



برنامه

۹۵۳

گلچین
حضور

تاریخ

اجرا:

۱۷

۱۲

۱۴۰۱

اجرا: پرویز شهبازی

www.parvizshahbazi.com



✍ پرده پندار چطور تشکیل می‌شود؟

برای کسانی که تازه به این برنامه نگاه می‌کنند بسیار مهم است که بدانند این پرده پندار چگونه تشکیل می‌شود.

انسان، به صورت هشیاری به این جهان می‌آید، در یک خانواده بزرگ می‌شود که شامل پدر، مادر و چند نفر دیگر است. این شخص استعداد فکر کردن دارد، خانواده یک اسم برایش انتخاب می‌کنند، اسم مفهوم است، پس از یک مدتی آن اسم را به صورت فکر می‌فهمد.

بعد از آن کلمه «من» را یاد می‌گیرد و متوجه می‌شود، اسمش و «من» یکی است و براساس آن، مفاهیم دیگری مثل پول و اعضای خانواده را به صورت فکر تجسم می‌کند، این فکرها جسم هستند و اصطلاحاً می‌گوییم با این‌ها همانیده می‌شود، بنابراین ما در من ذهنی به جهان نگاه می‌کنیم و از همانیدگی‌ها زندگی می‌خواهیم، ولی این همانیدگی‌ها یک پرده است بین ما و خداوند، که همان پرده پندار است.

✍ همانیدن یا همانش یعنی چه؟

«همانیدن» یا هم‌هویت شدن، یعنی همان را درست کردن.

منظور از همان، هشیاری یا خدایت ماست.

وقتی انسان وارد این جهان می‌شود، می‌خواهد یک چیزی شبیه خودش درست کند، برای همین می‌گوییم همانیدن. در نتیجه چیزهایی مثل: پول، قیافه یا تصویر ذهنی پدر یا مادرش را تجسم می‌کند و به آن‌ها حس‌هویت یا حس‌وجود تزریق می‌کند، در نتیجه همانیدگی در انسان شکل می‌گیرد.

✍ چگونه من ذهنی تشکیل می‌شود؟

همین‌که انسان به چیزها حس وجود تزریق می‌کند، آن‌ها عینک دیدش می‌شوند و آن عینک، یا چشم اولیه که عدم بود، با همانیدگی‌ها پوشیده می‌شود و وقتی به سرعت از یک همانیدگی، به

همانندگی دیگر می‌پرد، یک تصویر ذهنی درست می‌شود و همانش، یک «من» جدید به وجود می‌آورد، انسان یادش می‌رود که از جنس خدایت یا از جنس زندگی بوده، فکر می‌کند این تصویر ذهنی و این «من» جدید است. «من» جدید، از فکر ساخته شده، اسمش من ذهنی است.

✍ من ذهنی یک سبک زندگی یا یک سری قوانین دارد که آن‌ها را به ما تحمیل کرده و چون از زندگی قطع شده، فقط براساس جهان زندگی می‌کند، بنابراین برکتی از زندگی دریافت نمی‌کند.

✍ من ذهنی با بد و خوب یا سود و زیان کار می‌کند، اگر شما بخواهید با زیاد و کم شدن پولتان خوشحال یا غمگین بشوید، هردو توهم است، برای این‌که هردو به صورت مفهوم است. این زندگی واقعی نیست.

✍ وقتی مولانا را می‌خوانیم، به تدریج غلط بودن دید من ذهنی برای ما آشکار می‌شود، هشیار می‌شویم به این موضوع که ما واقعاً این من ذهنی نیستیم، نمی‌شود از همانندگی‌ها زندگی گرفت، بلکه باید آن‌ها را بیندازیم، به مرور به ما ثابت می‌شود این حرف‌هایی که مولانا می‌زند درست است و ما تا الآن غلط فکر می‌کردیم.

✍ هرچه در این مسیر معنوی بیشتر جلو می‌رویم، ابعاد و جنبه‌های مختلف من ذهنی را بهتر می‌شناسیم و من ذهنی به ما کمتر گیر می‌دهد، درواقع رهایی پیدا می‌کنیم و هرچه بیشتر رها می‌شویم، هشیاری حضور در ما بالاتر رفته که این هشیاری بعداً، به صورت هشیاری ناظر درمی‌آید. ما به صورت هشیاری ناظر متوجه می‌شویم که ذهن دارد چکار می‌کند، کجاها غلط کار می‌کند و چرا فکر و عملش به ضرر ماست و این خوب و بد کردن ذهن، یک چیز سطحی است.

✍ من ذهنی یک تصویر مرده است. آرام‌آرام که با فضاگشایی و صبر، به زندگی زنده می‌شویم، می‌فهمیم و درک می‌کنیم که زندگی زنده، عقل بهتر، حس امنیتِ بادوام‌تر، هدایتی که از مرکز عدم

می‌آید و قدرتی که حمایت زندگی پشت آن است، همه این‌ها، باعث می‌شود ما در بیرون، جور دیگری عمل کنیم، و متوجه شویم، چه چیزی مصنوعی و چه چیزی حقیقی است.

این جهان، جهان بزم و شادی است. خداوند این جهان را خلق کرده که همه انسان‌ها لحظه به لحظه شاد باشند، اما من ذهنی حالت جنگ، ستیزه، خصومت و دردهای خودش را دارد.

همه انسان‌ها از جنس شادی هستند. اگر غصه می‌خورند، اشتباه می‌کنند. اشتباه از کجا می‌آید؟ از پرده پندار، همین پرده که به ما این دید را تحمیل کرده که ما یک جنس مصنوعی فکری، و من ذهنی هستیم، و باید زندگی را از چیزهایی که از این جهان در مرکزمان گذاشتیم و همانیده شدیم، بیرون بکشیم.

انگیزه‌های من ذهنی همیشه به شما ضرر می‌زند. اگر شما بترسید، خشمگین بشوید، حسادت کنید، به ضرر شما تمام می‌شود.

تمام اعمال من ذهنی به ضرر ما تمام می‌شود. چرا؟ برای این که بفهمیم ما این من ذهنی نیستیم.

ما برای چه به این جهان آمدم؟

برای این آمده‌ایم که مدت کوتاهی در ذهن زندگی کنیم، فردیت را یاد بگیریم، دوباره هشیارانه از جنس هشیاری اولیه بشویم. برای این کار، باید در اطراف آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد فضا باز کنیم، و آن را جدی نگیریم، به طوری که آن چیز مرکزمان قرار نگیرد.

ما داریم یاد می‌گیریم، چیزی که این لحظه ذهنمان نشان می‌دهد و می‌خواهد با قضاوت حال ما را خوب یا بد کند که درواقع هردو مصنوعی است، اصلاً مهم نیست.

چه چیزی مهم است؟ مهم این است که هرچیزی که ذهنمان نشان می‌دهد، در اطراف آن فضا باز کنیم.

فضای گشوده‌شده، مرکز علم و دانش است. این دانش از مرکز عدم می‌آید و خدایی است.

هر من ذهنی فکر می‌کند همه‌چیز را با ذهنش می‌داند، درحالی‌که زندگی می‌گوید شما در اطراف اتفاق این لحظه فضا باز کن، من باید فکرت را خلق کنم. فکر مربوط به چالش این لحظه از من می‌آید، نه از من ذهنی تو!

اگر شما واقعاً خوب یاد بگیرید که وقتی غمگین هستید و دیگران را غمگین می‌کنید، این کار غلط است، دیگر این کار را نمی‌کنید.

غیبت کردن، بد یکی را گفتن به‌خاطر این‌که من خودم را بالا ببرم، غلط است، این کار من ذهنی است. هرچه در این راه جلوتر می‌رویم و کارهای من ذهنی را کمتر می‌کنیم، نفوذ من ذهنی کم و کمتر می‌شود، ما آزادتر می‌شویم و از زیر سلطه عقل من ذهنی بیرون می‌آییم.

این کار را شما باید انجام بدهید، مسئولیتش با شماست.

مولانا یک مطلبی را مرتب سعی می‌کند به ما بفهماند که ما زندگی خودمان را با دید بد خودمان خراب کرده‌ایم، این خرابی‌ها را خداوند درست نکرده‌است. اگر دیدمان را عوض کنیم، زندگی‌مان تغییر می‌کند، اما باید صبر کنیم.

اگر شما به‌خاطر زیاد یا کم شدن چیزی در بیرون خوشحال یا غمگین می‌شوید، در توهم هستید. این‌ها اطلاعات مهمی هستند که مولانا به ما می‌دهد.

سبب‌سازی ذهن چیست؟

فکرهای من‌ذهنی، سبب‌سازی ذهن نامیده می‌شود.

فکر دو منشأ دارد: یا این لحظه از طرف زندگی می‌آید و خلاق است، یا از من‌ذهنی و براساس دید همانیدگی‌ها تولید می‌شود.

ما در اثر سبب‌سازی ذهن خوشحال یا غمگین می‌شویم. مثلاً فکر می‌کنیم اگر این کارها را انجام بدهیم، پنج روز دیگر به آن چیزی که با آن همانیده هستیم، می‌رسیم؛ این سبب‌سازی ذهن است.

همچنین سبب‌سازی ذهن ما را غمگین می‌کند، برای این‌که ممکن است فکر کنیم این‌طوری که پیش می‌رویم، شاید این چیز را از دست بدهیم و نگران می‌شویم. این‌ها همه از ذهن می‌آید، چیزی که ذهنی است مرتب عوض می‌شود و این درست نیست، ما نیامده‌ایم حالی داشته باشیم که لحظه‌به‌لحظه عوض بشود.

هیچ‌چیز در این جهان نیست که رو به خدا نباشد. پس این‌که ما به‌وسیله من‌ذهنی رو به جهان هستیم، دائماً به‌خاطر تغییرات چیزها غصه می‌خوریم، این توهم است. شما از این توهم بیدار می‌شوید، برای این‌که می‌گویید من از حد عقل و گمان من‌ذهنی و هر چیز که ذهن نشان می‌دهد خیلی برتر و بالاتر هستم، چون ذهن و عقل من‌ذهنی فقط جهان را نشان می‌دهد، ولی من از جنس خدا هستم.

چونکه بیرون ز حد عقل و گمانیم همه

مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع بیستم

من باید از انرژی همانیدگی که می‌خواهد بزم و عیش من را به‌هم بریزد آگاه باشم، نگذارم این کار را انجام بدهد؛ به همین دلیل باید مسئولیت هشیاری‌ام را در این لحظه با فضاگشایی به‌عهده بگیرم، نباید گردن دیگران بیندازم که آمیدم من را عصبانی کردید، حالم خراب شده؛ این کار ملامت است و می‌دانم که من‌ذهنی ملامت را به من یاد داده، پس باید عقل من‌ذهنی را دور بیندازم، اگر مرتب فضاگشایی کنم، بالاخره تمام این پرده پندار آرام‌آرام از بین می‌رود.

✍ سؤال کنید از خودتان:

چرا این عقل من ذهنی من زایل نمی‌شود؟

چرا من عقل من ذهنی‌ام را رها نمی‌کنم؟

چرا درس‌های مولانا روی من اثر نمی‌گذارد؟

چرا من بوسیله این ابیات عوض نمی‌شوم؟

برای این که بیت را نمی‌خوانید دیدتان،

سبک زندگی‌تان، یا عقلتان را تغییر بدهید.

اگر این ابیات را بخوانیم، معنی کنیم و فردا درست همان کارها و همان فکرها را بکنیم که قبلاً می‌کردیم، من ذهنی همان نفوذ را روی ما دارد که قبلاً داشت، اگر قرار باشد همان فکرهای همانیده را بکنیم، همان نتیجه‌ها را خواهیم گرفت که قبلاً می‌گرفتیم. پس باید تغییرمان را ببینیم و مرتب این سؤال‌ها را از خودمان بپرسیم و جوابش را هم به خودمان بدهیم.

✍ منظور از آمدن همه انسان‌ها «عشق» است.

عشق یعنی شما به صورت زندگی می‌آید، من ذهنی درست می‌کنید، آگاهانه من ذهنی را منحل می‌کنید، عقل من ذهنی می‌رود، شما با خداوند یکی شده و دوباره به بی‌نهایت و ابدیت او زنده می‌شوید و این عشق است، ما برای این منظور به این جهان آمده‌ایم.

✍ اگر شما فکر می‌کنید می‌دانید، این اشکال بزرگی است، شما باید ندانید تا زندگی، خداوند، با خردش به شما کمک کند.

اگر کسی دائماً در من‌ذهنی، این‌که «من می‌دانم» زندگی کند، زندگی را باخته‌است، اگرچه تعداد زیادی همانندگی را به‌دست آورده و جمع کرده باشد، از دور به‌نظر می‌آید که این فرد، آدم خوشبختی است، درحالی‌که این‌گونه نیست.

این چیزهای مهم را به‌جای این‌که سِنِمان به هفتاد، هشتاد برسد و متوجه بشویم همه‌چیز داشتیم ولی زندگی‌مان بر باد رفت، بهتر است در بیست‌سالگی بدانیم.

✍ پندار کمال نمی‌گذارد انسان خم بشود و بگوید من‌ذهنی غلط فکر می‌کند. هیچ من‌ذهنی با پندار کمال زیر بار نمی‌رود، برای این‌که فکر می‌کند کوچک می‌شود.

شما همین‌که بدانید پندار کمال دارید، یک‌دفعه پندار کمال‌تان پایین‌تر می‌آید. به خودتان شک می‌کنید و می‌پذیرید که ممکن است بعضی‌وقت‌ها اشتباه کنید. همین‌که یک‌جایی می‌بینید ناموس، آبروی مصنوعی من‌ذهنی، نمی‌گذارد خم بشوید، همان‌جا معذرت بخواهید، فضا را باز کنید و خوب گوش بدهید ببینید طرف مقابل چه می‌گوید.

✍ زندگی ما را بی‌مراد می‌کند تا به ما بگوید این آبروی مصنوعی که نمی‌گذارد تو اشتباهات را بپذیری و دردهایت که مرتب بالا می‌آید، این راه و رسم من‌ذهنی است، باید آن را دور بیندازی و از من راه و رسم بگیری؛ ولی ما با بی‌مراد شدن، ناراحت می‌شویم.

شما ناراحت نشوید فضا باز کنید. ما چون در من‌ذهنی سرکش هستیم، مرتب بی‌مراد خواهیم شد. باید قبول کنیم که این عقل من‌ذهنی عقل نیست، یک عقل دیگری می‌خواهد به ما کمک کند، ما نمی‌گذاریم. باید تسلیم بشویم تا عقل خداوند به کمک ما بیاید.

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش

با خبر گشتند از مولای خویش

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶

📌 زندگی یا خداوند به ما می‌گوید که از طریق انبساط با من حرف بزنید، نه از طریق انقباض، وقتی منقبض می‌شوید بین من و شما یک پرده‌ای قرار می‌گیرد.

یادمان باشد گله و شکایت، خشم و هر هیجانی شما را از جنس جسم می‌کند، یعنی مرکز شما به جسم تبدیل می‌شود و شما از جنس انقباض می‌شوید، درحالی‌که باید از جنس انبساط باشید.

حکم حق گسترده بهر ما بساط

که بگویید از طریق انبساط

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

بساط: هر چیز گسترده‌ای مانند فرش و سفره

📌 من ذهنی مسئله و دشمن می‌سازد. از نظر او مسائل وضعیت‌هایی هستند که باید حل بشوند تا زندگی‌اش شروع شود.

دشمن می‌سازد و دشمنانش چیزهای ذهنی هستند، قطب‌هایی هستند که باید با آن‌ها بجنگد. من ذهنی به جنگیدن احتیاج دارد.

📌 اگر شما زندگی‌تان را زیر نورافکن قرار بدهید، هرکسی باشید خواهید دید که در طی روز مقداری از زندگی شما صرف مانع‌سازی، مسئله‌سازی و دشمن‌سازی می‌شود، وگرنه شما خیلی زود به حضور تبدیل می‌شدید.

📌 شما باید خودتان را ارزیابی کنید که آیا من مانع‌سازی می‌کنم؟ مسئله‌سازی می‌کنم؟ دشمن‌سازی می‌کنم؟ دردسازی می‌کنم؟ کارافزایی می‌کنم؟ پرسیدن این سؤال‌ها که کاری ندارد، از خودتان بپرسید آیا من دشمن دارم؟ آیا برحسب دوست و دشمن زندگی می‌کنم؟ آیا می‌گوییم این‌ها دشمنان من هستند، این‌ها دوستان من؟ آیا شما این‌گونه هستید؟

اگر می‌بینید در زندگی روزمره در ارتباط با دیگران مانع، مسئله، دشمن و درد می‌سازید و کارافزا هستید، باید روی خودتان کار کنید، مبدا کسی را برای این کار ملامت کنید و مرتب مولانا به ما می‌گوید که مثل حضرت آدم بگو من به خودم ستم کردم، به دیگری نگو تو کردی! هیچ‌موقع نگویید خدایا تو مرا به این روز انداخته‌ای! خدا نکرده؛ شما خودتان را به این روز انداخته‌اید.

شما با خواندن و تکرار ابیات مولانا باید ببینید کدام قسمت از دیدتان غلط است؟ چرا مردم را دشمن می‌بینید؟ برای این‌که یک دشمن‌بین در مرکز شما هست. چرا نصیحت مولانا را قبول نمی‌کنید؟ برای این‌که یک داننده در مرکز شما هست. چرا خم نمی‌شوید و اشتباهاتتان را نمی‌پذیرید؟ برای این‌که پندارکمال دارید. چرا درد پخش می‌کنید؟ برای این‌که از جنس درد هستید.

چه کسی شما را از جنس درد کرده؟ خود شما. چه کسی شما را تغییر می‌دهد؟ نیروی زندگی با فضاگشایی شما. چه کسی هر لحظه می‌خواهد به شما کمک کند، شما را حمایت کند؟ زندگی، خداوند. آیا شده یک لحظه زندگی بگوید من به شما کمک نمی‌کنم؟ نه، ولی وقتی بین شما و او یک پرده هست، یعنی شما اجازه کمک به زندگی را نمی‌دهید. پرده را چه کسی ایجاد کرده؟ خود شما. آیا این روند طبیعی زندگی بوده؟ نه.

✍ در ذات زندگی پرهیز وجود دارد. خداوند دوست ندارد با چیزی همانیده شود، ما هم وقتی مرکزمان عدم می‌شود و از جنس زندگی می‌شویم، دوست نداریم با چیزی همانیده شویم، میل نداریم در این جهان به چیزی متکی باشیم.

✍ ما باید به مرکز عدم متعهد باشیم، به این صورت که هر وقت مرکزمان جسم می‌شود، دوباره فضا را باز کرده، مرکزمان را عدم کنیم. این کار را برای مدت دو، سه سال باید ادامه بدهیم، صبر کنیم، تا به طور کلی این همانیدگی‌ها به وسیله ما شناخته شود و بیفتد. این فرایندی است که ما از آن رد می‌شویم.

✍ شما مرتب به خودتان القا کنید که من دارم تغییر می‌کنم. فارغ از سود و زیانی می‌شوم که ذهنم نشان می‌دهد.

بگویید، نمی‌خواهم عقل من ذهنی را داشته باشم.

صبر می‌کنم و می‌دانم که راهم این است که مرتب آن چیزی که ذهنم نشان می‌دهد را بی‌اهمیت کنم تا مرکزم نشود. اگر مقاومت کنم، بلافاصله آن چیز به مرکزم می‌آید.

✍ یادمان باشد در این جهان در مقابل هر چیزی که مقاومت کنیم، از جنس آن شده، در نتیجه فدای آن می‌شویم، آن چیز ما را له می‌کند.

از کجا بفهمیم در مقابل یک رویداد مقاومت می‌کنیم؟ وقتی که هیجان بالا می‌آید، مثلاً اگر خشمگین می‌شویم، داریم مقاومت می‌کنیم.

اگر فضا را باز می‌کنیم، پس خشمی وجود ندارد.

✍ اگر ما فضا را باز کنیم، آیا این فضای گشوده شده شعور تشخیص ندارد؟

اتفاقاً او شعور تشخیص را دارد، منتها ما این عقل من‌ذهنی‌مان را رها نمی‌کنیم.

✍ ما بالاخره یک جایی باید تصمیم بگیریم که خداوند از من‌ذهنی من عاقل‌تر است. دلیلش هم این است که می‌گویید من تا الآن که به این سن رسیده‌ام با عقل من‌ذهنی زندگی کرده‌ام و نتوانسته‌ام خودم، زندگی‌ام و روابطم را درست کنم، پس اگر عقل من‌ذهنی کار می‌کرد، تا حالا کار کرده بود!

✍ انسان توانایی انتخاب دارد، فرق ما و حیوان همین است.

ما نباید از این توانایی انتخاب بگذریم. بگوییم من به‌عنوان انسان باید در این لحظه انتخاب کنم. دوتا انتخاب هم بیشتر ندارم، یا اتفاق این لحظه را مهم می‌دانم، مقاومت می‌کنم، منقبض می‌شوم، من‌ذهنی را فعال می‌کنم و عواقبش را می‌بینم یا فضا را باز می‌کنم.

✍ به خداوند می‌گویم ای زندگی، من از جنس تو هستم. تو بهترین قرین من هستی. نمی‌خواهم حتی یک لحظه از کنار من بروی. خُب اگر این را می‌خواهم باید یک کاری انجام بدهم، باید اتفاق این لحظه را مهم ندانم، بلکه فضای گشوده‌شده را مهم بدانم که زندگی است، خدا است.

گفتم دوش عشق را: ای تو قرین و یار من

هیچ مباش یک نفس غایب از این کنار من

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۹

اگر می‌خواهم به این بیت عمل کنم، معنی‌اش این است آن چیزی را که ذهنم نشان می‌دهد، جدی نمی‌گیرم. بنابراین مرکز عدم باقی می‌ماند.

یکی از دلایل این که ما عقلمان را رها نمی‌کنیم قرین است. شما باید مواظب قرین باشید. شما برای یارانتان و کسانی که می‌شناسید قرین خوبی باشید. قرین خوب کسی است که مرکزش عدم است، فضاگشا است.

اگر شما فضاگشا باشید، قرین نمی‌تواند روی شما اثر بگذارد.

مولانا می‌گوید این ابیات را تکرار کنید تا قرین‌ها نتوانند روی شما اثر بگذارند.

باید مواظب باشید چه برنامه‌ای را تماشا می‌کنید، با چه کسانی دوست هستید، چه کتاب‌هایی می‌خوانید، چه برنامه‌هایی گوش می‌کنید، این‌ها قرین شما هستند.

اولین قرین بد، من‌ذهنی خودمان است که بلافاصله با جدی گرفتن اتفاق این لحظه فعال می‌شود.

وقتی اتفاق یا چالشی برای شما پیش می‌آید، فوراً هشیاری‌تان را بالا بیاورید، چون ممکن است مقاومت کنید و یک چیز مادی به صورت فکر به مرکزتان بیاید، عینک دید شما شود و چشم عدمتان را ببندد، آن وقت است که من‌ذهنی بالا آمده و اختیار را از شما می‌گیرد.

ما فکر می‌کنیم اگر سخت نگیریم، جدی نباشیم، شیرازه امور از دست ما خارج می‌شود، دیگر نمی‌توانیم همه چیز را کنترل کنیم، هیچ چیز را نمی‌توانیم جمع و جور کنیم، همه چیز به هم می‌ریزد؛ در صورتی که اگر ما نسبت به من‌ذهنی بمیریم، همه چیز درست می‌شود.

اگر فضاگشایی کنیم می‌توانیم عقل من‌ذهنی را بشناسیم و از آن آزاد شویم. با شناسایی خودمان را از همانیدگی‌ها بیرون کشیده و عقل من‌ذهنی را در هر زمینه و هر جهت، بی‌اعتبار می‌کنیم.

✍ مولانا می‌گوید، این عقل من ذهنی سطحی است. یک نفر کتابی می‌نویسد و مطالب کتاب نه برای خودش قابل درک است و نه برای خوانندگان کتاب؛ ولی اگر مثل ماه همه‌جا را روشن می‌کرد، مردم مطلب را درک می‌کردند، مانند مولانا که ساده و شفاف توضیح می‌دهد، برای تبدیل شدن و دست برداشتن از عقل من ذهنی باید ابیات را تکرار کنید.

✍ شما به خداوند می‌گویید، هر لحظه منتظرم ببینم اشارت عشقی شما به من چیست. عقل من نمی‌رسد، هر زمان که یک همانیدگی را زدی، فضا را باز می‌کنم، تا با شناسایی همانیدگی خود را از شر آن رها کنم.

✍ ما به زندگی می‌گوییم، اتفاقات را با عقل محدود ذهنمان، قضاوت نمی‌کنیم. وقتی دردی را به ما می‌دهی، می‌فهمیم که ما را دوست داری و می‌خواهی هم‌هویتی‌ها را در مرکزمان به ما نشان بدهی.

ما با سبب‌سازی ذهنی که فکر پشتِ فکر است، برای خداوند تعیین تکلیف نمی‌کنیم.

✍ هراتفاقی که می‌افتد و عقل من ذهنی شما آن را بد تفسیر می‌کند، به جای ناله و شکایت، فضاگشایی کنید و پیغام زندگی را بگیرید.

✍ کسی که اصرار دارد اتفاقات مطابق با سبب‌سازی‌های ذهنش رخ دهد، در حال امتحان کردن خداوند است، درحالی‌که خداوند با اتفاقات ما را امتحان می‌کند، تا ببیند آیا ما عقل من ذهنی‌مان را دور می‌اندازیم و از عقل خداوند استفاده می‌کنیم؟ اگر نپذیریم رفوزه می‌شویم و دوباره اتفاقات برای ما تکرار می‌شود.

✍ ما در این جهان مهمان خداوند هستیم. خداوند به همه ما می‌شادی می‌بخشد.

ما با شادی تغییر می‌کنیم، پس نباید عزا بگیریم. کار من ذهنی این است که به ما تلقین کند همواره غصه بخوریم، ناله و شکایت کنیم.

✍ ما به اشتباه با سبب‌سازی ذهن، یک عقل من ذهنی درست کرده‌ایم، می‌خواهیم عقل من ذهنی‌مان را به عقل کل تحمیل کنیم و انتظار داریم خداوند با عقل ما عمل کند! با این عقل که نمی‌شود دنیا را گرداند! این عقل حتی نمی‌تواند بدنمان را به درستی اداره کند، بنابراین ما که مهمان خداوند هستیم باید هر لحظه صفر شویم، تا از سبب‌سازی ذهن خارج شویم.

✍ همه ما باید کلمه زیبا و نجات‌بخش نمی‌دانم را یاد بگیریم، بعضی‌ها با عقل من ذهنی‌شان می‌خواهند راجع به همه چیز قضاوت کنند، وقتی مرکز ما عدم شود و با چشم خداوند ببینیم، می‌فهمیم که حقیقتاً نمی‌دانیم.

✍ مولانا می‌گوید، اگر انسان لحظه به لحظه فضاگشا باشد، از این جهنم من ذهنی که همه چیز را می‌داند و لبریز از غم و اندوه است عبور می‌کند و دوباره به خداوند زنده می‌شود.

وقتی فضاگشایی می‌کنیم، متوجه می‌شویم که من ذهنی چه دشمن خطرناکی است، هر لحظه با فکرهایش به ما لطمه می‌زند، بنابراین با یاری خداوند با مداومت در فضاگشایی و به کارگیری آموزه‌های معنوی مولانا در زندگی روزمره، می‌توانیم از اسارت نفس پلیدمان رهایی یابیم.

✍ هوشیاری حضور را نمی‌توان به صورت ذهنی تعریف کرد، ما نمی‌توانیم با سبب‌سازی ذهنی به حضور برسیم. خداوند در تعریف و مفاهیم ذهنی ما نمی‌گنجد، زمانی که مرکز ما عدم شود، بی‌نام و نشان می‌شویم و در دریای وحدت به زندگی زنده می‌شویم، عقل من ذهنی در ما از بین می‌رود، آن وقت به عقل و هدایت دیگری از جنس عشق در مرکز خود آگاه می‌شویم.

✍ شما با مرکز عدم هم شاد هستید و هم زندگی عالی دارید. حس امنیت، آرامش، شادی، عقل و هدایت شما از زندگی می‌آید. زمانی که چالش‌ها پیش می‌آیند و می‌خواهند شما را به این جهان بکشند، با فضاگشایی هوشیار و ناظر بر ذهن هستید و در نتیجه بُرنده‌تر از شمشیر هستید.

✍ ما در من‌ذهنی تصور می‌کنیم که همواره باید از مرکزمان شعله‌های درد و خشم برخیزد. وقتی فضا را باز می‌کنیم و مرکزمان عدم می‌شود متوجه می‌شویم که شعله‌ای از جنس عشق در ما روشن است و در فضای وحدت با خداوند، آرامش، شادی، خرد، هدایت و قدرت واقعی را تجربه می‌کنیم.

در هوشیاری حضور، بینش و دید ما به زندگی تغییر می‌کند، در همه انسان‌ها خداوند را می‌بینیم و درک می‌کنیم هدف از خلقت انسان‌ها، زنده شدن به عشق در این تن خاکی و در جهان مادی است.

✍ عشق وحدت مجدد و آگاهانه ما با خداوند است. به‌طوری که همه همانیدگی‌ها از مرکزمان پاک شده و هیچ همانیدگی باقی نماند.

✍ خداوند به ما اجازه داده برای هشتاد، نود سال در کالبد فیزیکی زندگی کنیم، فکرهايمان را بتراشیم و از زیرش گنج نهان در مرکزمان که حضور خداوند است را بیرون بیاوریم؛ یعنی از اسارت ذهن، فکر بعد از فکر خارج شویم، فکرها را گند کنیم و به حضور زنده شویم.

✍ ما درحالی‌که با سبب‌سازی ذهن و عقل من‌ذهنی برنامه‌ریزی می‌کنیم، به زندگی می‌گوییم برنامه من را درست در بیاور! مبدا بعضی جاها من را بی‌مراد و ناراحت کنی، هر میلی که من در من‌ذهنی دارم، شما آن را برآورده کن!

خدا می‌گوید ای بنده دیوانه شدی؟ من که از اداره کائنات استعفا ندادم، تو هم جزو آن هستی، تو باید تسلیم بشوی و به قانون من که لحظه به لحظه تعیین می‌شود گردن بنهی، یعنی دائماً باید فضاگشا و تسلیم باشی؛ اما ما تن نمی‌دهیم و بالاخره در صدد امتحان کردن خداوند برمی‌آییم.

شما بالاخره در سختی‌ها ممکن است فضاگشایی کنید، یک دفعه خداوند را ملاقات کنید، او می‌گوید من عقل کل هستم، تو که من را دیدی، باید عقل جزوی یعنی عقل من ذهنی‌ات را می‌انداختی، به‌طور کلی از ذهن خارج می‌شدی و مطابق عقل من عمل می‌کردی؛ ولی هنوز عقل من ذهنی‌ات را نگه داشتی و برحسب آن فکر می‌کنی و از من انتظار داری، می‌خواهی انتظارات هم برآورده شود، یعنی با سبب‌سازیِ ذهن فکر می‌کنی؛ درحالی‌که من قانونمند هستم.

زندگی به ما می‌گوید این من ذهنیِ توهمی ساخته‌شده از فکر را رها کن! بیا با من رفیق شو و از عقل من استفاده کن! ولی چون ما با من ذهنی‌مان رفیق هستیم، به زندگی می‌گوییم تو از روی حسادت این حرف‌ها را می‌زنی، به من ذهنی‌ام حسادت می‌کنی. زندگی می‌گوید من برای چیزی که ارزش ندارد و هیچ است، حسادت نمی‌کنم، تو گوش کن! متأسفانه گوش نمی‌کنیم، بالاخره من ذهنی ما را با یک مسئله بزرگ‌تر گیر می‌اندازد.

اگر در ابتدای کار روی خودمان، مسئولیت کارها و اشتباهاتمان را بپذیریم و فضا را باز کنیم، تسلیم بشویم و اجازه بدهیم که خرد کل زندگی ما را اداره کند، آرام‌آرام عقل من ذهنی ضعیف‌تر شده، دست از سرمان برمی‌دارد، بنابراین ما به‌عنوان هشیاری، دیگر کارافزایی، مسئله‌سازی، دشمن‌سازی، مانع‌سازی و دردسازی نمی‌کنیم، و تا حدودی آسوده می‌شویم.

مثلاً متوجه می‌شویم دیگر با همسرمان دعوا نمی‌کنیم، در روابط بیرون مسئله ایجاد نمی‌کنیم، آرام هستیم، ولی باید توجه کنیم که قرار نیست این عقل من ذهنی که یک‌کمی ضعیف‌تر شده، باقی بماند.

ما در تمام لحظات به‌وسیله فکرهايمان از طرف خداوند امتحان می‌شویم و باید در هر بی‌مرادی فضا را باز کنیم و به اشتباه خودمان پی ببریم، اگر ناله و شکایت کنیم و دست بالا بگیریم که ما این‌طوری می‌خواستیم بشود ولی نشد، این غلط است، مولانا به ما می‌گوید که این طرز تفکر اصلاً درست نیست.

✍ امتحان کردن خدا، معنی‌اش این است که شما انتظار دارید تصمیماتی که براساس من‌ذهنی می‌گیرید و کامروایی‌هایی را که پیش‌بینی می‌کنید، آن‌ها به نتیجه برسند؛ درواقع نگه داشتن من‌ذهنی و عقلش یعنی امتحان کردن خدا.

✍ مولانا می‌گوید ای انسان که من‌ذهنی داری، تو نمی‌دانی چه فکری از خداوند می‌آید، چه فکری از من‌ذهنی می‌آید. فکری که از من‌ذهنی می‌آید شر، و فکری که از زندگی می‌آید خیر است، فرق این دوتا را تشخیص نمی‌دهی! اگر بلد بودی فضاگشایی کنی و یک مقدار هشیاری حضور داشته باشی، می‌فهمیدی که این فکر از کجا می‌آید. این فکر را که من کردم براساس خشمم است؟ یا براساس عشق و فضاگشایی است؟ این فکر خلاق است؟ یا یک فکر پوسیده هزار سال پیش است؟

✍ پیشنهاد مولانا این است که هرکسی حواسش به خودش باشد، ببیند که خداوند در این لحظه او را چه‌جوری امتحان می‌کند، با فضاگشایی بفهمد که پیغام زندگی چیست و دست از امتحان کردن خدا و دیگران بردارد.

✍ ما باید این را بدانیم، نه که ذهناً بدانیم، با هشیاری حضور، بفهمیم، درک کنیم، ببینیم این اتفاق پیغامش برای ما چیست؟ این درد برای چه آمد؟ چرا دلمان گرفت؟ چرا این‌قدر خوشحالیم؟ این خوشحالی به‌خاطر عشق است یا به‌خاطر حرصمان است؟ آیا ما به‌خاطر خوشی‌های سطحی که از من‌ذهنی می‌آید، کوشش می‌کنیم به یک چیزی برسیم؟ یا مَبْنایمان فضای گشوده‌شده و عشق است؟

و این را بدانیم که خداوند بدون امتحان هیچ‌گونه شادی بی‌سبب، هیچ آرامشی، هیچ عشقی برای ما در ذهن نمی‌فرستد. اگر ما در من‌ذهنی باشیم و لحظه‌به‌لحظه بخواهیم خدا را امتحان کنیم، چیزی به ما نمی‌رسد.

✍️ زندگی براساس یک سری قوانین کار می‌کند و به‌خاطر توهماتِ ما آن قوانین را به‌هم نمی‌ریزد.

مثلاً زندگی براساس قانون جبران است. قانون جبران را به‌خاطر شما به‌هم نمی‌ریزد، چون شما جور خاصی فکر می‌کنید و نمی‌خواهید قانون جبران را رعایت کنید، نمی‌خواهید زحمت بکشید، ولی آن چیز را می‌خواهید!

✍️ ما می‌گوییم که خدایا تو این بلاها را بر سر من آورده‌ای! حالا من قبول دارم من ذهنی دارم، خودم را بدبخت کردم، ولی تو که قدرت داشتی می‌توانستی نگذاری، اما این‌طوری نیست. ما این لحظه توانایی انتخاب داریم، باید آن را به‌کار بیندازیم تا فرق بین ما و حیوان مشخص شود.

✍️ خداوند موقعِ آلت به فرد فرد ما گفته برو خانه مرا در آن جهان بساز. خانه او فضای بی‌نهایت وسیع درونِ ما است؛ ولی ما آمدم اول یک خانه ساختیم، خانه من ذهنی است، آن را هم رها نمی‌کنیم.

✍️ وقتی ما رفیق من ذهنی و وسوسه‌هایش هستیم که بدخواه است، چطوری می‌توانیم در هر طرف که نگاه می‌کنیم، جنسیتِ خدا را ببینیم؟ وقتی ما همراه من ذهنی‌مان هستیم که فقط بدی‌ها را می‌بیند، انسان‌ها را مجسمه می‌بیند، زندگی را در انسان‌های دیگر نمی‌بیند، چه‌جوری می‌توانیم جنسیتِ خداوند یا خود زندگی را در انسان‌های دیگر ببینیم؟

✍️ هر من ذهنی که به مولانا گوش بدهد، یا نمی‌تواند تحمل کند فرار می‌کند، یا اگر بایستد، فوراً اشکالاتش ظاهر خواهد شد. اگر اشکالات شما با گفته‌های مولانا ظاهر شد، فرار نکنید.

✍️ مولانا می‌گوید بهترین لذت را کسی می‌برد که به دنبال لذت‌هایی که ذهنش نشان می‌دهد، نرود.

و بهترین اختیار آن است که انسان تمام اختیارش را به دست زندگی بسپارد، ولی من ذهنی صفر باشد و این بهترین اختیاری است که انسان دارد.

کتابخانه حضرت