

برنامه

۹۸۹

آنگاه
حضور

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۶ / ۹ / ۱۴۰۲

www.parvizshahbazi.com

📌 چو عشق را تو ندانی، پُرس از شبها

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۲

ما با ذهنِ همانیده هر چقدر هم سعی کنیم، نمی‌توانیم عشق یعنی خدا را بشناسیم، برای این‌که عشق به ذهن در نمی‌آید، یعنی با سبب‌سازی ذهنی و فکر کردن در ذهن، آوردن چیزهای ذهنی به مرکز و دیدن برحسب آن‌ها، نمی‌توان عشق را شناخت. عشق در واقع وحدت مجدد ما به‌عنوان آلت، با خداوند است، چون ما از جنس الست، از جنس خدا هستیم. ذهنِ خداوند را نمی‌شناسد، بنابراین نباید برحسب ذهن زندگی کرد و خدا را شناخت.

شب نماد ندانستن و ذهن همانیده نماد دانستن است، چون من ذهنی می‌گویند «می‌دانم»، ولی ما یاد گرفتیم که «نمی‌دانیم» و می‌دانیم ذهن همانیده تاریک است. مولانا می‌گوید، به تاریکی ذهن نگاه کن و بگو نمی‌دانم، به عبارتی ذهن را تعطیل کن، بگو نمی‌خواهم و نمی‌توانم با ذهن خدا را بشناسم، برای بیکار کردنِ ذهن، باید این درک را داشته باشم آن چیزی که ذهنم نشان می‌دهد و تاکنون برای من مهم بوده، مثل پول، اعضای خانواده و هر چیزی که با آن همانیده هستم، مهم‌تر از خدا یا اصل من نیستند، پس نباید به مرکزم بیایند.

چو عشق را تو ندانی پُرس از شبها

پُرس از رخِ زرد و ز خشکی لبها

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۲

📌 اگر شما بدانید که نمی‌دانید و این فکر کردن برحسب همانیدگی‌ها واقعاً دانستن نیست، بلکه گذشتن از فکرهای خودساخته و مربوط به هشیاری جسمی و چیزهای این جهان است، بنابراین شما می‌گویید، من نمی‌دانم، نمی‌بینم و مثل شب تاریک هستم، اما اگر بگویید می‌دانم، رُختان زرد و لب‌تان خشک می‌شود، بیمار می‌شوید.

مردم در من ذهنی مریض هستند، اما اگر هشیارانه بدانید این وضعی که اکنون دارید، رخ زرد و خشکی لب‌ها که آب زندگی به شما نمی‌رسد، به این علت است که شما با من ذهنی می‌دانید و وصل نیستید، ناگهان می‌بینید که فضا باز شد و شما عاشق می‌شوید، آن موقع رخ زرد و خشکی لب هشیارانه تبدیل به مشتاقی و آرزومندی می‌شود و این‌که من می‌خواهم واقعاً روی خودم کار کنم تا به اصلم زنده شوم.

👉 ما با ذهن هرچقدر سعی کنیم عشق را بشناسیم، نمی‌توانیم؛ چون عشق، خدا و زندگی را نمی‌توان با ذهن شناخت، پس باید تبدیل شویم، تبدیل به آن چیزی که از اول بودیم.

از اول ما از جنس زندگی و امتداد خدا بودیم، وقتی جسممان را تشکیل دادیم از خداوند جدا شدیم و اکنون که در جسممان زندگی می‌کنیم، با هرچیزی که فکرمان نشان می‌دهد یا می‌توانیم از آن تصویر ذهنی درست کنیم و برای بقای ما مهم است، با آن همانیده می‌شویم. «همانیده شدن» یعنی تزریق هویت یا حس وجود به چیزهای ذهنی که فکر می‌کنیم برای ما مهم هستند.

👉 من ذهنی چه چیزهایی را مهم می‌داند؟

از نظر من ذهنی چیزهایی که به بقای ما در این جسم کمک می‌کنند، مهم هستند، مثل تصویر ذهنی پدر، مادر و دیگر اعضای خانواده، پول، کار و یا هر چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد و چون برای ما مهم هستند با همه آنها همانیده می‌شویم، همانیده بودن تا ده، دوازده سالگی طبیعی است، اما ادامه دادن این امر به ضرر خودمان و دیگران تمام می‌شود، ما می‌توانیم همه این‌ها را داشته باشیم، اما با آن‌ها همانیده نشویم و از آن‌ها هویت نگیریم.

👉 ما قبل از ورود به این جهان، برکات زندگی مثل عقل، حس امنیت، هدایت و قدرت را از عدم یا از زندگی می‌گرفتیم، ولی در این جهان، این برکات را از چیزهای ذهنی می‌گیریم که هیچ برکتی برای ما ندارند، در نتیجه مرکز ما از عدم تبدیل به جسم می‌شود، با این مرکز جدید شروع می‌کنیم به فکر کردن و برحسب این مرکز همانیده، می‌خواهیم عشق یعنی خدا را بشناسیم؛ این کار امکان ندارد، با ذهن و من ذهنی نمی‌توان خدا را شناخت.

👉 وقتی ما به این جهان آمديم، با چیزها و آدمها همانیده شدیم، با پریدن از فکری به فکر دیگر من ذهنی ساختیم و یک عقلی به نام عقل جزوی پیدا کردیم که این عقل قادر به اداره کردن ما به صورت فردی یا جمعی نیست.

ما به صورت فردی، با عقل من ذهنی می‌خواهیم زندگی خودمان را اداره کنیم، درحالی‌که می‌بینیم روابطمان خراب و بدنمان بیمار می‌شود، هیجان‌ات مخربی مثل ترس، خشم، رنجش و دردهای دیگر من ذهنی در ما به وجود می‌آید، برای این‌که من ذهنی موقت بوده و باید تا ده، دوازده سالگی تمام

می‌شد، ولی ما این را نمی‌دانستیم و با عقل من‌ذهنی به زندگی ادامه دادیم، چنین عقلی می‌گوید، هرچه همانیدگی‌ها بیشتر شود زندگی‌مان بهتر می‌شود و به خوشبختی و سعادت‌مندی می‌رسیم.

بعداً متوجه می‌شویم که این‌گونه زندگی کردن نه‌تنها زندگی شخص ما را خراب کرده، بلکه باعث شده ما دردمان را هم در جهان پخش کنیم، به‌صورت جمعی هم جنگ‌های بزرگ و خانمان‌برانداز راه بیندازیم، اما عارفان می‌گویند، این عقل عقلی نیست که شما بتوانید با آن زندگی شخصی یا جمعی خودتان را اداره کنید، باید آن را کنار بگذارید.

👉 با کدام عقل باید زندگی خودمان را اداره کنیم؟

برای این‌که زندگی را درست اداره کنیم باید دوباره مرکزمان عدم شود و زندگی یا خداوند به مرکزمان بیاید، پس فضا را باز می‌کنیم. این فضاگشایی معنی‌اش این است که ما با خودمان تأمل می‌کنیم آن چیزی که تا حالا به ذهنم می‌آمد و من آن را در مرکز می‌گذاشتم، آن چیز مهم‌تر از عشق یعنی خداوند یا عقل کل نیست، پس با نظارت بر ذهن، به‌عنوان هشیاری ناظر، خودمان را راضی می‌کنیم که من دوباره باید مرکزم را عدم کنم، چون قبل از ورود به این جهان مرکزم عدم بود، در این جهان پر از همانیدگی‌ها شد، اکنون باید دوباره مرکزم عدم شود.

👉 وقتی چیزها در مرکزمان هستند و ما من‌ذهنی داریم فکر می‌کنیم می‌دانیم! درنتیجه به‌وسیله عقل جزوی و فکرهای سبب‌سازی می‌خواهیم خداوند را بشناسیم و با او دوباره یکی شویم، یا به‌عبارتی با خداوند به وحدت برسیم. این کار امکان ندارد. هرچه بیشتر برحسب چیزها فکر می‌کنیم، بیشتر من‌ذهنی درست می‌کنیم و در ذهنمان زندانی می‌شویم، پس چاره این است که تسلیم شویم.

تسلیم پذیرش اتفاق این لحظه قبل از قضاوت است که مرکز ما را دوباره عدم می‌کند. پذیرش اتفاق این لحظه معنی‌اش این است که اتفاق این لحظه مهم نیست، بلکه فضای اطراف آن یا فضای گشوده‌شده مهم است. به‌عبارت دیگر می‌گوییم من از جنس زندگی، از جنس خدا هستم، این جنس اصلی من است، نه من‌ذهنی.

بخش اول - پایان قسمت اول

بخش اول - شروع قسمت دوم

👉 ما با من ذهنی می‌گوییم «می‌دانم»، مولانا می‌گوید، این لحظه بگویید نمی‌دانم، این ضربه بزرگی برای من ذهنی است که بگویید نمی‌دانم، عاجز هستم، و این لحظه احتیاج به خداوند دارم. پس وقتی بگویید «نمی‌دانم»، ذهنتان از فعالیت می‌افتد، آن وقت «نمی‌دانم» سبب می‌شود که فضای درونتان باز و مرکزتان عدم شود.

👉 با خواندن اشعار مولانا به این نتیجه می‌رسیم که من با فضاگشایی و نمی‌دانم، هشیاری جسمی‌ام را فلج می‌کنم، و دیگر آن چیزهای ذهنی را به مرکز نمی‌آورم، هشیاری جسمی و ذهنی را خاموش کرده تا به یک هشیاری دیگری که همان هشیاری حضور است، دست پیدا کنم که با صبر، آن هشیاری خودش را به من نشان می‌دهد.

👉 اگر کسی با فضاگشایی مرکزش را عدم کرده، پس زندگی از طریق او فکر و عمل می‌کند و خرد زندگی به فکر و عملش می‌ریزد، چنین انسانی از نظر خداوند مؤدب است، اما اگر من ذهنی دارد، چیزهای ذهنی را به مرکزش می‌آورد، با سبب‌سازی تصمیم می‌گیرد، و فکر و عمل می‌کند، دیگر عشق ندارد و بی‌ادب است. برای همین مولانا می‌گوید:

هزار گونه ادب، جان ز عشق آموزد

که آن ادب نتوان یافتن ز مکتب‌ها

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۲

یعنی من ذهنی هیچ ادبی ندارد، هزار گونه ادب را باید از عشق یعنی از خداوند، بیاموزیم. آن ادبی که این لحظه می‌توانیم از زندگی با فضاگشایی دریافت کنیم که چگونه فکر و عمل کنیم، این را نمی‌توانیم از ذهن و کتاب، در مدرسه و دانشگاه بیاموزیم، چون ما آفریننده هستیم و آفرینش را در این لحظه انجام می‌دهیم.

👉 ما هر کاری با من ذهنی می‌کنیم در واقع بی‌ادبی است. در این لحظه فکری که زندگی باید ایجاد کند، راه‌حلی که با فضاگشایی زندگی باید جلوی ما بگذارد، آن را رها می‌کنیم، و با سبب‌سازی ذهن خودمان براساس هشیاری جسمی راه‌حل می‌دهیم، این غلط است.

ما باید مؤدب باشیم و این جان ما که اکنون جان ذهنی است، باید تسلیم شود تا خداوند با قضا و کن‌فکان، روی ما کار کند.

👉 ما می‌توانیم تأمل کنیم که فکری که از ذهن ما می‌گذرد و براساس آن‌ها بدون عشق فکر و عمل می‌کنیم، به‌ضرمان تمام می‌شود. درحقیقت ما با من‌ذهنی دائماً به خودمان ضرر می‌زنیم، مثلاً خشمگین می‌شویم، می‌رنجیم، دائماً می‌خواهیم، کینه‌جو، تنگ‌نظر، انتقام‌جو و حسود می‌شویم، شادی و آرامش را به دیگران و حتی به خودمان هم روا نمی‌داریم، در صورتی که می‌توانیم به خودمان بفهمانیم هیچ‌کدام از این رفتارها درست نیست.

👉 ما با من‌ذهنی عاشق چیزهای این‌جهانی هستیم. هر کسی عاشق فکرهای از پیش‌ساخته باشد، ادب ندارد. اما هر کسی که عاشق آفرینندگی خداوند است و اجازه می‌دهد خداوند از طریق او بیافریند، چنین شخصی با ادب است. ادب را هم ما لحظه‌به‌لحظه یاد می‌گیریم.

ذهن این‌طوری تقسیم‌بندی می‌کند که شما پیش بزرگ‌ترها حرف نمی‌زنی، هر جا وارد شدی و به هر کسی رسیدی اول سلام می‌کنی، به احترام دیگران از جای بلند می‌شوی، اگر این کارها را انجام دهی مؤدب هستی، در صورتی که این‌ها ادب نیست، من‌ذهنی این‌ها را اختراع کرده، خودمان این قراردادها را گذاشته‌ایم، این‌ها در مقابل خداوند ادب نیست.

👉 خداوند، من در این لحظه به هیچ‌کس و هیچ‌چیزی که ذهنم نشان می‌دهد نگاه نمی‌کنم. اگر هم نگاه کنم، فقط بهانه‌ایست تا تو را ببینم و از صنع و آفریدگاری‌ات در هر لحظه بهره‌مند شوم. درواقع منظور اصلی من از نگاه کردن به غیر تو، فقط دیدن توست.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم

او بهانه باشد و، تو مَنظَرَم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹

مَنظَر: جای نگرستن و نظر انداختن

خدایا، در این لحظه هر وضعیتی که ذهنم نشان می‌دهد، تو آن را برایم رقم می‌زنی، پس آن را می‌پذیرم، چون عاشق آفریدگاری و صنّع تو هستم، هم در اتفاقات خوب که سبب شکرگزاری من شده و هم در وضعیت‌های بد که صبر مرا می‌طلبند. در هردو حالت با فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه، مرکز را عدم می‌کنم تا صنّع و آفریدگاری تو به کار بیفتد و از طریق من بیافرینی. من مانند من‌های ذهنی کافر نیستم که اتفاق این لحظه را نمی‌پذیرند و عاشق فکرهای کهنه و قدیمی هستند که ذهنشان نشان می‌دهد.

عاشقِ صنّعِ توأم در شکر و صبر
عاشقِ مصنوعِ گی باشم چو گبر؟
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰

بخش اول- پایان قسمت دوم

بخش اول- شروع قسمت سوم

کسی که عاشق صنّع و آفریدگاری خداوند است زندگی پربرکتی دارد، و فرّ و شکوه ایزدی به فکر و عملش می‌ریزد، اما کسی که عاشق مصنوع یعنی آفریده خداوند است، با آن همانیده شده و از جنس جسم می‌شود، چنین انسان کافری درکی از فرّ ایزدی ندارد و دائماً درحال تخریب است.

عاشقِ صنّعِ خدا با فرّ بُود
عاشقِ مصنوعِ او کافر بُود
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱

صنّع: آفرینش
فرّ: شکوه ایزدی
مصنوع: آفریده، مخلوق

منشأ بی‌ادبی این است که این لحظه ما «قضا و کُنْ فکان» را رها می‌کنیم و به سبب‌سازی ذهن می‌رویم.

بزرگترین بی‌ادبی این است که ما آن چیزی را که این لحظه ذهنمان نشان می‌دهد به مرکزمان می‌آوریم.

📖 ای دل به ادب بنشین، برخیز ز بدخویی

زیرا به ادب یابی آن چیز که می‌گویی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۰

ای دل من، به ادب بنشین، یعنی فضا را باز کن و در پیشگاه خداوند مؤدب بنشین، بگذار قضا و کُنْ فِکَانَ خداوند از طریق تو فکر و عمل کند، با سبب‌سازی فکر و عمل نکن، بدخویی من‌ذهنی را کنار بگذار، برای این‌که با رعایت ادب نسبت به خداوند و عدم کردن مرکز است که می‌توانی به آنچه که می‌گویی عمل کنی، یعنی به منظور و مقصود آمدنت که زنده شدن به خداوند است، بررسی.

📖 ای انسان، لحظه به لحظه زندگی ادب را به تو یاد می‌دهد. ادب این است که تو ساکت باشی، بگذاری خداوند حرف بزند.

ادب این است که «أَنْصِتُوا» را رعایت کنی، ادب این است که بگویی «نمی‌دانم»، پس خاموش باش، تا خداوند از طریق تو سخن بگوید و عمل کند.

أَنْصِتُوا را گوش کن، خاموش باش

چون زبانِ حق نگشتی، گوش باش

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶

سرنگون زآن شد، که از سر دور ماند

خویش را سر ساخت و تنها پیش راند

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۱

📖 اگر ما با من‌ذهنی پیش برویم سرنگون می‌شویم. ما خَلَقْ نَشَدِیم که با هشیاری جسمی، با سبب‌سازی کارهایمان را پیش ببریم، باید به صنْع خداوندی دست بزنیم، پس به این علت سرنگون

می‌شویم که از سر زندگی دور می‌مانیم و سر من‌ذهنی خودمان را سر می‌سازیم، و تنها و با عقل من‌ذهنی پیش می‌رویم.

ما با من‌ذهنی در توهم هستیم، توهم یعنی فکریایی که به وسیله همانندگی‌ها درست می‌کنیم، چنین وهمی ترک ادب است، برای این‌که ما نمی‌گذاریم «قضا و گن‌فکان» عمل کند، نمی‌گذاریم خداوند فکر و عمل و قضاوت کند و تشخیص دهد، چگونه خداوند می‌تواند از طریق ما فکر و عمل کند؟ اگر فضا را باز کنیم، مرکز ما عدم می‌شود، در نتیجه کارها دست عقل کل می‌افتد، عقلی که تمام کائنات را اداره می‌کند؛ ما برای این کار به این جهان آمدم.

هر کسی از طریق سبب‌سازی ذهن فکر کند که چیزهای این جهان از خداوند مهم‌تر است، چنین شخصی در توهم است، در نتیجه ترک ادب می‌کند. بی‌ادب دیر یا زود به وسیله خداوند سرنگون می‌شود، برای این‌که ما خلق نشده‌ایم که بر حسب من‌ذهنی و سبب‌سازی ذهن فکر و عمل کنیم. پس از ده، دوازده‌سالگی باید فضا را باز کنیم و به صنع و آفریدگاری دست بزنیم.

وآنکه اندر وهم او ترک ادب

بی‌ادب را سرنگونی داد رب

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۵

پیش بینایان، گنی ترک ادب

نار شهوت را از آن گشتی حطب

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۲۲

حطب: هیزم

بینایان دو جور هستند: یکی خود خداوند است، یکی هم آدم‌هایی مثل مولانا، بزرگان. شما هم اگر به حضور زنده شده‌اید، بینا هستید، اما من‌های ذهنی، در نزد بینایان، ترک ادب می‌کنند، چون بر حسب سبب‌سازی پیش می‌روند، چنین انسان‌هایی حرف بزرگان را قبول ندارند. برای همین به هیزم آتش شهوت مبدل می‌شوند و چیزهایی که در مرکزشان است، آن‌ها را می‌سوزاند.

ما زندگی را زندگی نمی‌کنیم، زندگی را صرف درد می‌کنیم، شاید بپرسید چه دردی؟ درد شهوت همانیدگی‌ها، یعنی ما چیزها را مرکزمان می‌گذاریم، برحسب آن‌ها فکر می‌کنیم و می‌خواهیم آن‌ها را زیاد کنیم که این‌گونه زیادکردن، حرص من‌ذهنی است، فکر می‌کنیم اگر چیزها زیاد شوند زندگی ما هم زیادتر می‌شود، این درست نیست، با زیاد شدن چیزها، زندگی‌مان زیادتر و وجودمان بزرگ‌تر نمی‌شود. این من‌ذهنی است که برحسب همانیدگی‌هایی که دارد، بلند می‌شود و خودش را با دیگران مقایسه می‌کند، درواقع طرزفکر و دید من‌ذهنی غلط است.

بخش اول - پایان قسمت سوم

بخش اول - شروع قسمت چهارم

این حق خداوند است که این لحظه می‌تواند ببیند شما عقل من‌ذهنی را به‌کار می‌گیرید یا فضا را باز می‌کنید و با عقل او پیش می‌روید؟ زندگی هر لحظه و دم‌به‌دم ما را امتحان می‌کند تا ببیند ما فضاگشایی می‌کنیم که او از طریق ما فکر و عمل کند؟

اگر فضا را باز نمی‌کنیم و نمی‌گذاریم خداوند فکر و عمل کند، حرف‌ها و عقل من‌ذهنی‌مان را به آن غالب می‌کنیم، دراین‌صورت ما بی‌ادب هستیم.

آن، خدا را می‌رسد کو امتحان

پیش آرد هر دمی با بندگان

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۱

ما فکر می‌کنیم همانیدگی‌ها را از دست بدهیم، جان ما از بین می‌رود و می‌میریم. می‌ترسیم اگر این الگوهای پشت‌سرهم را که با آن زندگی‌مان را اداره می‌کنیم، یا پارک ذهنی درست کرده‌ایم، آن را مرتب کرده و نظم می‌دهیم، اگر کنترل این‌ها را از دست بدهیم، آواره و بیچاره می‌شویم. نه، شما با فضاگشایی مرکز را عدم کنید، با او یکی شوید، خواهید دید که اگر آواره عشق شوید، از آوارگی من‌ذهنی نجات پیدا می‌کنید.

نان پاره ز من پستان، جان، پاره نخواهد شد
آواره عشق ما آواره نخواهد شد
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۱۰

آن را که منم خرقة، عریان نشود هرگز
و آن را که منم چاره، بیچاره نخواهد شد
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۱۰

انسانی که لباس حضور می‌پوشد، هیچ موقع عریان نمی‌شود، هیچ موقع سردش نمی‌شود، یعنی بیچاره، بی‌مسکن و بی‌پول نمی‌شود، همه امکانات را پیدا می‌کند. آن کسی که خداوند را چاره خود قرار می‌دهد، اجازه می‌دهد او از طریق قضا و کُن فکان با مرکز عدم کار کند، اما کسی که من‌ذهنی و راه‌های آن را چاره بدانند، بیچاره می‌شود.

ما به‌عنوان هشیاری با چیزهای زیادی همانیده هستیم، به تعداد چیزهایی که همانیده‌ایم، روی آن‌ها تقسیم و پراکنده شده‌ایم، اما هشیاری، روح ما دوست ندارد در همانیدگی‌ها پراکنده شود، بلکه می‌خواهد یک‌تکه و جمع باشد، ما با فضاگشایی پی‌درپی می‌توانیم هشیاری را از پخش شدن در همانیدگی‌ها جمع کنیم.

عقل تو قسمت شده بر صد مَهْم
بر هزاران آرزو و طَم و رَم
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۸۸

طَم: دریا و آب فراوان
رَم: زمین و خاک
منظور از طَم و رَم در این‌جا، آرزوهای دنیوی است.

از وقتی در معرض آموزش‌های مولانا قرار گرفتیم فهمیدیم که نباید غصه بخوریم. غصه از ذهن می‌آید، مولانا می‌گوید، اگر ذهن را خاموش کنید، غصه‌هایتان تمام می‌شود. این را هم بدانید نفسی

که عاشق شود، یعنی کسی که فضا را مرتب باز کند، مرکز را عدم نگه دارد، این شخص دیگر اماره نمی‌شود، این‌گونه نیست که ذهنش دائماً بخواهد، خواستن به تعادل می‌رسد و در حد ضرورت می‌خواهد.

من ذهنی براساس خواستن درست شده‌است. شما هر چقدر این موضوع را به خودتان یادآوری کنید که من نمی‌خواهم، چون براساس خواستن «من» درست می‌کنم، آرام‌آرام خواستن من ذهنی فروکش می‌کند.

خاموش کن و چندین، غمخواره مشو آخر
آن نفس که شد عاشق، اماره نخواهد شد
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۱۰

اماره: امر کننده به بدی

👉 ما لحظه به لحظه می‌سنجیم، که ببینیم اصلاً ضرورت دارد من چیزی را که لازم ندارم، بخواهم؟ اگر یک مقدار فضا را بگشاییم، با خرد زندگی فکر کنیم، می‌فهمیم که نه ضرورت ندارد، چیزی به من اضافه نمی‌کند. من ذهنی بدون کنترل دائماً می‌خواهد. ما دیگر از این فاز بیرون آمدیم که بدون نظارت ما، من ذهنی دائماً بخواهد و از همه توقع داشته باشد، گله کند، برنجد، خشمگین شود و ناله کند. پس مفتی ضرورت خودمان هستیم..

گفت: مفتی ضرورت هم تویی

بی‌ضرورت گر خوری مجرم شوی

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰

👉 خداوند دائماً به ما شادی و آرامش می‌دهد. این تشویش و نگرانی را ما در ذهن ایجاد کرده‌ایم. خداوند به ما شراب، یعنی شادی و آفرینندگی داده، چون مرکزمان را عدم کردیم و فضاگشا هستیم، اما به شما در من ذهنی سرکه یعنی غم و غصه و ناراحتی داده، پس اگر فضاگشا باشیم قسمت ما شادی و آرامش است، اما اگر فضا بندی کنیم، دردهای من ذهنی قسمت ما خواهد شد.

شراب داد خدا مر مرا، تو را سِرکا
چو قسمت است، چه جنگ است مر مرا و تو را؟
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۹

👉 به درجه‌ای که شما فضا باز می‌کنید، سزاوار دریافت شادی و آرامش از طرف زندگی می‌شوید، این همان جَفَّ الْقَلَمِ است، یعنی این لحظه قلم زندگی، حال شما و وضع زندگی شما را برحسب سزاواریتان می‌نویسد. هر چقدر بیشتر فضا باز می‌کنید، بیشتر سزاوار می‌شوید، بنابراین آن کسی که غصه می‌خورد، ناله و شکایت می‌کند، مقاومت، قضاوت و ناموس دارد، با چیزهای آفل همانیده است، پس سزاوار غصه و خرابکاری است، حتماً زندگی‌اش خراب خواهد شد.

بخش اول - پایان قسمت چهارم

بخش اول - شروع قسمت پنجم

شرابِ آن گُل است و حُمارِ حِصَّةِ خار
شناسد او همه را و سزا دهد به سزا
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۹

حِصَّة: نصیب

👉 کسی که با فضاگشایی مرکزش را عدم می‌کند، سزاوار شادی است. شما نباید تقلید کنید، بگویید که همه در اطراف من غصه می‌خورند، من هم باید غصه بخورم، نه! یکی می‌خواهد غصه بخورد، این را خودش انتخاب کرده، پس سزاوار غصه است. شما می‌توانید از این لحظه به بعد سزاوار غم نباشید، فضا را باز کنید تا شادی و آرامش را از خداوند دریافت کنید.

👉 اگر دیدید منقبض هستید و رحمت و شادی ایزدی را تبدیل به غم می‌کنید، پس همانیدگی دارید. باید فضا را باز کنید و برای قبضتان چاره‌ای بیندیشید، این به دست شماست. باید بدانید مقاومت و عدم پذیرش، ریشه تمام بدی‌هاست.

اما اگر منبسط شدید و فضا را باز کردید، این بسط به شما میوه‌های خوب مثل آرامش، شادی، عقل، آفریدگاری و راه‌حل می‌دهد، پس به این کار ادامه دهید و برکاتش را بین مردم تقسیم کنید.

قبض دیدی چاره آن قبض کن
زانکه سرها جمله می‌روید ز بُن

بسط دیدی، بسط خود را آب ده
چون برآید میوه، با اصحاب ده
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲-۳۶۳

📖 در این لحظه، حکم و دستور خداوند به شما این است که حتماً فضا را باز کنید و همیشه با او در ارتباط باشید، دائماً ناظر ذهن خودتان باشید که چیزی را به مرکز شما هل ندهد. مرتب و لحظه‌به‌لحظه با انبساط عمل کنید، یعنی راه را برای جاری شدن خرد و قدرت خداوند برای تغییر وضعیت‌ها به بهترین شکل به‌وسیله عدم مقاومت و پذیرش باز کنید.

حکم حق گسترده بهر ما بسط
که بگوئید از طریق انبساط
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

بسط: هر چیز گسترده‌تری مانند فرش و سفره

📖 وقتی شما خودتان را در دیگران شناسایی می‌کنید، این کار اسمش عشق است.

ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند، وقتی شما زندگی را در کسی می‌بینید، در نتیجه آن شخص به زندگی زنده می‌شود. وقتی شما به عشق ارتعاش می‌کنید این ارتعاش از طریق قرین به مرکز انسان‌های دیگر منتقل می‌شود.

📌 زندگی می‌گویند، اگر کسی در این لحظه با فضاگشایی مرکزش را عدم کند، با من یکی می‌شود، در نتیجه آتش عشق در او به وجود می‌آید. هر کسی که به من وصل می‌شود، دیگر در جدایی نیست، جدایی را نمی‌پسندد، چنین شخصی لباس حضور مرا می‌پوشد و لباس من ذهنی را درمی‌آورد.

هشیاری ابتدا که به این جهان می‌آید لباس ذهن می‌پوشد، بعد آن را درمی‌آورد و لباس عشق می‌پوشد. وقتی شما فضاگشا می‌شوید، لباس زندگی را می‌پوشید.

📌 درست است که ما در چاه همانندگی‌ها افتادیم، اما اگر فضا را باز کنیم خواهیم دید که ریسمان خداوند جلوی ماست، این ریسمان، این لحظه با فضاگشایی خودش را به ما نشان می‌دهد. چرا الآن نشان نمی‌دهد؟ برای این که مرتب سبب‌سازی می‌کنیم، اجسام ذهنی به مرکزمان می‌آیند و هشیاری جسمی داریم.

غم نیست اگر ماهش، افتاد در آن چاهش
زیرا رسن زلفش، در دست رسن دارد
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۰۴

📌 من ذهنی ممکن است عبادت کند، زاهد شود، خودش را دوست شما نشان بدهد، ولی هیچ وقت راست نمی‌شود، به او اعتماد نکنید. ما دنبال این نیستیم که یک خرس تربیت شده، به عنوان من ذهنی درست کنیم، پس باید با فضاگشایی مرکزمان را عدم کنیم تا در نهایت به خداوند تبدیل شویم و این من ذهنی دیگر نباشد.

نفس ارچه که زاهد شد، او راست نخواهد شد
گر راستی خواهی آن سرو چمن دارد
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۰۴

📌 ممکن است شما بگویید من ذهنی ما بی‌آزار است، کاری با ما ندارد، خیلی هم برای ما مفید است، بعضی مواقع دست ما را می‌گیرد، بهتر است که همین را نگه داریم، نه! من ذهنی باید از بین برود.

من‌ذهنی در اثر کوشش شما ممکن است خوب شود، شما فکر کنید که من می‌خواستم زندگی‌ام را درست کنم، کردم دیگر. الآن نه خشمگین می‌شوم، نه مقاومت می‌کنم، وضع مادی‌ام نیز درست شده، دارم زندگی‌ام را می‌کنم. چکار دارم نفسم را از بین ببرم؟ نه! من‌ذهنی هر قدر هم خوب شود، برحسب «قضا و کُن فکان» عمل نخواهد کرد. ممکن است فکرهای مادی مفید بکند، پول زیاد در بیاورد، خانه بزرگ‌تری بخرد، مهربان باشد، به این و آن کمک کند، ولی چون وجود دارد، به ضررتان کار خواهد کرد.

بخش اول- پایان قسمت پنجم

بخش دوم- شروع قسمت اول

نفس ارچه که زاهد شد، او راست نخواهد شد
گر راستی‌ای خواهی آن سرو چمن دارد
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۰۴

👉 اگر «راستی» می‌خواهی، به خداوند زنده شو، یا بگذار او به تو زنده شود، یعنی این زخم را بپذیر. بگذار زخم به من‌ذهنی‌ات بخورد. تا آن‌جا که مقدور است او را کوچک کن. مرتب محروم‌ش کن، به او غذا نده، درد ایجاد نکن. هر جا که من‌ذهنی مشتاق درد است، تو را تحریک می‌کند که درد ایجاد کنی، واکنش نشان بدهی، این کار را نکن. بگذار خورشید درونت بالا بیاید و خودش را به تو نشان دهد. این زنده شدن تو به ذات خودت است.

نفس یا من‌ذهنی ما تربیت می‌شود اما حاضر نیست بمیرد، تنها راه خداحافظی با آن تبدیل ما به زندگی است.

👉 یوسفِ حُسنی و، این عالم چو چاه

وین رَسَن صبرست بر امرِ اله

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۶

رَسَن: ریسمان

👉 ما یوسفِ زیبایی هستیم و این عالم مانند چاهی است که خود را به صورت همانیدگی به ما نشان می‌دهد و طنابی که ما را از این چاه نجات می‌دهد «صبر» است، به این معنا که کار ما فقط صبر و فضاگشایی است تا زندگی بگوید چگونه بیندیشیم و چگونه عمل کنیم.

وقتی ما مقاومت می‌کنیم و فضا را می‌بندیم زندگی نمی‌تواند با زبان خوش به ما پیغام بدهد، بنابراین بیشتر پیغام‌ها از طریق بی‌مرادی می‌آیند. هر بی‌مرادی که من ذهنی را خشمگین می‌کند، دارای یک پیغام است.

«بر امرِ اله»، یعنی به جای این که برایتان مهم باشد من ذهنی شما چه می‌گوید، ببینید زندگی در این لحظه چه می‌گوید. پس این لحظه آن چیزی که خداوند می‌گوید، حتماً مهم‌تر از آن چیزی است که من ذهنی شما با سبب‌سازی می‌گوید.

👉 چون شکم پُر گشت و بر نعمت زدند
و آن ضرورت رفت پس طاعی شدند
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۲۰

طاعی: طغیان‌گر، سرکش

وقتی مرکزمان را با چیزهای گذرا انباشته کرده و با آن‌ها همانیده می‌شویم، یادمان می‌رود برای چه به این دنیا آمدم و به‌طور کل ضرورتِ انداختن حس وجود از چیزهای گذرا و هویت گرفتن از آن‌ها و زنده شدن به خداوند را فراموش می‌کنیم، بنابراین نسبت به لطف خداوند ناسپاس و سرکش می‌شویم. مولانا با اشاره به داستان اهل سبا وضعیت فعلی ما را در من ذهنی بیان می‌کند.

👉 بی تَفِ آتش نگرده نَفَس، خوب
تا نشد آهن چو اخگر، هین مکوب
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۲۲

اخگر: آتش

باید به نفس سخت بگیرید، بدون درد هشیارانه این نفس خاصیت تبدیل پیدا نمی‌کند. اگر من‌ذهنی خواست خشمگین شود، بلند شود و خود را نشان دهد، شما با درد هشیارانه، بنشینید، صبر کنید، هیچ چیز نگوئید، سکوت کنید و اگر خواست دیگران را استاد و دانشمند کند جلوی شما را بگیرید. مقام استادی را نپذیرید، «می‌دانم» را نفی کنید. من‌ذهنی از همه این‌ها بدش می‌آید، به نفس ریاضت بدهید تا قابلیت تغییر پیدا کند. تا وقتی آهن سرخ نشده باشد آن را با چکش نمی‌کوبند، چون خم نمی‌شود و شکل نمی‌گیرد.

📖 بی‌مجاغت نیست تن جنبش‌گنان

آهن سردی‌ست می‌کوبی بدان

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۲۳

مجاغت: گرسنگی

بدون گرسنگی این تن جنبش نمی‌کند، یعنی اگر ما این من‌ذهنی را گرسنه نگه نداریم، جان ما، روح ما، از آن‌جا تکان نمی‌خورد و به‌سوی خداوند نمی‌رود. این را بدان، اگر قرار باشد من‌ذهنی را همیشه سیر نگه داری و هرچه می‌خواهد به او بدهی، نمی‌توانی هشیاری‌ات را از چنگ او دریاوری، انگار داری بر آهن سرد می‌کوبی، یعنی هیچ اثری بر او ندارد.

📖 گر بگرید، ور بنالد زار زار

او نخواهد شد مسلمان، هوش دار

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۲۴

اگر من‌ذهنی گریه کرده و زارزار ناله کند، این چیزی که می‌خواهم را به من بده، به حرفش گوش نکن، چون او می‌خواهد به سبب‌سازی ادامه دهد و خودش را زنده نگه دارد. من‌ذهنی می‌خواهد باشد، هیچ موقع نمی‌خواهد به جایش عدم بیاید چون در این صورت خودش دیگر نیست و از بین می‌رود. پس «هوش دار»، خوب بفهم که این من‌ذهنی مسلمان نخواهد شد.

«مسلمان» یعنی انسان تسلیم شده. تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه، بدون قید و شرط، قبل از قضاوت که مرکز را عدم می‌کند.
«تسلیم» مرکز را مجدداً عدم می‌کند و خداوند یا زندگی را به مرکز شما می‌آورد.

کی سیه گردد به آتش روی خوب؟

کو نهد گل گونه از تقوی القلوب

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۰۶

👉 روی زیبا سیاه نمی‌شود وقتی که زیبایی‌اش را از تقوای قلب گرفته باشد. تقوای قلب فضاگشایی و نیامدن چیزها به مرکز است. اگر روی حضور و همین‌طور جسم، از مرکز عدم که همان «تَقْوَى الْقُلُوب» است، زیبا شده باشد، دیگر زشت نمی‌شود.
پس «تقوای دل» نیامدن چیزها به مرکز، فضاگشایی و عدم کردن مرکز است.

«ذَلِكَ وَمَنْ يُعْظَمْ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى الْقُلُوبِ.»

«آری، و هرکه محترم داند شعائر خدا را، بدان که این کار از تقوای دل سرچشمه می‌گیرد.»

قرآن کریم، سوره حج (۲۲)، آیه ۳۲

بخش دوم-پایان قسمت اول

بخش دوم- شروع قسمت دوم

آنچه گوید نفس تو کاینجا بد است
مَشْنُوسِ چُون کارِ او ضد آمده‌ست

تو خلافتش کن که از پیغمبران

این چنین آمد وصیت در جهان

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۶-۲۲۶۷

📌 اگر من ذهنی بگوید این چیز بد است، گوش نکن، برای این که کار نفس برعکس است. وصیت و توصیه پیغمبران این بوده که هرچه من ذهنی شما می گوید عکسش را انجام دهید. هرچه من ذهنی با سبب سازی انجام می دهد، بی ادبی است، چون «قضا و کُن فکان» در آن نیست و خرد زندگی به فکر و عمل ما نمی ریزد.

📌 او چو فرعونست در قحط آنچنان

پیشِ موسی سر نهد لابه کنان

چونکه مُستغنی شد او، طاغی شود

خر چو بار انداختِ اسکیزه زند

پس فراموشش شود چون رفت پیش

کارِ او زآن آه و زاری های خویش

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۲۵-۳۶۲۷

مُستغنی: ثروتمند، توانگر

اسکیزه زند: جفتک انداختن، لگد پراندن چهارپایان

اگر من ذهنی را نگه دارید و وضعتان را خوب کنید، خواهی نخواهی طغیان خواهید کرد.

این موضوع در من ذهنی جمعی هم دیده می شود. وقتی همه چیز خوب است، یک دفعه یک جنگ شروع می کنیم. عده ای آواره می شوند، همه جا خراب می شود و قحطی پیش می آید، یعنی نتوانستیم وضع خوب را تحمل کنیم. خر وقتی بار را بیندازد، جفتک می اندازد. وقتی کارش پیش می رود، آن آه و زاری های قبلی را فراموش می کند. من ذهنی هم این طور است.

در هنگام همه گیری «کووید»، هیچ کس نمی توانست از خانه اش بیرون بیاید، جایی برود، با کسی معاشرت کند یا مهمانی برود، پس این پول به چه درد می خورد؟ همه دست به دعا برداشتند که خدایا کمک کن. بعد از ساخت واکسن که اوضاع کمی بهتر شد، دوباره شروع به ایجاد جنگ و خونریزی و خرابکاری کردیم!

ما وقتی به قحطی می افتیم چه فردی و چه جمعی، پیش خداوند ناله و زاری می کنیم، اما وقتی کارمان درست می شود، همه چیز فراموشمان می شود.

👉 حیرت چیست؟ اگر ما روزی به این نتیجه برسیم که این من‌ذهنی ما به درد نمی‌خورد و این سبب‌سازی واقعاً آن‌طور که ما می‌خواهیم نمی‌تواند ما را پیش ببرد، برای این‌که پشت همه کارها خداوند هست، ما حیران می‌شویم. برای این‌که می‌بینیم کوشش کردیم کار ما به روش ذهنی ما درست شود، اما یک‌دفعه می‌بینیم از یک جای دیگری درست شد.

زندگی چرا این را به ما نشان می‌دهد؟ برای این‌که حیرت کنیم. حیرت عبارت از این است که ما بگوییم نمی‌دانیم.

حیرانی یعنی من انگشت به دهان مانده‌ام که کارها چه‌جوری درست می‌شود؟ وقتی فضاگشایی می‌کنیم، کارها خودش درست می‌شود و ما با سبب‌سازی نمی‌توانیم دلیلش را بفهمیم.

وقتی شما به عاجز بودن و جاهل بودن سبب‌سازی خودتان پی می‌برید، یعنی می‌افتید به حیرت، یک‌دفعه می‌بینید یک آدمی در زندگی شما پیدا شد و کمکتان کرد.

این‌ها نشانه است، پیغام زندگی است که یقینت به غیب، به قضا و به گن‌فکان بیشتر شود.

👉 شما فضا را باز کنید، به عبارت دیگر اتفاق این لحظه را بپذیرید، بگویید اتفاق این لحظه مهم‌تر از خداوند نیست. این یک جسم است، من دارم واکنش نشان می‌دهم، خشمگین می‌شوم، این خشم مرا در سبب‌سازی ذهن می‌اندازد و نگه می‌دارد. این خشم من لازم نیست، ضرورت ندارد و بهتر از خداوند نیست که از طریق فضاگشایی یا پذیرش اتفاق این لحظه، با عقل کل می‌تواند به من کمک کند.

پذیرش اتفاق این لحظه و «تسلیم»، به این معنی نیست که شما می‌خواهید این وضعیت را نگه دارید. خیر، بلکه می‌خواهید وضعیت را عوض کنید، ولی هنگامی که آن را می‌پذیرید، در این صورت به خرد زندگی دسترسی پیدا می‌کنید، خلاق می‌شوید و از طرف زندگی راه‌حل می‌آید، پس شما فضا را باز کنید و ببینید که چه پیغامی می‌آید.

👉 اجتهادِ گرم ناکرده، که تا

دل شود صاف و، ببیند ما جِرا

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۳۵

ما زمانی «اجتهادِ گرم» می‌کنیم که به‌عنوان ناظر مواظب باشیم من‌ذهنی دست از پا خطا نکند. قدرت ما به‌عنوان نیروی زندگی خیلی زیاد است. قدرت این لحظه، قدرت زندگی است، بی‌نهایت قدرت است. «اجتهادِ گرم» یعنی یک چالشِ پویا، یعنی ما لحظه‌به‌لحظه نگاه می‌کنیم که همانیدگی‌ها توجه ما را جذب نکند، واکنش نشان ندهیم، خشمگین نشویم، نرنجیم و چیزی از کسی نخواهیم. اجتهادِ گرم یعنی این لحظه ما مراقب هستیم که نگذاریم چیزهای ذهنی به مرکزمان بیایند.

باید بدانیم که ما در ابتدا هشیاری بوده‌ایم، بعد به همانیدگی‌ها افتادیم و اکنون فکر می‌کنیم دید همانیدگی‌ها دید ما است و فکر می‌کنیم که در همین ذهن متولد شده‌ایم. بدانیم که ما از جای دیگر آمده‌ایم، این‌جا باید موقتی می‌ماندیم، باید از ذهن بیرون می‌پریدیم، ولی ما اجتهادِ گرم نکردیم.

👉 سر بُرون آرد دلش از بُخشِ راز

اوّل و آخر ببیند چشمِ باز

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۳۶

بُخش: سوراخ، منفذ

مردم فکر می‌کنند که می‌توانند کمی من‌ذهنی را درست کنند که اذیت نکند! شما باید از این منفذ، از فاصله بین دو فکر سرتان را بیرون بیاورید و ببینید که اول خداوند بوده، آخر هم او است. من‌ذهنی در این وسط، چیزی محدود است که عقلش را بر من چیره کرده، من با عقل و دردهای او نمی‌خواهم زندگی کنم.

👉 اوّل و آخر تویی ما در میان

هیچ هیچی که نیاید در بیان

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱

همان‌طور که عظمت بی‌نهایت الهی قابل بیان نیست و باید به او زنده شویم، ناچیزی ما هم به‌عنوان من‌ذهنی قابل بیان نیست و ارزش بیان ندارد. باید هر چه زودتر آن را انکار کنیم و به خداوند زنده شویم.

ابتدا از جنس آلت بودیم، از پیش او آمدیم، آخرش هم باید او شویم. اول اوست، بعداً هم که از ذهن بیرون بیاییم، اوست، پس هر موقع به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شدیم، فقط اوست؛ در این وسط، من‌ذهنی هیچ‌هیچی است که ارزش گفت‌وگو، توضیح و استدلال را ندارد، کلاً دیدش غلط و مخرب است.

دائماً تخریب می‌کند، بی‌ادب است و تسلیم نخواهد شد. من‌ذهنی مثل فرعون است، اگر وضعش خراب شود، التماس و زاری می‌کند و کمک می‌خواهد، اما همین‌که وضعش درست شد، طغیان می‌کند.

بخش دوم - پایان قسمت دوم

بخش سوم - شروع قسمت اول

هر کسی ما را ستایش کند، دارد صفات من‌ذهنی را به ما نسبت می‌دهد. مولانا این ستایش‌ها را دشنام تلقی می‌کند و می‌گوید تو قبول نکن، بنابراین سرمایه من‌ذهنی که تعریف‌ها، ستایش‌ها و انرژی‌های بد و مخربش است را به همان من‌ذهنی وام بده، یعنی بگو من به‌عنوان زندگی، هر چیزی را که ذهنم نشان می‌دهد مهم است نمی‌خواهم، من می‌خواهم به جوهر خودم زنده شوم.

هر که بستاید تو را، دشنام ده

سود و سرمایه به مفسس وام ده

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۳۳۰

مفسس: تهی‌دست

ما وقتی با چیزهای این جهانی که ذهنمان نشان می‌دهد همانیده می‌شویم و به آن‌ها حس هویت تزریق می‌کنیم، آن‌ها مرکزمان می‌شوند و مرکز جدید به‌وسیله همانیدگی‌ها روی عدم را می‌پوشاند،

در نتیجه ذهن ما در حالی که سریع از این فکرهای مربوط به این چیزها می‌گذرد یک تصویر ذهنی ایجاد می‌کند که این تصویر ذهنی، من‌ذهنی است.

من‌ذهنی از فکر ساخته شده و مجازی است، قضاوت و مقاومت می‌کند. با این دو خاصیت انسان‌ها به راحتی نمی‌توانند از پهلوی هم رد شوند، مثلاً مرکزی که مجهز به خشم، ترس و رنجش باشد، وقتی از پهلوی انسان‌هایی که خشمگین و دارای رنجش و ترس هستند رد می‌شود، با ارتعاش همان جنس پاسخ می‌دهد این مقاومت است که از خاصیت‌های من‌ذهنی است.

ما باید آرام باشیم که اصل‌مان را بفهمیم و خدا را در درون تجربه کنیم، چون اگر با قضاوت و مقاومت، همانندگی با چیزهای آفل و من‌ذهنی، زندگی در زمان مجازی را ادامه دهیم، پس از مدتی به یک فضایی می‌افتیم که اسمش افسانه من‌ذهنی است و زندگی را به مانع، مسئله و دشمن تبدیل می‌کنیم. ما دائماً در گذشته و آینده هستیم که زمان مجازی است، اما می‌خواهیم از این زمان مجازی و من‌ذهنی بیرون بپریم، به این لحظه ابدی بیایم و به بی‌نهایت خداوند زنده شویم.

شما باید بین زنده شدن به خداوند که خود زندگی است و دید زندگی را دارد با دید من‌ذهنی مجاز فرق بگذارید و دیگر مجازی نشوید. باید عواقب و آثار افسانه من‌ذهنی که این پندارکمال درست می‌کند را بدانید و ببینید، اگر شما این حالت را داشته باشید دائماً نگران هستید که نکند یک لحظه نتوانید از عقل خداوند و قضا و کُن‌فکان استفاده کنید و به جای آن از عقل مجازی و محدود استفاده کنید.

علتی بتر ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای دودلال
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

دودلال: صاحب ناز و کرشمه

وقتی شما بی‌مراد می‌شوید، باید با فضاگشایی از آن چیزی یاد بگیرید، ولی شما می‌گویید چیزی وجود ندارد که من ندانم، من فکر می‌کنم این سبب‌سازی بهترین سبب‌سازی است، اگر کار نمی‌کند تقصیر من نیست، یا دیگران نمی‌گذارند یا خدا با من دشمن است. فکرهای مجازی توهمات خودش را دارد، در وهم او ترک ادب وجود دارد، پس کسی که ناموس و پندار کمال دارد، بی‌ادب هم هست و دردهای زیادی دارد.

ما زندگی خود را خراب کرده‌ایم، مرتب یک تصویر ذهنی بزک می‌کنیم جلوی مردم می‌گذاریم. می‌گوییم ای مردم بدانید من دانشمند هستم، من می‌دانم، به من احترام بگذارید، من بزرگ هستم، خانواده ما یکی از بهترین خانواده‌ها است، رابطه من با همسر عالی است، بچه‌هایم همه موفق هستند، خود من خیلی آدم موفق هستم، خوشبخت هستم، یکی از خوشبخت‌ترین آدم‌های روی زمین هستم. ما باید آگاه شویم استاد خداوند و بزرگان هستند، پس باید بگوییم ای مولانا، ای خداوند من جاهلم، فضا را باز می‌کنم تا شما به من یاد بدهید.

از پدر آموز ای روشن‌جبین
رَبَّنَا گفتم و، ظَلَمْنَا پیش از این
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۹

جبین: پیشانی
ظَلَمْنَا: ستم کردیم

«قَالَ رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِنْ لَمْ تَعْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ.»

«آدم و حوا گفتند: پروردگارا به خود ستم کردیم و اگر بر ما آمرزش نیاوری و رحمت روا مداری، هرآینه از زیان‌کاران خواهیم بود.»

قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۲۳

خداوند اگر ما را نیامرزی و بر ما رحمت نیاوری، اگر کمک نکنی ما فضا را باز کنیم و این همانیدگی‌ها را از ما نگیری، اگر ما تا آخر عمرمان از طریق این همانیدگی‌ها و مرکز جسمی ببینیم، بدبخت خواهیم شد، از بین می‌رویم، ما آدم‌ها با من‌ذهنی همدیگر را خواهیم کشت، زمین را هم با کارهایمان داریم

خراب می‌کنیم، خودمان را هم نابود می‌کنیم، این کارهای ما همه در اثر توهم و ترک ادب در من ذهنی است.

👉 انسان ستیزه‌گر خودش را مجرم نمی‌داند، اما تا زمانی که به‌عنوان من‌ذهنی اقرار نکند که تقصیر خودش بوده، آب از چشمش جاری نمی‌شود، یعنی فضا باز نمی‌شود، به‌گریه و زاری نمی‌افتد، تسلیم نمی‌شود. گناه کردن یعنی فکر و عمل کردن برحسب همانیدگی‌ها و سبب‌سازی ذهن و بی‌ادبی ما که عبادت به‌نظر می‌آید. شما به خودتان مراجعه کنید، آیا درد پخش کردن و سبب‌سازی ذهنتان، تحمیل چیزها به دیگران را عبادت می‌دانید؟

بخش سوم - پایان قسمت اول

بخش سوم - شروع قسمت دوم

👉 این ابیات واقعاً ابزار دست ما هستند، شما باید همیشه این‌ها را بخوانید که لحظه‌به‌لحظه فضاگشایی کنید و یاد بگیرید، تا زندگی به شما پیغامش را بدهد و همیشه حاضر باشید. برای این‌که حاضر باشید نباید واکنش نشان بدهید، مانند فرشتگان بگویید نمی‌دانم تا آن علمی که خداوند با فضاگشایی در این لحظه به شما می‌دهد، دستتان را بگیرد.

قضا یعنی اراده الهی، یعنی قضاوت خداوند به‌جای قضاوت شما، گن‌فکان یعنی او می‌گوید بشو و می‌شود، در این لحظه زندگی به شما دانش و راه‌حل می‌دهد، پس با فضای گشوده‌شده دم و خرد خداوند، داروی شفابخشش به شما زندگی می‌دهد، وضعتان را درست می‌کند، دردتان را شفا می‌بخشد.

حکم حق گسترده‌تر بهر ما بساط

که بگویید از طریق انبساط

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

بساط: هر چیز گستردنی مانند فرش و سفره

چون ملایک، گوی: لَا عِلْمَ لَنَا

تا بگیرد دستِ تو عِلْمَتَنَا

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰

دم او جان دَهَدَت رُو ز نَفْحَتُ بپذیر

کارِ او کُنْ فیکون است نه موقوفِ علل

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

نَفْحَتُ: دمیدم

👉 شما تصمیم بگیرید بگویید نمی‌دانم تا اغتشاشات ذهن، شما را پریشان حال نکند، پس فضا را باز و مرکز را عدم می‌کنید و مثل حضرت آدم می‌گویید من به خودم لطمه زدم، مرکز را جسم کردم، پس عذرخواهی درواقع فضاگشایی و برگشت به این لحظه ابدی است. همین‌که فضا را باز می‌کنید مرکز عدم می‌شود، صبر و شکر به زندگی شما می‌آید. صبر یعنی شما به زمان عینی، زمان قضا و کُنْ فکان تن می‌دهید، شما می‌گویید تغییر دست او است، چقدر طول می‌کشد من نمی‌دانم، مثل من ذهنی عجله نمی‌کنید که استرس ایجاد کنید.

شکر در ذات مرکز عدم است. شما سپاس‌گزار هستید که اکنون زندگی شما عوض می‌شود، شکر می‌کنید که توانستید مرکز را عدم کنید، توانستید این چیزها را از مولانا یاد بگیرید، توانستید فضاگشایی کنید، توانستید ناظر دردها و همانندگی‌هایتان باشید، توانستید بفهمید من ذهنی دارید، پندار کمال و ناموس دارید فهمیدید این‌ها زندگی شما را خراب می‌کنند، توانستید بفهمید من ذهنی نیستید و مرتب دارید پیشرفت می‌کنید.

👉 با ادامه صبر، شکر و پرهیز، این لحظه را با پذیرش شروع می‌کنید. این‌طوری پیش بروید، پس از یک مدتی می‌بینید که شما دیگر به شادی‌های سبب‌دار من ذهنی توجه نمی‌کنید. پولتان که زیاد می‌شود شما را شاد نمی‌کند، زیاد شود یا نشود برایتان مهم نیست. قبلاً با آن همانیده بودید و این اضافه کردن حرص بود، آن حرص از شما می‌رود و چون با سبب‌سازی کار نمی‌کنید و با سبب‌سازی خوشحال نمی‌شوید، شادی بی‌سبب از ذات خودتان می‌جوشد بالا می‌آید.

پس از یک مدتی آفریننده می‌شوید. پس پذیرش، شادی، آفرینندگی، پذیرش، شادی، آفرینندگی، این یک سیکل سازنده است، حقیقت وجودی انسان است. آرام‌آرام می‌بینید که همانندگی‌ها می‌آفتند و سبب‌سازی چیرگی‌اش را به شما از دست می‌دهد، بنابراین شما به سبب‌سازی زندگی بیشتر توجه می‌کنید.

👉 شما متعهد به مرکز عدم باشید و مدتی این کار را ادامه دهید، شاید دو سه سال مدام باید متعهد باشید و هر موقع دیدید مرکزتان جسم شد، فوراً فضا را باز کنید، در روز چندین بار حواستان به خودتان باشد ناظر باشید که مرکز عدم شود. وقتی مردم از کنار شما رد می‌شوند چون من‌ذهنی دارید، روی شما اثر بد می‌گذارند و مرکزتان را جسم می‌کنند، مثلاً وقتی آدم‌های خشمگین از پهلو می‌شوند، خشم شما را که هنوز در شما هست، ممکن است بالا بیاورند و مرکزتان خشم شود، پس اگر دیدید دارید خشمگین می‌شوید، دوباره فضا را باز کنید. این کار باید متعهدانه ادامه پیدا کند، چون من‌های ذهنی با قرین شدن با شما روی شما اثر بد می‌گذارند، ولی شما مرکزتان را عدم کرده و خودتان را آزاد می‌کنید.

👉 زندگی می‌خواهد تمام انسان‌ها فقط لطف، مهر، شادی و هر چیزی که عشق است را تجربه کنند، پس هر وقت ما خشمگین و حسود می‌شویم، می‌ترسیم و هیجانات من‌ذهنی را بالا می‌آوریم، هر موقع ما نمی‌گذاریم زندگی مرکز ما را در اختیار بگیرد، از طریق ما فکر و عمل کند، این‌ها همه در پیش خداوند بی‌ادبی حساب می‌شود، و با خواندن کتاب این بی‌ادبی‌ها درست نمی‌شود.

خَرَد نداند و حیران شود ز مذهبِ عشق
اگرچه واقف باشد ز جمله مذهب‌ها
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۲

👉 عقل ما می‌خواهد با سبب‌سازی در ذهن به صورت مفهوم بفهمد اما نمی‌تواند، مثلاً می‌گوییم یک فضای گشوده شده هست، دین ما آن است، باید خدا را ببینیم، باید به او زنده شویم، باید او از طریق ما فکر و عمل کند، من‌ذهنی این‌ها را نمی‌فهمد، یعنی خدا را نمی‌شناسد، اما حیران می‌شود که کارها چطور انجام می‌شوند و این حیرانی خوب است، اگر واقعاً حیران شود.

👉 خداوند همیشه در این لحظه است، وقتی می‌آییم در این لحظه ابدی زنده می‌شویم، با او یکی می‌شویم و از این آب حیات می‌چشیم، در این صورت آن آب لذت‌بخشی که از مشرب‌ها، مذهب‌ها و مکاتب ذهنی می‌آید، یا از ذهنمان می‌آید، دیگر آن را نمی‌پذیریم، آن آب از رونق می‌افتد. همه ما بالقوه خُضِرْدَل هستیم، باید به خداوند برسیم. انسان عاشق بین من‌های ذهنی کاملاً مشخص است.

خُضِرْدَلِ که ز آبِ حیاتِ عشق چشید
کساد شد بر آن کس، ز لالِ مَشْرَب‌ها
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۲

مَشْرَب: جای آب خوردن، آب‌شخور، چشمه

بخش سوم - پایان قسمت دوم

بخش سوم - شروع قسمت سوم

👉 ما به‌عنوان من‌ذهنی، در مقابل خداوند ادب را رها می‌کنیم و فکر می‌کنیم این رفتارهایی که با من‌ذهنی و سبب‌سازی داریم، این‌ها ادب هستند! مثلاً شما می‌گویید پولم زیاد شده، یادتان می‌افتد چقدر موفق هستید، یک شرابی از آن پولتان می‌گیرید، یا خودتان را با یک شخص دیگر مقایسه می‌کنید، او را تحقیر می‌کنید، از این تحقیر کردن لذت می‌برید، در واقع همه چیزهای خوش‌آیندی که من‌ذهنی به ما می‌دهد و آن‌ها را خیلی دوست داریم، خودمان را بالا می‌آوریم، می‌گوییم ما برتر هستیم و دائماً درصدِ اثبات برتری خودمان هستیم، این‌ها همه در برابر خداوند بی‌ادبی است.

👉 مولانا که این‌همه دانش به این جهان آورده، اگر از او بابت این آموزش‌ها تشکر کنند، می‌گوید من که کاری نکردم از خداوند تشکر کنید که این ابیات را از طریق من گفته‌است، اما یک من‌ذهنی چهارتا ساختمان می‌سازد می‌گوید تمام زندگی‌تان را مدیون من هستید، اگر من نبودم شما بدبخت می‌شدید.

👉 شما هر موقع از حمایت، تأیید و توجه مردم بی‌نیاز می‌شوید، دارید به زندگی زنده می‌شوید؛ این‌ها معیار است. اما اگر گرسنه این هستید که چندتا مرید داشته باشید، چند نفر به حرف شما گوش بدهند، واقعاً در سطح پایین هستید. اگر افتخار می‌کنید یک کلاس بزرگی دارم، از جنس عشق نیستید، مولانا دنبال مشتری نمی‌گردد. مولانا در این فکر است که چقدر می‌توانم خلاقیت داشته باشم؟ این لحظه به خداوند وصل هستم یا نه؟! زندگی از طریق من چقدر می‌آفریند؟

👉 وقتی مرکز شما پر از همانیدگی است، باز هم همانیدگی‌های بیشتری می‌خواهید، حرص دارید و سیر هم نمی‌شوید. جان ما اکنون جانِ ذهنی است. کسانی که در چالشِ طمع، حرص و شهوت چیزها هستند، فقط با فضاگشایی و یکی شدنِ هشیارانهٔ مجدد با خداوند است که می‌توانند از طمع چیزها و خواسته‌های روان‌شناختی رها شده، صمد و بی‌نیاز شوند.

👉 به «آلست» زنده شدنِ ما، یعنی نه‌تنها به وحدت با خداوند می‌رسیم، به بی‌نیازی خداوند هم که در ذات ما است، می‌رسیم. ذات ما برای شاد بودن، برای خوشبخت بودن احتیاج به چیزی ندارد. ما برای این‌که روی پای خودمان بایستیم، به چیز ذهنی نیاز نداریم، همان‌طور که خداوند ندارد.

👉 فرازِ نخلِ جهان، پخته‌ای نمی‌یابم

که گند شد همه دندانم از مُدَّئِب‌ها

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۲

مُدَّئِب: ستارهٔ دنباله‌دار، در این‌جا به معنی میوهٔ کال و نارسیده است.

مولانا از زبان زندگی می‌گوید «فرازِ نخلِ جهان» من آدمِ بالغی را پیدا نمی‌کنم که بیاید به این آموزش‌ها گوش بدهد و به زندگی وصل شود، نخواهد با سبب‌سازی ذهنی، با علت و معلول کردن براساس باورهای پوسیده، جهان را درست کند. این جهان به وسیلهٔ «قضا و کُنْ فَکَانَ» با آفرینندگی، درحالی‌که همهٔ ما به عشق، به زندگی زنده هستیم و خودمان را در دیگران می‌بینیم، آباد می‌شود و اگر کسی به عشق زنده نیست، پس بالغ نیست، به همین دلیل است که ما جهان را به جنگ و خرابی کشیده‌ایم.

بخش سوم - پایان قسمت سوم

بخش چهارم_شروع قسمت اول

هزار گونه ادب، جان ز عشق آموزد

که آن ادب نتوان یافتن ز مکتبها

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۲

👉 ما به صورت هشیاری حضور در هر لحظه ادب را از عشق یاد می‌گیریم، نمی‌توانیم با مدرسه رفتن یا کتاب خواندن این ادب‌های زندگی را در خودمان جاری کنیم. این‌که انسان زیبایی خداوند را در درونش جست‌وجو نکند و آن را در بیرون منعکس نکند، این بی‌ادبی است. ما زیبایی‌ها را در درون نمی‌بینیم، بلکه دردها را می‌بینیم، زشتی‌ها را می‌بینیم، این عین بی‌ادبی است.

👉 خداوند دائماً خودش است، ما هم امتداد او هستیم، بنابراین اگر از جنس خداوند شویم، دائماً می‌خواهیم خودمان باشیم، اما اگر همانیده شویم، از جنس دیگر می‌شویم. اگر شما همانیده شوید، بگویید این همانیدگی نباشد من نمی‌توانم زندگی کنم، پس شما یک من‌ذهنی دارید، چسبیده‌اید به یک چیز دیگر یا به یک آدم دیگر، درواقع آن آدم را آورده‌اید مرکزتان با او همانیده شدید، می‌خواهید از مفرد بودن، تنها بودن دربیایید. در حالتی که من‌ذهنی دارید عاشق نیستید. کسی که از تنهایی می‌ترسد، از مرکب بودن هم می‌ترسد. آدم‌های تنها می‌خواهند با یکی در پیوند باشند، چون می‌ترسند. چرا می‌ترسند؟ برای این‌که مرکزشان دائماً سقوط می‌کند، فرومی‌ریزد، چون مرکزشان آفل است، چیزهای گذرا است.

مرغِ خویشی، صیدِ خویشی، دامِ خویش

صدرِ خویشی، فرشِ خویشی، بامِ خویش

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۷

👉 ما اگر مثل آفتاب باشیم، تنها شاد باشیم، با یکی دیگر هم شاد هستیم، اگر به تنهایی شاد نباشیم، درد داشته باشیم، با یکی دیگر بدتر می‌شویم، چون می‌خواهیم شادی را از او بگیریم، او هم نمی‌تواند

بدهد، پس او را مسئول ناشادی خودمان معرفی می‌کنیم و دائماً به او چسبیده‌ایم، ترس جدایی داریم، اما اگر به تنهایی ما زنده به زندگی بودیم، به زندگی ارتعاش می‌کردیم، آن شخص هم حتماً به زندگی ارتعاش می‌کرد. هر دو به زندگی ارتعاش می‌کردیم، دیگر ترس جدایی را نداشتیم.

این بی‌ادبی است که ما من‌ذهنی داشته باشیم، با یکی دیگر مرکب شویم، یعنی ازدواج کنیم یا با هم زندگی کنیم. زیرا دردمان، تنهایی‌مان و ترسمان را پیش او می‌بریم و انتظار داریم همه را از بین ببرد.

همه ما بالقوه عاشق هستیم و این‌که به او زنده نمی‌شویم و هنوز من‌ذهنی داریم، این بی‌ادبی است. عنایت خداوند، ما را از میان جان‌ها انتخاب کرده، ما از جان‌های مختلف جمادی، نباتی، حیوانی و من‌ذهنی گذشته‌ایم. این عنایت زندگی است که ما را انتخاب و از سبب‌های ذهنی آزاد کرده است.

عنایتش بگزیده‌ست از پی جان‌ها
مُسَبَّبش بخریده‌ست از مُسَبَّب‌ها
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۲

مُسَبَّب: سبب‌ساز

مُسَبَّب: سبب

اگر اجازه نمی‌دهید خداوند شما را از سبب‌های ذهنی بخرد، این بی‌ادبی است. شما سبب‌سازی و علت و معلول کردید، جلوی «قضا و کُنْ فکان» درآمدید، صنع را به هم ریختید. با فکر کردن خشمگین می‌شوید، می‌رنجید، صلح می‌کنید، جنگ می‌کنید! با یک فکر خجالت می‌کشید، با یک فکر افتخار می‌کنید و آبرو پیدا می‌کنید، این کار من‌ذهنی است.

بَر خیالی صلحشان و جنگشان
وز خیالی فخرشان و ننگشان
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۱

📖 شما از خودتان سؤال کنید، آیا من با پر عشق، یعنی فضاگشایی، از این هوای نفسم می‌پریم؟ آیا فضا را باز می‌کنم به آسمان می‌روم؟ آیا مثل خورشید تنها می‌روم؟ یا چون با من ذهنی به دیگران چسبیده‌ام می‌گویم بقیه هم بیایند؟ آیا به تنهایی می‌ترسم؟ با دیگران هم که هستم، می‌ترسم؟ اصلاً عنایت خداوند را می‌بینم که مرا انتخاب کرده؟ مسبب را که من را از سبب‌ها خریده، می‌بینم؟ اگر این‌ها را شما ندانید، بی‌ادب هستید.

بخش چهارم-پایان قسمت اول

بخش چهارم-شروع قسمت دوم

📖 ما بارها این نظم و ترتیب زندگی‌مان را به پارک ذهنی که چیده‌ایم تشبیه کردیم، این نظم پارک باید به هم بریزد، نظم جنگل برقرار شود. کسی که فضا را باز کرده، با زندگی یکی شده، خورشید زندگی از مرکزش طلوع کرده و به تمام چهار بُعدش می‌تابد، زندگی ارتعاش می‌کند و ارتعاشش به کائنات می‌رود؛ این درون در بیرون منعکس می‌شود و همه چیز زیبا می‌شود، اگر کسی زیبایی را در بیرون جست‌وجو می‌کند و درونش را رها کرده، یعنی منقبض شده، محتاج زیبایی‌های بیرون شده، این بی‌ادبی است.

زهی جهان و زهی نظم نادر و ترتیب

هزار شور درافکند در مرتب‌ها

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۲

📖 زندگی مرتب نظم و ترتیب‌های ما را به هم می‌ریزد، می‌گوید بین کار نمی‌کند. مرتب ما را مایوس و ناکام می‌کند، تا به ما ثابت کند که شما باید نظم نادر و شگفت‌انگیز عشق را بگیرید، نه نظم من‌ذهنی را.

ما نظم من‌ذهنی خودمان را به دیگران تحمیل می‌کنیم، می‌گوییم شما هم مثل ما زندگی کنید، درحالی‌که خداوند می‌خواهد نظم ما را به هم بریزد، نظم من‌ذهنی عشق نیست. هر کسی نظم عشق داشته باشد، نظم خودش را به دیگران تحمیل نمی‌کند. تحمیل نظم خود به دیگران هم بی‌ادبی است.

هر موقع ما نمی‌دانیم چگونه شکر کنیم، یعنی آن قدر شکرگزار هستیم که اصلاً راه شکر کردن را بلد نیستیم، می‌گوییم چطور می‌شود در مقابل این همه لطف شکر کنیم؟! آدم حیران می‌شود، عقلش را گم می‌کند، هیچ کلمه‌ای، هیچ جمله‌ای پیدا نمی‌کند که لایق شکر مولانا باشد و بالاتر از آن لایق شکر خداوند باشد که ما را انتخاب کرده که در ما به خودش زنده شود. پس هر وقت تماماً شکر بودیم از جنس عشق، از جنس خداوند شده‌ایم.

همه مذهب‌ها را ذهنی مطالعه کنیم، زندگی را نمی‌فهمیم. عقل من ذهنی نمی‌فهمد وقتی «قضا و کُنْ فُکَانَ» به کار می‌افتد این یک آفرینش جدیدی است که من ذهنی این کار را نمی‌تواند انجام دهد. این «بشو و می‌شود» زندگی یک موضوع دیگری است که خارج از سبب‌سازی ذهن است. خرد این را نمی‌فهمد، حیران می‌شود. وقتی حیران می‌شویم، واقعاً از این حیرانی باید استفاده کنیم برای بیدار شدن.

خرد نداند و حیران شود ز مذهبِ عشق
اگرچه واقف باشد ز جمله مذهب‌ها
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۲

در صورتی که من فضا را باز کنم، بگویم اکنون فضاگشایی مهم‌تر از آوردن چیز ذهنی به مرکز است، این ادب است، با رضا و خرسندی و شکر می‌روم، پس فهمیده‌ام که عقل من ذهنی به دردم نمی‌خورد، نمی‌خواهم تنبیه شوم، بدنم، روابطم، فکرهایم خراب شود و بعد از آن بروم.

إِثْتِيَا كَرْهًا مَهَارِ عَاقِلَانَ
إِثْتِيَا طَوْعًا بَهَارِ بِي دِلَانَ
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۲

«از روی کراهت و بی‌میلی بیایید، افسار عاقلان است، اما از روی رضا و خرسندی بیایید، بهار عاشقان است.»

📖 ما اکنون متوجه هستیم که این من‌ذهنی یک جسم مجازی است، زمانی که تغییرات من‌ذهنی را اندازه می‌گیرد، آن هم زمان مجازی است.

زمان عینی، زمان زنده این لحظه خداوند است، اکنون آخر زمان روان‌شناختی است، یعنی شما زمان روان‌شناختی را برای خودتان پایان دهید، ذهن را ساکت کنید، از سبب‌سازی بیرون بیایید، خداوند برای شما طرب‌سازی کرده است.

فضای گشوده‌شده باطن شما، جدی است، ظاهر شما هرچه اتفاق می‌افتد، و ذهن نشان می‌دهد این بازی است و اگر شما این دید را داشته باشید، در این صورت شما عاشقی هستید که به این ترتیب خداوند من‌ذهنی شما را می‌کشد.

یار در آخر زمان کرد طرب‌سازی‌ای
باطن او جدّ جدّ، ظاهر او بازی‌ای

جمله عشاق را یار بدین علم گشت
تا نگند هان و هان، جهل تو طنازی‌ای
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳

📖 وقتی من‌ذهنی داریم، وسوسه و شوق چرخیدن حول همانیدگی‌ها را داریم. ذهن چیزی را که با آن همانیده می‌شود، برایش مهم است، دائماً در فکر آن چیز است. وقتی این چیزهای مهم زیاد شوند، از این فکر به آن فکر می‌پرد.

برای رهایی از این کار فقط باید فضاگشایی کنیم، اگر من‌ذهنی بخواهد با سبب‌سازی جلوی وسواس را بگیرد، وسواس بدتر می‌شود. مولانا می‌گوید پوزبند وسوسه فقط عشق، یعنی زنده شدن به خداوند است.

پوزبند وسوسه عشق است و بس
ورنه گی وسواس را بسته‌ست گس؟
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۳۰

بخش چهارم-پایان قسمت دوم