

به نام خداوند بخشنده مهربان

سخنی با همراهان:

گر خطا گفتیم اصلاحش تو کن
مصلحتی تو ای تو سلطان سخن
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۳)

با توجه به این که خرد و به‌ویژه خرد جمعی به ما می‌گوید که قبل از دست‌زدن به کاری از هدف و نتیجه آن تصور درست، کاربردی و سودمند داشته باشیم؛ در ابتدای امر می‌خواهیم هدف از خلاصه‌نویسی برنامه‌های گنج حضور را به‌درستی درک کنیم و برای رسیدن به آن رویه‌ای متعهدانه و درعین حال متعادل و منطقی درپیش گیریم تا اُس و اساس کار را فدای مسائل فرعی نکنیم.

هدف از فعالیت این کارگروه، دسترسی سریع‌تر به همه مفاهیم اساسی، هسته‌ای و طرح کلی هر برنامه با امکان تکرار بیش‌تر برای دوست‌داران این برنامه معنوی است که منطبق و موازی با سخنان آقای پرویز شهبازی است.

لذا بر آن شدیم تا با حفظ اصل امانت‌داری و همچنین رعایت قواعد و اصول حاکم بر دستور زبان فارسی در حد بضاعت، فعالیتی تحت عناوین خلاصه، چکیده، گزیده و یا در قسمت‌های دیگر گلچینی از مطالب عنوان‌شده در برنامه را تدوین کرده و در دسترس عموم قرار دهیم. در پایان یادآور می‌شویم مسئولیت این امر به عهده کارگروه خلاصه‌نویسی می‌باشد.

با تشکر و سپاس فراوان:

کارگروه خلاصه‌سازی برنامه‌ها

همراهان عشق در تهیه و تنظیم خلاصه برنامه ۱۰۶۴ گنج حضور

تنظیم کنندگان متن	بخش ابیات	بخش خوانش	ورد و پی دی اف
خانم‌ها فرزانه از تهران	خانم‌ها شهروز عابدینی از تهران	خانم‌ها لیلا مظاهری از تهران	آقایان حسن خرمی از هرمزگان
بهاره دلارام از تهران	زهره شاهین از تهران	بهاره دلارام از تهران	امیرعلی ضیایی از تهران
سرور مال‌احمدی از شیراز	زهره شاهین از تهران	اکرم رقیبی از قزوین	تنظیم کنندگان ویدیو
سمیه حسن‌پور از گیلان	مروارید رضایی از کرج	سرور مال‌احمدی از شیراز	آقایان اشکان بابکی از مازندران
آرزو مرادی از ترکیه	گلارا مزدبهر از اهواز	مهتاب پورحمزه از سیرجان	مهران احمدی از کانادا
آزاده سلیمانی از نوشهر	شهربانو کردی از کرج	مریم زارع از شیراز	میلاد صحرارو از نروژ
مرضیه جمشیدیان از نجف‌آباد		زهره احمدی از خمین	کیان از سراب
پارمیس یزدانی از کرج		الهام موسوی از شیراز	خانم‌ها گلارا مزدبهر از اهواز
		غزاله حاجی جعفری از انگلیس	فریده مقصودی از هلند
تهیه کنندگان عکس‌نوشته‌ها		معصومه رخشان از تهران	نرگس اجل افشار از نروژ
خانم‌ها زهرا کلانتری از ساری	بازبینی کنندگان نهایی	آقایان سعید رحیمی‌پور از کرج	آرزو مرادی از ترکیه
فرح شکری از تهران	خانم‌ها زهرا شاهین از تهران	الهام بسیطی از فنلاند	
سمیه صفری از نجف‌آباد	اکرم فولادی از نجف‌آباد	لیدا شیخ‌الاسلامی از نروژ	
آقای مجتبی آزادیان از همدان	مهتاب پورحمزه از سیرجان	زهرا آزاد از همدان	
	فاطمه مخلصی از گلپایگان	زینب شاطری از تهران	
	زهرا احمدی از خمین	الهام موسوی از شیراز	
	سمیه فضلی از شیراز	نرگس جمشیدیان از نجف‌آباد	

لینک کانال گروه خلاصه برنامه های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/GanjeHozourSummNotes>

<https://t.me/GanjeHozourDigestVerses>



خلاصه ابیات غزل برنامه ۱۰۶۴، گل حضور، پرویز شهبازی
متن ابیات غزل اصلی

گر آبت بر جگر بودی، دلِ تو پس چه کاره‌ستی؟
تنت گر آن‌چنان بودی که گفتی، دل‌نگاره‌ستی

وگر بر کار بودی دل، درونِ کارگاهِ عشق
ملالت بر برونِ تو نمی‌گویی چه کاره‌ستی؟

غنیمت دار رمضان را، چو عیدت روی ننموده‌ست
ز عیدت گر کنارستی، ز غم جان بر کناره‌ستی

چو روشن گشتی از طاعت، شدی تاریک از عصیان
دلِ بیچاره را می‌دان که او محتاجِ چاره‌ستی

وگر محتاجِ این طاعت نماندستی دلِ مسکین
ورای کفر و ایمان، دل همیشه در نظاره‌ستی

تو گویی جانِ من لعل است، مگر نبُود بدین لعلی
ز تابش‌های خورشیدش مبر، گو سنگِ خاره‌ستی

به گردِ قلعهٔ ظلمت نماندی سنگِ یک‌پاره
اگر خود مَنجَنیقِ صوم دایم سویِ باره‌ستی

بزن این مَنجَنیقِ صوم قلعهٔ کفر و ظلمت بر
اگر بودی مسلمانی، مؤذّن بر مناره‌ستی

اگر از عیدِ قربانِ سرافرازان بدانندی
نه هر پاره ز گاوِ نفسِ آویزِ قناره‌ستی

اگر سوزِ دلِ مسکینِ بدیدی‌ای از این لقمه
ز بهرِ ساکنی سوزش، شکم‌سوزی هماره‌ستی

در اوّل منزلت این عشق با این لوت ضدّانند
اگر این عشق باره‌ستی چرا او لوت باره‌ستی؟

همه عالم خر و گاوان به عیش اندر خزیدندی
اگر عاشق بُدی آن کس که دایم لوت‌خواره‌ستی

اگر دیدی تو ظلمت‌ها ز قوّت‌های این لقمه
ز جورِ نفسِ تردامنِ گریبان‌ها ت پاره‌ستی

به تدریج ار کُنی تو پیِ خرِ دجّال از روزه
ببینی عیسیِ مریم که در میدان سواره‌ستی

اگر امرِ تصوّموا را نگه داری به امرِ رب
به هر یارب که می‌گویی تو، لبّیکت دوباره‌ستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

واژگانِ ناآشنا

دل‌نگاره: دارای صُور و نقوش قلبی، نقشِ دل‌کشنده
مَنْجَنیق: سنگ‌انداز، آلتی که در جنگ‌های قدیم برای پرتاب کردن سنگ یا گلوله‌های آتش به‌کار می‌رفته.
صوم: روزه گرفتن، روزه
باره: حصار، قلعه
آویز: آویخته، آویزان
قناره: چوب یا آهنی که قصّابان از آن گوشت آویزان کنند.
هماره: دائم، پیوسته
لوت: غذا، طعام عشق‌باره: عاشق‌پیشه لوت‌باره: حریص، شکم‌باره
لوت‌خواره: کسی که غذاهای لذیذ خورد.
جُور: جفا، ستم
تَردامن: [مجاز] بدکار، گناه‌کار
پَی (پَی) کردن: رگ و پَی پا را قطع کردن، عاجز کردن
تَصَوُّمُوا: اشاره به سوره بقره (۲)، آیه ۱۸۴ لبّیک: فرمانت را ایستاده‌ام، جواب دادن، امرِ تو را اطاعت می‌کنم.

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۱۸۴)

«...وَ أَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ ۖ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ.»

«...و اگر می‌خواهید بدانید، بهتر آن است که خود روزه بدارید.»

مقدمه:

۱- قرار بر این است که در خواندن غزل‌ها وقتی یک بیت را می‌خوانیم، این قدر آن را تکرار کنیم که اولاً واژه‌ها و عباراتی را که دارای معانی لطیف هستند پیدا کنیم. دوماً بتوانیم آن را از حفظ بخوانیم. اگر نتوانیم، معنایش این است که آن بیت خودش را برای ما نشان نداده و در ما جا نیفتاده است.

۲- تکرار سبب تعهد و سبب این می‌شود که بیت، معنایی را که حمل می‌کند به ما نشان دهد و ما آن را جذب و درک کنیم، عیبمان را بشناسیم و بفهمیم چه چیزی را باید اصلاح کنیم. اگر سریع از ابیات بگذریم این را نخواهیم فهمید. علاوه بر این وقتی بیت را خوب می‌خوانیم ممکن است حدس بزنیم بیت بعدی راجع به چه می‌تواند باشد، زیرا این ابیات ارتباط معنایی دارند و جدا از هم نیستند. بدین ترتیب غزل به صورت یک تصویر یا تابلوی زیبا خودش را به ما نشان می‌دهد.

۳- استاد پس از توضیح ابیات غزل، تعدادی بیت از مثنوی و دیوان شمس می‌آورند که به ما ثابت شود مولانا درست می‌گوید؛ زیرا اگر کسی به عنوان من ذهنی برنامه را تماشا می‌کند، نسبت به آن مقاومت و عدم پذیرش دارد چون فکر می‌کند اصلاً شاید درصد بالایی از این حرف‌ها غلط باشد. در نتیجه آوردن شواهد مثال از جاهای مختلف مثنوی که مولانا یک جور دیگر همان مطلب را گفته، فرد را متقاعد می‌کند که این حرف‌ها درست است تا ذهنش اجازه دهد که وارد وجودش شده و بالاخره تبدیل به عمل شود و غیر از این چاره‌ای برایش نمی‌ماند.

۴- منظور از برنامه‌ی گنج حضور این نیست که ما با داشتن من ذهنی آدم بهتری بشویم یا باورها و طرز عملمان را عوض کنیم تا باور بهتری داشته باشیم. منظور، تبدیل یک هشیاری به هشیاری دیگر است. آنچه در تبدیل عوض می‌شود، دید ماست. تنها دید است که عوض می‌شود.

گر آبت بر جگر بودی، دلِ تو پس چه کارهستی؟ تنت گر آنچنان بودی که گفتی، دل‌نگاره‌ستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

دل‌نگاره: دارای صُور و نقوش قلبی، نقشِ دل‌کشنده

[مولانا مرکز انسان را که باید خود خداوند باشد، به دل تشبیه می‌کند و تمام چیزهای حادث مثل چهار بعد انسان را به جگر؛ سپس می‌پرسد] اگر آب برکات الهی که تو برای زندگی لازم داری، در چیزهای حادث وجود می‌داشت و می‌توانستی از آن‌ها زندگی و برکت بگیری، پس دل تو که خدا یا زندگی است چه‌کاره است؟ و اگر آن‌طور که من ذهنی تو می‌گویم، تن تو یا تمام این چیزهای ساخته‌شده، مرکز یا دل تو هستند و عقل جزوی برایت کافی است، در این صورت دل تو دل‌نگاره است یعنی پر از نقش و تصویر است و این خیلی خطرناک است. [از نظر من ذهنی اتفاقات مهم هستند و می‌توان از آن‌ها زندگی خواست. اما اتفاق برای ما به‌عنوان الست مهم نیست، چه مربوط به گذشته باشد، چه حال یا آینده؛ اگر بتوانیم این حقیقت را درک کنیم، فضا باز و من ذهنی ضعیف می‌شود و به‌عنوان آب یا هشیاری نظر از کنار اتفاقات رد می‌شویم.]

وگر بر کار بودی دل، درونِ کارگاهِ عشق ملالت بر برونِ تو نمی‌گویی چه کارهستی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

تو نمی‌گویی اگر دلت که پر از نقش و تصویر است، با شکسته شدن و قبول ایرادها و نداشتن پندار کمال واقعاً در کارگاه عشق و فضای گشوده‌شده به‌وسیله خداوند اداره می‌شد، این‌همه ملالت، پژمردگی و اضطراب در بیرون تو یا چهار بعد تو چه می‌کرد؟ [خداوند غم و غصه به ما نمی‌دهد؛ این اداره غلط امور به‌وسیله من ذهنی و عقل جزوی ماست که این‌همه ملالت را باعث می‌شود.]

غنیمت دار رمضان را، چو عیدت روی ننموده‌ست ز عیدت گر کنارستی، ز غم جان بر کناره‌ستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

اگر عید فطر و هلال ماهِ فضاگشایی روی خودش را به تو نشان نداده است و غم داری، این یعنی هنوز خودت را به‌عنوان خداوند و الست شناسایی نکرده‌ای. پس با پرهیز، چیزهای ذهنی را به مرکزت راه

نده و این پرهیز را غنیمت بشمار و قدر بدان. بدان که اگر عید تو را در آغوش می‌گرفت یعنی در آغوش خداوند جای می‌داشتی، جان تو هرگز غم نداشت. [در باور غلط من‌ذهنی که انعطاف ندارد، پرهیز به معنای محرومیت از غذا خوردن و پول داشتن و مادیات است، اما این‌طور نیست. پرهیز، نیاوردن آن چیزها به مرکزمان، من‌ذهنی نساختن و زمان ایجاد نکردن است. زمان یا فرم ایجاد کردن با مقاومت در مقابل چیزها صورت می‌گیرد و ما را که در اصلمان روان، بی‌فرم و انعطاف‌پذیر هستیم و همیشه در این لحظه قرار داریم، دارای فرم می‌کند و به زمان روان‌شناختی می‌برد.]

چو روشن گشتی از طاعت، شدی تاریک از عصیان

دل بیچاره را می‌دان که او محتاج چاره‌ستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

وقتی تو با طاعت و عبادت ذهنی به نور هشیاری جسمی روشن می‌شوی [و در عبادت با من‌ذهنی و ایجاد زمان روان‌شناختی من‌ذهنیات تقویت می‌شود و از خدا دور می‌شوی]، درواقع داری عصیان و سرکشی می‌کنی و تاریک می‌شوی، چراکه عصیان، تاریک شدن هرچه بیشتر است. آن موقع بدان که دل مسکین و بیچاره تو محتاج چاره است و باید یک کاری بکنی.

وگر محتاج این طاعت نمادستی دل مسکین

ورای کفر و ایمان، دل همیشه در نظاره‌ستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

اگر دل مسکین تو بفهمد که محتاج طاعت و عبادت ذهنی نیست و به‌جای آن باید فضاگشایی و پرهیز کند، دراین‌صورت ورای دویی و کفر و ایمان من‌ذهنی‌اش که برخی را مومن و برخی را کافر می‌داند، به‌صورت ناظر فکرهاش را می‌بیند و عیب‌هایش را شناسایی می‌کند. [ما سال‌هاست با یک هشیاری مسموم‌کننده از یک طاعت بی‌نتیجه روشن شده‌ایم و درواقع طغیان و عصیان کرده‌ایم، اما متوجه نیستیم. من‌ذهنی ما جسم‌پرست، باورپرست، زمان‌پرست و مکان‌پرست است. ما خدا را نمی‌پرستیم و حتی کفر و ایمان را هم به این اتفاقات وصل می‌کنیم و این معادل تاریکی عصیان و جهل است.]

تو گویی جانِ من لعل است، مگر نبود بدین لعلی
ز تابش‌های خورشیدش مبر، گو سنگِ خاره‌ستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

تو به عنوان من ذهنی می‌گویی: «این جان من که براساس جگر و چیزهای حادث مثل باورها و عباداتم است، عینِ لعل یا جواهری است که نور می‌اندازد. لعل بودن مگر به این نیست؟» [نه، لعل بودن به این نیست، چون جان ذهنیات لعل نیست، نورش هم نور نیست. لعل بودن این است که فضا باز بشود.] پس فضا را باز کن و دل و جانت را از تابش خورشیدِ خداوند بُر و محروم نکن. بگو این دل من نیست، بلکه سنگ خاره سفت است و باید در فضای گشوده‌شده تبدیل به لعل شود. [برای رسیدن به این منظور با فضاگشایی مرکزت را عدم کن، خودت را بشکن، متواضع شو و به عیبت اقرار کن.]

به گردِ قلعهٔ ظلمت نماندی سنگ یک‌پاره
اگر خود مَنجَنیقِ صوم دایم سویِ باره‌ستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

مَنجَنیق: سنگ‌انداز، آلتی که در جنگ‌های قدیم برای پرتاب کردن سنگ یا گلوله‌های آتش به‌کار می‌رفته.
صوم: روزه گرفتن، روزه
باره: حصار، قلعه

اگر مَنجَنیقِ صوم یا روزه و پرهیز لحظه‌به‌لحظه به‌سوی قلعهٔ ظلمت که نماد ذهن همانیده است، شلیک می‌کرد، درون این قلعه حتی یک پاره‌سنگ هم با فضاگشایی و پرهیز باقی نمی‌ماند و همهٔ همانیدگی‌ها می‌ریخت. [صوم در این‌جا یعنی پرهیز و منظور از آن روزهٔ ماه رمضان نیست، بلکه یک روزهٔ دائمی و هر لحظه است.]

بزن این مَنجَنیقِ صوم قلعهٔ کفر و ظلمت بر
اگر بودی مسلمانی، مؤذن بر مناره‌ستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

مَنجَنیق: سنگ‌انداز، آلتی که در جنگ‌های قدیم برای پرتاب کردن سنگ یا گلوله‌های آتش به‌کار می‌رفته.
صوم: روزه گرفتن، روزه

[پس ای انسان، حالا که این‌ها را فهمیدی دست به عمل بزن و] این مَنجَنیقِ پرهیز را به‌کار بینداز و آن را بر قلعهٔ کفر و ظلمت یا ذهن همانیده پرتاب کن که مسلمانی به همین است. اگر مسلمان بودن

واقعی وجود می‌داشت، دائماً این اذان‌گو که خدا یا من اصلی ما است، در مناره بود و اذان می‌گفت. [مناره بالاترین نقطه‌ای است که مؤذن می‌رود تا اذان بگوید. اگر با پرهیز و فضاگشایی لحظه‌به‌لحظه تسلیم بودیم و مرکزمان عدم بود هر الله اکبر مؤذن ما را بزرگ‌تر و منبسط‌تر می‌کرد، زمان روان‌شناختی به پایان می‌رسید و ما در این لحظه ابدی مستقر می‌شدیم.]

اگر از عیدِ قربانِ سرافرازان بدانندی
نه هر پاره ز گاوِ نفسِ آویزِ قناره‌ستی؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

آویز: آویخته، آویزان

قناره: چوب یا آهنی که قصّابان از آن گوشت آویزان کنند.

اگر انسان‌ها بدانند سرافرازان و سربلندانی مثل مولانا چگونه به عید قربان رسیده‌اند و انسان‌های فضاگشا با چه استقامت و تعهدی من‌ذهنی را فدا کرده‌اند، مگر نه این‌که آن‌ها هم گاوِ نفسشان را پاره‌پاره کرده و از قناره آویزان می‌کنند؟ [یعنی قسمت‌های مختلف من‌ذهنی و همانیدگی‌هایش را بیرون آورده و بی‌اثر می‌کنند.]

اگر سوزِ دلِ مسکینِ بدیدی‌ای از این لقمه
ز بهرِ ساکنی سوزش، شکم‌سوزیِ هماره‌ستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

هماره: دائم، پیوسته

اگر سوزِ دلِ انسان بیچاره و مسکین پدید بیاید و آشکار شود که دلِ او در حال سوزش و درد از این لقمه‌ای است که از جهان و همانیدگی‌ها می‌گیرد، برای ساکت کردن و ساکن کردن آن سوزش، شکم‌سوزی [یا پاسخ نه دادن به خواسته‌های من‌ذهنی و نخوردن لقمه‌های این‌جهانی به‌طور متعهدانه] باید لحظه‌به‌لحظه و دائمی باشد.

در اوّل منزلت این عشق با این لوت ضداًند

اگر این عشق باره‌ستی چرا او لوت باره‌ستی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

لوت: غذا، طعام

عشق باره: عاشق‌پیشه

لوت باره: حریص، شکم‌باره

وقتی شروع به کار روی خود می‌کنی، در منزل اوّل این راه، فضاگشایی، عشق، یکی شدن با زندگی و غذاهای معنوی آن‌جهانی مثل شادی بی‌سبب، همگی با لوت یا غذایی که از جهان می‌گیری، ضد هم هستند و اگر به یکی علاقه‌مند هستی، به دیگری نمی‌توانی علاقه‌مند شوی. اگر این من‌ذهنی به‌نظرت عشق باره است و میل به خداوند دارد، پس چرا او لوت باره است و به غذاهای ذهنی و همانیدگی‌ها مانند پول، موقعیت، شهرت و آدم‌ها عشق می‌ورزد؟

همه عالم خر و گاوان به عیش اندر خزیدندی

اگر عاشق بُدی آن کس که دایم لوت‌خواره‌ستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

لوت‌خواره: کسی که غذاهای لذیذ خورد.

در همه عالم، خران و گاوان، من‌های ذهنی پُردرد، وجود دارند که می‌توانند به زندگی بخزند و به‌جای زندگی خری و گاوی، زنده‌شدن به خداوند را زندگی کنند. این در صورتی اتفاق می‌افتد که انسان لوت‌خواره که دائماً غذای ذهنی می‌خورد، لحظه‌به‌لحظه عاشق باشد و فضا را باز کند تا لوت‌خوارگی‌اش از بین برود. [وقتی مولانا می‌گوید همه عالم، خر و گاوان، درواقع می‌گوید فرقی ندارد محل زندگی، نژاد، رنگ پوست، باور مذهبی یا سیاسی، دین، زندگی گذشته یا آینده چه باشد، همین که انسان با پرهیز و فضاگشایی لوت‌خوارگی را رها کند و از چیزهای جهان زندگی نخواهد، به زندگی حقیقی خواهد خزید.]

اگر دیدی تو ظلمت‌ها ز قوت‌هایِ این لقمه
ز جُورِ نفسِ تَر دامنِ گریبان‌ها ت پاره‌ستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

جُور: جفا، ستم
تَر دامن: [مجاز] بدکار، گناه‌کار

اگر می‌دید که از نیرو و قوت حاصل از لقمه من‌ذهنی و همانندگی‌ها چقدر زندگی‌ات تاریک می‌شود و دچار جهل و درد می‌شوی، پیراهنی را که یک همانندگی تنت می‌کند، به‌خاطر ظلم من‌ذهنی گناه‌آلوده پاره می‌کردی و دور می‌انداختی. [ظلمی که در اثر همانش به ما وارد می‌شود و فکر می‌کنیم عشق است، عشق نیست و اصلاً طبیعی و موجه نیست. عشق اصلاً درد ندارد].

به‌تدریج ار کُنی تو پیِ خرِ دجال از روزه
ببینی عیسیِ مریم که در میدانِ سواره‌ستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

پی کردن: رگ و پی پا را قطع کردن، عاجز کردن

اگر به‌تدریج با صبر و درد هشیارانه و پرهیز، ابزارهایی را که به‌عنوان پای خر دجال من‌ذهنی هستند کنار بگذاری، آن خر را پی کنی یعنی پاهایش را بزنی و با فضاگشایی و تمرکز روی خودت تقصیرت را گردن بگیری، یک‌دفعه متوجه می‌شوی که مانند عیسی پسر مریم که نماد رها شدن از ذهن و هشیاری منطبق بر هشیاری است، در وسط میدان فضاگشایی هستی و با من اصلی زندگی‌ات را اداره می‌کنی. [زنده شدن به زندگی و تبدیل، یک‌دفعه ایجاد نمی‌شود، بلکه تدریجی است و باید صبر داشت و درد هشیارانه کشید].

اگر امرِ تَصَوُّمُوا را نگه داری به امرِ رب
به هر یارب که می‌گویی تو، لبیکت دوباره‌ستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۲۰)

تَصَوُّمُوا: اشاره به سوره بقره (۲)، آیه ۱۸۴

لبیک: فرمانت را ایستاده‌ام، جواب دادن، امر تو را اطاعت می‌کنم.

اگر به فرمان خداوند امرِ «تَصَوُّمُوا» یا فرمان «روزه بگیرید» و پرهیز کنید را نگه داری [و به سایر فرمان‌های زندگی هم توجه کنی] و اگر از ابزارهای من‌ذهنی استفاده نکنی و همانندگی‌ها را به مرکزت

نیاوری، در مقابل هر «یا رب» که تو می‌گویی خداوند هم دوباره و لحظه به لحظه لبیک می‌گوید و به تدریج فضای درونت گشوده‌تر و گسترده‌تر می‌شود.

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۱۸۴)

«...وَ أَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ.»

«...و اگر می‌خواهید بدانید، بهتر آن است که خود روزه بدارید.»

توضیح آیه:

می‌خواهید بدانید چه چیزی برای شما خوب است؟ بهتر این است که پرهیز کنید و از ابزارهای ذهنی استفاده نکنید و چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد به مرکزتان نیاورید. این‌ها امر «تَصُومُوا» است.

متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۱۰۶۴

او فضولی بوده است از انقباض

کرد بر مختار مطلق، اعتراض

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۸۷)

فضولی: فضول، یاوه‌گو، زیاده‌خواه

انقباض: دلتنگی و گرفتگی

مختار مطلق: در این‌جا خداوند است.

او با ایجاد زمان روان‌شناختی یک من‌ذهنی فضول ایجاد کرده که منقبض است مقاومت می‌کند و هر لحظه بر مختار مطلق که خداوند است اعتراض دارد.

پس جزای آن‌که دید او را مُعین

ماند یوسف حبس در بضع سنین

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۰۶)

مُعین: یار، یاری‌کننده

حبس در: در حبس

بضع سنین: چند سال

پس در جزای این‌که او دیگر از خداوند کمک نخواست، بلکه از اتفاق یا شخصی که ذهنش نشان می‌داد کمک خواست، چند سال بیشتر در زندان ذهن ماند. [این بیت مربوط به داستان یوسف و برادران اوست که در اثر حسادت او را در چاه انداختند، اما یوسف فضاگشایی بلد است، خداوند را از یاد نمی‌برد، بنابراین از چاه نجات می‌یابد. اما به تدریج دوباره به زندان همانندگی‌ها می‌افتد و از شخصی که در حال آزاد شدن است می‌خواهد تا بی‌گناهی‌اش را به شاه بگوید. درواقع او خدا یا فضاگشایی را رها کرده و به اتفاق توجه می‌کند. ما نیز اگر به جای فضاگشایی منقبض شویم و از اتفاقات یا چیزهایی که ذهنمان نشان می‌دهد کمک بگیریم، در این صورت چند سال بیشتر در زندان ذهن خواهیم ماند. توجه کنیم مهم‌ترین چیز این است که اتصال خود با زندگی را از دست ندهیم. یعنی مرکزمان را عدم نگه داریم و آن جنس اولیه‌مان را حفظ کنیم.]

گر خُفاشی رفت در کور و کبود بازِ سلطان‌دیده را باری چه بود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۲)

کور و کبود: در این‌جا به معنی زشت و ناقص، گول و نادان، من‌ذهنی

باز: نوعی پرندۀ شکاری که در قدیم آن را برای شکار کردن جانوران تربیت می‌کردند.

اگر یک انسان من‌ذهنی به ذهن رفت و کور و کبود شد، آن‌جا آسیب دید و انقباض را حفظ کرد، تو که به‌عنوان باز چند بار با فضاگشایی سلطان یا خداوند را دیده‌ای و در کارهایت گشایش حاصل شده‌است، چرا دیگر به انقباض رفته، جسم را در مرکز گذاشته‌ای، اتفاقات را مهم دانسته‌ای و از آن‌ها زندگی می‌خواهی؟

پس ادب کردش بدین جُرم اوستاد

که مَساز از چوبِ پوسیده عِماد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۳)

اوستاد: استاد

عِماد: ستون، تکیه‌گاه

پس استاد یعنی خداوند به‌خاطر این جُرم او را ادب کرد و [یوسف] چند سال بیشتر در زندان ماند. خداوند به او گفت از چوب پوسیده ستون نساز و به آن متکی نشو. [چوب پوسیده همان من‌ذهنی و همانندگی‌های آفل است. بنابراین ما نباید به اتفاقات و من‌ذهنی‌مان متکی باشیم، بلکه باید فضا را باز کنیم و به استاد متکی باشیم.]

دست کورانه به حبلُ الله زن

جز بر امر و نهیِ یزدانی مَتَن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۹۲)

درحالی‌که هنوز من‌ذهنی کور و نابینا داری فضا را باز کن و به ریسمان خداوند که همان فضای گشوده‌شده است دست بزن؛ آن را با فضاگشایی مداوم و عدم انقباض محکم بگیر و در این فضای گشوده‌شده به هر آن‌چه که زندگی می‌گوید گوش کن نه آن‌چه من‌ذهنی‌ات می‌گوید.

چیست حَبْلُ اللَّهِ؟ رها کردن هوا

کاین هوا شد صَرَصَری مر عاد را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۹۳)

صَرَصَر: تندباد

حَبْلُ اللَّهِ یا ریسمان خدا چیست؟ پرهیز و یا رها کردن خواسته‌های ناروای من‌ذهنی مثل دیده شدن، خشم، حسادت، پندار کمال و ناموس، چراکه وقتی خواسته‌های من‌ذهنی انسان یواش‌یواش جمع می‌شود، تبدیل به باد تند و طوفانی می‌گردد که با انرژیِ بدِ خود انسان را مانند قوم عاد به زمین می‌کوبد و زندگی‌اش را خراب می‌گرداند.

(قرآن کریم، سوره آل عمران (۳)، آیه ۱۰۳)

«وَ اعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَ لَا تَفَرَّقُوا...»

«و همگان دست در ریسمان خدا زنید و پراکنده مشوید...»

توضیح آیه:

ریسمان خدا پرهیز است تا به‌وسیله آن فضا در درون انسان باز شده و مرکزش عدم گردد.

صورتی را چون به دل رَه می‌دهند

از ندامت آخرش دَه می‌دهند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۴)

ندامت: پشیمانی

دَه می‌دهند: اظهار انزجار و نفرت می‌کنند.

وقتی انسان‌ها یک صورتی را به مرکز خود راه می‌دهند، آخرسر از آن همانندگی پشیمان و منزجر می‌شوند و احساس تنفر می‌کنند. [به‌عنوان مثال با هر کسی همانیده شویم، از او متنفر خواهیم شد.]

توبه می آرند هم پروانه وار باز نسیان می کشدشان سوی کار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۵)

آنها مانند پروانه توبه می کنند که چیزها را به مرکزشان نیاورند و از ابزارهای منذهنی استفاده نکنند، اما همانطور که پروانه با رفتن به درون آتش می سوزد و ظاهراً توبه می کند که دیگر در اطراف آتش نگردد، ولی حقیقتاً یاد نمی گیرد و دوباره همان کار را انجام می دهد، آنها را نیز فراموشی خداوند و بازگشت به ذهن باز هم به سوی هواهای منذهنی می کشاند.

همچو پروانه ز دور آن نار را نور دید و بست آن سو بار را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۶)

نار: آتش، در اینجا به معنی خوشی های منذهنی یا همانندگی و دردهای آن است. مانند پروانه که از دور آتش را نور دید او نیز فکر کرد با زیاد کردن همانندگی هایش می تواند به زندگی، عشق و خوشبختی برسد، بنابراین در اثر فراموشی خداوند دچار نسیان شد، زمان روان شناختی ایجاد کرد، به ذهن رفت و تمام تلاش خود را در این جهت انجام داد.

چون که اصل کارگاه آن نیستی ست که خلا و بی نشان است و تهی ست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۷)

برای این که اصل کارگاه خداوند فضای گشوده شده و فضای لائساب می باشد که خالی و بی نشان و تهی است.

جمله استادان پی اظهار کار

نیستی جویند و جای انکسار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۸)

انکسار: شکسته شدن، شکستگی؛ مجازاً خضوع و فروتنی

همه استادان برای اظهار کار خود دنبال نیستی و یا یک چیز خراب و شکسته هستند تا آن را درست کنند. [انکسار یا شکسته شدن این است که ما بالاخره پس از آموزش‌های مولانا به این جا برسیم که ما یک انسان کامل نیستیم، من ذهنی مان ناقص و پر از عیب است، بگوییم من گوش می‌دهم، واقعاً مطیع و این شکستگی است. هر کسی که می‌شکند درواقع غرور و کبر من ذهنی را می‌شکند. شکستگی نقطه عطفی برای انسان است. انسانی که برای پیدا کردن ایرادها و رفع کردنشان بسیار تلاش کرده و اقرار می‌کند که ایراد دارد و در صدد رفع آن‌هاست، واقعاً شکسته شده است.]

لاجرم استاد استادان صمد

کارگاهش نیستی و لا بود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۹)

صمد: بی‌نیاز و پاینده؛ از صفات خداوند

به‌ناچار استاد استادان صمد یعنی خداوند کارگاهش در این فضای گشوده شده است و این کارگاه موقعی شروع به کار کردن می‌کند که انسان شکسته می‌شود و می‌گوید من پُر از ایراد هستم و فعالانه روی خود کار می‌کند.

هر کجا این نیستی افزون‌تر است

کار حق و کارگاهش آن سر است

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۰)

هر انسانی که به‌صورت من‌ذهنی بلند نمی‌شود، تواضع دارد و کاملاً شکسته شده، کار خداوند و کارگاهش آن‌جا است. [اگر حواسمان به خودمان نیست و به دیگران است، کارگاه تعطیل است اما اگر حواس ما به خودمان، رفع ایرادهای مان و فضاگشایی است، در این صورت احتمال این‌که کارگاه در درون ما باز شود خیلی زیاد است.]

دل نباشد غیرِ آن دریایِ نور

دل نظرگاهِ خدا و آن‌گاه کور؟!

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۹)

دلِ خداوند و دریایِ هشیاری است که با فضاگشایی به مرکز انسان می‌آید. خداوند به دل او نگاه می‌کند و در دل او دنبال خودش می‌گردد. حال آیا روا است انسان مرکز خود را از همانیدگی‌ها انباشته کند و دلش را کور نگه دارد؟ [به عبارتی انسان باید فضا را باز کند و به الست وفادار باشد و هر تنبیهی را به این تفسیر کند که من از جنس آلست و هشیاری اولیه نیستم.]

دل تو این آلوده را پنداشتی

لاجرَم دل ز اهلِ دل برداشتی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۳)

پنداشتن: تصور کردن، خیال کردن، فرض کردن

لاجرَم: عاقبت، سرانجام، به‌ناچار

تو همین من‌ذهنی آلوده را دل پنداشتی، بنابراین دلت را از انسان‌هایی مثل مولانا که به زندگی زنده شده‌اند، برداشتی. [تعهد به آموزش مولانا دل اصلی ما را به ما نشان می‌دهد.]

دل و جان به آبِ حکمت ز غبارها بشوید

هَلَه تا دو چشمِ حسرتِ سویی خاکدانِ نمائد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۷۱)

هَلَه: هلا، از اداتِ تنبیه و بیداری است به‌معنی آگاه باش، به‌هوش باش.

خاکدان: محلی که آشغال و خاک و خاشاک را در آن می‌ریخته‌اند، (مجاز) دنیا

با فضاگشایی مرکزتان را با آب حکمتی که از آن طرف می‌آید، از غبارهای همانیدگی و درد بشوید تا زمانی که متوجه شوید چشم حسرتتان به این دنیا نمانده‌است. [در واقع آخرسر منظور ما این است که خودمان را به‌صورت زندگی و امتداد خداوند شناسایی کنیم و این کار فقط به دست خودمان انجام می‌شود؛ خودمان هستیم که باید فضا را باز کنیم و از آن ایده و باورها که چیزها عشق دارند، خود را بشویم و از مرکزمان بیرون کنیم.]

ای دلا، منظورِ حق آن‌گه شوی
که چو جزوی سویِ کُلِّ خود روی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۳)

ای دل من، آن موقع نظرگاه خداوند می‌شوی و او می‌تواند به تو نگاه کند که به‌صورت جزوی که امتداد خداوند است به‌سوی کل خود، خداوند بروی. [به‌جای این‌که زمان ایجاد کرده و فرمت را بزرگ کنی.]

حق همی گوید: نظرمان بر دل است
نیست بر صورت که آن آب و گل است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۴)

خداوند می‌گوید ما فقط به دل انسان نگاه می‌کنیم و به‌صورت او که آب و گل است نگاه نمی‌کنیم. [چیزهای تازه به‌وجود آمده، مثل تن و فکرها نمی‌توانند در مرکزمان باشند.]

حدیث

«إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُورِكُمْ وَ أَمْوَالِكُمْ وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ وَ أَعْمَالِكُمْ.»

«همانا خداوند ننگرد به صورت‌ها و دارایی شما، بل نگرَد به دل‌ها و رفتار شما.»

توضیح حدیث:

خداوند به دلی که پُر از صورت و همانیدگی‌ها است، نمی‌نگرد، بلکه به دل باز شده و دلی که خودش است می‌نگرد تا ببیند عمل انسان براساس آن دل جدید است یا دل اصلی.

تو همی گویی: مرا دل نیز هست
دل فرازِ عرش باشد، نی به پست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۵)

فراز: بر بالای

توِ من‌ذهنی می‌گویی که من هم دل دارم، اما دل به‌اندازه عرش است و دل آلوده به گِلِ همانیدگی‌ها که پست و منقبض است، دل نیست.

دل محیط است اندر این خطّه وجود

زر همی افشاند از احسان و جود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۷۲)

خطّه: سرزمین

جود: بخشش و کرم

دل انسانی که با فضاگشایی باز شده همان خداوند است. پس محیط است و هر فرمی از جمله بدن، فکرها و هرچه را که خودش یا دیگران درست کرده‌اند در آغوش می‌گیرد و از احسان و بخشش خداوند نور و زندگی می‌گیرد و آن را در بیرون پخش می‌کند.

از سلام حق، سلامت‌ها نثار

می‌کند بر اهلِ عالم اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۷۳)

وقتی دل انسان با فضاگشایی باز می‌شود، به خداوند سلام می‌کند و از آن سلام خداوند به او زر، زندگی و خوشبختی می‌دهد؛ او نیز این برکات را می‌گیرد و آن را هم به خود و هم به همه عالم و انسان‌های دیگر می‌دهد و پخش می‌کند.

هرکه را دامن درست است و مُعدّ

آن نثارِ دل بدان کس می‌رسد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۷۴)

مُعدّ: آماده‌شده، شمرده‌شده

هر کسی که دامن درست و آماده دارد، همانیدگی‌ها و ابزارهای ذهنی را شناسایی می‌کند، می‌تواند این زندگی و خرد را از بزرگی مثل مولانا بگیرد. [تا زمانی که دامنمان پر از همانیدگی و درد باشد، سوراخ است. بنابراین هرچه مولانا یا عاشقان دیگر برایمان بریزند، بیرون می‌رود.]

دامنِ تو آن نیاز است و حضور هین منهُ در دامنِ آن سنگِ فُجور (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۷۵)

فُجور: تبه‌کاری، گناه کردن

دامنِ تو آن حس نیاز و حضور حقیقی تو است که فضاگشایی می‌کنی، متواضع شده متوجه ایرادات خود می‌شوی و درک می‌کنی که به مولانا و انسان‌های به‌حضور رسیده نیاز داری. بنابراین دیگر سنگ‌های فُجور یعنی همانیدگی‌ها را در دامنِ تو نگذار.

از خیالِ سیم و زر، چون زر نبود دامنِ صدقت درید و غم فزود (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۷۸)

چون با ایجاد من‌ذهنی زندگی را در همانیدگی‌ها تصور کردی، جسم‌پرست و مقصد‌پرست شدی و نتوانستی از خیال همانیدگی‌ها زندگی بگیری و فهمیدی که راستین نبوده و یک من‌ذهنی دروغین بوده‌ای و از چیزهای دروغین زندگی خواسته‌ای، بنابراین دامنِ صدق تو دریده شد و غم افزون گشت. [بنابراین چقدر مهم است که فضا باز شود، ما متواضع و فروتن و شکسته شویم، بگوییم نمی‌دانم، به این لحظه نزدیک شویم و به فقرِ کامل یعنی مرکز عدم برسیم.]

کی نماید کودکان را سنگ، سنگ؟ تا نگیرد عقلِ دامن‌شان به چنگ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۷۹)

کی در نظر کودکان، کسانی که من‌ذهنی دارند و زمان روان‌شناختی ایجاد می‌کنند، سنگ همانیدگی‌ها همان سنگ است؟ [در نظر آن‌ها سنگ همانیدگی‌ها جواهر است]، مگر این‌که با فضاگشایی مرکزشان را عدم کنند، عاقل شوند و خرد و عقل زندگی دامن‌آن‌ها را به چنگ بگیرد.

بکش جفایِ رقیبانِ مدام و جُورِ حسود
که سهل باشد اگر یارِ مهربانِ داری
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۴۴۵)

جفا: ستم

جُور: ستم

سهل: آسان

اگر فضا را باز کنی و به دوست وصل باشی همه چیز داری، بنابراین جفای من‌های ذهنی دیگر و حسودان را بکش، چراکه وقتی می‌توانی فضا را باز کنی و از درون به خداوند وصل بشوی، این کار برایت سهل و آسان است.

به وصلِ دوستِ گَرت دست می‌دهد یک دَم
برو که هرچه مراد است در جهانِ داری
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۴۴۵)

دست دادن: کنایه از میسر گشتن و حاصل شدن

مراد: مقصود، منظور

اگر فضا را باز می‌کنی، هر دم به وصلِ دوست یا خداوند می‌رسی برو که در این صورت تمام مرادهای جهان را داری. [به عبارتی به دست آوردن مراد و حتی فیض بردن از مرادهای این جهانی، مستلزم فضاگشایی و وصل شدن به خداوند است.]

چو گُل به دامن از این باغ می‌بری، حافظ
چه غم ز ناله و فریادِ باغبانِ داری؟
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۴۴۵)

ای حافظ وقتی از این باغ فضای گشوده شده گل به دامن می‌بری، بنابراین دیگر چه غمی از حرف باغبان این جهانی یا انسان‌های من‌ذهنی داری و به حرف آن‌ها توجه می‌کنی؟ [به عبارتی وقتی جواهرات را از بزرگی مثل مولانا گرفتی و به خداوند وصل شدی، دیگر به حرف مردم گوش نده.]

چو آبت بر جگر باشد، درختِ سبز را مانی

که میوه نو دهد دایم، درونِ دل سفر دارد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۳)

اگر فضا را باز کنی و زندگی یا دل اصلی، دل تو شود، در این صورت آب خوب که از آن فضا می‌آید وارد فرم تو می‌شود و مثل درختِ سبزی می‌شوی که دائماً میوه نو می‌دهد و هر لحظه یک شیرینی و خلاقیتی در تو به وجود می‌آید، چرا که در این صورت دل تو درونِ دل اصلی یا خداوند سفر دارد.

آبِ باران باغِ صد رنگ آورد

ناودان همسایه در جنگ آورد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۹۳)

وقتی انسان فضا را باز می‌کند، آبِ زندگی از درونش می‌آید و در نتیجه زندگی‌اش را آباد می‌کند و گل‌های رنگارنگ به وجود می‌آورد، در حالی که آبِ ناودان، آبی که از ذهن، انقباض و حس‌های هماننده بیرون می‌آید باعث جنگ انسان با خود و دیگران و عمل کردن بر ضد خودش می‌شود.

نمی‌بینم تو را آن مردی و زور

که بر گردون روی نارفته در گور

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۱۷)

اگر به من ذهنی نمیری و روز به روز آن را تقویت کنی، در تو آن مردانگی و زور را نمی‌بینم که به آسمان بروی و با خداوند یکی شوی. [توجه کنیم که اگر ما با من ذهنی فضاگشایی می‌کنیم من ذهنی را قوی‌تر می‌کنیم. هرچه من ذهنی ضعیف‌تر می‌شود، امکان فضاگشایی بیشتر می‌شود و تمام فن‌های من ذهنی برای فضاگشایی فریب است، چون من ذهنی خداوند را نمی‌شناسد.]

چرا دنیا به نکتهٔ مُستَحیله

فریبد چون تو زیرک را به حيله؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۱۷)

مُستَحیله: مؤنث مُستَحیل، محال، غیر ممکن، جسمی که تبدیل به جسم دیگر شده باشد، تغییر یافته، دگرگون، مبدل

ای انسان چرا من ذهنی که موجودی توهمی بوده و تمام کارهایش بر ضد تو است، تو را که به عنوان امتداد خداوند بسیار زیرک هستی با سبب‌سازی‌های بیهوده‌اش فریب می‌دهد، ولی تو متوجه این موضوع نمی‌شوی؟

تو را عمری کشید این غول در تیه

بکن با غولِ خود بحثی به توجیه

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۱۷)

تیه: بیابان

این غول، من‌ذهنی‌ات یک عمر تو را به بیابانِ ذهن کشیده‌است، حالا با غولِ خود به زبان خودش که توجیه و سبب‌سازی است به نرمی حرف بزن و با آن دعوا نکن.

چشم اگر داری تو، کورانه میا ور نداری چشم، دست آور عصا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۶)

اگر فضا را باز کرده‌ای و چشم بینا داری، بنابراین دیگر کارهای من‌ذهنی‌ات را انجام نده، اما اگر چشم بینا نداری، یک عصا به دست بگیر.

آن عصایِ حَزَم و استدلال را چون نداری دید، می‌کن پیشوا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۷)

حَزَم: تأمل با هشیاریِ نظر

چون هنوز با چشم عدم نمی‌توانی ببینی و مرکزت عدم نشده‌است، بنابراین آن عصای حزم، استدلال، تأمل با هشیاریِ نظر و سبب‌سازیِ درست را به کار بگیر. [مولانا می‌تواند سبب‌سازی‌های درست را به ما یاد بدهد و این سبب‌سازی‌ها در مقابل هر سبب‌سازیِ ژاژ و بیهوده من‌ذهنی قرار می‌گیرد].

ور عصایِ حزم و استدلال نیست بی‌عصاکش بر سرِ هر رَه مَایست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۸)

حزم: تأمل با هشیاریِ نظر

اگر عصای حزم و استدلال نداری و نمی‌توانی حزم و استدلال کنی، بر سر هر راهی بدون عصاکش نیست یعنی خودت را به بزرگی مثل مولانا بسپار و بگو هرچه که او می‌گوید من گوش می‌کنم.

حق همی خواهد که تو زاهد شوی تا غرض بگذاری و شاهد شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۲)

شاهد: گواه، مجازاً معادلِ ناظر است.

خداوند از تو می‌خواهد که حقیقتاً زاهد شوی، از آوردن ابزارهای همانندگی به مرکز پرهیز کنی و تمام غرض‌ها یا خواسته‌های من‌ذهنی را رها کرده و ناظرِ ذهنت شوی.

کاین غرض‌ها پرده دیده بُود

بر نظر چون پرده پیچیده بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۳)

چون: در این‌جا مانند، مثل

برای این‌که این غرض‌ها، حرف‌هایی که همانندگی‌ها می‌زنند، پرده چشم عدم انسان است و بر هشیاری نظر مثل پرده پیچیده شده‌است. [هشیاری نظر همان هشیاری‌ای است که خداوند با آن می‌بیند و انسان نیز به‌عنوان منِ اصلی باید با آن ببیند.]

پس نبیند جمله را با طِمّ و رِمّ

حُبّکَ الْأَشْيَاءِ يُعْمَى وَ يُصِمّ

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۴)

طِمّ: دریا و آب فراوان

رِمّ: زمین و خاک

با طِمّ و رِمّ: در این‌جا یعنی با جزئیات

کسی که در ذهن است، همه‌چیز را با طِمّ و رِمّ نمی‌بیند، یعنی نه می‌تواند خشکی ذهنش و فکرهایی را که تولید می‌کند ببیند، و نه می‌تواند دریای زندگی را ببیند، شاهد ذهنش شود و آگاه گردد که از جنس زندگی است. طبق حدیث عشق تو به اشیا، چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد، تو را کور و کر می‌کند، برای این‌که آن‌ها را به مرکزت می‌آورد، آن‌ها را می‌پرستی و به‌سوی آن‌ها می‌روی.

حدیث

«حُبّکَ الْأَشْيَاءِ يُعْمَى وَ يُصِمّ.»

«عشق تو به اشیا تو را کور و کر می‌کند.»

در دلش خورشید چون نوری نشاند

پیشش اختر را مقادیری نماند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۵)

اختر: ستاره بخت و اقبال، (مجاز) همانندگی‌ها

وقتی فضا باز شد و خورشید خداوند نورش را در مرکز انسان مستقر کرد، دیگر همانندگی‌ها ارزششان را نزد او از دست دادند. [او دیگر به همانندگی نگاه نمی‌کند و شادی اصیل، قال، فکرها و راه‌حل‌ها و گرمای عشق را از فضای گشوده شده می‌گیرد.]

«زهد در نکته مُستَحیله، زهد بی‌اثرِ من‌ذهنی است.»

زهد و پیری، ضعف بر ضعف آمده

واندر آن زهدش گشادی ناشده

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۲۰)

زهد خشک و پرهیزهای بی‌فایده من‌ذهنی و همچنین پیر شدن به صورت من‌ذهنی، سبب ضعف دوچندان شده و از این زهدش هیچ فایده‌ای ندیده و هیچ گشادی در زندگی‌اش ایجاد نشده است.

رنج دیده، گنج نادیده زیار

کارها دیده، ندیده مزدِ کار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۲۱)

[انسان من‌ذهنی] رنج دیده، اما از خداوند گنج را ندیده است، بلاهای زیادی بر سرش آمده و کارهای زیادی را با من‌ذهنی کرده و زاهد هم بوده، ولی مزدِ کارش را نگرفته است.

یا نبود آن کارِ او را خود گُهر

یا نیامد وقتِ پاداش از قَدَر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۲۲)

یا اصلاً کاری که با من‌ذهنی کرده فایده‌ای نداشته و فضا را باز نکرده که زندگی کار کند یا پشت سرهم کارش را ادامه نداده و متعهد نبوده که وقتِ گرفتنِ پاداش از طرف خداوند فرا برسد.

«صبرِ نکتهٔ مُستَحیله، تحمّلِ توأم با دردِ من‌ذهنی است.»

چون کسی کاو خورده باشد آتش بد

می‌بشوراند دلش تا قی کند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۳۷۸)

قی: استغراق

مانند کسی که آتش مسموم خورده باشد و دلش مرتب می‌پیچید تا آن را بالا بیاورد. [من‌ذهنی مُبدّل شدهٔ منِ اصلی ماست. من اصلی از جنس این لحظه است، اما من‌ذهنی در زمان است و به‌جای صبر تحمل می‌کند و بالاخره یک‌دفعه منفجر شده، بالا می‌آورد و واکنش نشان می‌دهد و به‌جای صنع، سبب‌سازی می‌کند که همه‌اش ژاژ و بیهوده است و اساس درستی ندارد.]

عبادت:

من‌ذهنی عبادتِ راستین که حضور، فضاگشایی و اتّصالِ پیوسته به زندگی است را به تکرارِ تکلف‌بار و بدون حضورِ الفاظ و باورهای منجمدِ ذهنی تبدیل کرده‌است. آداب و عاداتی که برای من‌ذهنی هیچ ثمر و میوه‌ای در بر ندارند.

وز نماز و از زکات و غیرِ آن

لیک یک ذره ندارد ذوقِ جان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۹۳)

انسانی که به خداوند وصل نیست و حضور ندارد، در هر عبادتی که می‌کند، ذوقِ جان و ذوقِ زندگی در آن نیست یعنی از آن‌طرف چیزی نمی‌گیرد.

می‌کند طاعات و افعال سنی

لیک یک ذره ندارد چاشنی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۹۴)

سنی: بلند، رفیع

انسانی که به زندگی وصل نیست عبادات و افعال بسیار مهم انجام می‌دهد، اما این عباداتش یک ذره مزه ندارند. [مزه درواقع کیفیتی است که از طرف زندگی می‌آید، مثل شادی بی‌سبب و عشق.]

ذوق باید، تا دهد طاعات بر

مغز باید، تا دهد دانه شجر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۹۶)

بر: بارِ درخت، میوه، محصول

شجر: درخت

انسان باید ذوق داشته باشد نه تکلف و حس انجام وظیفه؛ و باید از ته دل علاقه و عشق به عبادت داشته باشد تا این «طاعات» میوه بدهد. دانه نیز باید مغز داشته باشد تا تبدیل به درخت شود، چنان‌که از کاشتن بادام پوک درخت بادام رشد نمی‌کند. [یعنی ما یک من‌ذهنی پوک درست کرده‌ایم و با آن بدون حضور و بدون وصل شدن به زندگی داریم عبادت می‌کنیم که حاصلی ندارد.]

بشنو از اخبار آن صدرِ صدور

لا صلوة تمَّ إِلَّا بِالْحُضُور

ای انسان، از آن بزرگ بزرگان یعنی حضرت رسول یاد بگیر که می‌فرماید: هیچ نمازی و هیچ

عبادتی بدون «حضور ناظر» یا فضاگشایی کامل و تمام نیست.

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۱)

صدرِ صدور: بزرگ بزرگان

ای انسان، از خبرهای آن بزرگ بزرگان یعنی هشیاری خالص که لقب حضرت رسول است یاد بگیر که می‌فرماید هیچ نماز و هیچ عبادتی بدون «حضور»، کامل و مورد قبول نیست.

حدیث

«لَا صَلَوةَ إِلَّا بِالْحُضُورِ الْقَلْبِ.»

«نماز (عبادت) بدون حضور کامل نیست.»

درد هشیارانه:

من ذهنی درد آگاهانه همراه با صبر، شناسایی همانیدگی‌ها و تبدیل هشیاری را به عذاب و درد کشیدن بی‌نتیجه تغییر ماهیت می‌دهد. با این توجیه که در آن دنیا در راحتی و آرامش خواهد بود.

حد ندارد وصف رنج آن جهان

سهل باشد رنج دنیا، پیش آن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۷۲)

[این بیت از داستانی است که حضرت رسول به عیادت یک بیمار من‌ذهنی می‌رود. بیمار من‌ذهنی می‌گوید،] آن جهان پر از درد است و دردهای این جهان پیش آن آسان بوده و هیچ‌چیز نیست. [او فرضش بر این است که اگر در این جهان انسان درد بیشتری بکشد، در آن جهان راحت می‌شود و به خوشی می‌رسد. این تصور من‌ذهنی که درد کشیدن به نفع است و یک جایی به آن پاداش می‌دهند کاملاً بی‌اساس است. بعضی‌ها در قالب مذهب توهمی اعتقاد دارند که در این جهان ما هرچه بیشتر درد بکشیم، در آن جهان راحت‌تر خواهیم بود که کاملاً غلط است.]

من همی گفتم که یارب، آن عذاب

هم در این عالم بران بر من شتاب

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۷۵)

من به خداوند گفتم خدایا عذابی را که در آن جهان می‌خواهی به من بدهی همین الآن و هرچه زودتر برایم اجرا کن.

تا در آن عالم فراغت باشدم
در چنین درخواست حلقه می‌زدم

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۷۶)

[حضرت رسول به شخص بیمار می‌گوید تو چرا به این روز افتادی؟] بیمار می‌گوید من فکر کردم در این جهان درد بکشم تا در آن جهان راحت بشوم و به دنبال چنین فکریایی بودم که هرچه بیشتر درد بکشم بهتر است و برای این درخواست در خداوند را می‌زدم.

گفت: هَی، هَی این دعا دیگر مکن

بَر مکن تو خویش را از بیخ و بن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۸۱)

حضرت رسول گفت نه، مواظب باش! این دعا و خواسته را از مرکزت در بیاور و درد را به این امید که در آن جهان کمتر درد بکشی در مرکزت نگذار. تو مثل یک درختی هستی که ریشه‌ات زندگی است، پس خودت را از ریشه‌ات که زندگی است مکن و از زندگی جدا نشو. [این جهان و آن جهان به هم مربوط هستند. درواقع این جهانی که ما الآن در آن هستیم در داخل آن جهان است. اگر درد نکشیم به راحتی می‌توانیم از این جهان در بیاییم و به آن جهان برویم، درد، من ذهنی ما را قوی‌تر کرده، ما را مریض‌تر می‌کند.]

تو چه طاقت داری ای مورِ نژند

که نهد بر تو چنان کوه بلند؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۸۲)

نژند: افسرده، پژمرده، پریشان

ای انسان، ای مورچه افسرده، تو چقدر طاقت داری که خداوند چنین بار مثل کوه یعنی فکرها و دردهای بیهوده را بر پشتت بگذارد؟

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۸۶)

«...وَلَا تُحْمِلُنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا...»

«...ای پروردگار ما، آنچه را که طاقت آن نداریم، بر ما تکلیف مکن. گناه ما ببخش و ما را بیامرز و بر ما رحمت آور. تو مولای ما هستی...»

توضیح آیه:

خداوند، ما طاقت نداریم که کوه فکرها و دردها را بر پشت ما بگذاری، پس گناه ما را ببخش و به ما رحمت آور، تو مولای ما با فضاگشایی هستی، چیزهای ذهنی نیستند.

گفت: توبه کردم ای سلطان که من

از سرِ جَلَدی نلافم هیچ فن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۸۳)

جَلَدی: گستاخی

شخص بیمار به حضرت رسول گفت ای سلطان من توبه کردم و دیگر گستاخ نمی‌شوم، و این جور فن‌ها را براساس من‌ذهنی نمی‌بافم، از این ادعاها نمی‌کنم که بلام و نمی‌گویم اگر هرچه بیشتر در این جهان درد بکشم، به نفعم است، چراکه در آن جهان راحت خواهم بود. [لزومی ندارد ما با آوردن چیزها به مرکز و مقاومت در مقابل اتفاقات، من‌ذهنی را قوی‌تر کرده و ایجاد زمان کنیم. هرچه زمان بیشتری ایجاد می‌کنیم، بار ما و درد ما بیشتر می‌شود.]

این جهان تیه است و تو موسی و ما

از گَنَه در تیه ماند مبتلا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۸۴)

تیه: بیابان

خداوندا، این جهان ذهن مثل بیابان است، تو موسای ما هستی و چون ما به حرف تو گوش نمی‌دهیم، در این بیابان سرگردان مانده‌ایم.

سال‌ها رَه می‌رویم و در آخر

هم‌چنان در منزلِ اوّل اسیر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۸۵)

ما سال‌ها است که در بیابان ذهن راه رفته، از این موقعیت به موقعیت دیگر می‌رویم و فکر می‌کنیم که در این موقعیت‌ها به عشق می‌رسیم، اما همین الآن هنوز در منزل اول هستیم و هیچ تکان نخورده‌ایم.

گر دلِ موسیٰ ز ما راضی بُدی تیّه را راه و کران پیدا شدی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۸۶)

تیّه: بیابان

کران: انتها، کناره

اگر دل موسی از پیروانش راضی بود و آن‌ها به حرف او گوش می‌کردند در این صورت در بیابان ذهن چهل سال اسیر نمی‌شدند. موسی نماد خداوند است. اگر خداوند از ما راضی بود، در این صورت ما متوجه می‌شدیم که بیابان ذهن انتها دارد و انتهای آن این است که ما بودن در ذهن را ادامه ندهیم. [درحقیقت اگر بگوییم اتفاقات مهم نیستند و زندگی ندارند و نباید اساس سبب‌سازی قرار بگیرند و مقاومت و ستیزه با چیزهای ذهنی را کم کنیم زمان روانشناختی می‌تواند تمام شود.]

گفت پیغمبر مَر آن بیمار را: این بگو کای سهل‌کن دشوار را

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۱)

سهل‌کن: آسان‌کننده

پیغمبر به آن بیمارِ من‌ذهنی فرمود بگو ای خدایی که دشوارها را آسان می‌کنی.

آتِنَا فی دَارِ دُنْیَانَا حَسَن آتِنَا فی دَارِ عُقْبَانَا حَسَن

«پروردگارا، در سرایِ دنیا بر ما خیر و نیکی ارزانی دار و در سرایِ آخرت نیز خیر و نیکی بر ما عطا فرما.»

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۲)

هم در این جهان یعنی در جهان ذهن و هم در آن جهان یعنی فضای گشوده‌شده به ما نیکی، زیبایی، شادی، خیر، برکت، هدایت و چیزهای خوب عطا فرما. [ما می‌توانیم این لحظه با فضاگشایی جهان ذهن را زیر اداره و نفوذ آن جهان که فضای گشوده‌شده و خداوند است قرار بدهیم که در این صورت هم ذهنمان و هم فضای گشوده‌شده خوب کار می‌کند.]

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۰۱)

«...رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ.»

«...پروردگارا، در دنیا به ما نیکی عطا فرما و در آخرت نیز نیکی ارزانی دار و ما را از کیفر دوزخ [دردهای من‌ذهنی] مصون دار.»

راه را بر ما چو بُستان کن لطیف

منزلِ ما خود تو باشی ای شریف

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۳)

خداوندا، تو راه را به ما نشان بده، ما با من‌ذهنی‌مان نمی‌توانیم راه را پیدا کنیم و بیشتر گیر می‌افتیم، پس این راهی را که می‌خواهیم از ذهن برگردیم و با تو یکی شویم همچون باغ و بستان لطیف و دلنشین فرما، ای بزرگوار، منزل ما هر لحظه تو هستی، پس ما فضا را باز می‌کنیم تا با تو یکی شویم و در تو زندگی کنیم. [درد کشیدنِ غیرهشیارانه یعنی بیهوده و ژاژگویی هیچ معنا و توجیهی ندارد جز خراب کردن بدن و وقت تلف کردن.]

یار در آخرزمان کرد طرب‌سازی‌ای

باطنِ او جدِّ جدِّ ظاهرِ او بازی‌ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳)

یار، خداوند در آخرزمان یعنی در این لحظه که پایانِ زمان و فرمِ روان‌شناختی است طرب‌سازی کرده و شادی زندگی را برای انسان فراهم کرده‌است تا با پایان دادن به زمانی که خودش ایجاد کرده و با کوچک کردن من‌ذهنی به این شادی دست یابد. باطن انسان که فضای گشوده‌شده و از جنس الست است جدی بوده و ظاهر که اتفاق است بازی می‌باشد. [خداوند می‌گوید ما باید به این لحظه بیاییم و زمان روان‌شناختی را تمام کنیم و این فرمان خدا است.]

جملهٔ عشاق را یار بدین علم کُشت

تا نکند هان و هان، چهلِ تو طنازی‌ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳)

همهٔ عاشقان را خداوند فقط با این اطلاعات و علم کشته که اتفاق و ظاهر مهم نیست.

مواظب باش «جهل تو» یعنی عقل من ذهنی و سبب‌سازی آن یک جور دیگر به تو تلقین نکند که زمان روان‌شناختی و همانندگی‌ها را ادامه بدهی و به یک جایی برسی تا عشق بگیری. چنین چیزی درست نیست.

در حرکت باش از آنک، آب روان نَفَسُرد

کز حرکت یافت عشق سِرِّ سراندازی‌ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳)

فَسُردن: یخ بستن، منجمد شدن

برای پایان بردن زمان روان‌شناختی در حرکت باش، فضا را باز کن و اتفاق را مهم ندان تا مثل آب روان شوی، چراکه آب روان افسرده و منجمد نمی‌شود. و عاشقان از حرکت، به این راز دست یافته‌اند که سر من ذهنی‌شان را که زمان ایجاد می‌کند و سبب‌سازی و اتفاق را مهم می‌داند بیندازند.

من سبب را ننگرم، کآن حادث است

زآن‌که حادث حادثی را باعث است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴۰)

حادث: تازه‌پدیدآمده، جدید، نو، مقابلِ قدیم

من به «سبب» آن چیزی که اتفاق می‌افتد نگاه نمی‌کنم و آن را مهم نمی‌دانم که آن «حادث»، یک چیز تازه به‌وجود آمده است. اگر آن را مهم بدانم و در مقابل آن مقاومت کنم و یک حادث مایه سبب‌سازی گردد، من در ذهن حرکت کرده، از یک جایی به یک جای دیگر می‌روم، آن اتفاق منجر به یک اتفاق دیگر می‌شود و اتفاقات من را جلو می‌برد و من در ذهن باقی می‌مانم.

لطف سابق را نظاره می‌کنم
هرچه آن حادث، دوپاره می‌کنم
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴۱)

سابق: پیشین، در این‌جا یعنی ازلی
لطف سابق: لطف ازلی یا خداوندی
حادث: تازه‌پدیدآمده، جدید، نو، مقابل قدیم
دوپاره کردن: دونیمه کردن، به‌شدت تنبیه کردن
من به «لطف سابق» نظاره می‌کنم یعنی برایم فضاگشایی و دیدن خداوند مهم است و هرچه را که حادث است و اتفاق می‌افتد قیچی و دوپاره می‌کنم، یعنی به فکرهای همانیده اهمیت نمی‌دهم.

مَنْفَذی داری به بحر، ای آبگیر
ننگ دار از آب جُستن از غدیر
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۰)

غدیر: آبگیر، برکه
ای انسانی که در من‌ذهنی و زمان هستی، ای آبگیر و آب کوچکی که در ذهن گیر افتاده‌ای، در فاصله بین فکرهایت منفذی است که از آن طریق به دریای یکتایی راه داری. پس خجالت بکش که از ذهن آب و زندگی و خوشبختی را بخواهی.

که آلم نَشْرَحْ نه شرح هست باز؟
چون شدی تو شرح‌جو و کُدی‌ساز؟
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۱)

کُدی‌ساز: گدایی‌کننده، نکدی‌کننده
آیا آیه «آلم نَشْرَحْ» که می‌گوید: «ما درونتان را باز کردیم»، به این معنی نیست که اگر اتفاق را مهم ندانی تا بی‌نهایت فضای درونت باز می‌شود؟ پس تو چطور رفته‌ای و فقط دنبال توصیف و شرح هستی؟ اگر بخواهی فضاگشایی کنی، فقط مفهومش را می‌دانی و با سبب‌سازی توضیح می‌دهی، اما حقیقتاً فضا را باز نمی‌کنی؟ چرا تو گدای من‌ذهنی شده‌ای و از این جهان‌گدایی می‌کنی [درحالی‌که این جهان و هرچیزی که تو با ذهنت می‌بینی منتظر است تا از تو برکتی به آن برسد].

درنگر در شرح دل در اندرون

تا نیاید طعنه لا تبصرون

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۲)

به جای این که با ذهن درباره خدا فکر کرده، زمان ایجاد کنی و من ذهنیات بزرگ تر شود، به فضاگشایی و باز کردن دلت بنگر تا طعنه خداوند به صورت درد نیاید که چرا من را نمی بینی. [توجه کنیم برای دیدن خداوند باید زمان روان شناختی را به پایان ببریم و بگوییم کار و وظیفه من این است که زمانی را که ایجاد می کنم به پایان ببرم.]

ای خُنگ آن مرد کز خود رسته شد

در وجود زنده پاینده شد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۳۵)

خُنگ: خوشا

رسته شد: رها شد.

خوشا به حال انسانی که از من ذهنی رسته شد. از زمان جمع گشت و در این لحظه به خداوند که زنده جاویدان و پاینده است زنده شد و دیگر مردنی نیست.

همچنین جویایِ درگاهِ خدا چون خدا آمد، شود جوینده لا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۵۸)

همین‌طور کسی که می‌خواهد فضا را باز کند تا به درگاه خدا برسد، وقتی خدا می‌آید، دیگر من‌ذهنی‌اش که خدا را جست‌وجو می‌کرد صفر می‌شود. [توجه کنیم که جست‌وجوی ذهنی زمان ایجاد می‌کند.]

مُرده است از خود، شده زنده به رب ز آن بُود اسرارِ حقّش در دو لب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۶۴)

[بزرگی مانند مولانا] نسبت به من‌ذهنی مرده و به بی‌نهایت خدا زنده شده‌است. برای همین اسرار خداوند به صورت حال و قال در زبانش است. او اسرار زندگی را فاش کرده و به دیگران نیز می‌گوید. [ما هم باید همین کار را بکنیم.]

مُردنِ تن در ریاضتِ زندگی‌ست رنجِ این تن، روح را پایدگی‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۶۵)

مردن انسان به من‌ذهنی که همان رنجِ هشیارانه کشیدن و پرهیز کردن است، درواقع زندگی است. رنج دادن به من‌ذهنی یعنی آمدن به این لحظه و اقامت در آن سبب پایدگی و جاودانگی روح انسان است.

همره غم باش، با وحشت بساز می‌طلب در مرگِ خود عُمَرِ دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۵)

وقتی فضا گشوده می‌شود و ذهنت را می‌بینی که چقدر درد و همانندگی در مرکزت وجود دارد، فرار نکن. همراه درد هشیارانه باش و با وحشت و ترس آن بساز یعنی نسبت به من‌ذهنی بمیر تا عمر دراز بی‌نهایت پیدا کنی و جاودانه شوی.

بهرِ روزِ مرگ، این دَم مُرده باش تا شوی با عشقِ سَرمد، خواجه‌تاش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۶۰)

سَرمد: جوان، همیشگی، منظور خداوند است.

خواجه‌تاش: هریک از غلام یا نوکرانی که یک خواجه یا رئیس دارند. در این جا به معنی ملازم و همراه است.

برای روزِ مرگِ کاملِ ذهن این لحظه مانند مردگان باش و چنان فضاگشایی کن و تسلیم باش تا من‌ذهنی‌ات صفر شود، با خداوند یکی شده و همراه و ملازم او گردی.

مرگِ پیش از مرگِ آمن است ای فتی این‌چنین فرمود ما را مصطفی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۷۲)

فتی: جوان‌مرد، جوان

حضرت رسول فرموده‌است ای جوان، مرگِ پیش از مرگِ تن امنیت است. به عبارتی قبل از این‌که به تن بمیریم، باید نسبت به من‌ذهنی بمیریم و زمان روان‌شناختی را به پایان ببریم.

ای فسرده عاشقِ ننگین‌نمد کاو ز بیمِ جان ز جانان می‌رمد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۱۰)

کاو: که او (که + او)

می‌رمد: فرار می‌کند.

ای کسی که اسم خود را عاشق گذاشته‌ای، درحالی‌که من‌ذهنی داری، افسرده شده‌ای، نَمَد ننگین همانندگی‌ها را پوشیده‌ای و از بیمِ جان من‌ذهنی‌ات از خداوند و این لحظه می‌رَمی.

سوی تیغ عشقش ای ننگِ زنان صد هزاران جان نگر دستکِ زنان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۱۱)

دستکِ زنان: شادی‌کنان

ای ننگ ترسویان، فضا را باز کن و بگذار تیغ عشقِ خداوند تو را بکشد یعنی هر لحظه همانیدگی‌ها را شناسایی کن و بینداز. صد هزاران جان را ببین که شادی‌کنان می‌روند؛ تو هم با آن‌ها برو.

و آن‌که ایشان را شِکر باشد آجل چون نظرشان مست باشد در دُول؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۱۲)

آجل: مرگ

دُول: جمع دولت، دولت‌ها، منظور همانیدگی‌ها است.

کسانی که مردن به من‌ذهنی برایشان مثل شِکر شیرین است، چگونه از همانیدگی‌ها یا چیزهایی که ذهن آن‌ها را دولت و سرمایه می‌نامد و فکر می‌کند سبب عشق خواهند شد، مست می‌شوند؟

تلخ نبود پیش ایشان مرگِ تن چون رَوَند از چاه و زندان در چمن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۱۳)

نزد این افراد مرگ من‌ذهنی تلخ نیست چون می‌دانند وقتی از چاه و زندان ذهن بیرون بیایند، آزاد شده و به گلزار و دشت پر از گل وارد می‌شوند. [از خود بپرسیم آیا مردن به من‌ذهنی و پایان دادن به این زمان روان‌شناختی که درست کرده‌ایم برایمان مهم است؟]

وارهیدند از جهان پیچ پیچ کس نگرید بر قَواتِ هیچ، هیچ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۱۴)

قَوات: فوت شدن، از بین رفتن، مرگ

آن‌ها از جهانِ ذهنی پیچیده شده در همانندگی‌ها و زمان رها شدند و کسی برای فوتِ «هیچ»، هیچ گریه نمی‌کند. [ما در زمان‌هایی که اتفاقی برایمان پیش آمده و برای ما مهم بوده گیر افتاده‌ایم و یک داستان درست کرده‌ایم، درحالی‌که این زمان‌ها موهومی و روان‌شناختی هستند. یک خدمتی که می‌توانیم به خودمان بکنیم این است که از هر پرونده‌ای باز یک چیز یاد بگیریم و آن را ببندیم. با منِ اصلیمان این را بفهمیم که واقعه مهم نیست و ژاژ است. آیا آدم برای چیزی که ژاژ و هیچ است گریه می‌کند؟]

خود ندارم هیچ، به سازد مرا که ز وهم دارم است این صد عَنا (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۰)

عَنا: رنج، درد

من به عنوان هشیاری و امتداد خدا نمی‌توانم چیزی داشته باشم که مالک آن باشم، کنترلش کنم و حال من را خوب کند، تمام دردهای من نیز از توهم داشتن و این طرز فکر آمده است.

هم ز اوّل تو دهی میلِ دعا تو دهی آخرِ دعاها را جزا (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۰)

[خداوندا وقتی ما با فضاگشایی زمان را کم و من‌ذهنی را کوچک کنیم،] تو میلِ دعای خوب، دعایی که از روی حرص و میل به زیاد کردن نیست را به ما می‌دهی و در آخر خودت هم آن را مستجاب می‌کنی.

اول و آخر تویی ما در میان

هیچ هیچی که نیاید در بیان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱)

[خداوند] اول، قبل از این که ما وارد این جهان شویم، تو بودی، آخر هم بعد از این که از منذهنی رها شویم تو هستی، و ما در این میان به صورت منذهنی هیچ هیچی هستیم که حتی ارزش صحبت و بیان هم ندارد.

از خدا غیر خدا را خواستن

ظَنّ افزونی ست و کُلّی کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

اگر انسان از خداوند غیر از خودش را بخواهد و به دنبال خوشبختی و عشق گرفتن از چیزها باشد، در این صورت با وجودی که فکر می کند آن چیزهایی که می خواهد زیاد شده اند، اما در واقع همه زندگی خود را از بین برده و خراب می کند.

بس دعاها کآن زیان است و هلاک

وز کرم می نشنود یزدان پاک

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۰)

[انسان ها ناامید می شوند و دعا می کنند، اما مولانا می گوید دعا با منذهنی قبول نیست] چه بسیار دعاهایی که انسان در ذهن با مرکز جسمی و پر از درد و سبب سازی به آن اصرار دارد، اما یزدان پاک از روی کرم خود آن ها را نمی شنود.

قوم دیگر می‌شناسم زاولیا که دهان‌شان بسته باشد از دعا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۰)

اولیا: دوستانِ خدا، عارفان

قومی دیگر از اولیا را می‌شناسم که هیچ موقع دعا نمی‌کنند. [آن‌ها فضا را باز کرده، با خاموش کردن من‌ذهنی، خداوند را به مرکزشان می‌آورند و می‌گویند «تو دعا کن.»]

از رضا که هست رامِ آن کرام جُستنِ دفعِ قضاشان شد حرام

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۱)

رضا: رضایت، پذیرفتنِ هر حادثه و خشنود بودن بدان و آن را نتیجهٔ مشیتِ خداوندی پنداشتن
کرام: جمع کریم به معنی بزرگوار، بخشنده، جوان‌مرد

از آن‌جایی که اولیا می‌دانند دعا کردن در برابر اتفاقاتِ قضا، کارِ من‌ذهنی است پس همواره رضا دارند یعنی فضا را باز کرده و آن را بهترین اتفاقِ زندگیِ خود می‌دانند، در نتیجه به دنبال دفع «قضا و کُنْ فکان» نیستند فقط با شناساییِ عیبِ خود، چیزی یاد گرفته و خود را عوض می‌کنند.

در قضا ذوقی همی بینند خاص کفرشان آید طلبِ کردنِ خلاص

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۲)

اولیا در اتفاقاتِ فضا را باز کرده و در اصلاحِ عیبِ خودشان با دردِ هشیارانه ذوق خاصی می‌بینند، حتی اگر برخلاف میلِ من‌ذهنی باشد. آن‌ها دعا برای خلاص شدن از گرفتاری را کفر می‌دانند.

حُسْنِ ظَنِّی بر دلِ ایشان گشود

که نپوشند از غمی جامه کبود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۳)

جامه کبود: لباس سیاه

زندگی در اثر فضاگشایی به اولیا حُسن ظن و فکرهای بسیار زیبایی داده که آن‌ها دیگر به‌خاطر یک اتفاق بد لباس سیاه نمی‌پوشند بلکه از آن چیزی یاد می‌گیرند و آزاد می‌شوند.

از همه کار جهان پرداخته

کو و کو می‌گو به جان چون فاخته

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰۳)

فاخته: پرنده‌ای خاکی رنگ کوچک‌تر از کبوتر

با فضاگشایی از تمام کارهای ذهن دست بکش، با سبب‌سازی کار نکن و مانند فاخته «کو و کو» بگو یعنی هر اتفاقی که می‌افتد فضا را باز کن و به دنبال زندگی و آزادی بگرد. [اتفاق برای این است که ما را از خواب ذهن بیدار کند ولی ما در من‌ذهنی به دنبال خوشبختی یا بدبختی از اتفاق می‌گردیم؛ با این کار زمان و فرم ایجاد می‌کنیم یعنی من‌ذهنی را قوی‌تر و زمان روان‌شناختی را طولانی‌تر می‌کنیم.]

نیک بنگر اندر این، ای مُحْتَجِب

که دعا را بست حق بر آسْتَجِبْ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰۴)

مُحْتَجِب: حجاب‌دار، پنهان

آسْتَجِبْ: پاسخ دهم.

ای کسی که در پرده ذهن هستی، خوب نگاه کن که خداوند دعا را به «آسْتَجِبْ» بسته است یعنی من را بخوانید و مرکزتان را از جنس من کنید تا دعای شما را اجابت کنم.

(قرآن کریم، سوره غافر (۴۰)، آیه ۶۰)

«وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ.»

«پروردگارتان گفت: بخوانید مرا تا شما را پاسخ گویم. آن‌هایی که از پرستش من سرکشی می‌کنند، زودا که در عین خواری به جهنم درآیند.»

توضیح آیه:

خداوند به ما گفته‌است «مرا بخوانید» یعنی مرکزتان را از جنس زندگی کنید. آن‌هایی که مرکز را عدم نکرده و به‌جای خدا جسم را در مرکزشان گذاشته‌اند به‌زودی یک من‌ذهنی می‌سازند که با آن در زمان و دور از این لحظه و خداوند هستند. آن‌ها به‌صورت فرمی جامد در توهمات ذهن درد می‌کشند و از طریق همانیدگی‌ها می‌بینند.

هرکه را دل پاک شد از اعتلال

آن دعاش می‌رود تا ذوالجلال

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰۵)

اعتلال: بیماری، علت، عارضه

هر کسی لحظه‌به‌لحظه با فضاگشایی مرکزش را از مریضی من‌ذهنی و کمک خواستن از ذهن و همانیدگی‌ها پاک کرد، دعایش به خداوند می‌رسد، [چراکه نسبت به من‌ذهنی کوچک شده و از ابزارهای من‌ذهنی پرهیز می‌کند].

گفت حق: گر فاسقی و اهل صنم

چون مرا خوانی، اجابت‌ها کنم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۵۶)

فاسق: بدکار

اهل صنم: بت‌پرست

خداوند گفت: [اصلاً مهم نیست تو چه کسی هستی] حتی اگر بدکار و بت‌پرست هستی، چنانچه فضا را باز کنی، درونت را از همانیدگی‌ها خالی کرده و من را بخوانی، تو را اجابت می‌کنم.

تو دعا را سخت گیر و می شُخول

عاقبت برهاندت از دستِ غول

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۵۷)

می شُخول: از مصدر شُخولیدن به معنی نالیدن، فریاد زدن

[خداوند گفت] تو دعا را سخت بگیر یعنی من را در مرکزت بگذار، ناله کن و مواظب باش که عاقبت زندگی تو را از دست غول من ذهنی رها می کند.

بُرجِ زندان را شکست آرکانی ای

هیچ از او رنجد دلِ زندانی ای؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۱۵)

آرکانی: در این جا یعنی کسی که از جنس زندگی است.

اگر زندگی یا خداوند [به واسطه کسی مثل مولانا که از جنس زندگی است] دیوار زندان را بشکنند، آیا دل زندانی هیچ از او می رنجد؟

تلخ کی باشد کسی را کِشِ بَرَد

از میانِ زهرِ مارانِ سَوِیِ قند؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۲۰)

اگر کسی را از میان مارهایی که هر لحظه او را نیش زده و به جانش زهر می ریزند، به سوی قند و شیرینی ببرند، کی تلخ می شود؟

جانِ مجرّد گشته از غوغایِ تن

می پَرَد با پَرِّ دل، بی پایِ تن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۲۱)

مجرّد: تنها

جان انسان با فضاگشایی در این لحظه از غوغای تن یا همانیدگی ها مجرد و تنها شده یعنی از حرف هایی که من ذهنی می زند و در آن درد وجود دارد، جدا شده است. بنابراین بدون پای تن یا سبب سازی ذهن، بلکه با پَرِ دل و با فضاگشایی، از هر آنچه من ذهنی می گوید، می پَرَد.

جریده رُو که گذرگاهِ عافیت تنگ است

پیاله گیر که عمرِ عزیز بی‌بدل است

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۴۵)

جریده: تنها، یگانه، یکتا، در این جا یعنی رها از بندِ تعلقات

بی‌بدل: بدونِ مانند، بدونِ جایگزین

ای انسان، فضا را باز کن و به تنهایی مسیر زنده شدن به خدا را برو. بدان که گذرگاهی که با من ذهنی طی شود، برای رسیدن به عافیت خیلی خطرناک و تنگ است. پس با فضاگشایی از زندگی پیاله شراب بگیر، چرا که این عمرِ عزیز و ارزشمند بدل و جایگزین ندارد و اگر بگذرد، دیگر فرصت از دست رفته است. [جریده رفتن به این معنی است که ما حتی با همسر، فرزند یا هر چیز حادثی که درون ما است، کاری نداریم. ما با خانواده زندگی می‌کنیم ولی به لحاظ معنوی جدا کار می‌کنیم. پس با فضاگشایی، به صورت امتداد زندگی و با هشیاری آلت این مسیر را پیش می‌رویم.]

پس رجال از نقلِ عالمِ شادمان

وز بقایش شادمان این کودکان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۵۹۳)

رجال: مراد از تمامی انسان‌های به حضور رسیده چه زن و چه مرد

مردان و زنان معنوی با نقل مکان از این عالم یعنی رفتن از ذهن به آن جهان، شادمان هستند. اما کودکان، آن‌هایی که می‌خواهند در ذهن بمانند، از ماندن در ذهن شادمان هستند.

جانش را این دم به بالا مسکنی ست

گر بمیرد، روح او را نقل نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۷۴۴)

اگر انسان در این لحظه از ذهن خارج شد [و زمان را تمام کرد] بنابراین در فضای یکتایی مسکن گزیده و روحش به بالا نقل مکان کرده است. در این حالت اگر مرگ جسمی او را فرا رسد، دیگر روحش نقل نخواهد کرد.

زآنکه پیش از مرگ، او کرده‌ست نقل

این به مردن فهم آید، نه به عقل

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۷۴۵)

زیرا قبل از مردن به تن، من‌ذهنی او صفر شده و به بالا منتقل شده‌است. فهم این موضوع با مردن به من‌ذهنی میسر است نه با عقل من‌ذهنی.

صلوات بر تو آرم که فزوده باد قُربت

که به قُربِ کُلّ گردد همه جزوها مُقَرَّب

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱)

قُرب: نزدیکی، نزدیک شدن، منزلت

مُقَرَّب: نزدیک‌شده، آن‌که به کسی نزدیک شده و نزد او قرب و منزلت پیدا کرده

[خداوندا، من فهمیدم با عقل جزوی نمی‌توانم خودم را اداره کنم، بنابراین] با فضاگشایی به تو درود می‌فرستم تا قرب تو هر لحظه بیشتر شود، به‌سوی تو بیایم و از کنترل من‌ذهنی خارج شده و تحت اداره تو درآیم. دراین‌صورت است که اگر تماماً تو بشوم، همه اجزای وجودی من با عقل تو کار کرده و عقل کل من را اداره خواهد کرد.

بمیرید، بمیرید، در این عشق بمیرید

در این عشق چو مُردید، همه روح پذیرید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۶)

در این عشق همواره فضاگشایی کنید و درحالی‌که با زندگی یکی می‌شوید نسبت به من‌ذهنی بمیرید. وقتی لحظه به لحظه نسبت به من‌ذهنی مردید، بالاخره تماماً به زندگی زنده شده و روح زنده پیدا خواهید کرد.

بهر این گفت آن رسول خوش پیام

رمزِ مُوتُوا قَبْلَ مَوْتٍ یا کِرام

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۷۵۴)

کِرام: بزرگواران

ای بزرگواران، آن رسول خوش پیام، حضرت رسول، برای همین این رمز را گفته است که قبل از این که به مرگ جسمی بمیرید و زیر خاک بروید، باید [نسبت به من ذهنی تان] بمیرید.

هم چنان که مرده ام من، قَبْلَ مَوْتٍ

ز آن طرف آورده ام این صیت و صوت

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۷۵۵)

صیت: شهرت

همان طور که من قبل از رفتن به زیر خاک، [نسبت به من ذهنی] مرده ام و این همه آوازه و اطلاعات را از آن طرف آورده ام.

حدیث

«مُوتُوا قَبْلَ أَنْ تَمُوتُوا.»

«بمیرید پیش از آن که بمیرید.»

چون تَمَنَّوْا مَوْتَ گفت ای صادقین

صادقم، جان را برافشانم بر این

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۷)

ای صادقین، ای کسانی که این لحظه نسبت به من ذهنی در حال مردن هستید، چون خداوند در قرآن «تَمَنَّوْا مَوْتَ»، «تمنای مرگ کنید» را گفته است، پس من هم صادق هستم، اطاعت می کنم و جان من ذهنی را بر این [فرمان] می افشانم. [هر کسی صادق است به خودش تلقین می کند که اتفاقات و حادثها مهم نیستند. هر اتفاقی بیفتد فضا را باز می کند و تازه آن موقع اتفاق را درست می بیند.]

(قرآن کریم، سوره جمعه (۶۲)، آیه ۶)

«قُلْ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ هَادُوا إِن زَعَمْتُمْ أَنَّكُمْ أَوْلِيَاءُ لِلَّهِ مِنْ دُونِ النَّاسِ فَتَمَنَّوْا الْمَوْتَ إِن كُنْتُمْ صَادِقِينَ.»

«بگو: ای قوم یهود، هرگاه می‌پندارید که شما دوستان خدا هستید نه مردم دیگر، پس تمنای مرگ کنید اگر راست می‌گویید.»

توضیح آیه:

یهودیان اولین قوم دیندار بودند و در این‌جا منظور از قوم یهود همه انسان‌ها هستند. اگر شما می‌گویید «من دوست خدا هستم، دشمن خدا نیستم»، پس تمنای مرگ نسبت به من‌ذهنی بکنید اگر راست می‌گویید.

مرغ شیرین گشت و نَقلم زین سرا

چون قفس هَشتن، پریدن مرغ را

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۵۱)

نقل: انتقال یافتن

هَشتن: رها کردن

اکنون مرغ نسبت به من‌ذهنی شیرین شده و نقل کردن از ذهن به فضای یکتایی برایم مانند ترک کردن قفس برای مرغ است.

مرغ کاو اندر قفس زندانی است

می‌نجوید رستن، از نادانی است

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۴۱)

رستن: رها شدن، آزاد شدن

مرغی که در قفس زندانی است، اگر برای رهایی از قفس تلاشی نکند، از روی نادانی است.

روح‌هایی کز قفس‌ها رسته‌اند

انبیای رهبر شایسته‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۴۲)

رستن: رها شدن، آزاد شدن

روح‌هایی که از قفس‌های ذهن رسته‌اند، رهبران شایسته‌ای هستند و از آن‌طرف پیغام آورده‌اند.

جانِ شورِ تلخ، پیشِ تیغِ بر

جانِ چونِ دریایِ شیرین را بخر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۴۲)

جان شور تلخ یا جان محدود من ذهنی را که درد و غم ایجاد می‌کند، پیش تیغ [عشق] ببر یعنی فضا را باز کن تا من ذهنی کشته شود، با زندگی یکی شو تا خداوند در فضای خلأ روی تو کار کند و تغییرات صورت پذیرد. سپس جانی را بگیر که به اندازه دریا است و شیرینی زندگی و شادی بی‌سبب را دارد.

جنسِ ما چون نیست جنسِ شاهِ ما

مایِ ما شد بهرِ مایِ او فنا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۷۳)

جنس ما [در من ذهنی] چون از جنس شاه ما یا خداوند نیست، پس باید دسته‌جمعی به همدیگر کمک کنیم و مای خودمان را فَنای مای او کنیم. [ما به صورت جمعی بسیار خطرناک شده‌ایم چون به صورت من ذهنی با زندگی در جنگ هستیم. پس باید به همدیگر کمک کنیم تا مای خودمان را فدای خداوند کنیم و در همه ما او حرف بزند.]

گفتِ هر یک‌تان دهد جنگ و فِراق گفتِ من آرد شما را اتّفاق

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۱)

فِراق: دوری

[مولانا از زبان خداوند می‌گوید،] گفت‌وگوی هر یک از شما به‌عنوان من‌ذهنی و به‌صورت «ما» سبب جنگ و جدایی خواهد شد، اما اگر فضا را باز کنید و بگذارید من از طریق شما صحبت کنم، اتحاد به‌وجود می‌آید.

پس شما خاموش باشید، آنصِتوا تا زبان‌تان من شوم در گفت‌وگو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)

آنصِتوا: خاموش باشید، ذهنتان را خاموش کنید.

پس شما به فرمان «آنصِتوا» خاموش باشید و گوش بدهید تا من از طریق شما حرف بزنم.

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۲۰۴)

«وَ إِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَ أَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ.»

«چون قرآن خوانده شود به آن گوش فرا دهید و خاموش باشید، شاید مشمول رحمت خدا شوید.»

گر سخن‌تان در توافق مَوْثَقه‌ست در اثر مایه نزاع و تفرقه‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۳)

مَوْثَقه: موردِ اطمینان و وثوق

نزاع: درگیری

حتی اگر سخنتان به‌وسیله من‌ذهنی ظاهراً قابل اطمینان است و با هم به توافق رسیده‌اید، اما وقتی می‌خواهید آن توافق را اجرا کنید دوباره به جدایی و تفرقه می‌افتید و نمی‌توانید آن را عملی کنید. [پس مولانا می‌گوید بسیار مهم است که ما به‌صورت جمعی در این زمان به‌جای جنگیدن، با عشق و لطافت به آن گروه از انسان‌ها که «ما» تشکیل داده‌اند کمک کنیم تا به حضور برسند.]

چون تو گوشِ، او زبان، نی جنس تو

گوش‌ها را حق بفرمود: اَنْصِتُوا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲)

اَنْصِتُوا: خاموش باشید، ذهنتان را خاموش کنید.

چون تو از جنس گوش هستی و خداوند، زبان است و گوش و زبان همجنس نیستند، خدا به گوش‌ها فرمان داده خاموش باشید. [پس باید همیشه گوش بدهی و ببینی او چه می‌گوید. زیرا به محض این‌که با من ذهنی حرف بزنی، اظهار زندگی را باطل می‌کنی.]

این سگان کرّاند زَاْمِرِ اَنْصِتُوا

از سَفَهَ وَعَوَعِکَنان بر بَدْرِ تو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۶۶)

اَنْصِتُوا: خاموش باشید، ذهنتان را خاموش کنید.

سَفَهَ: حماقت، ابله‌ی، نادانی

وَعَوَع: بانگ سگ و گرگ

بَدْرِ: ماه کامل، ماه شب چهارده

خدایا، این سگان یا این انسان‌های من‌ذهنی نسبت به فرمان «اَنْصِتُوا یا خاموش باشید» تو کر هستند و آن را نمی‌شنوند. به همین دلیل از روی حماقت مدام با من‌ذهنی‌شان حرف ژاژ می‌زنند و ضرر می‌بینند. این حرف زدن معادل عوعو کردن به بدر یا ماه شب چهارده توست.

تو کُل را جمعِ این اجزا مپندار

تو گُل را لطف و خندیدن میاموز

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۸۲)

تو فکر نکن اگر این اجزا را جمع کنی، کُل حاصل می‌شود. کُل خداوند است و اجزا جدا هستند. تو نمی‌توانی در من‌ذهنی به گل که نماد خداوند است، لطف و خندیدن یاد بدهی [و بگویی مرا این‌طوری شکوفا کن یا بخندان]، بلکه باید تسلیم شوی تا او از طریق تو خودش را بیان کند و تو را بخنداند. [نباید فکر کنیم که اگر یک میلیون نفر شویم و با همدیگر فکر کنیم شبیه فکر خداوند می‌شود، نه، نمی‌شود. ما باید خاموش باشیم تا او حرف بزند.]

آمرِ غُضُوا غَضَّةً أَبْصَارَكُمْ هم شنیدی، راست ننهادی تو سُم

«با این که این فرمان خدا را شنیدی که «چشمان خود را از نارواها فروبندید»، ولی باز درست گام
برنداشتی.»

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۰۱)

با وجودی که این فرمان خدا را شنیدی که فرمود: «چشمان خود را از نارواها یا چیزهایی که من ذهنی
مهم جلوه می دهد، فروبندید»، ولی باز هم درست قدم برنداشتی [و اجازه دادی نارواها به مرکز
بیایند.]

(قرآن کریم، سوره نور (۲۴)، آیه ۳۰)

«قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ...»

«به مردانِ مؤمن بگو که چشمان خویش را از نارواها فروگیرند...»

غیرِ معشوق آر تماشایی بُود عشق نَبُود، هرزه سودایی بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۸۷)

آر: اگر

در این لحظه اگر چیزی غیر از خداوند قابل تماشا باشد که شما آن را ببینید، از آن جا که حتماً به
مرکزتان خواهد آمد، عشق نیست و یک سودای هرزه، بیهوده و رسواکننده است. [غیر از خداوند که
با فضاگشایی به صورت ناظر، تماشاکننده او می شوید و مرکزتان را برایش خالی می کنید، هیچ چیز
دیگری قابل تماشا نیست. هر چیز بیرونی هم تماشایی باشد، فقط پس از عدم کردن مرکزتان می توانید
آن را ببینید و لذت ببرید و اگر فضا را ببندید، هیچ لذتی در کار نیست.]

حَيْثُ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا وُجُوهَكُمْ نَحْوَهُ هَذَا الَّذِي لَمْ يَنْهَكُمْ

«در هر وضعیتی هستید روی خود را به سوی آن وحدت و یا آن سلیمان بگردانید که این چیزی است که خدا شما را از آن باز نداشته است.»

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۵)

«در هر وضعیتی که هستید، روی خود را با فضاگشایی به سوی خداوند، آن وحدت و آن سلیمان که زندگی است بگردانید و او را ببینید. این چیزی است که خدا شما را از آن باز نداشته است.»

گرچه دوری، دور می‌جنبان تو دُم حَيْثُ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا وُجُوهَكُمْ

«گرچه در ذهن هستی و از او دوری، از دور دُمِ آشنایی با او (از جنس او بودن) را به حرکت درآور. به این آیه قرآن توجه کن که می‌گوید: در هر جا که هستی روی به او کن.»

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۵۴)

اگرچه دور از خدا و در ذهن هستی، از دور یا به میزان مختصر هم که شده، دُمِ آشنایی و از جنس او بودن را بجنبان [و با فضاگشایی، تواضع، از جنس خدا شدن و اظهار دوستی، شروع به نزدیک شدن به او کن.] به این آیه قرآن توجه کن که می‌گوید «حَيْثُ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا وُجُوهَكُمْ»، «در هر وضعیتی که هستید باید رو به او کنید.»

ننگرم کس را و، گر هم بنگرم

او بهانه باشد و، تو منظرَم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

[من به عنوان انسان] فضا را باز می‌کنم و به هیچ چیز و هیچ کس غیر از تو نگاه نمی‌کنم. اگر هم نگاه کنم، فقط بهانه‌ای است برای دیدن تو ای خدا که محل نظر و نگاه منی. [درواقع اتفاقات، مهم یا جدی نیستند و اگر رخ می‌دهند، فقط برای این است که بهانه دیدن خداوند شوند.]

عاشقِ صنَعِ توام در شکر و صبر

عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

شکر و صبر: در این جا کنایه از نعمت و بلا است.

گبر: کافر

صنَع: آفرینش، قدرت آفریدگاری خداوند

مصنوع: آفریده، مخلوق

خدایا، من عاشقِ صنَعِ تو هستم؛ چه در وضعیت خوب که باید شکر به جای بیاورم و چه در وضعیت بد که باید صبر کنم. پس اگر ذهنم خوب و بد نشان دهد، باز هم من عاشقِ صنَعِ تو هستم و عاشقِ مصنوع که اتفاق است نیستم. اگر عاشقِ مصنوع بشوم در آن صورت کافر خواهم بود.

عاشقِ صنَعِ خدا بافرِ بود

عاشقِ مصنوعِ او کافرِ بود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

عاشقِ صنَعِ خدا که در این لحظه فضاگشایی می‌کند، دارای فرّ و شکوه ایزدی است؛ اما عاشقِ مصنوع او که اتفاق را به مرکزش می‌آورد، حتماً کافر است.

بر سرِ عیسیٰ نهاده تنگِ بار
خر سِکیزه می‌زند در مَرغزار
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۹۴)

سِکیزه: جُفتک
مَرغزار: سبزه‌زار

انسان با درست کردن من‌ذهنی، بر سرِ عیسی که نماد من اصلی اوست، بار سنگینی گذاشته‌است. آن‌موقع خر که نماد من‌ذهنی است در سبزه‌زار وجود انسان جفتک می‌اندازد، چراکه ذهن بدون ناظر در صحنهٔ زندگی ول می‌گردد و کارهای غلط می‌کند. [من اصلی ما می‌توانست با فضاگشایی ما رها شود، ولی چون خرپرور هستیم، هرچه من‌ذهنی ساخته‌شده توسط خودمان می‌گوید گوش می‌کنیم. حضور ناظر هم وجود ندارد ببیند که چه فکر و عملی می‌کنیم. من‌ذهنی جفتکش را می‌اندازد و ما هم خودمان بار را می‌کشیم.]

چون‌که حیران گشتی و گیج و فنا
با زبانِ حال گفתי: اِهْدِنَا

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۵۲)

زبانِ حال: وضعیت ظاهری و حالات رفتاریِ شخص که بیان‌گر اندیشه یا احساسِ او باشد.
اِهْدِنَا: ما را هدایت کن.

وقتی تو فضا را باز کنی و من‌ذهنی‌ات حیران و گیج و فانی شود، در این‌صورت در فضای گشوده‌شده به زبان عملی به خداوند می‌گویی که «ما را هدایت کن.»

(قرآن کریم، سورهٔ حمد (۱)، آیهٔ ۶)

«اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ.»

«ما را به راه راست هدایت کن.»

زَفَتِ زَفَتِ است و چو لرزان می‌شوی

می‌شود آن زَفَتِ نرم و مُستوی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۵۳)

زَفَت: بزرگ، فربه؛ در این‌جا یعنی دشوار، مشکل و نیز سخت و محکم
مُستوی: برابر، یکسان، در این‌جا به معنی هموار و صاف است.

در حالت عبادت پلاستیکی توسط من‌ذهنی، خداوند زَفَتِ زَفَتِ یا بسیار سفت است و اصلاً راه نمی‌دهد. اما وقتی فضا را باز می‌کنی و لرزان می‌شوی، همه حواست به خودت و فضای گشوده‌شده است و با مواظبت، می‌لرزی که مبادا به ذهن بروی، در این‌صورت آن زفت بودن و سفتی خداوند نرم می‌شود و او با تو مساوی می‌شود، یعنی با او یکی می‌شوی.

زان‌که شکلِ زَفَتِ بهر منکر است

چون‌که عاجز آمدی، لطف و بر است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۵۴)

عاجز آمدن: درماندن، به ستوه آمدن؛ به مجاز یعنی صفر شدن مقاومت و قضاوت
پر: نیکی

برای این‌که شکلِ زَفَتِ خداوندی که راه نمی‌دهد و کار را راه نمی‌اندازد، برای انسانِ مُنکر است که جنس اصلی خود را انکار کرده و عبادت پلاستیکی می‌کند. اگر گفتی «من عاجزم» [و به عنوان من‌ذهنی ادعای پندار کمال و ناموس نداشتی و با اقرار به ایرادهایت، شکسته شدی، و در این کار صادق و آماده مردن به من‌ذهنی بودی،] خداوند لطف و نیکی نصیبت می‌کند.

چون جفا آری، فرستد گوشمال

تا ز نقصان واروی سوی کمال

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۸)

گوشمال: گوشمالی، تنبیه، تأدیب

نقصان: کمی، کاستی

وارفتن: برگشتن، بازگشتن

[اگر مرکزت را جسم کنی و از ابزار ذهنی بهره ببری تا زمان روان شناختی زیادتیر و فرم ذهنیات قوی تر شود، این یعنی جفا پیشه کرده ای و] وقتی جفا پیشه کنی در این صورت خداوند برایت گوشمالی می فرستد، تنبیه می شوی و به درد می افتی تا از فضای نقصان به سوی فضای کمال بروی و در آن کامل شوی.

چون تو وردی ترک کردی در روش

بر تو قبضی آید از رنج و تبش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۹)

ورد: دعا، خواندن چیزی به دفعات

وردی: دعا بودن، درست مثل این که ما دعا هستیم. ما اگر فضاگشا باشیم، دعا هستیم، مثل این که دائماً یک کسی ما را دعا می کند؛ دعا شده ایم. نظیر «شمعی» در «دعوی شمع می مکن»

روش: سلوک

تبش: گرمی، حرارت

اگر تو غافل شوی و دعا یا وردی را که معنایش فضاگشایی لحظه به لحظه است و درواقع به وسیله خداوند خوانده می شود، ترک کنی، فضا بسته می شود و به تو قبضی دست می دهد که پر از درد و رنج است.

آن ادب کردن بُود یعنی: مکن

هیچ تحویلی از آن عهد کهن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵۰)

تحویل: تغییر و تبدیل، دگرگونی

تحویلی مکن: تغییر نده، (مجاز) سرپیچی مکن.

آن درد و رنج نشان این است که زندگی می‌خواهد تو را ادب کند، یعنی این کار را نکن، مرکزت را جسم نکن و در آن قول و قرار و عهد قدیمی که با هم بستیم [که از جنس من باشی و آن را حفظ کنی]، هیچ تغییر و تبدیلی ایجاد نکن.

پیش از آن کاین قبض زنجیری شود

این که دلگیری‌ست، پاگیری شود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵۱)

کاین: که این (که + این)

قبض: گرفتگی، دلتنگی و رنج، مقابلِ بسط

دلگیر: ناراحت‌کننده و آزاردهنده

پاگیر: مایهٔ دردِ سر، باعثِ گرفتاری

[این جفا و ترک فضاگشایی را ادامه نده و تمام کن]، پیش از آن‌که قبض تو مانند زنجیری مانع حرکت شود و تو را مریض کند تا از پا بیفتی. قبضی که اکنون فقط برای دلگیر است، اگر به آن توجه نکنی، پاگیر شده و تو را از پا درخواهد آورد.

رنج معقول شود محسوس و فاش

تا نگیری این اشارت را به لاش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵۲)

به لاش گرفتن: آن را بی‌ارزش شمردن

رنج معقول و قابل تحمل تو که با مختصر دردی می‌توانست تو را بیدار کند و بفهمی که باید فضا را باز کنی، ابزار من‌ذهنی را به‌کار نبری و پرهیز کنی، در نتیجهٔ مقاومت و شکایت تو به حدی بزرگ و محسوس می‌شود که بخشی از زندگی مادیات از بین می‌رود تا دیگر اشارات خداوند را که می‌گوید «جنس مرا از دست نده»، به شوخی نگیری و بی‌ارزش نشماری. [هر دفعه که مرکز را جسم می‌کنیم، خداوند ما را می‌گیرد].

که «بگفتی چند کردم من گناه

وَز کَرَم نَگرفت در جرممِ اِلَه»

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۶۷)

تو با من ذهنی مرتب گناه کردی و گفتی که من بارها برحسب همانیدگی‌ها دیده‌ام، ستیزه و مقاومت کرده‌ام، ولی خداوند از روی کرم مرا نگرفته و مجازات نکرده است.

عکس می‌گویی و مقلوب، ای سَفیه

ای رها کرده ره و بگرفته تپه

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۶۸)

سَفیه: نادان

تپه: بیابان

ای نادان، تو با من ذهنی برعکس و وارونه می‌گویی. تو راه درست یعنی فضاگشایی را رها کرده‌ای و به جای آن راه بیابان ذهن را در پیش گرفته‌ای.

چندچندت گیرم و تو بی‌خبر

در سَلَسِلِ مانده‌ای پا تا به سر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۶۹)

سَلَسِل: زنجیرها، جمع سلسله

[خداوند می‌گوید:] دیگر چقدر تو را بگیرم و تو همچنان بی‌خبر بمانی؟ من سر تا پای وجودت را با زنجیرهای همانیدگی و درد بسته‌ام تا بفهمی با من ذهنی چه بلایی بر سر خودت آورده‌ای. من رحمت اندر رحمت هستم، اما تو فکر می‌کنی می‌توانی با من ذهنی کارها را پیش ببری.

چون شکسته می‌رهد، اِشکسته شو

آمن در فقر است، اندر فقر رو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۵۷)

وقتی شکسته نجات می‌یابد، تو هم شکسته شو. از نردبان غرور، تکبر، ناموس و پندار کمال پایین بیا. خودت را سالم و بی‌ایراد نشان نده و مشکلاتی را که به وجود آورده‌ای، با سبب‌سازی‌های بی‌اساس

گردن دیگران نینداز. حس امنیت و خرد در فقر است، پس در فقر برو، یعنی مرکزت را خالی کن و همانندگی‌ها را بینداز تا وارد کارگاه خداوند شوی.

چون شکسته‌دل شدی از حالِ خویش

جابر اشکستگان دیدی به پیش

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۶۸۵)

جابر: شکسته‌بند

وقتی از حال خود شکسته‌دل شدی یعنی تمرکزت را روی خودت گذاشتی، فروتن و متواضع شدی و گفתי «نمی‌دانم»، خداوند را که شکسته‌بندِ شکستگان است، فوراً پیش رویت حاضر می‌بینی.

چون شکسته‌بند آمد دستِ او

پس رفو باشد یقین اشکستِ او

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۸۲)

شکسته‌بند: به معنی جَبَّار، یکی از اسماء‌الله است. ریشه این اسم «جَبَر» است و جبر به معنی اصلاح شیء، توأم با قهر و غلبه است. این‌که به خداوند «جَبَّار» می‌گویند به واسطه این است که حق تعالی تقایصِ ممکنات را با افاضه دائمی خود برطرف و جبران می‌کند.

رَفُو: دوختن پارگی‌ها چنان‌که ظاهراً معلوم نباشد. فارسیان با ضمه «ر» تلفظ کنند. «رَفُو» عربی و «رُفُو» فارسی است و هر دو درست‌اند.

چون دستِ خداوند شکسته‌بند است و درعین‌حال که می‌شکند، درست هم می‌کند، پس شکستِ او رفو کردن هم هست. [اگر زندگی من ذهنی را بشکند، همان شکستن مقدمه درست شدن است؛ اما اگر خودمان یا دیگران با فشار و زور، من ذهنی را بشکنیم، این شکست از جنسِ ظلم است و اصلاحی به دنبال ندارد، چون من ذهنی را با خودِ من ذهنی شکسته‌ایم. بهتر است اجازه بدهیم زندگی در فضای گشوده‌شده من ذهنی ما را بشکند، زیرا خداوند هم‌زمان با شکستن، رفو و اصلاح هم می‌کند.]

عیب کردن خویش را داروی اوست چون شکسته گشت، جای اِرْحَمُواست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۷)

ریش: زخم

اِرْحَمُوا: فعل امر به معنی رحم کنید.

هرگاه انسان زخم‌های ناشی از همانندگی و دردسازیِ من‌ذهنی را عیب و نقصِ خود بداند و عمیقاً به وجودشان اقرار کند و بگوید «من معیوب هستم»، همین شناسایی مانند دارویی برای دردهای اوست؛ و چنانچه فضا را باز کند، متواضع و شکسته شود، سزاوارِ لطف و رحمت ایزدی و کمک انسان‌ها می‌شود.

حدیث

«اِرْحَمُوا تُرْحَمُوا.»

«رحم کنید، تا بر شما رحم شود.»

گر همان عیبت نبود، ایمن مباش بو که آن عیب از تو گردد نیز فاش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۸)

بو که: بوکه، بوک، بُود که، باشد که، شاید

اگر آن عیب و ایرادی را که از مردم می‌گیری، در خودت نیافتی و خیال کردی آن ایراد در تو وجود ندارد، خاطر جمع نباش؛ زیرا بالاخره روزی فرامی‌رسد که این عیب از تو نیز فاش می‌گردد. [پس از مدتی تمرین و ناظر شدن، متوجه می‌شویم که مولانا درست گفته‌است. درواقع با من‌ذهنی بسیار قوی همه عیب‌هایی را که در دیگران می‌بینیم و می‌خواهیم رفع کنند، در خودمان وجود دارد.]

ور نگویی عیبِ خود، باری خُمُش
از نمایش وز دَغَلِ خود را مَکُش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۲)

دَغَل: حيله

اگر عیب خود را به مردم نمی‌گویی، خاموش باش و روی خودت کار کن؛ نگو «من هیچ عیب و اشکالی ندارم.» خودت را از دغل‌کاری و نمایش دادن به‌عنوان انسانی بی‌عیب و نقص، نگو.

باز آن ابلیس بحث آغاز کرد

که بُدَم من سرخ‌رو، کردیم زرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۱)

اما ابلیس دوباره در ذهن شروع به بحث و جدل کرد و به خداوند گفت: من از اول سالم بودم، تو مرا مریض کردی.

رنگِ رنگِ توست، صَبَّاغِ تویی

اصلِ جُرم و آفت و داغِ تویی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۲)

صَبَّاغ: رنگ‌رَز

[ابلیس در ادامه به خداوند گفت:] این رنگ من و زیانی که به من رسیده، کار توست، من هیچ اختیاری ندارم و ریشه جرم و ضرر و گناه من تو هستی. [ما هم در چرخه تخریب همین حرف‌ها را به خدا و مردم می‌گوییم، درحالی‌که باید زیر بار برویم و ببینیم اشکالمان چیست.]

گفت شیطان که بِمَا أَغْوَيْتَنِي

کرد فعلِ خود پنهان، دیو دَنی

«شیطان به خداوند گفت که تو مرا گمراه کردی. او گمراهی خود را به حضرت حق نسبت داد و آن دیو فرومایه کار خود را پنهان داشت.»

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)

بِمَا أَغْوَيْتَنِي: به سبب آن که مرا گمراه کردی.

دَنی: فرومایه، پست

شیطان و یا من‌ذهنی به خداوند که منبع هدایت تمام کائنات است گفت که تو مرا گمراه کردی. آن دیو فرومایه کار خود را پنهان کرد. [ما هم عیناً همین کار را می‌کنیم، پس در چرخه تخریب نماینده شیطان هستیم.]

بندگیّ او به از سلطانی است

که أَنَا خَيْرٌ دَمِ شیطانی است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۴۲)

أَنَا: من

خَيْرٌ: بهتر

برای ما بندگی خداوند همراه با فضای گشوده‌شده بهتر از سلطانی است، چرا که «من بهترم» دَم و حرف ابلیس است. [پس هرگاه بگوییم «من بهتر از تو هستم»، حتماً به فضای انقباض و فضای آنساب رفته‌ایم.]

عَلَّتِ ابلیس أَنَا خیری بده‌ست

وین مرض در نفسِ هر مخلوق هست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶)

عَلَّتِ: مرض، بیماری

أَنَا خیری: من بهترم.

مرض و بیماری شیطان «من از تو بهترم» بوده‌است و این مرض در من‌ذهنی هر انسانی هست. [هرکس بخواهد ثابت کند از دیگری بهتر است، همان مرض ابلیس را دارد؛ پس باید این عیب را در خود ببینیم و رفع کنیم.]

ای بسا سرمستِ نار و نارجو

خویشتن را نورِ مطلق داند او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۶)

نار: آتش، مجازاً درد

چه بسیارند افرادی که دائماً در حال انقباض و در چرخه تخریب هستند و سرمست آتشِ کبر و غرور و درد می‌باشند، اما خود را نور خالص می‌دانند.

هین ز مرهم سر مکش ای پشت‌ریش

وآن ز پرتو دان، مدان از اصلِ خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۷)

مرهم: دارو

پشت‌ریش: پشت‌زخم، آن‌که پشتش زخم است.

ای کسی که بر پشت زخم من ذهنی داری، از انسان عاشقی چون مولانا که مرهم تو شده و با خواندن اشعارش من ذهنیات ساکت شده‌است، فرار نکن. این مرهم را از پرتو مولانا، بزرگان یا خداوند بدان، نه از اصل خودت که فعلاً من ذهنی و انقباض است. [پس اگر حالمان خوب می‌شود، بدانیم که یکی دیگر حال ما را خوب می‌کند].

بحر گوید: من تو را در خود کشم

لیک می‌لاfi که من آبِ خوشم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۲)

بحر: دریا، (مجاز) خداوند

لافیدن: لاف زدن، ادعا کردن

بحر یعنی خداوند می‌گوید: من تو را در خودم می‌کشم، اما تو در چرخه تخریب ادعا می‌کنی که من آبِ خوش هستم.

لاف تو محروم می‌دارد تو را
ترک آن پنداشت کن، در من درآ
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۳)

لاف: ادعا

پنداشت: پندار، فکر

[خداوند می‌گوید:] این ادعای دروغ تو که هر لحظه با من ذهنی بالا می‌آیی و می‌گویی که من آب خالص هستم، تو را از من محروم می‌کند. پس این طرز فکر را کنار بگذار، خودت را بزرگ نبین و به آغوش من بیا.

لاف وادادِ کرم‌ها می‌کند
شاخِ رحمت را ز بُن برمی‌کند
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۵۱)

وادادِ کرم کردن: پس دادن و رد کردن بخشش و عطا

ادعای انسان که براساس من‌ذهنی است، کرم‌های خداوند را برمی‌گرداند و قبول نمی‌کند؛ به این ترتیب شاخِ رحمت از ریشه کنده شده و انسان از کمک‌های خداوند محروم می‌شود.

گر سعیدی از مناره اوفتید
بادش اندر جامه افتاد و رهید
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۴۹)

اگر شخص فضاگشا، از مناره بیفتد، یعنی یک دفعه فضا را ببندد، باد در جامه‌اش می‌پیچد و [مانند چتربازان] آرام و بدون هیچ آسیبی به زمین می‌آید. [پس مولانا می‌گوید نگران نباشید؛ اگر هر لحظه مبارک هستید و مرکزتان عدم شده است، حتی اگر یک دفعه بیفتید، دوباره بلند می‌شوید و آسیب نمی‌بینید.]

مانع آید از سخن‌های مهم

انبیا بردند امرِ فَاَسْتَقِمَّ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۶۸)

فَاَسْتَقِمَّ: پس راست و مستقیم باش، ثابت‌قدم باش.

من‌های ذهنی و قرین‌ها، انسان را از سخن‌های مهمی که زندگی می‌خواهد از طریق او بگوید، باز می‌دارند، اما پیغمبران با امر «فَاَسْتَقِمَّ» به معنی «راست و مستقیم باش»، با صبر و پرهیز و تمرکز روی خود، ثابت‌قدم بودند و استقامت ورزیدند.

(قرآن کریم، سوره هود (۱۱)، آیه ۱۱۲)

«فَاَسْتَقِمَّ كَمَا أُمِرْتَ وَ مَنْ تَابَ مَعَكَ وَ لَا تَطْغَوْا إِنَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ.»

«همراه با آنان که با تو رو به خدا کرده‌اند، هم‌چنان که مأمور شده‌ای، ثابت‌قدم باش. و طغیان نکنید که او به هر کاری که می‌کنید بینا است.»

توضیح آیه

ما باید در پرهیز و سنگ‌بارانِ قلعه‌ی ذهن ثابت‌قدم باشیم و هر لحظه این کار را انجام دهیم؛ زیرا اگر پرهیز نکنیم و از ابزار من‌ذهنی استفاده کنیم، در حال طغیان هستیم.

(قرآن کریم، سوره شوری (۴۲)، آیه ۱۵)

«...وَاسْتَقِمَّ...»

«...پایداری ورز...»

«...استقامت کنید...»

آن قفاها کانبیا برداشتند
ز آن بلا سرهای خود افراشتند
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۲)

قفا: پشت کردن، پس گردنی و به مجاز عذاب، رنج و سختی

پیغمبران یا انسان‌هایی مثل مولانا از پس گردنی‌هایی که زندگی به آن‌ها زد و درد هشیارانه‌ای که از آن بلاها کشیدند، مثل سرو آزاد شدند، سرهایشان را افراشتند و به عشق پیوستند.

گرچه آن وصلت بقا اندر بقاست
لیک زاول آن بقا اندر فناست
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۵۹)

اگرچه آن وصل شدنت به خداوند لحظه به لحظه بقا اندر بقا است، اما در آغاز این راه، بقای تو به فناء من ذهنی بستگی دارد. [یعنی باید به تدریج دیدن و عمل کردن براساس من ذهنی، مقاومت، سبب‌سازی و علت و معلول‌های ذهنی را کنار بگذاریم. این کار در ابتدا سخت است، چون ما به رفتارها و ابزارهای من ذهنی عادت کرده‌ایم. با خواندن و تکرار ابیات مولانا، کم‌کم این رفتارها دُمده می‌شوند و غلط بودن دید من ذهنی را می‌بینیم؛ سپس با رها شدن از من ذهنی، بقا و گستردگی ما بیشتر می‌شود.]

ای مرغ آسمانی آمد گه پریدن
وی آهوی معانی آمد گه چریدن
ای عاشق جریده بر عاشقان گزیده
بگذر ز آفریده بنگر در آفریدن
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۹

کارگروه
خلاصه نویسی
برنامه های گنج حضور

منابع: برنامه ۱۰۶۴ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)
کتاب های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)
با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه های گنج حضور

پایان