

« پند مولانا برای ترک هوای نفس »

پند من بشنو که تن، بند قوی است
کهنه بیرون کن، گرت میل نوی است
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۰

مولانا می فرماید: پند مرا گوش کنید، اگر میل نو شدن دارید، اگر می خواهید از دردهای کهنه تن با بندهای آهنی پندار کمال و ناموس بدلی
خلاص شوید، فضا باز کنید و تسلیم شوید.

لب ببند و کف پر زر برگشا
بخل تن بگذار، پیش آور سخا
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۱

ما می توانیم با صبر و فضاگشایی از شهوت همانیدگیها و بخل و هوای نفس بپرهیزیم تا به سخا و فراوانی خدا برسیم.

ترک شهوتها و لذتها، سخاست
هر که در شهوت فرو شد، برنخاست
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۲

ترک شهوت و خواسته های نفس ما را به چشمه سخا و بخشش زندگی وصل می کند، اگر در شهوت همانیدگیها فرو رویم نمی توانیم روی پای
هوشیاری بر خیزیم و نمی توانیم زیبایی جهان هست را که زیر همانیدگیها پنهان شده است، را ببینیم.

این سخا، شاخی است از سرو بهشت
وای او که از کف چنین شاخی بهشت
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۳

فراوانی و بخشش خدا شاخه ای از بهشت عدم است وای بر ما اگر فضا را ببندیم و بخواهیم از همانیدگیها کام بگیریم و این شاخه را رها کنیم.

عروة الوثقی است، این ترک هوا
بر کشد این شاخ جان را بر سما
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۴

عروة الوثقی که در آیت الکرسی آمده به معنی دستگیره محکم زندگیست و با فضاگشایی این دستگیرنده که نیروی زندگیست را می گیریم و به
سوی عرش الهی می رویم.

تا برد شاخ سخا ای خوب کیش
مر تو را بالا کشان تا اصل خویش
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۵

همه انسانها از جنس خدا و خوب کیش هستند، کافیت با من ذهنی کار نکنیم و با فضاگشایی از روی همانیدگیها مثل نگرانی پول، کنترل
همسر و فرزند و حرص چیزهای دنیا بلند شویم، تا باد زندگی ما را به سوی بالا و اصلمان بکشد.

یوسف حسنی و این عالم چو چاه
وین رسن صبرست بر امر اله
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۶

یوسفا آمد رسن، در زن دو دست
از رسن غافل مشو، بیگه شده ست
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۷

اصل ما زیباست و زیبایی را دوست دارد ما مثل یوسف در چاه عالم که چاه همانیدگیهاست، افتادیم. مولانا ما را یوسف می خواند و می فرماید: دستهای طلبت را بهم بزن، چون زندگی در پی ما می کوشد و طناب صبر را از روزن این لحظه برای ما می فرستد، وقتش رسیده تا بیدار شویم و درست فضاگشایی کنیم تا از چاه ذهن بالا بیاییم.

حمد لله، کین رسن آویختند
فضل و رحمت را به هم آمیختند
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۸

تا ببینی عالم جان جدید
عالم بس آشکارا ناپدید
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۹

خدایا شکر که با طناب صبر و خاموشی که جذب کننده رحمتهای الهیست، می توانیم به عالم جان جدید که فضای گشوده است راه بیاییم. عالمی که با دید هوشیاری جسمی ناپدید است، ولی با نور نظر در فضای گشوده کاملاً آشکار است. پس ما باید با ایات بزرگانی چون مولانا روی خودمان کار کنیم، تا عالم جان جدید را که با ذهن دیده نمی شود، ببینیم.

این جهان نیست، چون هستان شده
و آن جهان هست، بس پنهان شده
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۸۰

باورها، فکرها و دردهای ما همه از جهان توهمی ذهن که اصلاً نیست، می آید. من ذهنی حادث است و ما خودمان آن را ساختیم و هر چه بزرگتر شدیم، بیشتر با چیزهای دنیا همانیده شدیم و روی هستی را پوشاندیم و جهان عدم را پنهان کردیم.

خاک بر باد است، بازی می کند
کژنمایی پرده، سازی می کند
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۸۱

اینکه بر کار است، بیکار است و پوست
و آنکه پنهان است مغز و اصل اوست
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۸۲

این باد و انرژی زنده زندگیست که اتفاقات را می سازد و بلند می کند و بازی می کند، تا زمانی که ما مراقب نیستیم من ذهنی کژنمایی و پرده سازی می کند و هر کاری که با پوسته من ذهنی می کنیم، بادم پوک می کاریم، حال اگر طناب صبر را بگیریم و یکی یکی همانیدگیها را بیاندازیم کم کم به خدا زنده می شویم و مغز و اصل زندگی که زیر پوسته من ذهنی پنهان شده است از ما آشکار می شود.

خاک همچون آلتی در دست باد
باد را دان عالی و عالی نژاد
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۸۳

خاک نماد فکرها و پنج حس ماست که اسبابی در دست زندگیست، حال اگر مقاومت کنیم و به چیزی بجسیم باد ما را می پیچاند و بلند می کند و زمین می کوبد تا آن همانیدگی را از ما بکند ولی اگر با زندگی موازی باشیم و فضا باز کنیم، باد عالی نژاد که از عدم می آید چهار بعد ما را با چهار برکت هدایت، امنیت، عقل و قدرت شفا می دهد.

چشم خاکی را په خاک افتد نظر
بادبین چشمی بود نوعی دگر
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۸۴

چشم خاکی، چشم من ذهنی است که سبب سازی می کند و خود را جسم می بیند و روح الهی خود را نمی تواند با ذهن درک کند، بنابراین انسانهای دیگر را هم جسم می بیند و آنها را با خود مقایسه می کند، ولی کسی که با ترک شهوتها به روح بی نهایت زنده می شود، مسبب را می بیند و عشق را در انسانها به ارتعاش در می آورد.

عاشقی بر من ؟ پریشانست کنم، نیکو شنو
کم عمارت کن که ویرانت کنم، نیکو شنو
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۰۴

خدا را شکر برای پند مولانا که خوب شنیدن را هشدار می دهد، گاهی با من ذهنی سخنان بزرگان را گوش می کنیم و حتی تأیید هم می کنیم، ولی در عمل دوباره به چیزها می چسبیم و عمارت می سازیم و زندگی پریشانمان می کند. ادعای عاشقی داریم، ولی مثل زن صوفی دروغ می گوئیم و هر لحظه به معشوق و زندگی خیانت می کنیم و اینجاست که باد زندگی می آید و هر آنچه غیر اوست را ویران می کند.

پند گفتن با جهول خوابناک
تخم افکندن بود در شوره خاک
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۶۴

خدایا از جهل و خواب ذهن رهایم کن تا پند مولانا را با جان و دل گوش کنم، دیگران را خبر و سنی نکنم، کسی را کنترل و یا از کسی تقلید نکنم، از بخل، حسد، کینه و خشم بپرهیزم، درد پخش نکنم، تمرکز روی خودم باشد تا با فضاگشایی چراغ حضورم را روشن کنم، قاضی نباشم و کسی را قضاوت نکنم و تخم خرد را با فکر و عمل من ذهنی به زمین شوره زار نریزم و کارافزایی نکنم.

با سپاس فراوان 🙏
دیبا از کرج