‌کند و توجهم در مرکز و روی خودم باقی می‌ماند.

پذیرش شادی آفرینندگی

پذیرش یعنی شما به عنوان یک عنصر فضاگشا هر اتفاقی می افتد مرتب فقط اطراف آن فضا باز می کنید. صرف نظر از این که چه اتفاقی بیفتد یک شادی ذاتی که به وسیله ذهن ایجاد نمی شود، همیشه با شماست. از این حالت شما ناگهان فکرهای جدید و خلاقانه تولید می شود که نمی دانید این فکرها از کجا می آیند.

«پذیرش، شادی و آفرینندگی» نیز با هم هستند. این حالت را ادامه می دهید تا دیگر هیچ همانندگی ای در شما نماند.

شما در این لحظه فضا گشایی را انتخاب
می کنید، از توانایی انتخاب که ویژگی افسان
است استفاده می کنید، درواقع افسان بودن
را اجرا می کنید. افسان بودن یعنی در این
لحظه فضا گشا باشید.

به تدریج که از طریق مولانا فضاگشایی و آمدن به این لحظه را تمرین کردید خواهید دید که فضاگشایی در شما ناخودآگاه صورت می‌گیرد، اتفاق برای شما مهم نیست و هر وضعیتی را این فضای گشوده شده به نفع همه و خردمندانه تغییر می‌دهد. اگر با عقل من ذهنی‌تان مقاومت می‌کردید کار خراب می‌شد.

باید مراقب باشیم من ذهنی ما خودش را به موش مُردگی می زند،
مثل این که هیچ کاری نکرده و همه چیز را گردن دیگران
می اندازد. ما هم چون به عادت فکری کنیم من ذهنی
خودمان هستیم، از آن دفاع و محافظت می کنیم.

هر یک از این ابیات در دفع کردن دیو بدگمان و بد فکر، مانند گلوله‌های آتش هستند که از قلعه آسمان فضای گشوده شده ما انداخته می‌شوند. اگر شما این ابیات را مرتب بخوانید، دیگران نمی‌توانند فضای گشوده شده درون شما را ببندند.

دفتر پنجم

هر یکی در دفع دیو بدگمان

مولوی

بیت ۴۲۳۱

هست نفث انداز قلعه‌ی آسمان

مثنوی

اگر ما از طریق معتبرسازی من‌های ذهنی‌مان به همدیگر کمک نمی‌کردیم، من‌ذهنی تا به حال سقوط کرده بود. زیرا دائماً من‌ذهنی یکدیگر را از طریق واکنش نشان دادن به هم، معتبر می‌کنیم. درواقع اگر تعداد زیادی از انسان‌ها در فضای حضور از کنار هم عبور می‌کردند، باتوجه به این‌که «ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند»، آن‌ها فوراً روی هم اثر می‌گذاشتند، به زندگی ارتعاش می‌کردند و جور دیگری می‌دیدند. می‌فهمیدند دید من‌ذهنی غلط و ضررزننده است.

شما هیچ کس را نصیحت نکنید. هیچ کس، شامل همسر، فرزند، برادر و خواهر و همه اطرافیان شما می شود. هر کس با ریشه خودش به زمین خدا وصل است و باید شمع خودش را روشن کند.

تا کنی مر غیر را خَبر و سَنی

خبر: دانشمند، دانا

خویش را بدخو و خالی می کنی

سَنی: رفیع، بلند مرتبه

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

ما در من‌ذهنی یک مرده هستیم. به جای این که مرده خودمان را زنده کنیم و روی خودمان کار کنیم، مرده‌های دیگر را رفو می‌کنیم که نتیجه‌ای ندارد. تنها زمانی می‌توانیم به دیگران کمک کنیم که به این لحظه زنده باشیم، در این صورت می‌توان زندگی را در دیگران به ارتعاش درآورد.

مرده خود را رها کرده‌ست او
مرده بیگانه را جوید رفو

مولوی، مثنوی
دفتر دوم، بیت ۱۵۱

ما باید واقعاً دست از سر دیگران برداریم و برایشان تکلیف تعیین نکنیم، روش زندگی نشان ندهیم.

اگر ما در گودال و چاه من‌ذهنی هستیم، باید روی خودمان کار کنیم، دست از سبیل دیگران برداریم. هر موقع فضا را باز کردیم، زندگی درونی ما انعکاسش در بیرون بهشت شد، آن‌ها خودشان می‌بینند. آن موقع می‌توانیم مثل مولانا شعر بگوییم، کتاب بنویسیم، دیگران هم بخوانند. بخوانند، نه این‌که برویم به زور تحمیل کنیم، آن‌ها را به جایی نمی‌کشیم.

در گوگ و در چھی اک قَلَتَبان دست وادار از سِبَال دیگران

گو: گودال

قَلَتَبان: بی‌حمیت، بی‌غیرت

چون به بُستانی رسی زیبا و خوش
بعد از آن دامن خَلقان گیر و کَش

سِبَال: سبیل

مولوی، مثنوی، دفتر سوم

ابیات ۲۲۳۵ - ۲۲۳۷

اک مُقیم حبس چار و پنج و شَش
نغز جایی، دیگران را هم بکَش

با هرچه همانیده شوید در تله و زندان آن گرفتار می‌شوید.
با پندار کمال فکر می‌کنید خیلی بالا رفته‌اید که این دید
اشتباه است. اگر تعداد این همانیدگی‌ها زیاد باشد،
دیگر نمی‌توانید از دام آن‌ها بیرون بیایید و در ذهن
می‌مانید. اکنون همین اتفاق برای ما افتاده‌است.

با یک باوری همانیده می‌شویم، به دامش می‌افتیم و
می‌گوییم این حقیقت است. حتی سر آن باور جانمان را
می‌دهیم. اما این فقط یک باور است! انسان باورساز و
فکرساز است. همه این‌ها را خودش ساخته است.

شما با ذهنتان عاشق کسی می‌شوید، درواقع عاشق نمی‌شوید هم‌هویت می‌شوید. چقدر باید درد بکشید تا بخواهید از او جدا شوید. تا دیروز هیچ اتفاقی نیفتاده بود شما آزاد بودید، اما امروز مرتب راجع به او فکر می‌کنید و او هم نمی‌داند. دائماً حول محور او می‌گردید، چه کسی به تله افتاده؟ شما. پول هم همین‌گونه است. پول نمی‌داند که چیست، ما فکر می‌کنیم پول را صید کرده‌ایم درحالی‌که پول ما را صید می‌کند.

در زمانه صاحبِ دامی بُود؟

همچو ما احمق که صیدِ خود کند؟

مولوی، مثنوی

دفتر پنجم، بیت ۴۰۷

در من ذهنی ما توازن را از دست می‌دهیم. حرص نشان می‌دهد توازنی در زندگی ما وجود ندارد. این که از هر چیزی چه مقدارش خوب است در ترازوی زندگی تعیین می‌شود. شما اشخاصی را می‌بینید که پولشان زیاد است اما همه چیزشان از جمله روابطشان از بین رفته. نمی‌توانند به کسی خدمتی کنند و خوشحال و خوشبخت نیستند.

وقتی شما دارید تغییر می‌کنید. درمورد وضعیت خود هیچ چیزی
نگویید. خودتان را با خط‌کش ذهن ارزیابی نکنید. و با خوب
و بد دانستن موقعیت خود با ذهنتان دخالت و قضاوت نکنید.
آیا من به حضور زنده می‌شوم؟ این حرف‌ها را من ذهنی می‌زند
شما فقط مرکز خود را عدم کنید.

جبر یک حس عدم توانایی برای تغییر است که من ذهنی به انسان تحمیل می‌کند. مرکزت را عدم کن و این فضای اجبار را ترک کن. اکنون دیگر می‌دانی که تو خودت فضا را بسته‌ای که این من ذهنی درست شده‌است، می‌توانی فضا را باز کنی تا سقوط کند، متلاشی شود، بریزد و تو به زندگی زنده شوی.

ترک کن این جبر را که بس تهی‌ست
تا بدانی سِرِّ سِرِّ جبر چیست

مولوی، مثنوی
دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۷

جبر ما این است که به زندگی زنده شویم. هیچ راه دیگری نداریم چون در هر جهتی که رفته‌ایم بلا دیده‌ایم. در این جهان هر کاری که بدون حضور می‌کنیم، به ما درد می‌دهد. این یعنی قبل از هر کاری باید اول به خدا زنده شویم.

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

از هر جهتی تو را بلا داد
تا بازگشت به بی‌جهات

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸

اکنون من تصمیم گرفته‌ام معشوق نباشم، نمی‌خواهم مردم مرا بپرستند. من عاشق زندگی هستم.

وقتی عاشق چیزها بودم، آن‌ها مرا به پندار کمال بردند. فکر می‌کردم دارم تکامل پیدامی‌کنم، پس همه باید به من تعظیم کنند. چون از همه مهم‌تر بودم و بیشتر می‌دانستم. می‌خواستم معشوق شوم؛ در صورتی که معشوق، یکی و آن هم خود زندگی‌ست. همه ما باید معشوقی را ترک کنیم و عاشق شویم و فکر نکنیم که زیبا، عالی، کامل و پیروز هستیم.

ترکِ معشوقی کن و، کن عاشقی ای گمان برده که خوب وفاقی

فایق: برگزیده
چیره، مسلط

مولو، شور، دقتر پنجم، بیت ۳۱۸۹

وقتی شما مرکز را عدم می‌کنید، هیچ می‌شوید،
من ذهنی دیگر نیست می‌شود. فکرهای من ذهنی
دیگر نیست. آن‌جا می‌توانید آفریدگاری خداوند
را در کار ببینید، در آن‌جا فقط ناظر هستید
و فقط نگاه می‌کنید.

وقتی شما فضا را باز می‌کنید و یک همانیدگی را می‌اندازید، درواقع خودتان را آزاد می‌کنید و عمل واهمانش انجام می‌دهید. مزه آزاد شدن هشیاری را می‌چشید. مثلاً رنجشی را بخشیدید کلی شادتر شدید، یک رنجش دیگر را می‌بخشید می‌بینید باز هم شادتر و آزادتر شدید؛ بنابراین دیگر این کار (واهمانش) را رها نمی‌کنید.

شما اگر واقعاً چند ماه روی خودتان کار کنید می بینید دیگر از جهان چیزی نمی خواهید. از تأیید و تعریف مردم اصلاً خوشتان نمی آید.

در صورتی که قبلاً تشنه این چیزها بودید، اگر کسی زیبایی و داشته هایتان را تحسین می کرد شما احساس بزرگی می کردید. اما حالا علاقه ای به این چیزها ندارید. تعریف دیگران از شما به نظرتان خنده دار می آید.

خداوند در ذاتش شادی دارد و ما هم که از جنس او هستیم این خصوصیت را داریم. بنابراین ما به چیزی در بیرون از خودمان احتیاج نداریم تا از آن شادی بگیریم. همین که فضا را باز کنیم متوجه خواهیم شد که درست کردن یک من ذهنی، نگاه کردن به چیزهای این جهانی و تغذیه کردن از آن ها در حدّ مقام ما نیست. اصل ما با فضا گشایی و مرکز عدم شناخته می شود.

وقتی مرکز خود را عدم می‌کنید زندگی می‌خواهد با جذبه و عنایت خودش همانیدگی‌ها و دردها را از شما بیرون بکشد. جهان بیرون و ذهن هم شما را به سوی خودش می‌کشد. اما زور زندگی، زور خداوند، در این لحظه از زور جهان بیشتر است.

شما لازم نیست سعی کنید با ذهنتان بفهمید که چگونه و چه وقت خداوند از شما چه چیزی را بیرون می‌کشد، این‌ها را فقط خداوند می‌داند. این فکرها شما را در ذهن نگه می‌دارد.

ما هر لحظه از یک طرف به سوی جهان می رویم
و از یک طرف دیگر به سوی خدا کشیده
می شویم. بستگی به این دارد که در این لحظه
چه انتخابی می کنیم. آیا فضاگشایی می کنیم یا
فضابندی؟

وقتی انسان از دام همانیدگی‌ها آزاد می‌شود،
متوجه می‌شود از چه چیزی رهیده، در نتیجه شکر
می‌کند که همچون راه نجاتی پیش پایش قرار
داده شده. شکر می‌کند که مولانا آمده و زندگی
توانسته درس‌هایش را از طریق مولانا به او بدهد.

حالا دیگر ما فهمیده‌ایم جریان چیست. آثار بیداری را
در خودمان می‌بینیم. آثار نظم گرفتن و توازن زندگی‌مان
را می‌بینیم؛ این که همه چیز هم‌جهت و با خرد زندگی
پیش می‌رود. مواظب هستیم و پرهیز می‌کنیم که همانیده
نشویم. آثار و انعکاس بالا آمدن این خورشید حضور را
در خودمان می‌بینیم.

شما دست از سر خودتان بردارید، دست از تعریف و
توجیه این که چگونه فضاگشایی کنید بردارید، دست از
سؤال کردن بردارید. زیرا توضیح خداوند و زنده شدن
به او به وسیله ذهن، شما را در ذهن نگه می دارد.

خاموش کردن ذهن و صبر
کردن، جذب کننده
شدید رحمت الهی است.

انسانِ عالی و انسانِ پیشرفته کسی است که در هیچ سطحی خودش را واصل به خداوند نداند، یعنی سطح ذهنی برای خودش تعریف نکند. مخصوصاً مردم به ما می‌گویند شما دانشمند هستید و همه چیز را می‌دانید. این‌ها باعث می‌شود ما در همان وضعیت ذهنی متوقف شویم و به اشتباه فکر کنیم که استاد و واصل به حق شده‌ایم.

هشیاری خالص، خداوند پاک است. همه فکرهای ما راجع به خداوند غلط است؛ مگر این که خودش در ما فکر کند که آن موضوع دیگری است. آن موقعی است که در این لحظه روی خودمان قائم شده و از این لحظه تکان نمی‌خوریم، یعنی دیگر جاودانه شده‌ایم.

ما نباید در هیچ حالتی از زنده شدن به خدا متوقف شویم. این راهی که ما می‌رویم هیچ‌جا توقف ندارد. تا عمر داریم می‌رویم. درست است که با فضاگشایی از لحظه‌ای که وارد فضای یکتایی می‌شویم زندگی ما شروع می‌شود، اما این عمق داشتن و تکامل ما پایان ندارد. نمی‌خواهیم به هیچ‌جا برسیم چون دائماً در مسیر هستیم.

**بعد از مدتی کار کردن روی خودتان از هر
کاری که منذهنی می‌کند، بدتان می‌آید.
کسی که به زندگی زنده شده اصلاً محال
است که دروغ بگوید و خودنمایی کند و دیگر
دوست ندارد با چیزی هم‌هویت باشد.**

ما باید بدانیم چه زمانی از طریق من ذهنی عمل می کنیم.
فکری که در این لحظه می آید آیا از من ذهنی مان می آید یا از
حضور؟

آیا من عذرخواهی اصیل می کنم؟
این بیت هایی که می خوانم تغییری در من ایجاد کرده است؟
آیا در جبر من ذهنی هستم؟
آیا من تسلیم می شوم و در این لحظه رضا دارم؟

خودتان را امتحان کنید ببینید فراوانی اندیش
هستید و رواداشت دارید؟ میل به خدمت و کمک
دارید؟ اگر از شما سوآلی کنند و بلد باشید، پاسخ
می‌دهید یا از ترس این که کسی پیشرفت کند و از
شما جلو بزند، نمی‌گویید؟

اگر شمار واداشت، فراوانی اندیشی و خدمت ندارید و
به خاطریك سبب سازی ذهن کسی را دوست دارید، باید
روی خودتان کار کنید چون هنوز بر اساس من ذهنی فکر و
عمل می کنید.

همه ما آماده زنده شدن به خدا هستیم. ممکن است شما دردها و همانیدگی‌هایی داشته باشید و بگویید نه من آماده تبدیل شدن نیستم.

همه انسان‌ها اگر به بوی خوش نصیحتِ بزرگان توجه کرده و عمل کنند، می‌توانند به زندگی زنده شوند. این که هرکسی می‌تواند در این لحظه فضاگشایی کند نشانه آماده بودن او است.

وقتی ما انسان بزرگی مثل مولانا را می‌بینیم که چه پدیده‌ای بوده، چگونه این داستان‌ها را ساخته و این شعرها را گفته، متوجه می‌شویم زندگی از طریق او حرف زده‌است.

او مثل خورشیدی بالا آمده و حرف حکمت را زده. پس از درون ما هم این حرف‌ها می‌تواند زده شود. در جهان یک استاد وجود دارد که می‌خواهد از درون همه ما صحبت کند.

اکثریت مردم جهان من ذهنی را اصل می‌شمارند. اعتقادی به وحدت مجدد ندارند، متأسفانه فقط در ذهنشان خداشناس هستند.

ما خودمان را لایق این نمی‌دانیم که به خداوند زنده بشویم، ولی نمی‌دانیم که مایی وجود ندارد. او خودش است، خودش را به صورت من ذهنی درآورده، اگر ما دخالت نکنیم، دوباره این پوسته را می‌اندازد، در ما به صورت خورشید بالا می‌آید.

آیا شما متمایل به این می‌شوید که حقیقتاً فضا را
باز کنید و از عقل من‌ذهنی بگذرید؟ آیا شما آن
چیزی که از جهان می‌آید زهر می‌دانید یا پادزهر
می‌دانید؟ عقل من‌ذهنی را که دردساز است،
مسئله‌ساز می‌دانید؟ زهرساز می‌دانید؟ وضع شما
چه‌جوری است؟

همه ما باید اجازه بدهیم این خورشید زندگی یا زندگی به صورت
خورشید از درون ما بالا بیاید. وقتی بالا می آید، می رود بالای
منبر صحبت می کند، ما به عنوان من ذهنی هیچ صحبتی
نمی کنیم، بلکه مرید او هستیم. چون امتداد او هستیم، او
به ما می گوید چکار کن، چه فکری کن، ما هم همان فکر را
می کنیم، همان عمل را می کنیم.

خیزید محسپید که نزدیک رسیدیم آواز خروس و سگ آن کوی شنیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

والله که نشانهای قروی ده یار است آن نرگس و نسرین و قَرْنَفُل که چریدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

قَرْنَفُل: گل میخک

قَرَو: جوی آب، علایم پیدا شدن و کشف شدن. قَرَو: گلزار



از ذوقِ چراگاه و ز اشتابِ چریدن وز حرص، زبان و لب و پَدفوز گزیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

پَدفوز: گرداگرد دهان

چون تیر پریدیم و بسی صید گرفتیم گرچه چو کمان از زه احکام خمیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

ما عاشقِ مستیم، به صد تیغِ نگرديم شیریم که خونِ دلِ فغفورِ چشیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

فغفور: لقب پادشاهان چین

مستانِ الستیم، بجز باده ننوشیم بر خوانِ جهان نی ز پیِ آتش و ثریدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

ثرید: آبگوشت

حق داند و حق دید که در وقتِ کشاکش از ما چه کشیدند و از ایشان چه کشیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

خیزید، مخسپید که هنگامِ صبح است استارهٔ روز آمد و آثار بدیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۴۸۰

استارهٔ روز: کنایه از خورشید



شب بود و همه قافله محبوسِ رباطی خیزید کز آن ظلمت و آن حبس رهیدیم

رباط: کاروان سرا

مولوی، دیوان شمس،
غزل شماره ۱۴۸۰

خورشید، سولان بفرستاد در آفاق کاینک یَزْکِ مشرق و ما جیش عتیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

آفاق: کرانه‌های آسمان، جهان هستی، وجود جیش: لشکر

یَزْکِ: پیش‌قراول و مقدمه لشکر عتید: مهیا، آماده

هین، رو به شَفَقِ آر اگر طایرِ روزی
کز سویی شفق چون نَفَسِ صبح دمیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

شَفَق: سرخی هنگام طلوع خورشید

طایر: پرواز کننده، پرنده

هر کس که رسولی شفق را بشناسد ما نیز در اظهارِ برو فاش و پدیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰



و آن کس که رسولی شفق را نپذیرد هم محرم ما نیست، برو پرده تنیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

خفاش نپذرفت فرو دوخت ازو چشم ما پرده آن دوخته را هم بدریدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

تریاقِ جهان دید و گمان برد که زهر است ای مزده دلی را که ز پندار خریدیم

تریاق: پادزهر، نوش دارو

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

خامش کن تا واعظ خورشید بگوید کو بر سر منبر شد و ما جمله مریدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰

پس شما خاموش باشید اَنْصِتُوا تا زبان تان من شوم درگفت و گو

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲



اَنْصِتُوا رَا گوش کن، خاموش باش
چون زبانِ حق نگشتی، گوش باش

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶

خُطَوَتِیْنِ بود این رَه تا وصال ماندهام در رَه ز شُستت شصت سال

مولوی، مثنوی، دفتر
چهارم، بیت ۱۵۴۹

شُست: قلاب
ماهگیری

این راه تا وصال به معشوق دو قدم بیشتر فاصله ندارد، درحالی که من در این راه شصت سال است که از کمند وصال تو دور ماندهام.

خُطَوَتِیْن: دو قدم، دو گام؛ بایزید نیز خُطَوَتِیْن را اینگونه بیان می کند: هرچه هست در دو قدم حاصل آید که یکی بر نصیب های خود نهد و یکی بر فرمان های حق. آن یک قدم را بردارد و آن دیگر بر جای بدارد.

مولوی، مثنوی، دفتر
دوم، بیت ۱۹۵۷-۱۹۵۹

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 مَرْدُمِ دَرَد



دانی که در این کوی رضا بانگ سگان چیست؟

مُخَنَّت: ترسو

تا هر که مُخَنَّت بُود آنش بِر ماند

حاشا ز سواری که بُود عاشق این راه

که بانگِ سگِ کوی دلش را بِطیاند

طَپیدن: لرزیدن، بی آرام شدن،
بی قراری کردن

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲

خوابِ خرگوش و سگ اندر پی خطاست خواب، خود در چشمِ ترسنده کجاست؟

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۷

مولوی، مثنوی، دفتر
دوم، بیت ۶۳۸-۶۳۹

یک سگ است، و در هزاران می رود
هر که در وی رفت، او او می شود

هر که سردت کرد، می دان کو در اوست
دیو، پنهان گشته اندر زیر پوست



نفس و شیطان، هر دو یک تن بوده‌اند

در دو صورت خویش را بنموده‌اند

چون فرشته و عقل، کایشان یک بُدند

بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳ - ۴۰۵۴

دشمنی داری چنین در سر خویش مانع عقل ست و، خصم جان و کیش

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵

دَمِ او جان دَهَدَت، رَو ز نَفَخْتُ بپذیر
کارِ او کُنْ فیکونست، نه موقوفِ علل

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

هله ای دل به سما رو، به چراگاه خدا رو
به چراگاه ستوران چو یکی چند چَریدی

ستور: چهارپا

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۲۰



تو همه طمع بر آن نه، که درو نیست امیدت
که ز نومییدی اوّل تو بدین سوی رسیدی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۲۰

جُز توگّل جز که تسلیم تماّم
در غم و راحت همه مکرست و داه

مولوی، مثنوی، دفتر اوّل،

بیت ۴۶۸

جز که تسلیم و رضا کو چاره‌ای؟

در کفِ شیرِ نرِ خون‌خواره‌ای

مولوی، مثنوی، دفتر ششم،

بیت ۵۷۷

بازگرد از هست، سوی نیستی

ربّانی: خداپرست، عارف

طالبِ ربّی و ربّانیستی

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۸۸

کارگاهِ صنمِ حق، چون نیستی است پس برونِ کارگه بی‌قیمتی است

صنع: آفرینش، آفریدن

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۰



هین قُمِ اللَّیْلِ کہ شمعِی ای هُمَام

شمع اندر شب بُود اندر قیام

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم،

بیت ۱۴۵۶

«يَا أَيُّهَا الْمُزَّمِّلُ. قُمِ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا.»

«ای جامهٔ فکرت بر خود پیچیده، شبِ ذهن را

بیدار و هشیار بمان، مگر اندکی را.»

قرآن کریم، سورۃ مُزَّمِّل (۷۳)، آیه ۲-۱

خواند مُزَمِّل نَبی را زین سبب که بُرون آیی از گلیم ای بُوالْهَرَب

«از این رو خداوند، پیامبر را «گلیم به خود

پیچیده» خواند و بدو خطاب کرد که ای گریزان از

خلایق، از گلیم خلوت و انزوا بیرون آ.»»
بُوالْهَرَب: گریزان

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۵۳

«يَا أَيُّهَا الْمُرْمَلُ. قُمْ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا.»

«ای جامهٔ فکرت بر خود پیچیده، شبِ ذهن را
بیدار و هشیار بمان، مگر اندکی را.»

قرآن کریم، سورہٴ مُرَّمَل (۷۳)، آیہ ۱-۲

نَفْسِت اژدرهاست، او کی مُرده است؟

مولوی، مثنوی،

دفتر سوم، بیت ۱۰۵۳

از غم و بی‌آلتی افسرده است

توبه کن، بیزار شو از هر عَدُو

مولوی، مثنوی،

دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۴

کو ندارد آبِ کوثر در کدو



عَدُو: دشمن

مُداه: شراب

بر کنارِ بامی ای مستِ مُدام
پست بنشین یا فرود آ، وَالسَّلَام

هر زمانی که شدی تو کامران
آن دَمِ خوش را کنارِ بام دان

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۶_۲۱۴۷

قُمْ: بر فیز

مولوی، مثنوی، دفتر
پنجم، بیت ۱۲۸۲

چونکه چشمش را گشاید امرِ قُمْ پس بخندد چون سحرِ بلِ دُوم

«يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ، قُمْ فَأَنْذِرْ.»

«ای جامهٔ فکرت در سر کشیده، برخیز و هشدار ده.»

قرآن کریم، سورهٔ مُدَّثِّر (۷۴)، آیه ۱-۲

چون در عدم آییم و سر از یار برآریم

از سنگِ سیه نعره اقرار برآریم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۲

«الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ.»

«کسانی که چون مصیبتی به آنها رسید گفتند:

«ما از آن خدا هستیم و به او بازمی‌گردیم.»»

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۱۵۶



بر کارگه دوست چو بر کار نشینیم
مر جمله جهان را همه از کار برآریم
گلزار رخ دوست چو بی پرده ببینیم
صد شعله ز عشق از گل و گلزار برآریم
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۲

انکسار: شکسته شدن،
شکستگی؛ مجازاً فضوع
و فروتنی

جمله استادان پی اظهار کار
نیستی جویند و جای انکسار

صَمَد: بی نیاز و پاینده،
از صفات خداوند

لا جَرَم استادِ استادان صَمَد
کارگاهش نیستی و لا بُود

مولوی، مثنوی، دفتر
ششم، بیت ۱۴۶۸-۱۴۷۰

هرکجا این نیستی افزون تر است
کارِ حق و کارگاهش آن سر است

تو مباش اصلأً، کمال این است و بس
تو ز تو لا شو، وصال این است و بس

عطار، منطق الطیر، فی التومید باری تعالی جل و علا،
مکایت عیاری که اسیر نان و نمک فورده را نکشت

مولوی، مثنوی،
دُفتر چہارم، بیت
هر که را مُشکِ نصیحت سود نیست
لا جَرَمَ با بُویِ بَد خُو کردنِ ست

کرم کو زاده است در سرگین، اَبَد
می‌نگرداند به عنبر، خُوی خُود

چون نَرَد بر وی نثارِ رَشْ نور
او همه جسم است، بی‌دل چون قُشور

رَشْ: پاشیدن
قُشور: جمع قشر
به معنی پوست

مولوی، مثنوی، دفتر

چهارم، بیت ۲۹۷_۲۹۹

ور ز رَشْ نور، حق قسمیش داد

هم‌چو رسمِ مصر، سرگین مرغ زاد

تا به دیوار بلا ناید سرش
نشود پند دل آن گوش کرش

مولوی، مثنوی،
دفتر پنجم، بیت
۲۰۶۳

پند گفتن با جَہول خوابناک
تخم افگندن بُوَد در شورِ خاک

جَہول: نادان

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۶۴

خُنک جانی که بر بلّاش همی چوبک زَنَد امشب
شود همچون سحر خندان، عطای بی عدد بیند

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۸۲

چوبک زدن: پاسبانی کردن، نگهبانی کردن



مُقبِل: نیک‌بخت

حق، فشانَد آن نور را بر جانها
مُقبِلان برداشته دامانها
و آن نثارِ نور را او یافته
روی، از غیرِ خدا برتافته

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۶۰-۷۶۱

هر که را دامنِ عشقی نا بُده

ز آن نثارِ نور، بی بهره شده

حدیث «إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى خَلَقَ خَلْقَهُ فِي ظُلْمَةٍ فَأَلْقَى عَلَيْهِمْ مِنْ نُورِهِ. فَمَنْ أَصَابَهُ مِنْ ذَلِكَ النُّورِ اهْتَدَى وَ مَنْ أَخْطَأَهُ ضَلَّ.»

«همانا خداوند بلند مرتبه، آفریدگان را در تاریکی بیافرید. پس روشنی خود را بر آنان بتابانید. هر که را آن نور، برخورد به راه راست آید، و هر که مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۶۲ را آن نور برخورد به گمراهی رود.»

کورم از غیرِ خدا، بینا بدو مقتضایِ عشقِ این باشد بگو

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۳

مقتضا: لازمه، اقتضا شده



یک شب چو ستاره گر نَخسپی تا روز

درتابد این چنین مه جان افروز

جان افروز: نشاط آورنده، تازه کننده، روشن کننده جان

در تاریکیست آب حیوان، تو مَخسپ

شاید که شبی در آب اندازی پوز

پوز: دور و بر دهان، دهان

پوز در آب انداختن: آب

خوردن، سیراب شدن مولوی، دیوان شمس، رباعی شماره ۹۷۳

پیشتر از واقعه، آسان بُود
در دلِ مردم، خیال نیک و بد

واقعه: حادثه، پیکار

کارزار: میدان جنگ، جنگ و
جدال، پیکار، نبرد

چون درآید اندرونِ کارزار
آن زمان گردد بر آن کس کار، زار

مولوس، شوس، دقتر سوم، پیت

چون نه شیری، هین منہ تو پای، پیش
کآن اجل گُرج است و، جانِ توست، میش

۳۹۹۸-۳۹۹۶

ور ز ابدالِ و، میشت شیر شد
ایمن آ، که مرگِ تو سرزیر شد

آبدال: مردم شریف، صالح و
نیکوکار، مردان خدا
سرزیر: مغلوب، سرازیر، سرنگون

کیست ابدال، آنکه او مُبدَل شود
خمرش از تبدیلِ یزدان، خَل شود

مُبدَل: عوض شده، تبدیل شده
خمر: شراب
خَل: سرکه

مولوی، شوی، دقّر سوم، پیت

۳۹۹۹-۴۰۰۱

لیک مستی، شیرگیری وز گمان
شیر پنداری تو خود را هین مران

گفت حق ز اهلِ نفاقِ ناسدید بَأْسُهُمْ مَا بَيْنَهُمْ بَأْسٌ شَدِيدٌ

ناسدید: ناراست،
نادرست

«خداوند دربارهٔ اهل نفاق که مردمی ناراست‌اند، فرمود: «آنان در جمعِ خود
دلاوری و شجاعت زیاد اظهار می‌کنند...»»

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۰۲

«... بَأْسُهُمْ بَيْنَهُمْ شَدِيدٌ...»

«... به همدیگر اظهار شجاعت می‌کنند...»



اسم خواندی، رو مسمی را بجو

مه به بالا دان، نه اندر آب جو

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۵۷

مُسمی: نامیده شده، نام کرده شده، صاحب نام

ای ز غم مُرده که دست از نان تُهی ست

چون غفورست و رحیم، این ترس چیست؟

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷

در میانِ همدگر مردانه‌اند در غذا چون عورتانِ خانه‌اند

مولوی، مثنوی، دفتر سوم،

بیت ۴۰۰۳_۴۰۰۴

گفت پیغمبر، سپهدارِ غُیوب
لاشُجاعَه یا فَتٰی قَبْلَ الحُرُوب

عورتان: زنان

«حضرت رسول، که سردار و سپهسالار جهان غیب است، فرموده‌است: «ای جوان، پیش از جنگ، شجاعت مفهومی ندارد.»»

غُیوب: جمع غیب، غایب شدن، ناپدید شدن



شَشه می گیر و روزِ عاشورا
تونستانی به کربلا بودن

مولوی، دیوان شمس،

غزل شماره ۲۱۰۲

شَشه: شش روز
اول بعد از عید فطر



مولوی، شوی، دقتر سوم،

سیت ۲۰۰۵-۲۰۰۷

وقت لاف غزو، مستان کف کنند

وقت جوش جنگ، چون کف بی‌فنند

وقت ذکر غزو شمشیرش دراز

غزو: جنگ کردن، جنگاوری

وقت کَر و فر تیغش چون پیاز

وقت اندیشه، دلِ او زخم‌جو

کَر و فر: جنگ و گریز

پس به یک سوزن تهی شد خیکِ او

من عجب دارم ز جُویایِ صفا
مولهی، مثنوی، دفتر سوم،
بیت ۴۰۰۸_۴۰۱۰
کو رَمَد در وقتِ صیقل از جَفا

عشق چون دعوی، جَفا دیدن گواه
چون گواهِت نیست، شد دعوی تباه
چون گواهِت خواهد این قاضی، مَرَنج
بوسه ده بر مار، تا یابی تو گنج

آن جفا با تو نباشد ای پسر
بلکه با وصفِ بدی، اندر تو در
مولوی، شوی، دفتر سوم، بیت
۴۰۱۱-۴۰۱۳

بر نَمَد، چوبی که آن را مرد زد
بر نمد آن را نزد، بر گرد زد
گر بزد مر اسب را آن کینه کش
آن نزد بر اسب، زد بر سُکسُکش

کینه کش: انتقام جو، انتقام گیرنده
سُکسُک: اسبی که تند حرکت کند و
ضمن راه رفتن خود را سخت بجنباند
به طوری که سوار دچار تکان های
شدید شود، اسبی که بد راه برود،
اسب تیزرو، ضد^۴ راهوار

تا زُسْكَسْكَ وارهَد خوش پی شود شیره را زندان کنی تا می شود

مولوی، شوی، دقتر سوم، بیت ۴۰۱۴

خوش پی: خوش رفتار و راهوار، خوش خو

خُطَوَتَّینی بود این رَه تا وِصال ماندهام در رَه ز شَسْتت شصت سال

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۹

«این راه تا وصال به معشوق دو قدم بیشتر فاصله ندارد، درحالی که من در
این راه شصت سال است که از کمند وصال تو دور ماندهام.»

خُطَوَتَّین: دو قدم، دو گام؛ بایزید نیز خُطَوَتَّین را این گونه بیان می کند: هرچه هست در دو
قدم حاصل آید که یکی بر نصیب های خود نهد و یکی بر فرمان های حق. آن یک قدم را
بردارد و آن دیگر بر جای بدارد.
شست: قلاب ماهیگیری

مولوی، شوی، دقر

سوم، پست

۴۰۱۵-۴۰۱۶

گفت: چندان آن یتیمک را زدی

چون نترسیدی ز قهر ایزدی؟

گفت: او را کی زدم ای جان و دوست؟

من بر آن دیوی زدم کو اندروست

مادر ار گوید تو را: مرگِ تو باد مرگِ آن خُو خواهد و، مرگِ فساد

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۱۷_۴۰۱۸

آن گروهی کز ادب بگریختند
آبِ مردی، و آبِ مردان ریختند



عاذلانشان از وْغا وا راندند تا چنین حیز و مُخَنَّت ماندند

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۱۹

وْغا: جنگ، داد و فریاد، جار و جنجال

عاذِل: سرزنش کننده، ملامتگر

مُخَنَّت: نامرد، ترسو

حیز: نامرد

مولوی، مثنوی

دفتر سوم

بیت ۴۰۲۰

لاف و غُرّه ژاژخا را کم شنو با چنین‌ها در صفِ هَیجا مرو

لاف: ادّعا

غُرّه: غریدن، آواز بلند. و غُرّه به معنی فریفتن و گول زدن است.

ژاژخا: بیهوده‌گو هَیجا: جنگ، نبرد

زآنکه زَادُوْكُمْ خَبَالًا گفـت حق کز رِفاقی سُست، برگردان وَرَق

مولوی، مثنوی، دفتر
سوم، بیت ۴۰۲۱

«زیرا خداوند فرمود: «جز تباهی به شما نیفزایند.» از دوستان و همراهان سست‌عنصر روی‌گردان شو.»

رفاق: جمع رفقه، یاران، همراهان. برگردان ورق: در اینجا یعنی روی‌برگردان، صفحه قلب خود را از آنان برگردان و با آنان دوستی مکن، ورق برگشتن مثلی است در فارسی که به معنی دگرگون شدن کار است.

«...مَا زَادُوْكُمْ إِلَّا خَبَالًا...»

قرآن کریم، سوره توبه (۹)، آیه ۴۷

«... جز تباهی و دلسردی بر شما نیفزایند...»

مولوی، مثنوی
دفتر سوم
بیت ۴۰۲۲
۴۰۲۳

که گر ایشان با شما همراه شوند
غازیان بی مغز همچون گاه شوند

غازی: جنگجو

خویشتن را با شما هم صف کنند
پس گریزند و دل صف بشکنند

پس سپاهی اندکی بی این نفر بِه که با اهلِ نفاق آید حَشَر

حَشَر: جمعیت، ازدحام، لشکر

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۲۴

زین همرهانِ سست عناصرِ دلم گرفت شیرِ خدا و رستم دستانم آرزوست

شیرِ خدا: اسدالله، از القابِ حضرت علی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۴۱

روی زشت توست نه رخسارِ مرگ جانِ تو همچون درخت و، مرگ، برگ

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۴۲ _ ۳۴۴۳

از تو رُسته‌ست، ار نکوی است ار بد است
ناخوش و خوش، هر ضمیرت از خودست

گر به خاری خسته‌ای، خون گشته‌ای ور حریر و قز لاری خون رشته‌ای

خسته: زخمی
قز: ابریشم، پرنیان

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۴۴

مولوی، مثنوی
دفتر چهارم
بیت ۱۶۵

چونکه بد کردی، بترس، آمِن مباش
زآنکه تخم است و برویاند خُداش

جُرم بر خود نِه، که تو خود کاشتی
با جزا و عدلِ حق کن آشتی

مولوی، مثنوی
دفتر ششم
بیت ۴۲۷

فعلي تو كه زايد از جان و تنت همچو فرزندت بگيرد دامن

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۹

یار در آخرزمان کرد طرب‌سازی‌ای باطنِ او جِدّ جِدّ، ظاهرِ او بازی‌ای

مولوی، دیوان شمس

غزل شماره ۳۰۱۳

طرب‌سازی: فراهم آوردن وسایل خوشی.

جمله عشاق را یار بدین علم کُشت
تا نَکند هان و هان، جهلِ تو طنازی‌ای



عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش باخبر گشتند از مولای خویش

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶

مولوی، مثنوی
دفتر سوم
بیت ۴۴۶۷

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت
حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو ای خوش‌سرشت
قلاووز: پیش‌آهنگ، پیشرو لشکر

حدیث

«حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَاغِرِ وَحُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ.»

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

عاقلان، اشکسته‌اش از اضطرار عاشقان، اشکسته با صد اختیار

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۰

اگر نه عشقِ شمس‌الدین بُدی در روز و شب ما را
فراغت‌ها کجا بودی ز دام و از سبب ما را؟!

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۱

بُتِ شهوت برآوردی، دَمار از ما ز تابِ خود
اگر از تابشِ عشقش، نبودی تاب و تب، ما را

لذت بی‌کرانه‌ای است، عشق شده‌ست نامِ او
قاعده خود شکایت است، ورنه جفا چرا بُود؟
مولوی، دیوان شمس
غزل شماره ۵۶۰

چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهی قَدَم را؟
نگر اولین قَدَم را که تو بس نکو نهادی

قَدَم: دیرینگی، قدیم (مقابل حدوث)

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲

گفتم دوش عشق را: ای تو قرین و یارِ من
هیچ مباش یک نفس غایب از این کنارِ من
مولوی، دیوان شمس،
غزل شماره ۱۸۲۹

از قرین بی قول و گفت و گوی او
خو بدزد دل نهان از خوی او
مولوی، مثنوی،
دفتر پنجم،
بیت ۲۶۳۶



می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها
از ره پنهان، صلاح و کینه‌ها

مولوی، مثنوی، دفتر دوم،
بیت ۱۴۲۱

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

مولوی، مثنوی، دفتر ششم،
بیت ۴۸۵۶

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم،
ابیات ۴۲۳۰_۴۲۳۱

آشنایی گیر شب‌ها تا به روز با چنین استاره‌های دیوسوز

هر یکی در دفعِ دیوِ بدگمان
هست نفت اندازِ قلعهٔ آسمان

نفت اندازنده: کسی که آتش
می‌بارد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم،
بیت ۳۵۱۴

برقرینِ خویش مَفْزَا در صِفَت
کَانَ فِرَاقِ آرد یَقِینِ در عَاقِبَت
تا کَنی مَر غَیر را حَبْر و سَنی
خویش را بَد خُو و خالی می کَنی

سَنی: رفیع، بلند مرتبه

حَبْر: دانشمند، دانا

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

مردۀ خود را، رها کرده ست او
مردۀ بیگانه را جوید رفو

مولوی، مثنوی، دفتر دوم،
بیت ۱۵۱

دیده آ، بر دیگران، نوحه گری
مدّتی بنشین و، بر خود می گری

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹



در گوی و در چهی ای قَلَتَبان
دست وادار از سِبَالِ دیگران

گو: گودال
قَلَتَبان: بی حمیت، بی غیرت
سِبَال: سبیل

چون به بُستانی رسی زیبا و خوش
بعد از آن دامنِ خَلقان گیر و کش

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۲۲۳۵_۲۲۳۶

مولوی، مثنوی، دفتر سوم،
بیت ۲۲۳۷

ای مُقیمِ حبسِ چار و پنج و شش
نغزجایی، دیگران را هم بکش

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

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷



صداع: سردرد

شب شود، در دام تو یک صیدنی
دام بر تو جز صداع و قیدنی

پس تو خود را صیدی کردی به دام
که شدی محبوس و محرومی ز کام

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۴۰۵-۴۰۶

مولوی، شوی، دفتر سوم،
میت ۲۹۵

باز این در را رها کردی ز حرص؟
گردد هر دگنان همی گردی چو خرس؟

مولوی، شوی، دفتر چهارم،
میت ۳۱۳۷

گفت: زو، هر که غم دین برگزید
باقی غم ها خدا از وی بُرید

قوم زحیر:
مردم بیمار و
آزاردهنده

ساخت موسی قدس در، بابِ صغیر
تا فرود آرند سر قومِ زحیر

جَبّار:
ستمگر،
ظالم

ز آنکه جَبّاران بُدند و سرفراز
دوزخ آن بابِ صغیر است و نیاز

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۲۹۹۶_۲۹۹۷

ترک کن این جبر را که بس تهی ست
تا بدانی سرِّ سرِّ جبر چیست

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم،
ایات ۳۱۸۷-۳۱۸۸

ترک کن این جبرِ جمعِ مَنبَلان
تا خبر یابی از آن جبرِ چو جان

مَنبَل:
تنبل،
کامل،
بیکار



فایق: برگزیده،

چیره، مسلط

ترکِ معشوقی کن و، کن عاشقی
ای گمان برده که خوب و فایقی

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۹

صانع:

صُنْع:

آفریدگار

آفرینش

پس در آدر کارگه، یعنی عدم
تا ببینی صُنْع و صانع را به هم

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۶۲

کارگه چون جای روشن دیدگی است پس برونِ کارگه، پوشیدگی است

روشن دیدگی: روشن بینی

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۶۳

رو به هستی داشت فرعونِ عَنود لاجرم از کارگاهش کور بود

مولوی، شوی، دقروم، بیت ۷۶۴

لَا جَزَمَ مِیْ خَوَاسْتَ تَبْدِیلِ قَدَرٍ
تَا قِضَا رَا بَاز گَرْدَانَد ز دَر

خود قضا بر سَبَلَتِ آن حیلِه‌مند
زیر لب می‌کرد هر دم ریش‌خند

مولوی، مثنوی، دفتر دوم
ابیات ۷۶۵ - ۷۶۷

صد هزاران طفل کُشت او بی‌گناه
تا بگردد حُکم و تقدیرِ اِلَهِ

از هر جهتی تو را بلا داد تا بازگشت به بی جهات

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

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸



زخم پذیر و پیش رو، چون سپرِ شجاعتی گوش به غیرِ زِه مَدِ تا چو کمانِ خمانمت

زِه: چله کمان، روده تابیده که به کمان می بستند

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۲۲

گر نخواهی که کمان وار آبد گز مانی
چون گشندت سوی خود همچو کمان، نستیزی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۶۲

دیده سیر است مرا، جانِ دلیر است مرا
زهره شیرست مرا، زهره تابنده شدم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۳

عَلَّتِي بَتَّر ز پندارِ کمال نیست اندر جانِ تو ای دُودَلال

دُودَلال: صاحبِ ناز و کرشمه

مُعْجَبی: خودبینی

از دل و از دیده‌ات بس خون رود
تا زِ تو این مُعْجَبی بیرون رود

مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۳۲۱۴ _ ۳۲۱۵



مولوی، مثنوی، دفتر سوم،
ایات ۲۹۶ - ۲۹۸

بر درِ آن مُنْعِمَانِ چرب‌دیگ می‌دوی بهرِ ثَریدِ مُرده‌ریگ

چربش اینجا دان که جان فربه شود
کارِ نا اومید اینجا به شود

چربش: چربی، پیه

صومعه عیسا است خوانِ اهلِ دل
هان و هان، ای مبتلا این درِ مَهَل

ای جانِ جانِ جانِ جانِ جان، ما نآمدیم از بهرِ نان
بَرَجَهْ گذارویی مکن، در بزمِ سلطان ساقیا

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹

ما بدانستیم ما این تن نه‌ایم
از وَرایِ تن، به یزدان می‌زی‌ایم

مولوی، مثنوی

دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰

از این سو می‌کشافندت، و ز آن سو می‌کشافندت مرو ای قاب با دُردی، پیر زین دُرد، رو بالا

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

دُرد: آنچه از مایعات خصوصاً شراب ته‌نشین
شود و در ته ظرف جا بگیرد، لُرد



علّیان: بیماران

حکیمیم، طبییم، ز بغداد رسیدیم
بسی علّیان را ز غم باز خریدیم

سَبَل: بیماری‌ای که در چشم پدید آید.

چنگاله: آلتی آهنین و باریک و
سرکج که طیبیان به کار برند.

سَبَل‌های کهن را، غم بی‌سر و بُن را
ز رگ‌هاش و ز پی‌هاش به چنگاله کشیدیم

مولوس، دیوگ، شمس، غزل شماره ۱۴۷۴

طیبیان فصیحیم، که شاگردِ مسیحیم
بسی مُرده گرفتیم، در او روح دمیدیم

پرسید از آن‌ها که دیدند نشان‌ها
که تا شکر بگویند که ما از چه رهیدیم

مولوس، دیو، شمس، غزل شماره ۱۴۷۴

بسته شیر زمینی چون حُبوب جُو فطامِ خویش از قُوْتُ الْقُلُوبِ

حُبوب: غلات و حبوبات

مولوس، شوس، دقروسوم، پیت ۱۲۸۵

فطام: از شیر گرفتن، کنایه از قطع شهواتِ
جسمانی و تجدید حیاتِ روحانی

قُوْتُ الْقُلُوبِ: غذای روحانی

حرفِ حکمت خور، که شد نورِ ستیر

ستیر: مستور، پوشیده

ای تو نورِ بی‌حُجُب را نپذیر

تا پذیرا گردی ای جان نور را

تا بینی بی‌حُجُب، مستور را

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ایات ۱۲۸۶-۱۲۸۷

مولوی، مثنوی، دفتر سوم،

ابیات ۲۷۱۹ - ۲۷۲۱

آفتابی در سخن آمد که خیز
که بر آمد روز بَرجه کم ستیز

تو بگویی: آفتابا کو گواه؟

گویدت: ای کور از حق دیده خواه

بلاغ: دلالت

روز روشن هرکه او جوید چراغ
عین جُستن کوریش دارد بلاغ

مولوی، مثنوی، دفتر سوم،

ابیات ۲۷۲۲ _ ۲۷۲۴

ور نمی‌بینی گمانی بُرده‌ای که صباخ‌ست و تو اندر پَرده‌ای

کوری خود را مکن زین گفت فاش
خامش و در انتظارِ فضل باش

در میانِ روز گفتن روز کو؟
خویش رسوا کردن است ای روزجو

جَذوب: بسیار جذب کننده

صبر و خاموشی جَذوبِ رحمت است
وین نشان جُستن نشانِ علّت است

أَنْصِتُوا بِذِرِّ تَا بَرِ جَانِ تُو
آید از جانان جزای أَنْصِتُوا

أَنْصِتُوا: خاموش باشید

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۵-۲۷۲۶

رباط: خانه، سرا، منزل،
کاروان سرا

من غلام آنکه اندر هر رباط
خویش را واصل نداند بر سِماط

سِماط: بساط، سفره، خوان، فضای یکتایی،
فضای بی‌نهایت گشوده‌شده

بس رباطی که بیايد ترک کرد
تا به مَسْکَن دررسد یک روز مرد

مولوی، مثنوی، دفتر اول
ابیات ۳۲۵۹ - ۳۲۶۰

گُل: ابله، نادان،
احمق

چون مبارک نیست بر تو این علوم
خویشتن گولی گُن و، بگذر ز شوم

چون ملایک گو که: لَا عِلْمَ لَنَا
یا الهی، غَیْرَ مَا عَلَّمْتَنَا

مولوی، مثنوی، دفتر دوم

آیات ۳۱۷۴-۳۱۷۵

«مانند فرشتگان بگو: «خداوندا، ما را دانشی

نیست جز آنچه خود به ما آموختی.»»

«... قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا
إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ...»

«... گفتند: منزهی تو. ما را جز آنچه خود به ما
آموخته‌ای دانشی نیست. تویی دانای حکیم...»

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۳۲



بی‌نهایت حضرت است پیرمارگه صدر را بکنند، صدر توست دلا

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

جَهْدِ فرعونى، چو بى توفيق بود هر چه او مى دوخت، آن تَفْتِيق بود

تفتیق: شکافتن

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۴۰

مولوی، مثنوی،
دفتر سوم، بیت

۱۴۶۰۸_۱۴۶۱۰

کار آن کار است ای مُشتاقِ مَسْت
کاندر آن کار، ار رسد مرگت فوَش است

شد نشانِ صدقِ ایمانِ ای جوان
آنکه آید خوش تو را مرگ اندر آن
گر نَشُد ایمانِ تو ای جانِ چنین
نیست کامل، رو بجو اِکمالِ دین

صد هزاران سال ابلیس لعین بود ابدال امیرالمؤمنین

ابدال: بدل، جانشین

پنجه زد با آدم از نازی که داشت
گشت رسوا، همچو سرگین وقت چاشت

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت
۳۲۹۷_۳۲۹۶

چاشت: اول روز، ساعتی
از آفتاب گذشت



نفس و شیطان، هر دو یک تن بوده‌اند
در دو صورت خویش را بنموده‌اند

چون فرشته و عقل، که ایشان یک بُدند
بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند

دشمنی داری چنین در سر خویش
مانع عقل ست و، خصم جان و کیش

مولوی، مثوی، دقتر سوم،

بیت ۴۰۵۳-۴۰۵۵

اصل، خود جذب است، لیک ای خواجه تاش کار کن، موقوف آن جذبه مباش

خواجه تاش: دو غلام را گویند که یک صاحب دارند

مولوی، شوی، دقششم، بیت ۱۴۷۷

رفاق: جمع
رفقه، یاران،
همراهان

ز آنکه زادوگم خبالاً گفت حق کز رفاقِ سُست، برگردان وَرَق

«زیرا خداوند فرمود: «جز تباهی به شما نیفزایند.» از دوستان و

همراهان سست‌عنصر روی‌گردان شو.»

برگردان ورق: در اینجا یعنی روی برگردان، صفحه قلب خود
را از آنان برگردان و با آنان دوستی مکن، ورق برگشتن مثلی
است در فارسی که به معنی دگرگون شدن کار است.

مولوی،

مثنوی، دفتر

سوم، بیت

۱۴۰۱

توبه کن بیزار شو از هر عَدُو
کو ندارد آبِ کوثر در کدو
هر که را دیدی ز کوثر سرخرو
او محمد خوست با او گیر خو

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۴_۱۲۳۵

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۶

قَا أَحَبُّ لِّلَّهِ آيِي در حساب کز درختِ احمَدی با اوست سیب

حَبُّ لِّلَّهِ: دوست داشت برای خدا

هر که را دیدی ز کوثر خشک‌لب
دشمنش می‌دار هم‌چون مرگ و تب

گرچه بابای تو است و مامِ تو
کو حقیقت هست خون‌آشامِ تو

مام: مادر

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۷_۱۲۳۸

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش
من همی کوشم پی تو، تو مَکوش

مولوی، شوی، دقترسوم،
میت ۴۱۱



حَسَّ خُفَاشَت، سَوِیِ مَغْرِبِ دَوَانِ حَسَّ دُرِپَاشَت، سَوِیِ مَشْرِقِ رَوَانِ

دُرِپاش: نثار کننده مروارید،
پاشنده مروارید، کنایه از حَسَّ
روحانی انسان

مولوی، شوی، دفتر دوم، بیت ۴۷

عدمِ تو همچو مشرق، اَجَلِ تو همچو مغرب

سوی آسمان دیگر که به آسمان نمائد

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۷۱

چون تو خفاشان، بسی بینند خواب

کین جهان مائد یتیم از آفتاب

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۰۸۳



بهرِ خدا بیا بگو، ورنه بَهِلِ مرا که تا
یک دو سخن به نایی بَرَدَهَم از زبانِ تو
بَهِل: رها کن

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۲

اگر از پرده برون شد دلِ من عیب مکن
شکر ایزد که نه در پرده پندار بماند

حافظ، دیوان

غزلیات، غزل شماره

۱۷۸

اندر آن صحرا که رُست این زهرِ تر نیز رویده‌ست تریاقِ ای پسر

تریاق: ترکیبی از داروهای مسکن و مخدر که در طب
قدیم به عنوان ضد درد و ضد سم به کار میرفته، پادزهر

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۶، ۱۴۰



گویدت تریاق: از من جو سپر
که ز زهرم من به تو نزدیکتر

گفتِ او، سحرست و ویرانی تو
گفتِ من، سحرست و دفعِ سحرِ او

مولوی، شوی، دقتر سوم، بیت ۴۰۷۷-۴۰۷۸



برنامه کنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.

www.parvizshahbazi.com