

شب که جهان است پر از لولیان
زُهره زند پردهٔ سنگولیان

بیند مریخ که بزم است و عیش
خنجر و شمشیر کند در میان

ماه فشانَد پر خود چون خروس
پیش و پسش اختر چون ماکیان

دیدهٔ غماز بدوزد فلک
تا که گواهی ندهد بر کیان

-مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۲۱۰۴

مولانا می‌فرماید این جهان هر لحظه بزم عیش و شادی‌ست و خودش نیز این جشن و سرور زندگی را تجربه می‌کند، اما در این میان من‌ذهنی آرام نشسته و هر لحظه منتظرست تا به بهانهٔ یک همانیدگی، خنجر و زهره خود را به جان هشیاری بریزد.

ناموس و پندار کمال بهترین نقطه‌ضعفی‌ست که از آن طریق می‌تواند وارد شود و درد همانیدگی‌ها را بالا بیاورد و بزم عیش و شادی را بر هم بزند. البته اگر اقرار به پندار کمال و «می‌دانم» خود بکنیم و واکنشی نشان ندهیم، خیلی زودتر از نیش زهر من‌ذهنی می‌توانیم خلاصی پیدا کنیم .

اما چطور؟ با نگاه کردن به معشوق و دیدن نور ماه و زیر بال‌های نور ماه حرکت کردن. دیدهٔ دردآور من‌ذهنی نمی‌تواند شادی را تحمل کند، پس مواظب باشیم و به‌آهستگی هر قدم را برداریم. من‌ذهنی نباید شادی بی‌سبب را ببیند .

خفته گروهی و گروهی به صید
تا که کند سود و که دارد زیان

پنج و شش است امشب مهرةٔ قمار
سست می‌فکن لب چون ناشیان

-مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۲۱۰۴

حال اگر از دیدن روی معشوق غافل شوی و لحظه‌ای به سود و زیانی که ذهن نشان می‌دهد توجه کنی، آن همان لحظه‌ست که من‌ذهنی موفق می‌شود که ما را به ذهن برده و جذب خودش کند. درحالی‌که زندگی هر لحظه، که فقط این لحظه‌ست، تاس بزم و شادی را می‌اندازد. پس چشم را بر همانندگی ببند و لب هشیاری را سست می‌فکن .

جام بقا گیر و بپهل جام خواب
پرده بود خواب و حجاب عیان

ساقی باقی‌ست خوش و عاشقان
خاک سیه بر سر این باقیان

زهر از آن دست کریمش بنوش
تا که شوی مهتر حلوائیان

عشق چو مغز است جهان همچو پوست
عشق چو حلوا و جهان چون تیان
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۰۴

جام زهر آگین من‌ذهنی و جذب شدن به ذهن را با شاهد و ناظر بودن بر افکار بی‌اثر کن تا پرده و حجاب ناموس و پندار کمال را شناسایی کنیم، چراکه هشیاری ناظر، عاشق‌ست و فقط در پی نوشیدن شراب این لحظه‌ست، نه شراب کم و زیاد شدن وضعیت‌ها. پس خاک بر سر من‌ذهنی که چیزی جز وضعیت‌ها و اتفاقات نمی‌بیند .

ساقی باقی‌ست خوش و عاشقان
خاک سیه بر سر این باقیان

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۰۴

درد هشیارانه را با صبر به عبادت بکشان و با شکر بر ناظر بودن بر افکار، قانون جبران را رعایت کن. زهر گرفتن از دست کریم زندگی، به هزار منت زیاد شدن همانندگی‌های من‌ذهنی می‌ارزد، چراکه بعد از شناسایی طعم شیرین حلوائی زندگی را تجربه خواهیم کرد ان‌شاءالله. طعم و حس آرامش و رهایی و آزاد شدن از غل و زنجیرهای اسارت‌بار درد .

جهان پوسته‌ای‌ست فقط برای شناسایی و آزادی هشیاری. فرصتی‌ست برای رفتن به «پای ماچان»، پس چرا این فرصت را از دست بدهم و خود را از دیدن یار محروم کنم؟؟

حلق من از لذت حلوا بسوخت
تا نکنم حلیه حلوا بیان

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۰۴

مولانا سوختن حلق خود از فرط شیرینی و ملاقات یار را تجربه می کند و تا حد امکان ما را با کلمات تشویق و آگاه به فضاگشایی می کند .

پس من هم به عنوان هشیاری می گویم خدایا، این جهان را بر چشم و دیده ام سرد کن تا دیدار تورا تجربه کنم. آمین.

با سپاس،

فریده از هلند