

## 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



خلاصه ابیات غزل برنامه ۹۷۲، گنج حضور، پرویز شهبازی  
متن ابیات غزل اصلی

ای وصلِ تو آبِ زندگانی  
تدبیرِ خلاصِ ما تو دانی

از دیده برون مشو، که نوری  
وز سینه جدا مشو، که جانی

آن دم که نهان شوی ز چشمم  
می‌نالد جانِ من نهانی

من خود چه کسم که وصل جویم؟  
از لطف، توأم همی‌کشانی

ای دل، تو مرو سویِ خرابات  
هرچند قلندرِ جهانی

کآنجا همه پاک‌باز باشند  
ترسم که تو کم زنی، بمانی

ور زآن‌که روی، مرو تو با خویش  
درپوش نشانِ بی‌نشانی

مانند سپرِ میپوش سینه  
گر عاشقِ تیرِ آن کمانی

پرسید یکی که عاشقی چیست؟  
گفتم که مپرس از این معانی

آن‌گه که چو من شوی ببینی  
آن‌گه که بخواندَت، بخوانی

مردانه در آ، چو شیرمردی  
دل را چو زنان چه می‌طیانی؟

ای از رخِ گل‌رُخانِ غیبت  
گشته رخِ سرخِ زعفرانی

ای از هوسِ بهارِ حُسنت  
در هر نَفَسِ دمِ خزانی

ای آن‌که تو باغ و بوستان را  
از جورِ خزانِ همی‌رهانی

ای داده تو گوشت‌پاره‌ای را  
در گفت و شنود ترجمانی

ای داده زبانِ انبیا را  
با سِرِّ قدیمِ هم‌زبانی

ای داده روانِ اولیا را  
در مرگِ حیاتِ جاودانی

ای داده تو عقلِ بدگمان را  
بر بامِ دِماغ، پاسبانی

ای آنکه تو هر شبی ز خلقان  
این پنج چراغ می‌ستانی

ای داده تو چشمِ گل‌رخان را  
مخموری و سحر و دل‌ستانی

ای داده دو قطره خونِ دل را  
اندیشه و فکر و خُرده‌دانی

ای داده تو عشق را به قدرت  
مردی و نری و پهلوانی

این بود نصیحتِ سنایی  
جان باز، چو طالبِ عیانی

شمسِ تبریز، نورِ محضی  
زیرا که چراغِ آسمانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

## ای وصل تو آب زندگانی تدبیر خلاص ما تو دانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

### ای وصل تو آب زندگانی:

[مولانا به نمایندگی از طرف هر انسانی رو به زندگی می‌کند و می‌گوید:] خداوندا، وصل، پیوستن، یکی شدن با تو و خلاص شدن از من‌ذهنی که بین ما و تو جدایی انداخته، آب حیات و آب زندگانی‌ست. آن آبی که با من‌ذهنی از جهان می‌گیریم به‌صورت تأیید و توجه و خوشی گرفتن از همانیدگی‌ها آب زندگی نیست.

### تدبیر خلاص ما تو دانی:

عقل و تدبیری که راه خلاص شدن ما از من‌ذهنی را می‌داند دست‌توست. ما با عقل من‌ذهنی نمی‌دانیم چگونه باید از تله همانیدگی‌ها رها شویم و با تو به وصل و وحدت مجدد برسیم.

## از دیده برون مشو، که نوری وز سینه جدا مشو، که جانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

### از دیده برون مشو، که نوری:

خداوندا، همین‌که مرکز عدم شد و تو به مرکز من قدم گذاشتی دیگر از دیده من بیرون مشو که نور، دید خوب و درست و هشیاری نظر تو هستی. یعنی من می‌خواهم همیشه فضای درونم گشوده باشد و فقط به‌وسیله تو ببینم دیگر نمی‌خواهم به‌وسیله اجسام و از پشت عینک همانیدگی‌ها ببینم.

### وز سینه جدا مشو، که جانی:

از مرکز من بیرون مرو، برای همین مقاومت‌م را صفر می‌کنم و تدبیر من‌ذهنی را به‌کار نمی‌برم، زیرا تو جان من هستی. همان جانی که از فضای گشوده‌شده و مرکز عدم می‌آید نه آن جان‌ذهنی که از مرکز همانیده‌ام می‌آمد.

## آن دم که نهان شوی ز چشمم می‌نالد جان من نهانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

### آن دم که نهان شوی ز چشمم:

حال که فضای درونم گشوده شده‌است، به محض این‌که مرکز جسم شود و تو از چشمان هشیاری من پنهان شوی، من می‌فهمم؛ چون من در آن لحظه اتصال با تو و در فضای گشوده‌شده، دیگر حال ذهنی ندارم، حال من حال توست، زنده‌ام و حس ریشه‌داری می‌کنم.

### می‌نالد جان من نهانی:

همین‌که از جنس نازندگی و من‌ذهنی می‌شوم جان اصلی من در نهان خود می‌نالد و آرزوی یکی شدن مجدد با تو را دارد.

## من خود چه کسم که وصل جویم؟ از لطف، توأم همی‌کشانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

### من خود چه کسم که وصل جویم؟:

خداوندا، من به‌عنوان من‌ذهنی چه کسی هستم که در جست‌وجوی وصل تو باشم؟

### از لطف، توأم همی‌کشانی:

تو مرا از لطف و رحمت و عنایت لحظه‌به‌لحظه خودت که در فضای گشوده‌شده از آن بهره‌مند می‌شوم، به‌سوی خودت می‌کشانی. من با من‌ذهنی نمی‌توانم خودم را به تو برسانم، این لحظه صفر می‌شوم تا تو مرا بکشانی و با خود به فضای یکتایی ببری.

### **نکته:**

این نشان می‌دهد که دخالت ما در زنده شدن به خداوند منجر به خرابکاری می‌شود. ما نباید به جمع توجه کرده و از آن‌ها تقلید کنیم زیرا اکثریت مردم جهان به دانش مولانا و خرد زندگی عمل نمی‌کنند، با من‌ذهنی خود وصل خداوند را می‌جویند. تمام اعمالی که با من‌ذهنی انجام می‌دهیم، فکریایی که می‌کنیم و حتی کتاب‌هایی که می‌نویسیم به ضرر ماست.

## ای دل، تو مرو سوی خرابات

### هرچند قلندر جهانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

قلندر: صوفی، انسان زنده به حضور

«خرابات» اشاره به فضای گشوده شده است. مولانا هم نوعی خرابات است ازین جهت که قوانین همانندگی‌ها و پارک من‌ذهنی ما را به هم ریخته و ابزار کنترل زندگی‌مان را بیکار می‌کند.

### ای دل، تو مرو سوی خرابات:

ای دل، تنهایی، بدون هدایت و خرد زندگی و مولانا، با من‌ذهنی به‌سوی فضای گشوده شده نرو. به‌وسیله عقل من‌ذهنی در باز کردن فضای درونت تلاش نکن.

### هرچند قلندر جهانی:

هرچند در تصورات خودت و در پندار کمال یا طبق آنچه مردم می‌گویند تو آزاده‌ترین انسان در جهان باشی.

#### نکته ۱:

یکی از نکات مهمی که باید بدانیم اینست که نباید به تأیید و توجه مردم اهمیت دهیم. به محض این‌که کمی حالمان خوب می‌شود و کمی حضور پیدا می‌کنیم دیگران به ما می‌گویند که استاد و قلندر جهان هستیم اما واقعیت اینست که نیستیم.

#### نکته ۲:

باید این مطلب را به خود تلقین کنیم که اگر من به‌سوی خرابات مولانا می‌روم و می‌خواهم ابیات و آموزش او من‌ذهنی مرا خراب کند، دیگر عقلی از خودم ندارم که از آن در این کار استفاده کنم، از آموزش مولانا انتقاد نمی‌کنم و اشکال نمی‌گیرم، قضاوتی ندارم و درست و غلط نمی‌کنم و آن را با تمام وجود در حالت تعظیم و تسلیم کامل، می‌پذیرم.

## کآنجا همه پاک‌باز باشند

### ترسم که تو کم‌زنی، بمانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

کم‌زدن: عجز آوردن، تواضع نشان دادن

### کآنجا همه پاک‌باز باشند:



از آن رو که در فضای گشوده شده هر انسانی که با خدا یکی شده مانند حافظ و مولانا، وارسته شده و تمام همانیدگی‌های خود را باخته و انداخته است.

ترسم که تو کم زنی، بمانی:

ای دل من، می‌ترسم که تو پیش آن‌ها کم بیاوری، قضاوت کنی، به سبب‌سازی ذهن بروی و درمانده شوی. حرف‌هایی بزنی و رفتارهای ناهنجاری انجام دهی که از قضا و کن‌فکانِ الهی نمی‌آیند.

**ور زآن‌که روی، مرو تو با خویش**

**درپوش نشان بی‌نشانی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

«نشان بی‌نشانی» اشاره به عدم، فضای گشوده شده و بی‌منی دارد.

ور زآن‌که روی، مرو تو با خویش:

و اگر به هر خراباتی می‌روی و فضا را باز می‌کنی، من ذهنی‌ات را با خودت نبر.

درپوش نشان بی‌نشانی:

نشان بی‌نشانی، بی‌منی و عدم را بپوش و بگو نمی‌دانم.

**نکته:**

اشتباه ما اینست که فضا را باز نمی‌کنیم و به سبب‌سازی ذهن برای تصمیم‌گیری و تشخیص بیشتر اعتماد و اعتقاد داریم تا به صنع خداوند در این لحظه.

**مانند سپر میپوش سینه**

**گر عاشق تیر آن کمانی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

«پوشیدن سپر» کنایه از آماده شدن برای جنگ، ستیزه و در آخر مقاومت کردن در برابر اتفاق این لحظه است.

مانند سپر میپوش سینه:

در این لحظه فضاگشایی کن و مانند سپر مقاومت نکن.

گر عاشق تیر آن کمانی:

اگر عاشق تیر ره‌اشده از کمان خداوند و از پایگاه قضا و کن‌فکان هستی. او ازین پایگاه تیری

می‌اندازد و یکی از همانیدگی‌های تو را نشانه می‌گیرد و بی‌مرادت می‌کند، تو فضا را در اطراف آن باز کن و پیغامش را بگیر.

## پرسید یکی که عاشقی چیست؟ گفتم که می‌پرس از این معانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

### پرسید یکی که عاشقی چیست؟:

کسی که من‌ذهنی داشت پرسید که خداوند، عاشقی و وحدت با خداوند چیست و چگونه است؟  
گفتم که می‌پرس از این معانی:

به او گفتم این سؤال را نپرس، کسی پاسخ آن را نمی‌داند و طرح آن عین مانعی‌ست که ذهن می‌سازد. زیرا به توصیف ذهنی آن و ماندن در ذهن قناعت می‌کنی.

**نکته:**

گاهی ما چیزی را به کلمه درمی‌آوریم و ذهن فکر می‌کند که آن را شناخته‌است. مثل «عدم» که ذهن آن را به «تهی» معنی و تعبیر می‌کند. گویی با معنی کردن آن را شناخته، اما عدم را ما زمانی می‌شناسیم که در مرکزمان ایجاد شود. به‌طور کل هر سؤالی در این راه مانع‌سازی ذهن است. به‌جای آن باید ابیات مولانا را تکرار کنیم و به‌جای دنبال پاسخ ذهنی بودن، صبر کنیم تا جواب از درون به ما داده شود.

## آن‌گه که چو من شوی ببینی آن‌گه که بخواندَت، بخوانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

### آن‌گه که چو من شوی ببینی:

هر موقع مانند مولانا، انسان عاشق و از جنس زندگی شوی و فضا را باز کنی خودت می‌بینی.

### آن‌گه که بخواندَت، بخوانی:

آن زمان که زندگی تو را بخواند، خودت را من‌ذهنی و این بافت ذهنی ندانی و چیزی را به مرکزت نیاوری تو هم می‌توانی خود اصلیات را بخوانی.

## مردانه در آ، چو شیرمردی دل را چو زنان چه می‌طپانی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

طپاندن: مضطرب کردن، ترساندن

مردانه در آ، چو شیرمردی:

ای انسان، شجاعانه و بدون هیچ ترسی فضا را باز کن و از جا برخیز، مسئولیت هشیاری خود را در این لحظه بر عهده بگیر و براساس ذهن و همانندگی‌ها برای خودت درد ایجاد نکن.

دل را چو زنان چه می‌طپانی؟:

چرا مرکزت را نگران می‌کنی و می‌ترسانی؟

## ای از رخ گل‌رخانِ غیبت گشته رخ سرخ زعفرانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

«گل‌رخانِ غیبی» منظور انسان‌های وارسته و به زندگی زنده‌شده هستند.

ای از رخ گل‌رخانِ غیبت:

ای زندگی، از قرین شدن با بزرگان و انسان‌هایی که با تو یکی شده‌اند، تسلیم شدن در هنگام بی‌مرادی‌ها و گرفتن پیغام آن...

گشته رخ سرخ زعفرانی:

رخ سرخ من‌ذهنی می‌رود و روی زعفرانی عشق در ما بالا می‌آید. همان روی زندگی و فضای گشوده‌شده که نور از آن عبور می‌کند و هیچ مقاومتی درمقابل آن ندارد.

**نکته:**

توجه کنید من‌ذهنی به این ابیات و به گل‌رخانِ غیبی توجه نمی‌کند؛ زیرا می‌گوید می‌دانم.

## ای از هوسِ بهارِ حُسنت در هر نفسِ دمِ خزانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

ای از هوسِ بهارِ حُسنت:

خداوندا، وقتی فضای درونم باز شود بهار زیبایی‌های تو در دل من شکوفا شده و گل سرخ

حضور من و زنده شدن به تو باز می‌شود.

در هر تقسیم دمِ خزانی:

در هر لحظه دردهای من رو به افول گذاشته، من‌ذهنی‌ام پژمرده و خزان شده و من اصلی‌ام شکفته می‌شود.

**ای آن‌که تو باغ و بوستان را**

**از جورِ خزان همی‌رهانی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

ای آن‌که تو باغ و بوستان را:

ای خداوندی که باغ و بوستان مادی و معنوی مرا در اثر فضاگشایی و انعکاس آن در درون و بیرونم...

از جورِ خزان همی‌رهانی:

از اثر مخرب من‌های ذهنی اطرافم که به درد ارتعاش می‌کنند محفوظ نگه می‌داری و می‌رهانی.  
**نکته:**

درحقیقت ما در این ابیات اقرار می‌کنیم به این‌که با من‌ذهنی و سبب‌سازی ذهن خود نمی‌توانیم روی سرخ من‌ذهنی را زعفرانی کرده و روی عشق خود را بالا آوریم و یا نمی‌توانیم شکوفایی و بهار زندگی را تجربه کنیم؛ من‌ذهنی خزان است و به‌سوی زمستان می‌رود. با آن نمی‌شود باغ و بوستان زندگی‌مان را از تأثیر قرین و من‌های ذهنی دیگر محفوظ نگه داشت. مردم به‌وسیله من‌ذهنی خودمان ما را بیچاره می‌کنند.

**ای داده تو گوشت‌پاره‌ای را**

**در گفت و شنود ترجمانی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

«گوشت‌پاره» منظور همین تن یا زبان ماست.

ای داده تو گوشت‌پاره‌ای را:

ای خداوندی که به بدن ما و مشخصاً به گوش و زبان ما

در گفت و شنود ترجمانی:

در سخن گفتن و شنیدن توانایی درک و بیان مفاهیم معنوی و قدرت تفسیر و تحلیل می‌دهی.

درحقیقت عدم، سکوت و آن جنسیت اصلی در ماست که زبان را به حرف زدن وامی‌دارد.

### ای داده زبان انبیا را

### با سرّ قدیم هم‌زبانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

#### ای داده زبان انبیا را:

ای کسی که از طریق زبان انبیا

#### با سرّ قدیم هم‌زبانی:

سرّ قدیم و اسرار خودت را بیان می‌کنی. یعنی پیغمبران توانسته‌اند ذهن خود را ساکت کنند، به تو گوش بدهند، از تو پیغام را بشنوند و تو هم توانستی از طریق آنها خودت را بیان کنی.

### ای داده روان اولیا را

### در مرگ حیات جاودانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

«اولیا» کسانی هستند که نسبت به من‌ذهنی می‌میرند و من‌ذهنی ندارند.

#### ای داده روان اولیا را:

ای خداوندی که به جان انسان‌های زنده به حضور...

#### در مرگ حیات جاودانی:

در مردن نسبت به من‌ذهنی‌شان حیات و زندگی جاودانه بخشیده‌ای. من‌ذهنی آنها صفر شده، به این لحظه ابدی آمده‌اند، جاودانه شده و به بی‌نهایت تو زنده شده‌اند.

### ای داده تو عقل بدگمان را

### بر بام دماغ، پاسبانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

دماغ: مغز

«عقل بدگمان» همان عقل من‌ذهنی‌ست.

«بدگمان» یعنی بداندیش، برحسب همانیدگی اندیشیدن و مرکز جسمی داشتن.

#### ای داده تو عقل بدگمان را:

ای خداوندی که عقل بداندیش من ذهنی را که بر حسب همانیدگی‌ها می‌اندیشد...

بر بام دماغ، پاسبانی:

تبدیل به حضور ناظر می‌کنی. به طوری که ذهن هر کاری کند حضور ناظر از بالا آن را می‌بیند و مراقب اوست و آن را به حال خود رها نمی‌کند. خداوندا، تو می‌توانی کاری کنی که من چیزهایی را که ذهنم نشان می‌دهد به مرکزم نیاورم، دائماً مرکزم عدم باشد، در این حالت می‌توانم حضور ناظر بوده و بر بام ذهن خود پاسبان باشم تا من ذهنی دست از پا خطا نکند. این را هم می‌دانم که من ذهنی من قطعاً خودش با سبب‌سازی ذهن قادر به انجام چنین کاری نیست.

ای آن‌که تو هر شبی ز خلقان

این پنج چراغ می‌ستانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

پنج چراغ: پنج حس ظاهر

«هر شبی ز خلقان» می‌تواند به هر انسانی اشاره داشته باشد که در ذهن خفته‌است.

ای آن‌که تو هر شبی ز خلقان:

ای خداوندی که شب هنگام خواب از مخلوقات خود...

این پنج چراغ می‌ستانی:

این پنج حس ظاهری را می‌گیری. به عبارت دیگر تو هستی که در شب و خواب همانیدگی‌ها پنج حس و ذهن غلط‌بین انسان‌ها را می‌ستانی و سپس آن‌ها را از خواب ذهن بیدار می‌کنی. سبب‌سازی ذهن نمی‌تواند انسان را بیدار کند بلکه بدتر او را به خواب ذهن فرو می‌برد.

ای داده تو چشم گل‌رخان را

مخموری و سحر و دل‌ستانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

مخموری: مستی

«گل‌رخان» انسان‌های زنده به حضور هستند.

ای داده تو چشم گل‌رخان را:

ای زندگی تو چشم انسان‌های زنده به حضور و از جنس خدا را

مخموری و سحر و دل‌ستانی:

مست شراب خود کرده‌ای، آن‌ها می‌توانند انسان‌های دیگر را سحر کنند، سحری حلال که سحر بد من‌ذهنی را باطل می‌کند. آن‌ها دلستان‌اند، دل اصلی انسان‌ها را آزاد کرده و جذب می‌کنند.

**نکته:**

آیا گل‌رُخان، انسان‌های مثل مولانا، به وسیله من‌ذهنی به آن‌جا رسیده‌اند؟ آیا ما می‌توانیم با سبب‌سازی ذهنمان گل‌رُخ و از جنس عدم شویم؟  
خداوند مست خویش است، ما هم وقتی هشیارانه از جنس او هستیم مست خودمان هستیم، مست آن چیزی که ذهنمان در بیرون نشان می‌دهد نیستیم. وقتی یک چیز بیرونی به مرکز ما می‌آید، برحسب آن مست جهان می‌شویم و وقتی مرکزمان عدم است، مست به خدا هستیم و سحر حلال می‌کنیم؛ زیرا ارتعاش بیدارکنندگی داریم.

### ای داده دو قطره خون دل را اندیشه و فکر و خُرده‌دانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

خُرده‌دانی: نکته‌دانی، ایرادگیری

«خون دل» می‌تواند در این‌جا درد هشیارانه باشد.

ای داده دو قطره خون دل را:

ای خداوند، اگر ما دو قطره خون دل بخوریم یا کمی درد هشیارانه بکشیم و کمی صبر هشیارانه کنیم...

اندیشه و فکر و خُرده‌دانی:

تو به ما اندیشه نیک، فکر خلاق و سازنده و ریزبینی و نکته‌سنجی مرکز عدم را می‌دهی. پاسبان ذهنمان می‌شویم قوه تمییز پیدا می‌کنیم و می‌فهمیم چه چیزی برای ما خوب است و چه چیزی بد.

### ای داده تو عشق را به قدرت

### مردی و نری و پهلوانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

ای داده تو عشق را به قدرت:

ای خداوندی که به عشق و انسان عاشق قدرت دادی...  
مردی و نری و پهلوانی:

به او شجاعت، دلاوری، انسانیت و پهلوانی بخشیدی.  
**نکته:**

اگر ما به همه این مواردی که مولانا در این غزل گفت، عمل کنیم به وصال می‌رسیم، عاشق می‌شویم و عشق در ما شروع به کار می‌کند. با قدرت تمام از این‌که همانندگی خود را بیندازیم، راستین باشیم و زیر بار اشتباهات خود برویم، نمی‌ترسیم.

### این بود نصیحت سنایی جان باز، چو طالب عیانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

عیان: به چشم ظاهر دیدن، یقین در دیدار، آشکار

این بود نصیحت سنایی:

نصیحت و پند حکیم سنایی که گفت: «بمیرید پیش از آن‌که بمیرید» به این معناست که...  
جان باز، چو طالب عیانی:

چون تو به‌عنوان انسان طالب عیان و یقین در دیدار زندگی هستی، جان ذهنی خود را بباز، از ذهن بیرون بپر و به استدلال‌ها و سؤالات ذهنی اهمیت نده. این جان ذهنی یک بافت ساخته شده از فکر است که تجربه‌هایش ذهنی‌ست اما زنده بودن به زندگی و جوشیدن شادی بی‌سبب از اعماق وجود انسان، کاملاً عینی‌ست.

### شمس تبریز، نور محضی زیرا که چراغ آسمانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۳)

محض: خالص

شمس تبریز، نور محضی:

ای زندگی اکنون که من دخالت من‌ذهنی خودم را صفر کردم، تو که نور خالص هستی به‌صورت آفتاب از درون من طلوع می‌کنی و بالا می‌آیی.



### زیرا که چراغ آسمانی:

زیرا که چراغ آسمان باز شده درون ما و روشن کننده آن هستی و تمام آسمانها و زمین را روشن می‌کند. یعنی من می‌توانم در زیر نور چراغ تو آسمان درون خود و ذهنم را به خوبی ببینم.

## متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۹۷۲

اول و آخر تویی ما در میان

هیچ هیچی که نیاید در بیان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱)

ای زندگی، اول و آخر تویی و ما هم امتداد تو هستیم که ابتدا به صورت هشیاری بی‌فرم به این جهان آمده‌ایم و در آخر نیز باید از من‌ذهنی و همانندگی‌ها رها شده و به بی‌نهایت و ابدیت تو زنده شویم. این وسط ما به‌عنوان من‌ذهنی، هیچ هیچی هستیم که ارزش بیان ندارد و حتی نباید درباره‌اش فکر کنیم.

**نکته ۱:** همان‌طور که عظمت بی‌نهایت الهی قابل بیان نیست و فقط باید به آن زنده شد، ناچیزی ما هم به‌عنوان من‌ذهنی قابل بیان نیست و ارزش بیان ندارد. تنها باید هرچه زودتر آن را صفر و بی‌اعتبار کنیم و به خدایی گوش دهیم که به‌عنوان عدم در مرکز ماست.

**نکته ۲:** با دخالت من‌ذهنی، تقلید از مردم، فکر و عمل برحسب ذهن و پندار کمال هرگز نمی‌توان به خدا و زندگی وصل شد.

**نکته ۳:** خدا لحظه‌به‌لحظه رحمتش را نصیب ما می‌کند. اگر این را حس نمی‌کنیم به‌دلیل فکر و عمل با من‌ذهنی و فضا را باز نکردن است.

(قرآن کریم، سوره حدید (۵۷)، آیه ۳)

«هُوَ الْأَوَّلُ وَالْآخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ ۗ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ.»

«اوست اول و آخر و ظاهر و باطن، و او به هرچیزی داناست.»

## عَلَّتِي بَتَّرَ زِ پِنْدَارِ كَمَالِ نِیست اندر جانِ تو ای ذُودَلالِ

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

ذُودَلال: صاحبِ ناز و کرشمه

ای من‌ذهنی عشوه‌گر که هم خود و هم دیگران را فریب می‌دهی، در جان تو هیچ مرضی بدتر از پندار کمال و «می‌دانم» من‌ذهنی وجود ندارد که براساس آن خود را کامل‌تر از همه دانسته و با گذشتن از یک فکر همانیده به فکر دیگر ناموس و درد ایجاد می‌کنی.

**نکته:** خشم، عصبانیت، رنجش و آزرده‌گی ما معنایش این است که پندار کمال داریم و ناموس یا حیثیت بدلی من‌ذهنی و درد نیز آن را همراهی می‌کنند.

## در تَگِ جو هست سِرگینِ ای فَتّی

گرچه جو صافی نماید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)

فَتّی: جوان، جوان‌مرد

ای جوان‌مرد، در زیر این ظاهر آرام تو که می‌پنداری بدون مشکل است، انبوهی از سِرگین دردهایی چون خشم، ترس، حرص، انتقام‌جویی، کینه‌ورزی، نگرانی و اضطراب ذخیره شده که با کمترین واکنش تو بالا می‌آیند. هرچند به‌دلیل داشتن پندار کمال و حیثیت بدلی من‌ذهنی خود را بی‌عیب فرض می‌کنی و این جوی صاف و آرام به‌نظر می‌رسد.

**نکته ۱:** ما هرگز در ظاهر آرام و پندار کمالمان نمی‌گوییم که معیوبیم یا درد داریم. اما کافی است به یکی از همانیدگی‌هایمان تلنگری بخورد و حیثیت بدلی‌مان خدشه‌دار شود. آن وقت است که درد ایجاد می‌کنیم.

**نکته ۲:** شرط این‌که زندگی روی ما کار کند آن است که بپذیریم اشکال داریم و این مسئله به ما برنخورد.

## کرده حق ناموس را صد من حَدیدِ

ای بسی بسته به بندِ ناپدیدِ

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰)

حَدید: آهن

خداوند آبرو و حیثیت مصنوعی من‌ذهنی را که ناشی از پندار کمال اوست، همانند صد من آهن

کرده و به صورت زنجیری سنگین و نامرئی بر دست و پای هشیاری انسان بسته است. چه بسیارند کسانی که به وسیله این زنجیر پنهانی در ذهن اسیرند، به طوری که نمی‌توانند به اشتباهشان اقرار کرده و درد هشیارانه بکشند؛ در نتیجه نمی‌توانند از ذهن آزاد شوند.

**نکته:** با خواندن ابیات مولانا ما می‌پنداریم متوجه معنای آن شده‌ایم و از فردا جور دیگری عمل خواهیم کرد. اما از ناموسمان غافلیم که اجازه فکر و عمل برحسب فضاگشایی را به ما نمی‌دهد. مدام حرف‌ها و کارهای دیگران به ما برمی‌خورد، درحالی‌که به خداوند که فضای بی‌نهایت و گشوده شده است چیزی بر نمی‌خورد.

### چون ملایک، گوی: لا عِلْمَ لَنَا تا بگیرد دست تو عِلْمَتَنَا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰)

ای انسان، مانند فرشتگان که گفتند: «ما را دانشی نیست» بگو: «من علمی ندارم» و دیگر به وسیله دانش من ذهنی فکر و عمل نکن تا «عِلْمَتَنَا» یعنی «خرد و دانشی که خدا به ما آموخته است» و با گشودن فضا و مرکز عدم در این لحظه حاصل می‌شود، دستت را بگیرد و از ذهن بیرون بکشد.

**نکته:** ما در من ذهنی همیشه نادانیم و دانشی نداریم. تنها دانش ما علمی است که با فضاگشایی از خداوند می‌گیریم. عقل خداوند که عقل کل است، از طریق «قضا و کن‌فکان» تصمیم می‌گیرد و دانشش را به ما می‌دهد.

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۳۲)

«قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ.»

«گفتند: منزهی تو. ما را جز آنچه خود به ما آموخته‌ای دانشی نیست. تویی دانای حکیم.»

### لیک مقصودِ ازل، تسلیمِ توست ای مسلمان بایدت تسلیمِ جُست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۷۷)

اما مقصود خدا در این لحظه تسلیم توست، یعنی این‌که صرف‌نظر از هر دین و باوری که داری، فضا را باز کنی و به اتفاق این لحظه بله بگویی، زیرا آن اتفاق را عقل کل که عقل خداست

به وجود آورده است. پس ای انسان تسلیم شده، باید تسلیم را جست و جو کنی، یعنی هر لحظه تسلیم بشوی. [تا زمانی که به اتفاق این لحظه مقاومت نشان دهی، تسلیم نیستی.]  
**نکته:** تسلیم به معنای پذیرش اتفاق این لحظه قبل از قضاوت و رفتن به ذهن است که سبب عدم شدن مرکز ما شده و ما را از جنس هشیاری اولیه و از جنس زندگی می کند.

## دلبر روز الست چیزِ دگر گفت پست هیچ کسی هست کاو، آرد آن را به یاد؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۸۴)

دلبر، خداوند، در روز الست در گوش انسان چیزی را آرام گفت. [او به انسان گفت: «آیا تو از جنس من هستی؟» و انسان گفت: «بله.»] ای مردم دنیا، آیا بین شما کسی هست که این را به یاد بیاورد؟

**نکته ۱:** اگر گفته خداوند در روز الست را به خاطر می آوریم، ملزم هستیم که فضا را باز کنیم و از جنس خداوند شویم.

**نکته ۲:** با این که ما در روز الست به خدا بلی گفتیم و اقرار کردیم از جنس زندگی هستیم، اما با کشت های ثانویه، دردها و همانیدگی هایمان از جنس من ذهنی شدیم.

## گر بروید، ور بریزد صد گیاه عاقبت برروید آن کشته ایله

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۷)

اگر هزاران گیاه همانیدگی که انسان در ذهن با هشیاری جسمی اش کاشته است، رشد کرده و به ثمر برسند و یا خشک شده و فروبریزند اهمیتی ندارد، چرا که سرانجام آن هشیاری خالص که روز الست خداوند در وجود انسان کاشته است خواهد روید، یعنی انسان باید به بی نهایت و ابدیت خداوند زنده شود.

**نکته ۱:** هرگاه انسان در من ذهنی با چیزی همانیده شده و آن را در مرکزش قرار دهد، همچون بذری که در زمین کاشته می شود، رشد کرده و او از رشد و شکوفایی آن خوشحال می شود. ولی پس از مدتی می پوسد و از بین می رود و او غمگین می شود، آن قدر کشت های مختلف رشد می کند و می پوسد تا بالاخره انسان آگاه شود که باید به سوی کشت اولیه باز گردد و به خداوند زنده شود.

**نکته ۲:** اکنون ما به عنوان من‌ذهنی در زمان مجازی گذشته و آینده هستیم که از جنس فکر است و دائماً تغییر می‌کند تا نهایتاً پوسیده شود، ما نیز که در من‌ذهنی از جنس جسم هستیم به‌ناچار همراه آن‌ها می‌پوسیم و درد می‌کشیم درحالی‌که مولانا در این بیت به ما می‌گوید که تو از جنس بی‌نهایت و ابدیت خداوند هستی و رویدن و پوسیدن اجسام و زمان‌های مجازی نباید برای تو هیچ اهمیتی داشته باشد چراکه در نهایت کشته‌اله است که باقی می‌ماند.

### کِشْتِ نو کارید بر کِشْتِ نخست

### این دوم فانی‌ست و آن اوّل درست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۸)

انسان بر روی کشت اولیه که خداوند در روز آلت به‌عنوان هشیاری خالص و جنس خودش کاشته بود، کشت جدید همانندگی‌ها را کاشت، درحالی‌که این تخم ثانویه گذرا و ازبین‌رفتنی است، ولی آن کشت اول درست بوده و بدون آسیب خواهد روید.

### کِشْتِ اوّل کامل و بگزیده است

### تخمِ ثانی فاسد و پوسیده است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۹)

کشت اول یا همان عهدی که انسان در آلت با خداوند بسته و اقرار کرده که از جنس اوست، کامل و برگزیده است، یعنی ریشه در خاک زندگی دارد و خواهد روید. ولی تخم ثانی یا همانندگی‌ها که در آلودگی هشیاری جسمی رویده، فاسد و پوسیده است و راه به جایی نمی‌برد.

**نکته ۱:** زندگی ما را در این جهان کاشته که رشد کنیم و به‌سوی بی‌نهایت و ابدیت او برویم. درحالی‌که ما در من‌ذهنی محدود مانده و مرتب از چیزهای محدودی که ذهنمان تصور می‌کند زندگی می‌خواهیم.

**نکته ۲:** اکنون باید خود را زیر نورافکن قرار دهیم و ببینیم با صنع خداوند کار می‌کنیم یا با تکرار فکرهای کهنه و پوسیده ذهن عمل می‌کنیم؟ اگر حالت دوم هستیم، به هیچ‌جا نخواهیم رسید، یعنی نه‌تنها به خداوند زنده نمی‌شویم، بلکه از درست کردن زندگی مادی معمولی نیز عاجزیم.

## ننگرم کس را و گر هم بنگرم او بهانه باشد و تو منظرم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

خداوندا، من به آنچه ذهن نشان می‌دهد و می‌خواهد آن را به مرکزم بیاورد، نگاه نمی‌کنم. اگر هم نگاه کنم، آن چیز بهانه‌ایست برای این‌که فضا را در اطرافش باز کرده و در فضای گشوده‌شده تو را مشاهده کنم.

## عاشق صنع توأم در شکر و صبر عاشق مصنوع کی باشم چو گبر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

خداوندا، من در هر وضعیتی که ذهنم نشان می‌دهد عاشق آفریدگاری و صنع تو هستم، چه در اتفاقات خوب که سبب شکرگزاری من هستند و چه در وضعیت‌های بد که صبر مرا می‌طلبند. فرقی نمی‌کند در هر دو حالت با فضاگشایی در اطراف اتفاق، مرکزم را عدم می‌کنم تا صنع تو کار کند و از طریق من بیافرینی. من همچون کافران عاشق چیزی که ساخته ذهن و مصنوع است، نمی‌شوم و اجازه نمی‌دهم به مرکزم بیاید.

## عاشق صنع خدا با فر بود عاشق مصنوع او کافر بود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

صنع: آفرینش

مصنوع: آفریده، مخلوق

کسی که عاشق صنع و آفریدگاری خداست دارای برکت و فر و شکوه ایزدی است، چنین شخصی کارش در بیرون درست می‌شود و خرد زندگی به فکر و عملش جاری است، اما کسی که عاشق مصنوع و آفریده خداوند است، آنچه که ذهنش نشان می‌دهد را به مرکزش آورده و با آن همانیده می‌شود. او درکی از فر ایزدی ندارد و دائماً زندگی را می‌پوشاند و تدبیر من‌ذهنی‌اش را به‌کار می‌برد.

## هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرد

### شیرین تر و نادرتر، زان شیوه پیشینش

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۲۷)

زندگی در این لحظه و در تمام دوران زندگی یک شیوه نو دارد که با ذهن قابل پیش بینی نیست، چراکه هیچ کار زندگی شبیه به لحظه قبلش نیست و خلاقانه از طریق صنع و آفریدگاری عمل می کند؛ درحالی که ذهن براساس کهنگی و الگوهای از پیش تعیین شده کار می کند. بنابراین شیوه و طرح زندگی که از «قضا و کُن فکان» می آید، هر لحظه شیرین تر و شگفت انگیزتر از لحظه قبل است.

**نکته:** ما باید روزبه روز که فضا را بیشتر باز می کنیم، انعکاسش را در بیرون و درون مشاهده کنیم.

## از هر جهتی تو را بلا داد

### تا بازگشده به بی جهات

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸)

بی جهات: موجودی که برتر از جا و جهت است، عالم الهی

ای انسان، اگر با من ذهنی برای زیادت کردن همانیدگی ها به جهت های مختلف مادی بروی خداوند نیز از تمامی آن جهات به تو درد خواهد داد تا تو را به سوی بی جهات یعنی فضای گشوده شده ببرد و تو را آگاه کند که تا زمانی که با من ذهنی فکر می کنی، تمام اعمال صرف نظر از این که ظاهراً خوب یا بد به نظر می رسد تحت تأثیر هیجاناتی چون ناموس، پندار کمال و جلب تأیید و توجه مردم قرار خواهد گرفت و در نتیجه تو را به سوی نابودی می کشاند. بنابراین به جای توجه به وضعیت این لحظه و آنچه ذهنت نشان می دهد، تمام توجهت را به مقصود اصلی ات از آمدن به این جهان، یعنی زنده شدن به زندگی اختصاص بده.

## مر لثیمان را بزن، تا سر نهند

### مر کریمان را بده تا بر دهند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۹۴)

لثیم: ناکس، فرومایه

بر: میوه

خداوندا، به لثیمان یعنی من های ذهنی پست درد بده و بی مرادشان کن تا تسلیم شوند. اما به

انسان‌هایی که بخشنده و فضاگشا هستند نعمت عطا کن تا شکوفا و پُربار شوند.

**نکته ۱:** اولین شرطِ کریم بودن فضاگشایی است.

**نکته ۲:** زندگی کریم و بخشنده است اما من‌ذهنی ذاتاً خسیس است، اگر هم کار خیری انجام دهد می‌خواهد به‌سبب آن دیده شود.

### لاجرَم حق هر دو مسجد آفرید دوزخ آن‌ها را و، این‌ها را مزید (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۹۵)

لاجرَم: به‌ناچار

پس خداوند به‌ناچار هر دو مسجد را آفرید. دوزخ من‌ذهنی را برای بیدار کردن انسان‌های همانیده آفرید تا از طریق درد کشیدن تسلیم شوند و بهشت یا همان فضای گشوده‌شده را برای انسان‌های فضاگشا تا درحالی‌که به خداوند زنده شده‌اند غرق در نعمت‌های فراوان، زندگی بهتری داشته باشند.

### ساخت موسیٰ قدس در بابِ صغیر تا فرودآرند سر قوم زحیر (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۹۶)

قوم زحیر: مردم بیمار و آزاردهنده

حضرت موسیٰ در قدس، دری کوچک ساخت تا قوم زحیر، انسان‌هایی که دچار بیماری تکبر بودند به هنگام ورود به آن، سر خود را خم کنند. به‌عبارتی خداوند در فضای مقدس گشوده‌شده باب صغیری به‌نام من‌ذهنی ساخته که درد بسیاری ایجاد می‌کند تا انسان‌هایی که به‌واسطه همانیدگی‌هایشان مغرور و ستمگر هستند متوجه نیازمندی خود به خداوند شده، مسئولیت زندگی خود و دردهایشان را بپذیرند و با کنار گذاشتن ناموس و پندار کمال خود، تسلیم و فضاگشایی را در پیش بگیرند تا با مرکز عدم اداره زندگی‌شان را به‌دست خداوند بسپارند.

**نکته ۱:** مولانا در این بیت یکی از مهم‌ترین موانع تسلیم و پذیرش را بیان می‌کند، پندار کمال و ناموس این اجازه را به انسان نمی‌دهد که پس از پنجاه شصت سال زندگی کردن با عقل من‌ذهنی بپذیرد که اشتباه کرده و مسئول تمام دردهایش فقط خودش است. به همین دلیل



است که در این بیت شرط ورود به فضای گشوده شده تسلیم و شکستن ناموس و پندار کمال است.

**نکته ۲:** هر من ذهنی حتماً درد ایجاد می کند و پیغام هر درد آن است که این عقل من ذهنی عقل درستی نیست، با آن فکر و عمل نکن.

### زان که جباران بُدند و سرفراز دوزخ آن بابِ صغیر است و نیاز (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۹۷)

جبار: ستمگر، ظالم

موسی از این جهت در را کوچک ساخت که قومش مردمی زورگو بودند و خودشان را به عنوان من ذهنی سرتو و بهتر از دیگران می پنداشتند، چراکه آنها به جای استفاده از خرد زندگی با عقل من ذهنی فکر و عمل می کردند. دوزخ من ذهنی که انسان را زیر فشار دردها قرار می دهد نیز مانند «باب صغیر» است و برای این ساخته شده تا انسان با تسلیم و فضاگشایی به درگاه خداوند و زندگی، اظهار نیازمندی کند.

### ناز کردن خوش تر آید از شکر لیک کم خایش، که دارد صد خطر (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۴)

خاییدن: جویدن

هرچند ناز کردن یا همان اظهار بی نیازی نسبت به کمک خداوند و مرکز عدم برای من ذهنی از شکر هم شیرین تر به نظر می رسد، اما تو در پی جویدن و چشیدن این شیرینی نباش، زیرا فکر کردن براساس همانندگی ها خطرات بسیاری به دنبال دارد.

### ایمن آباد است آن راه نیاز ترک نازش گیر و با آن ره بساز (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۵)

پس راه نیاز، راه فضاگشایی و عدم کردن مرکز راهی ایمن و سرشار از آسایش و آرامش است. پس ناز کردن را کنار بگذار و با فضاگشایی با راه نیاز و سختی ها و دردهای هشیارانه اش بساز

تا به بی نهایت خداوند زنده شوی.

## ای بسا نازآوری زد پَر و بال آخر الامر، آن بر آن کس شد و بال (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۶)

چه بسیار کسانی که در برابر زندگی ناز کرده و با مقاومت نسبت به زندگی، پر و بالی زدند، یعنی مقداری حرکت کردند، فکر کردند و کار انجام دادند اما در آخر نه تنها باعث پروازشان نشد بلکه آن پر و بال زدن با منذهنی موجب انباشته شدن دردهای زیادی شد و آنها را بدبخت کرد.

**نکته:** فکر و عمل با منذهنی موجب بدبختی انسان می شود.

## عاشقان از بی مرادی های خویش با خبر گشتند از مولای خویش (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

عاشقان و انسان های فضاگشا از طریق بی مراد شدن و نرسیدن به خواسته های ذهن، از مولای خود، زندگی آگاه شدند، بدین طریق که آنها به محض بی مراد شدن، به جای خشم و واکنش، به پیغام زندگی توجه می کنند، فضا را در اطراف بی مرادی باز کرده و همانندگی خود را شناسایی می کنند.

**نکته:** به طور مثال اگر شخصی که شما قصد ازدواج با او را داشتید با شخص دیگری ازدواج کرد و این امر موجب بی مرادی شما شد، باید بدانید که با او همانیده بوده اید.

## بی مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُو ای خوش سرشت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش آهنگ، پیشرو لشکر

فضاگشایی، واکنش نشان ندادن و خشمگین نشدن در مقابل بی مرادی ها، سبب دریافت پیغام آنها خواهد شد که این همان قلاووز و راهنمای ورود به بهشت فضای گشوده شده است.

بنابراین ای انسانی که امتداد خداوند هستی و قدرت فضاگشایی داری، به این حدیث پیامبر که می‌گوید بهشت در سختی‌ها پوشیده شده‌است گوش کن.

**نکته ۱:** ما باید به هرچه که برای ذهنمان ناخوش‌آیند است، خوش‌آمد بگوییم. چراکه این درد و احساس ناخوش‌آیند به این علت است که ما همانندگی داریم، پس باید پیغام آن درد را بگیریم و همانندگی خود را شناسایی کنیم.

**نکته ۲:** کسی که تحت‌تأثیر میل شدید همانیده شدن با چیزها و قرار دادن آنها در مرکزش باشد، مشغول خوشی گرفتن از آنها شده و حرص زیاده‌تر کردن آنها را دارد. این طرز زندگی انسان را به سوی جهنم دردها می‌کشاند.

**حدیث**

«حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَحُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ.»

«بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات.»

**گفت از بانگ و علای سگان**

**هیچ واگردد ز راهی کاروان؟**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲)

علالا: آواز بلند، بانگ، شور و غوغا

[این بیت مربوط به داستان نوح است. در این داستان مخالفت و بی‌توجهی‌های قوم نوح نسبت به دعوت او به فضاگشایی و زنده شدن به خداوند، لحظه‌ای موجب ناامیدی‌اش نشد و او همچنان به کار خود ادامه داد.]

نوح با خود گفت مگر ممکن است کاروان هشیاری انسان‌های عاشق که به سوی زنده شدن به بی‌نهایت خدا می‌رود، از عوعو و سروصدای من‌های ذهنی از حرکت باز ایستد؟

**نکته:** در مسیر زنده شدن به خداوند نباید به حرف من‌های ذهنی اطراف و به‌طور کلی جمع گوش کنیم و به شکایت‌ها و اخبار و هیاهوی آنها توجهی داشته باشیم.

**چه لطیفی و، ز آغاز چنان جباری**

**چه نهانی و عجب این‌که در این غوغایی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰)

ای زندگی، از همان آغاز که من و تو باهم یکی بودیم چقدر لطیف و درعین‌حال جبار بوده‌ای،

یعنی با تمام لطافتی که داری اما قوانین خودت مانند قانون جبران، قانون صبر، قانون شکر و ... را بدون هیچ کم و کاستی اجرا می‌کنی. خداوندا، چقدر تو نهان هستی. این بسیار عجیب است که انسان‌ها برای دیده شدن در من‌ذهنی با سبب‌سازیِ ذهن تو را به سروصدا و غوغای ذهن درمی‌آورند و خاموش نمی‌شوند.

**نکته:** یکی از قوانین بسیار مهم زندگی این است که عقلِ کُل درست کار می‌کند، اما عقل من‌ذهنی درست کار نمی‌کند. زیرا عقل من‌ذهنی بر پایهٔ حرص و شهوت زیاد کردن همانیدگی‌ها بنا شده، اما عقلِ کُل که از «قضا و کُنْ فکان» می‌آید براساس آن چیزی است که خداوند فکر می‌کند و می‌گوید بشو، پس می‌شود. از آن جایی که خداوند جبار است همیشه عقل او اجرا می‌شود نه آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد.

**خمش کردم، سخن کوتاه خوش‌تر**

**که این ساعت نمی‌گنجد عللا**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۰۳)

من در این لحظه خاموش شدم و دیگر سخن نمی‌گویم، هرچه کمتر سخن بگویم بهتر است، چراکه در این لحظهٔ ابدی عللا یعنی سروصدای ذهن نمی‌گنجد.

**هست مهمان‌خانه این تن ای جوان**

**هر صباحی ضیف نو آید دوان**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

ضیف: مهمان

ای انسان، این تن و ذهن تو مانند مهمان‌خانه‌ای است که هر لحظه مهمانی جدید از طرف زندگی در قالب یک فکر و یا یک وضعیت، شتابان به آن‌جا می‌آید تا پیغامی را به تو برساند.

**نکته:** ما باید لحظه‌به‌لحظه به‌جای واکنش و شکایت درمقابل بی‌مرادی‌ها، با فضاگشایی پیغام آن‌ها را دریافت کنیم.

هین، مگو کاین ماند اندر گردنم

که هم‌اکنون بازپرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

مبادا با مقاومت و ستیزه در برابر وضعیت این لحظه واکنش نشان دهی و از آن شکایت کنی، چراکه در این صورت بدون آن‌که پیغامش را برسانی، برمی‌گردد و رهسپار فضای عدم می‌شود.

هرچه آید از جهان غیب‌وش

در دلت ضیف است، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

هر فکر یا اتفاقی که این لحظه از جهان غیب، توسط «قضا و کُن‌فکان» به مرکزت می‌آید، فارغ از آن‌که ذهن چطور آن را نشان می‌دهد، مهمانی از طرف زندگی است. بنابراین با فضاگشایی خوش‌آمد بگو و با احترام از آن پذیرایی کن تا پیغامش را که در واقع کمک به شناسایی یک همانیدگی‌ست بگیری.

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

فتی: جوان‌مرد

اما تو ای جوان، هر لحظه در پیشگاه خودت «حاضر باش»، یعنی به هر آنچه که ذهن نشان می‌دهد اهمیت نده تا فضای درونت باز شود. به صورت حضور ناظر از ذهنت بیرون بیا و پا به فضای گشوده‌شده درون بگذار، تا وقتی زندگی می‌خواهد پیغام اتفاق این لحظه را به تو برساند، تو را که دراصل از جنس خداوند هستی، به صورت مرکز عدم و فضای گشوده‌شده در خانه درونت پیدا کند.

ورنه خلعت را برد او بازپس

که نیابدم به خانه هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

خلعت: لباس یا پارچه‌ای که خانواده داماد به عروس یا خانواده او هدیه می‌دهند، مجازاً هدیه

وگرنه خداوند جایزه لباس حضور را برمی‌دارد می‌برد و می‌گوید که در خانه مرکز انسان هیچ‌کس

را به‌عنوان جنس اصلی خودم نیافتم تا پیغام را به او برسانم که در این لحظه باید چکار کند؛ زیرا هشیاری او جذب همانیدگی‌ها و مشغول‌زندگی گرفتن از بیرون بود.

**نکته:** نگاهی به وضعیت کنونی جهان و همچنین زندگی شخصی تک‌تک ما، نشان می‌دهد که جمعاً و فرداً در دل انسان هیچ‌کس نیست و اکثر مردم در ذهن مشغول توجه به همانیدگی‌ها هستند و دلشان فاقد عدم و فضای گشوده‌شده است؛ در نتیجه خداوند هم نمی‌تواند پیغامش را به بشریت بدهد.

## زآن‌که استکمال تعظیم او نکرد

### ورنه نسیان درنیاموردی نبرد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲)

نسیان: فراموشی

زیرا انسان به‌جای استمرار در عدم نگه‌داشتن مرکز و فضاگشایی، با آوردن آنچه ذهن نشان می‌دهد به مرکزش، «تعظیم خدا» را آن‌طور که شایسته بزرگی خداوند است به‌جا نیاورده و من‌ذهنی‌اش را صفر نکرده‌است. بنابراین براساس من‌ذهنی بلند می‌شود و سخن می‌گوید، و‌گرنه با حمله‌های من‌ذهنی به هشیاری‌اش دچار فراموشی نمی‌شد و از یاد خدا غافل نمی‌گشت.

**نکته:** نسیان یا غافل شدن از یاد خدا نباید و نمی‌تواند به ما حمله کند. در حقیقت این ما هستیم که با انتخاب نادرست خود، تعظیم خداوند را تکمیل نمی‌کنیم.

## چیست تعظیم خدا افراشتن؟

### خویشتن را خوار و خاکی داشتن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۸)

تعظیم: بزرگ‌داشت، به عظمت خداوند پی بردن

تعظیم و بزرگ‌داشت خداوند چیست؟ لحظه‌به‌لحظه باز شدن فضای درون از طریق مهم ندانستن هر آنچه ذهن نشان می‌دهد و می‌خواهد به مرکز انسان بیاورد. او برای تعظیم، باید با پذیرش اتفاق این لحظه همچون مردگان تسلیم شود و مدام من‌ذهنی‌اش را کوچک‌تر و خوارتر کند، تا زمانی که مطمئن شود کاملاً صفر شده‌است. بدین‌ترتیب از زمین همانیدگی‌ها خارج شده، از جنس خداوند می‌شود و آسمان فضای گشوده‌شده درون را بزرگ و افراشته می‌کند.

**چیست توحیدِ خدا آموختن؟**  
**خویشتن را پیشِ واحد سوختن**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۹)

یادگیری توحید و یکتایی خداوند چیست؟ این است که انسان بیاموزد در این لحظه با مهم ندانستن آنچه ذهن به‌عنوان اتفاق این لحظه نشان می‌دهد، بگوید غیر از خداوند کس دیگری در مرکز نیست. بدین ترتیب لحظه‌به‌لحظه من‌های ذهنی کوچک را که براساس همانیدگی‌ها ساخته شده‌اند، شناخته و در پیشگاه خدای واحد می‌سوزاند و از اتکا به جهان بیرون آزاد می‌شود.

**گر همی‌خواهی که بفروزی چو روز**  
**هستی همچون شبِ خود را بسوز**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۱۰)

ای انسان، اگر می‌خواهی همچون روز روشن و فروزان شوی و شادی بی‌سبب زندگی را تجربه کنی، در این صورت آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد را به مرکز توجهات راه نده و این حس وجود و هستی‌داری ذهنی‌ات را که همچون شب تیره و تاریک است، پیش خداوند یعنی این فضای گشوده‌شده درون بسوزان تا هیچ اثری از آن باقی نماند.

**شرط تسلیم است، نه کارِ دراز**  
**سود نبود در ضلالت ترک‌تاز**  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۳)

شرط زنده شدن به زندگی این است که انسان به‌جای سبب‌سازی و کار در من‌ذهنی، با تسلیم اتفاق این لحظه را بپذیرد تا فضای درون گشوده شود. چراکه تاخت‌وتاز در گمراهی ذهن و پریدن بین افکار همانیده و ایجاد درد فایده‌ای ندارد.

## قبض دیدی چاره آن قبض کن زان که سرها جمله می‌روید ز بن (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

بن: ریشه

اگر این لحظه در درون خود گرفتگی و انقباضی حس کردی، مطمئن باش که چیز این جهانی به مرکزت آمده. در این صورت برای این حالت چاره‌ای بیندیش، یعنی فضاگشایی کن تا آن چیز از مرکزت خارج شده و از ذهن بیرون بیایی؛ چراکه شاخ و برگ همانندگی، درد و نتایج بد آن‌ها از ریشه تدبیر با من‌ذهنی می‌روید.

## بسط دیدی، بسط خود را آب ده چون برآید میوه، با اصحاب ده (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

اگر دیدی فضای درون گشوده شده‌است، مدام در اطراف اتفاقات بعدی هم فضا را باز و بازتر کن، و بدین صورت این حالت انبساط درونی که ریشه‌اش در فضای یکتایی‌ست را آبیاری کن. اکنون تو کارگاه خداوند شده و خود زندگی با صنعش روی تو کار می‌کند، پس میوه آن شادی بی‌سبب و خلاقیتی‌ست که از اعماق وجودت بالا می‌آید؛ آن را به دوستان و خویشان عشقیات نیز عطا کن، تا آن‌ها نیز فضا را گشوده و به زندگی مرتعش شوند.

**نکته:** وقتی منقبض شده و دردی در ما بالا می‌آید، نباید پیش مردم برویم؛ چون به درد ارتعاش کرده و در اثر قرین شدن با آنان، اثر بدی رویشان خواهیم گذاشت.

## حکم حق گسترد بهر ما بسط که بگویند از طریق انبساط (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

خداوند لحظه به لحظه سفره عدم که پر از رحمت است را برای ما گسترده و به ما حکم کرده تا هر لحظه در اطراف وضعیت‌ها و چالش‌هایی که با قانون «قضا و کفکان» برایمان پیش می‌آید، به جای انقباض از طریق انبساط حرف بزنیم و عمل کنیم.

**نکته:** در حالت انبساط ما داریم عملاً اقرار می‌کنیم آن‌چه که ذهنمان نشان می‌دهد مهم نیست، بلکه باز بودن فضا و باز نگه داشتن آن مهم است؛ در نتیجه به طرز معجزه‌آسایی می‌بینیم آن



چیزی که ذهن بد نشان می‌دهد، تغییر کرده و زیبا می‌شود. در واقع با خرد و عشق زندگی مسئله‌مان حل می‌شود.

### پس نی‌ام کَلِّیِ مَطْلُوبِ تُو مَن جَزُو مَقْصُودِ مَن تُو رَا اِنْدَر زَمَن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۱۶)

[مولانا از جانب زندگی خطاب به انسان می‌گوید] پس مقصود اصلی و بزرگ‌ترین آرزومندی تو رسیدن به وصال من و زنده‌شدن به زندگی نیست. بلکه رسیدن به من نیز هم‌سطح اهداف دیگر تو از جمله ازدواج، بچه‌دار شدن، خرید خانه و تحصیل است که در من‌ذهنی می‌پرورانی و انتظار داری به مرور زمان به آن‌ها دست یابی.

**نکته:** منظور و هدف اصلی ما باید عشق به زندگی و زنده‌شدن به خداوند باشد و در مرحله بعد براساس زنده‌شدن به او، برای رسیدن به اهداف فرعی هم تلاش کنیم.

### نورِ حَقِّیِّ و به حق جَدَّابِ جان خلق در ظلماتِ وَهْمِاند و گُمان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳)

ای انسان، تو از جنس آلت هستی و به‌صورت بالقوه نور خدایی را در وجود خود داری، بنابراین به‌حقیقت جذب‌کننده جان‌هایی یعنی می‌توانی با مرکز عدم و از فضای گشوده‌شده به انسان‌ها نگاه کنی و از طریق ارتعاش به زندگی بر آن‌ها تأثیر بگذاری. اما درمقابل اغلب مردم دارای من‌ذهنی بوده، و در تاریکی حاصل از فکرهای همانیده، گذاشتن چیزها در مرکز و دیدن از طریق آن‌ها به‌سرمی‌برند.

### شرط تعظیم است، تا این نورِ خَوش گردد این بی‌دیدگان را سُرْمه‌کش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴)

شرط این است که انسان هر لحظه تسلیم باشد و به‌جای استفاده از عقل من‌ذهنی، با مرکز عدم و از فضای گشوده‌شده عقل خداوند را به‌کار ببرد تا نور زیبای هشیاری نظر و هشیاری حضور

مانند سرمه بر چشم انسان‌های همانیده‌ای که در من‌ذهنی قدرت دیدن را از دست داده‌اند، کشیده شود و آن‌ها را به نور عدم بینا سازد.

## نور یابد مستعد تیزگوش کاو نباشد عاشقِ ظلمتِ چو موش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵)

نور زندگی را کسی می‌یابد که با فضاگشایی و عدم کردن مرکز مستعد دریافت پیام‌های زندگی‌ست و گوشِ جان‌ش باز شده‌است. چنین شخصی مانند موشِ من‌ذهنی عاشق تاریکی نیست و از سوراخ این فکر همانیده به سوراخ فکر همانیده بعد نمی‌خزد و برحسب همانیدگی‌ها نمی‌بیند.

**نکته:** حال باید از خود پرسیم آیا با فضاگشایی گوش جانمان باز شده است؟ و یا مستعد دریافت نور هستیم؟ آیا قابلیت تشخیص داریم که ببینیم در این لحظه مانند موش من‌ذهنی شده‌ایم و در تاریکی افکارِ همانیده و دردها فرو رفته‌ایم؟

## سُست‌چشمانی که شب جولان کنند کی طوافِ مَشَعْلَهٗ ایمان کنند؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶)

مَشَعْلَه: مشعل

کسانی که با قرار دادن اجسام در مرکز، روی چشم عدمشان را پوشانده و با عینک همانیدگی می‌بینند و در شبِ ذهن حرکت می‌کنند، چگونه ممکن است مرکزشان را عدم کرده، بت‌های همانیدگی را کنار بگذارند و به دور خدا یا زندگی طواف کنند؟

**نکته:** با توجه به این بیت باید خودمان را مورد بررسی قرار دهیم، آیا به دور بت همانیدگی می‌گردیم یا با عدم کردن مرکز، مشعل ایمان را روشن کرده و به دور زندگی طواف می‌کنیم؟

## شرط تسلیم است، نه کارِ دراز سود نَبود در ضلالتِ تُرک‌تاز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۳)

شرط زنده‌شدن به زندگی این است که انسان به‌جای سبب‌سازی و کار در من‌ذهنی، با تسلیم

اتفاق این لحظه را بپذیرد تا فضای درون گشوده شود. چراکه تاخت و تاز در گمراهی ذهن و پریدن بین افکار همانیده و ایجاد درد فایده‌ای ندارد.

### من نجویم زین سپس راهِ اثیر

پیر جویم، پیر جویم، پیر، پیر، پیر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۴)

ضلالت: گمراهی

اثیر: آسمان، کُرّه آتش که بالای کُرّه هواست؛ در این جا مراد هشیاری جسمی است.

من از این پس راه همانیدگی‌ها را که به درد ختم می‌شود، جست‌وجو نمی‌کنم. درعوض فضا را باز کرده و فقط به دنبال پیر می‌گردم، یعنی از خداوند و یا بزرگانی چون مولانا که امتداد زندگی هستند پیروی می‌کنم تا به خداوند وصل شوم.

**نکته:** از این ابیات درمی‌یابیم که باید پیش‌روی در مسیر همانیدگی‌ها را متوقف سازیم که نتیجه‌ای جز ایجاد درد و گم شدن در وهم و خیال ندارد. همچنین پندار کمال را کنار گذاشته و با پیروی از بزرگان و مولانا به دنبال شناسایی و اصلاح زندگی خود بوده و از کار دراز و بیهوده در من‌ذهنی بپرهیزیم.

### تدبیر کند بنده و تقدیر نداند

تدبیر به تقدیرِ خداوند نماید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲)

انسان براساس همانیدگی‌ها و شهوت زیاد کردن آن‌ها و با عقل من‌ذهنی شروع به فکر کردن و چاره‌اندیشی می‌کند، درحالی‌که از تقدیر خداوند که با «قضا و کُنْ فِکَان» جاری می‌شود، آگاه نیست. چاره‌ای که انسان با تکیه بر عقل من‌ذهنی برای امورات خود می‌اندیشد، به آن‌چه زندگی با عقل کُل برای او در نظر گرفته هیچ شباهتی ندارد.

### بنده چو بیندیشد، پیداست چه بیند

حیلت بکند، لیک خدایی نتواند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲)

حیلت: حيله، فکر کردن به وسیله من‌ذهنی براساس دید هم‌هویت‌شدگی‌ها

اگر انسان با عقل من‌ذهنی بیندیشد مشخص است که برحسب همانیدگی‌ها و در جهت زیاد

کردن آنها می‌بیند. بنابراین شاید با به‌کارگیری حیلۀ من‌ذهنی در بعضی کارهایش به‌ظاهر موفق شود، اما نمی‌تواند در مقام خدایی باشد یعنی فضا را باز کرده، با قرار دادن زندگی در مرکزش برحسب صنّع عمل کند و صلاح خود را تشخیص دهد.

## گامی دو چنان آید کاو راست نهاده‌ست وآن‌گاه که داند که کجاهش کشاند؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲)

انسان ممکن است در ابتدای مسیر چند قدم را به‌وسیله زندگی درست بردارد و دچار این توهم شود که دیگر خردمند شده و از زندگی بی‌نیاز است. بنابراین دوباره اجسام و همانندگی‌ها را به مرکزش بیاورد. در این صورت معلوم نیست از کجا سردرآورده و این کار او نتیجه‌ای جز درد و خرابکاری نخواهد داشت.

## استیزه مکن، مملکت عشق طلب کن کاین مملکت از ملک‌الموت رهاند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲)

استیزه: ستیزه، مقاومت درونی، در درون با چیزهای بیرونی مسئله داشتن و فضاگشایی نکردن.  
ملک‌الموت: عزرائیل

در برابر آنچه ذهن در این لحظه نشان می‌دهد مقاومت نکن تا به مرکزت راه پیدا نکند، بلکه فضا را باز کن و مملکت عشق یا همان فضای یکتایی را طلب کن. چراکه ساکن شدن در این فضای یکتایی تو را از دست عزرائیل نجات می‌دهد، به‌بیان دیگر اگر قبل از مرگ جسمی، نسبت به من‌ذهنی بمیری و به زندگی زنده شوی، جاودانه شده و دیگر عزرائیل نمی‌تواند جانت را بگیرد.

**نکته:** اکنون باید خود را مورد ارزیابی قرار دهیم، آیا مقاومت و قضاوت داریم؟ ستیزه می‌کنیم؟ آیا با پندار کمال پیش می‌رویم؟ ممکن است در پاسخ به این سؤالات بگوییم «خیر، هیچ‌کدام در من نیست.» اما همین پاسخ نشان‌دهنده وجود پندار کمال در ماست و اجازه نمی‌دهد تا مشخصات من‌ذهنی را در خود ببینیم. پس باید به خود شک کنیم که به احتمال قوی سایر خصوصیات من‌ذهنی از جمله خشم، رنجش، مقایسه، حسادت، نگرانی از آینده، حرص، حس گناه و حس خبط در ما وجود دارد.

## باری، تو بهلِ کامِ خود و نورِ خردِ گیر کاین کام تو را زود به ناکام رساند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲)

هلیدن: هشتن، گذاشتن، اجازه دادن، واگذاشتن

به هر جهت، آنچه را که ذهن نشان می‌دهد و تو به دنبال کامیابی از آن هستی و آرزوی توست، کنار بگذار، در عوض نور عشق و خرد، نور خدا را بگیر و از هشیاری نظر بهره‌مند شو؛ زیرا این کام ذهنی که با آن همانیده شده و به جای خداوند در مرکزت قرار داده‌ای، به زودی تو را به ناکامی و درد خواهد رساند.

## اِشکاریِ شه باش و مَجو هیچ شکاری کاشکارِ تو را بازِ اجل بازستاند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲)

اِشکار: شکار

پس فضا را باز کن تا به عنوان من ذهنی شکار شاه، خداوند شوی و با آوردن چیزها به مرکزت در پی شکار همانیدگی‌ها نباش؛ زیرا هرچه را که با من ذهنی جست‌وجو کنی بازِ اجل از تو خواهد گرفت، یعنی هنگام مرگ جسمی و یا حتی قبل از آن بی‌مراد شده و همه را از دست خواهی داد.

## آن‌که ارزد صید را، عشق است و بس لیک او کی گنجد اندر دام کس؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۹)

تنها چیزی که ارزش تلاش و صید کردن را دارد عشق است و بس. عشق همان عدم نگره داشتن مرکز، قرین شدن با زندگی و به وحدت رسیدن با خداوند است. بنابراین انسان در حالت من‌ذهنی و با قرار دادن جسم در مرکزش نمی‌تواند عشق را به دام بیندازد و به پیوند مجدد با زندگی دست یابد.

## تو مگر آیی و صیدِ او شوی دام بگذاری، به دامِ او روی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰)

[اکنون که عشق در دام من ذهنی نمی‌افتد] چاره‌ای نداری جز این‌که بیایی و با فضاگشایی و کنار گذاشتن عقل من ذهنی، صید زندگی شوی. دامی را که به واسطه کمک گرفتن از عقل من ذهنی پهن کرده‌ای رها کرده و به دام زندگی بیفتی، یعنی با کنار گذاشتن سبب‌سازیِ ذهن اجازه دهی تا صنّع خداوند کار کند.

## عشق می‌گوید به گوشم پست‌پست صید بودن خوش‌تر از صیادی است

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۱)

پست‌پست: آهسته‌آهسته

[وقتی با فضاگشایی ذهنم را خاموش کردم و گوشم قابلیت شنیدن صدای عشق را پیدا کرد، شنیدم که] عشق آرام‌آرام در گوشم نجوا می‌کند که صید بودن در دام زندگی بهتر از صیاد بودن در من ذهنی و شکار همانیدگی‌هاست.

## گولِ من کن خویش را و غرّه شو آفتابی را رها کن، ذره شو

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۲)

گول: ابله، نادان

غرّه: فریفته

[مولانا از جانب زندگی خطاب به انسان می‌گوید] با انداختن عقل من ذهنی که مدام درحال سبب‌سازی است، در مقابل من، خرد کُل، نادان شو یعنی از نظر من‌های ذهنی نادان باش و عاشق و فریفته صنّع من شو. آفتاب بودن در ذهن و پندار کمال داشتن را رها کن و با صفر کردن من ذهنی مانند ذره‌ای بی‌مقدار به حالت بی‌فرمی درآ، سپس از این طریق به فضای بی‌نهایت و جنس خدایی تبدیل شو.

طالبِ اویبی، نگرَد طالب  
چون بُمردی، طالب شد مَطَلَب  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۴۲)

مَطَلَب: طلب‌شده

تا زمانی که با بهره‌گیری از عقل من‌ذهنی و از طریق سبب‌سازی چیزی را در مرکزت قرار داده و در طلب آن باشی، به آن مطلوب نخواهی رسید چراکه از تو می‌گریزد. اما چنانچه نسبت به من‌ذهنی بمیری و مرکزت را از اجسام خالی کنی، به مراد و مطلوب خود خواهی رسید.

زنده‌ای، کی مُرده‌شو شوید تو را؟  
طالبی، کی مطلبت جوید تو را  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۴۳)

تا وقتی از طریق فکر کردن با ذهن همانیده و با سخن‌گویی ارتفاع گرفته و به‌عنوان من‌ذهنی بلند می‌شوی، پس هنوز زنده‌ای و کی ممکن است مرده‌شور که در این‌جا نماد خداوند است تو را با آب زندگی بشوید؟ همچنین وقتی با من‌ذهنی در طلب خدای تصویری هستی که در ذهن ساخته‌ای، مطلوب و هدف اصلی یعنی خداوند نمی‌تواند تو را جست‌وجو کند.

اندر این بحث ار خرد ره‌بین بُدی  
فخرِ رازی رازدانِ دین بُدی  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۴۴)

بنابراین اگر عقل من‌ذهنی دارای خرد بود و می‌توانست راه درست را تشخیص دهد و با سبب‌سازی خداوند را جست‌وجو نمی‌کرد، در این صورت امام فخر رازی با باورهای این دنیایی همانیده نبود و مایه مباهات و فخر دین می‌شد.

[امام فخر رازی از نظر مولانا شخصی‌ست که از طریق عقل جزئی راه معنوی را می‌پیمود.]

تیترا

«مثالِ عالمِ هست نیست‌نما، و عالمِ نیستِ هست‌نما»

نیست را بنمود هست و محتشم

هست را بنمود بر شکلِ عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۲۶)

محتشم: باحشمت

خداوند من‌ذهنی توهمی و آنچه را که ذهن نشان می‌دهد، به‌صورت «هست» درآورده و مهم و باشکوه جلوه داده‌است، چراکه انسان دارای هشیاری جسمی شده، وجود موهومی من‌ذهنی را باور کرده و آن را به‌صورت عینی می‌بیند. همچنین خداوند «هست» یا همان آلت و اصل و ذات خویش را که ذات انسان نیز از همان جنس است، به‌صورت عدم نشان داده که انسان در من‌ذهنی قادر به دیدن و درک آن نیست.

بحر را پوشید و کف کرد آشکار

باد را پوشید و، بنمودت غبار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۲۷)

به‌طور مثال خداوند سطح دریا را با کف پوشانده و آب را زیر آن پنهان کرده‌است، و یا باد را به‌صورت پنهانی برانگیخته و خاک و گرد و غبار را در آسمان به تو نشان داده‌است. **نکته:** از این تمثیل درمی‌یابیم در سطح زیرین وجود ما نیز که با کف فکر و درد پوشانده شده، دریای زندگی وجود دارد و می‌توانیم به بی‌نهایت خداوند زنده شویم.

چون منارهٔ خاک پیچان در هوا

خاک از خود چون برآید بر علا؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۲۸)

وقتی گرد و غبار به آسمان بلند می‌شود مانند منارهٔ خاکی در فضا به‌نظر می‌رسد. چگونه ممکن است خاک به‌تنهایی این قابلیت را داشته باشد که به هوا بلند شود؟  
[در وجود ما نیز گرد و غبار افکار و دردهای من‌ذهنی بلند می‌شود و ما آن‌ها را می‌بینیم ولی باد یا نیروی زندگی را که آن‌ها را بلند می‌کند نمی‌بینیم و به آن توجهی نداریم.]



خاک را بینی به بالا ای علی

باد را نی، جز به تعریف دلیل

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۲۹)

علیل: بیمار

ای من ذهنی بیمار دل، گرد و خاک را در فضا می بینی اما از آنجا که چشم بادبین نداری، جز با آوردن دلیل و استدلال عامل حرکت خاک در آسمان را در نمی یابی.

**نکته:** اگر در ذهن با هجوم افکار و دردها مواجه می شویم، باید به جای استدلال و دلیل تراشی به نیرویی توجه کنیم که این اتفاقات را رقم زده تا پیغامی را به ما برساند. در غیر این صورت ما قادر به دریافت پیغام نیستیم و نمی توانیم به عنوان نیروی زندگی به خداوند زنده شویم.

کف همی بینی روانه هر طرف

کف بی دریا ندارد مُنصَرَف

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۰)

مُنصَرَف: انصراف و گشتن، حرکت

همواره کف را بر سطح دریا می بینی که به هر طرف روانه است، اما این کف بدون وجود دریا از خود حرکتی ندارد.

**نکته:** ما نیز کف فکرها و دردها را می بینیم که به صورت پیوسته از ذهنمان رد می شوند. اما نیروی زندگی را در برانگیختن آنها نمی بینیم، فقط افکار را جدی گرفته و بر حسب سبب سازی ذهن حرکت می کنیم.

کف به حس بینی و، دریا از دلیل

فکر پنهان، آشکارا قال و قیل

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۱)

همان طور که کف را در سطح دریا آشکارا به چشم می بینی ولی برای دیدن دریا نیاز به دلیل ذهنی داری، منبع افکار نیز که خود زندگی است از نظرت پنهان است، اما سروصدا و هیاهوی من ذهنی برایت آشکار و قابل شنیدن است.

**نکته:** ما انسان‌ها برای اثبات وجود خداوند با یکدیگر مشغول بحث و جدل هستیم تا ببینیم چه کسی بهتر می‌تواند خدا را با استدلال ذهنی اثبات کند. اما حاضر نیستیم که از ذهن بیرون آمده و عیناً به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شویم.

## نفی را اثبات می‌پنداشتیم

### دیده معدوم‌بینی داشتیم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۲)

ما با استفاده از استدلال‌های من‌ذهنی و زندگی کردن برحسب آن، دراصل زندگی را نفی می‌کردیم اما در خیال این کار را اثبات زندگی می‌دانستیم. تصور می‌کردیم که در این لحظه ابدی مستقر شده و دیگر از ذهن جدا شده‌ایم و به بی‌نهایت خداوند زنده می‌شویم. غافل از این‌که با چشم من‌ذهنی معدوم‌بین و نیست‌بین به جهان نگاه می‌کردیم.

**نکته:** در اصل ما انسان‌ها «جسم به‌علاوه انکار جسم» هستیم، یعنی باید با انکار آن جسمی که ذهنمان نشان می‌دهد دائماً بگوییم ما این جسم نیستیم و آن را به مرکزمان نیاوریم.

## دیده‌ای کاندُر نَعاسی شد پدید

### کی تواند جز خیال و نیست دید؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۳)

نَعاس: چُرت، در این‌جا مطلقاً به‌معنی خواب

چشمی که در خواب ذهن فرورفته است و خودش را من‌ذهنی می‌داند، چگونه ممکن است چیزی به‌جز توهم همانیدگی‌های زوال‌پذیر را ببیند؟

[به بیان دیگر ما ابتدا با چیزها همانیده می‌شویم و خود را به‌عنوان من‌ذهنی شناسایی می‌کنیم. سپس در خواب ذهن فرورفته و چشم عدم‌بین را از دست می‌دهیم. به‌این‌ترتیب فضای گشوده‌شده و اصل ما جای خود را به فضای توهمی ذهن می‌دهد که هرآن‌چه به ما نشان می‌دهد برایمان واقعی و جدی جلوه می‌کند، درنتیجه حقیقت وجودی ما که عدم و بی‌نهایت خداوند است، ارزش خود را برای ما از دست می‌دهد.]

## لاجرَم سرگشته گشتیم از ضلال چون حقیقت شد نهران، پیدا خیال

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۴)

به ناچار بر اثر گمراهی و گم شدن در فکرهایمان حیران و سرگشته گشتیم، زیرا حقیقت که خداوند و زنده شدن به اوست از دیدگان ما پوشیده ماند و خیالات و فکرای همانیده بی اساس آشکار شد.

**نکته ۱:** تمام فکرها چون کفی از دریای زندگی برخاسته‌اند. بنابراین افکار جدی نیستند و نباید به مرکز ما راه یابند.

**نکته ۲:** ما به جای این که به منشأ و خاستگاه فکرها توجه کنیم، آن‌ها را جدی گرفته دچار هیجاناتی مانند عصبانیت، خشم، رنجش و کینه می‌شویم، چراکه از حقیقت دور هستیم.

## این عدم را چون نشاند اندر نظر؟ چون نهران کرد آن حقیقت از بصر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۵)

خداوند این عدم یعنی من‌ذهنی و همانیدگی‌ها را، چگونه در نظر مردم به‌عنوان وجود جای داده؟ و چگونه آن حقیقت را که خودش است، از نظر آنان پنهان کرده‌است؟

**نکته:** ما با همانیده شدن با چیزها هشیاری جسمی پیدا کرده و این نوع هشیاری را حقیقت می‌پنداریم؛ در نتیجه هر لحظه زندگی را به مانع، مسئله، درد و دشمن تبدیل می‌کنیم. حال ما باید از این خواب برخیزیم. هشیاری نظر پاداش بیداری از همین خواب است.

## آفرین ای اوستاد سحرَباف که نمودی مُعرضان را دُرد، صاف

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۶)

دُرد: لُردِ شراب، آنچه ته‌نشین می‌شود.

آفرین بر تو ای خداوند، ای استادِ ساحر که تیرگیِ همانیدگی‌ها را در نظر من‌های ذهنی به‌جای خودت و فضای گشوده‌شده، صاف و زلال نمایاندی.

## ساحران مهتاب پیمایند زود پیش بازرگان و زر گیرند سود (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۷)

ساحران مهتاب را در برابر چشم تاجران سریعاً اندازه گرفته، می‌فروشند و در نتیجه سود می‌برند.

[به عبارتی انسان‌های من‌ذهنی با فکر و عمل کردن برحسب هشیاری جسمی، دائماً به انسان‌های دیگر تلقین می‌کنند که چگونه با زیاد کردن همانیدگی‌ها از آن‌ها زندگی بگیرند.]

**نکته ۱:** هر کس هشیاری جسمی را به‌جای هشیاری حضور بخرد، یعنی به‌عنوان من‌ذهنی فکر و عمل کند، درواقع مثل این است که مهتاب می‌خرد، ولی می‌پندارد که پارچه خریده‌است.

**نکته ۲:** ما با همانیده کردن فرزندانمان با چیزها، به آن‌ها تلقین می‌کنیم که انباشتن و زیاد کردن همانیدگی‌ها به آن‌ها زندگی خواهد داد. این کار نیز مانند فروختن مهتاب به‌جای پارچه امری بی‌حاصل است.

## سیم بربایند زین‌گون پیچ پیچ سیم از کف رفته و کرباس هیچ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۸)

سیم: نقره، در این‌جا مراد پول و سرمایه است.

ساحران، انسان‌های من‌ذهنی، این‌گونه با داشتن هشیاری جسمی و پیچیدن در همانیدگی‌ها، زندگی خود و دیگر انسان‌ها را ربوده‌اند؛ این درحالی‌ست که تمام سرمایه‌شان از بین رفته، ولی هیچ کرباسی هم عایدشان نشده‌است.

## این جهان جادوست، ما آن تاجریم که ازو مهتاب پیموده خریم (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۹)

این جهان مانند جادوگر است و دیدن برحسب همانیدگی‌ها سحر و جادوی آن، و ما آن تاجری هستیم که زندگی خود را می‌دهیم، ولی جز مهتاب پیموده چیزی نمی‌خریم و عایدمان نمی‌شود.

## گَز کند کرباس، پانصد گز، شتاب ساحرانه او ز نور مهتاب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۰)

گَز کُند: اندازه بگیرد، به اصطلاح مِتر کند.

دنیا مانند ساحران بدون هیچ مهلتی با شتاب و عجله، پانصد متر از نور مهتاب را به عنوان پارچه اندازه گرفته، آن را به انسان‌های من‌ذهنی تحویل می‌دهد. [به عبارتی انسان‌های من‌ذهنی به امید زندگی گرفتن از جهان بیرون، با چیزهای زیادی همانیده شده، آن‌ها را در مرکز خود قرار می‌دهند؛ این درحالی‌ست که هیچ‌کدام از همانیدگی‌ها زندگی ندارد.]

## چون سِتد او سیمِ عمرت، ای رَهِ سیم شد، کرباس نی، کیسه تهی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۱)

رَهِ: غلام، بنده

ای بنده دنیا، همین‌که با همانیده شدن با چیزها، دنیا طلا و نقره عمرت را از تو بگیرد، در این صورت خواهی دید که لحظات نقد زنده بودن در این تن، با یک‌سری باورهای توهمی که همواره در پی افزودن بر همانیدگی‌ها بودی، به هدر رفته، عمرت تمام شده، درحالی‌که کرباسی هم نصیب تو نشده و کیسه عمرت خالی از محصول است.

**نکته ۱:** طبق این بیت باید هرکسی خودش را از جادوگری همانیدگی‌ها درآورد و به خود بگوید من جادوگر نیستم.

**نکته ۲:** هر شخصی که به دیگر انسان‌ها می‌گوید چگونه زندگی کنند، در واقع او جادو شده و زیر سحر همانیدگی‌هاست؛ بنابراین هم زندگی خود و هم زندگی دیگران را خراب خواهد کرد.

## قُلْ أَعُوذُ بِكَ يَا أَحَدٌ

هین ز نَفَّات، افغان وَز عَقْد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۲)

قُلْ: بگو.

أَعُوذُ: پناه می‌برم.

نَفَّات: بسیار دمنده

عَقْد: گره‌ها

در این صورت باید «قُلْ أَعُوذُ» را بخوانی و بگویی که ای خداوند یگانه، به فریاد رس از دست این دمندگان و این گره‌ها.

**نکته ۱:** ما نباید من‌ذهنی و دیدن برحسب آن، همانش، پندار کمال و ناموس را شوخی بگیریم، بلکه باید هر لحظه از شر آن‌ها فضا را گشود و به خدا پناه برد.

**نکته ۲:** هر همانیدگی یک گره، و عمل کردن براساس آن نیز دمیدن بر آن گره است، یعنی ایجاد خرابکاری و درد در جهان. حال برای رهایی از این گره‌ها، هیچ راهی جز پناه بردن به خدا وجود ندارد.

**نکته ۳:** انسان من‌ذهنی در دمیدن در گره همانیدگی‌ها، با دیگر من‌های ذهنی مسابقه گذاشته و از آن‌ها پیشی گرفته‌است.

## می‌دمند اندر گره آن ساحرات

الغیث المُستغاث از بُرد و مات

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۳)

ساحرات: ساحران زن

الغیث: کمک، یاری، فریادرسی

المُستغاث: فریادرس، کسی که به فریاد درماندگان می‌رسد.

آن زنان جادوگر در گره‌های افسون می‌دمند، ای خداوند دادرس به فریادم رس از غلبه و مقهور شدنم به دست دنیا.

[ما در شب همانیدگی‌ها سحر شده و نسبت به مرکز عدم کور شده‌ایم. باز شدن فضا، تبدیل شب همانیدگی‌ها به صبح حضور و به صورت خورشید از مرکز خود طلوع کردن، به دست زندگی انجام می‌شود نه با سبب‌سازی ذهن.]

(قرآن کریم، سوره فلق (۱۱۳)، آیه ۱-۵)

«قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ» (۱)

«بگو به پروردگار صبحگاه پناه می‌برم.»

«مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ» (۲)

«از شر آنچه بیافریده‌است.»

[هر چیزی که ذهن نشان بدهد و به مرکز ما راه یابد، شر است.]

«وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ» (۳)

«و از شر شب چون درآید.»

[وقتی از طریق همانیدگی‌ها عمل کنیم، وارد شب ذهن شده و دشمن، درد، مانع و مسئله ایجاد می‌کنیم.]

«وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ» (۴)

«و از شر جادوگرانی که در گره‌ها افسون می‌دمند.»

[ما در ذهن همان جادوگرانی هستیم که برحسب همانیدگی‌ها می‌بینیم.]

«وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ» (۵)

«و از شر حسود چون رشک می‌ورزد.»

[مهم‌ترین خاصیت من‌ذهنی مقایسه است. هنگام حسادت انسان از ریشه قطع شده و نمی‌تواند براساس زندگی، حس زندگی کند. بنابراین ای خداوند از شر حسادت من‌ذهنی خودم که دائماً برای من و دیگران مزاحمت ایجاد می‌کند به تو پناه می‌برم.]

لیک برخوان از زبان فعل نیز

که زبان قول سست است ای عزیز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۴)

ای عزیز من، ای انسان، این سوره را با زبان عمل نیز بخوان زیرا زبان ذهن که فقط حرف می‌زند و عمل نمی‌کند، ناتوان است.

در زمانه مر تو را سه همراهند  
آن یکی وافی و این دو غدرمند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۵)

غدرمند: فریبکار، نیرنگ‌باز

تو در این روزگار، سه همراه و رفیق داری که یکی از آن سه یار، باوفاست و آن دو نفر دیگر فریبکارند.

آن یکی یاران و، دیگر رخت و مال  
و آن سوم وافی‌ست، آن حسن‌الفعال

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۶)

حَسَنُ الْفِعَالِ: اعمال نیک

آن دو همراه که فریبکارند، یاران و مال ما هستند. و آن دیگری که وفادار است عمل نیک یا عملی‌ست که به‌وسیله هشیاری با مرکز عدم انجام می‌شود.

مال ناید با تو بیرون از قُصور  
یار آید، لیک آید تا به گور

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۷)

مال از خانه‌ها و کاخ‌های تو خارج نشود و همراه تو نیاید، اما دوست همراه تو می‌آید، منتهی تا لبِ گور.

چون تو را روز آجل آید به پیش  
یار گوید از زبانِ حالِ خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۸)

هنگامی که اجلت فرا می‌رسد و تو می‌میری، دوست تو و انسان‌هایی که با آنها همانیده بودی، با زبان حال می‌گویند، [ادامه در بیت بعد]



تا بدین جا بیش همره نیستم

بر سرِ گورت زمانی بیستم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۹)

من تا این جا بیشتر همراه تو نمی‌آیم، و اندکی هم بر سرِ گورت می‌ایستم.

فعلِ تو وفا فیست، زو کن مُلتَحَد

که درآید با تو در قعرِ لَحَد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۰)

مُلتَحَد: پناهگاه

فقط فعل و عمل تو است که وفادار است، پس باید آن را پناه خود بگیری، چراکه فعل و عمل تو تا اعماق گور می‌آید و تو را همراهی می‌کند.

[به عبارتی اگر ما به حضور زنده شویم و هشیاری نظر پیدا کنیم، در این صورت هنگامی که اجل می‌آید و جسم فرومی‌ریزد، آن هشیاری با ما خواهد بود، اما اگر در ذهن باقی مانده و با چیزها هم هویت شده باشیم هنگام مرگ، تمام همانیدگی‌ها ما را رها کرده، خواهند رفت و تنهایمان خواهند گذاشت.]

چشم او مانده‌ست در جویِ روان

بی‌خبر از ذوقِ آبِ آسمان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۵)

چشم انسان من‌ذهنی در این لحظه به علت نیازمندی به جهان، به آنچه که ذهن نشان می‌دهد و فکرهای پشت‌سرهم که مانند جویی روان از ذهنش می‌گذرد دوخته شده‌است و از ذوق آب آسمان گشوده‌شده درون که در اثر فضاگشایی می‌جوشد و بالا می‌آید بی‌خبر است.

مَرکَبِ هَمَّتِ سَوی اسبابِ راند

از مُسَبِّبِ لاجَرَمِ محروم ماند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۶)

لاجرَم: به‌ناچار

انسانی که من‌ذهنی دارد، تمام همت و اراده خود را در سبب‌سازی و علت‌ومعلول کردن چیزها

و از وضعیتی به وضعیت دیگر رفتن، قرار داد؛ بنابراین او از مُسَبِّب که تمام وضعیت‌ها را ایجاد می‌کند غافل ماند.

**نکته:** اگر جوی روانِ ذهن ما را رها نمی‌کند و مرتب از یک فکر همانیده به فکر همانیده دیگر می‌پریم، در این صورت فقط باید به این موضوع آگاه بوده، آن را در هشیاری خود نگه داریم و بدانیم که فکرهای همانیده به ما کمک نخواهند کرد؛ آن‌گاه ناگهان جوی روانِ فکرها قطع و فضا باز خواهد شد.

## آن‌که بیند او مُسَبِّب را عیان کی نهد دل بر سبب‌های جهان؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۷)

آن کسی که فضا را باز کرده و آشکارا سبب‌ساز و به‌وجودآورندهٔ اتفاقات را می‌بیند و درمی‌یابد که خداوند با خرد فضای گشوده‌شده و از طریق «کُنْ فَکَانَ» کارها را درست می‌کند، در این صورت او کی دل‌بستهٔ قوانین علّت و معلول و سبب‌سازی ذهن می‌شود و از فکری به فکر دیگر می‌پرد؟

## چون شدی مَن کانَ لِلَّهِ از وَلَّهِ من تو را باشم، که کانَ لِلَّهِ لَهُ

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۹)

وَلَّهِ: حیرت

[مولانا از زبان خدا می‌گوید] ای انسان وقتی فضا را گشودی، به آنچه ذهن نشان می‌دهد اهمیت ندادی و از شدت عشق حیران و شیدا شده، تماماً برای من شدی، در این صورت من نیز برای تو می‌شوم.

**حدیث**

«مَن کانَ لِلَّهِ کانَ لِلَّهِ لَهُ.»

«هرکه برای خدا باشد، خدا نیز برای اوست.»

## سِرِّ مَوْتُوا قَبْلَ مَوْتِ اَيْنَ بُوَد كَزِ پَسِ مُرْدَن، غَنِيْمَتِهَا رَسَد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳۷)

راز «بمیرید قبل از این که مرگ طبیعی شما فرارسد.» چیست؟ پس از مُردنِ اختیاری و هشیارانه من ذهنی، پاداش و غنائم می‌رسد، یعنی به بی‌نهایت خداوند زنده می‌شوید و شادی و آرامش بی‌سبب شما را فرامی‌گیرد؛ پس حدیث «بمیرید قبل از این که بمیرید» را اجرا کنید.

**نکته ۱:** باید در خود بازبینی کنیم که آیا ما نسبت به ذهن می‌میریم؟ یا نه هرچه بیشتر داریم به من ذهنی زنده می‌شویم و می‌خواهیم من ذهنی خودمان را با دیگر من‌های ذهنی مقایسه کنیم و پیش بیفتیم؟

**نکته ۲:** برای این که بمیریم باید فضا را باز کنیم و چیزهایی را که ذهن نشان می‌دهد جدی نگیریم.

**حدیث**

«مَوْتُوا قَبْلَ اَنْ تَمُوْتُوا.»

«بمیرید پیش از آن که بمیرید.»

## در خبر بشنو تو این پند نکو بَيْنَ جَنْبَيْكُمُ لَكُمْ اَعْدَى عَدُو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۶)

تو این اندرزِ خوب را که در یکی از احادیثِ شریف آمده بشنو و به آن عمل کن: «سرسخت‌ترین دشمن شما در درونِ شماست.»

[به عبارتی فکر و عمل کردن برحسب هشیاری جسمی و همانندگی‌هایی که در مرکز گذاشته‌ایم، سرسخت‌ترین دشمن ماست، بنابراین درمورد این دشمن نباید فقط با ذهن حرف بزنیم، بلکه باید عمل بکنیم.]

**حدیث**

«اَعْدَى عَدُوْكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنْبَيْكَ.»

«سرسخت‌ترین دشمن تو، نفسِ تو است که در میانِ دو پهلویت (درونت) جا دارد.»

تو به هر صورت که آبی بیستی  
 که منم این، واللّه آن تو نیستی  
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴)

ای انسان تو به هر صورت ذهنی اعم از سیاسی، معنوی، دردمند، محتاج، زشت و زیبا که بیایی و بر آن اساس خود را به دیگران نشان بدهی و بگویی هویت من این است و من همین من ذهنی هستم، در این صورت من به تو می‌گویم به خدا سوگند که تو هیچ‌کدام از این تصاویر نیستی.

این تو کی باشی؟ که تو آن اَوْحَدی  
 که خوش و زیبا و سرمست خودی  
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۶)

بنابراین چگونه ممکن است این من ذهنی که بر اساس همانندگی‌ها آن را ایجاد کرده‌ای، هویت حقیقی تو باشد. بلکه تو اَلست و آن یکتایی هستی که همیشه سرمست وجود حقیقی خویش هستی و شادی بی‌سبب داری.  
**نکته:** مردم من ذهنی خود را به همدیگر نشان می‌دهند، بر آن اساس خود را توصیف کرده و می‌گویند من این هستم.

دیده‌ای کاو از عَدَم آمد پدید  
 ذاتِ هستی را همه معدوم دید  
 (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۶)

هر چشمی که برحسب همانندگی پدید می‌آید، ذات هستی، خداوند و «من اصلی» انسان را بی‌ارزش، معدوم و هیچ می‌بیند.  
**نکته:** علت این که ما در ذهن زیاد حرف می‌زنیم، برحسب سبب‌سازی ذهن فکر و عمل کرده و وقت را تلف می‌کنیم، این است که با چشم ذهن خداوند را بی‌ارزش می‌دانیم و اهمیتی برای حقیقت وجودی خویش قائل نیستیم.

## ای دهنده عقل‌ها، فریاد رس تا نخواهی تو نخواهد هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۳۸)

خداوندا، ای دهنده عقل‌ها به فریاد ما برس، زیرا اگر تو نخواهی، هیچ‌کس نخواهد خواست. یعنی عملاً من با فضاگشایی مرکز را عدم می‌کنم و عدم نگه می‌دارم و اگر تابه‌حال با من ذهنی یا سبب‌سازی ذهن چیزی می‌خواستم، دیگر نمی‌خواهم، بلکه می‌خواهم خداوند با «قضا و کُنْ فِکَانِش» بخواهد و روی من کار کند، ولو این‌که از نظر ذهن بی‌مراد می‌شوم. به بیانی دیگر، من نسبت به عقل من ذهنی‌ام کر شده و به عقل کل یا عقل خدا گوش می‌کنم.  
**نکته:** برای این‌که خداوند «بخواهد»، ما باید فضا را باز و مرکز را عدم کنیم و عدم نگه داریم.

## سَحْرَ الْعَيْنِ چه باشد، که جهان خشک نماید

### برِ عام و برِ عارف چو گلستانِ رضایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷)

سَحْرَ الْعَيْنِ: سحر کرد چشم‌ها را، اقتباس از آیه ۱۱۶ سوره اعراف، مجازاً هر چیز بیرونی که به دید ذهن ما یا به چشم سحرشده ما، ما را از حوادث مصون می‌دارد.  
سحر شدن و دیدن برحسب همانیدگی‌ها چه ارزشی دارد، درحالی‌که جهان پیش انسان‌های عادی که من‌ذهنی دارند و با هشیاری جسمی عمل می‌کنند بی‌مزه و بی‌جان است و برای انسان‌هایی که با زندگی یکی شده‌اند، تبدیل به گلستان رضا شده‌است.  
**نکته:** باید بدانیم که هر موقع فضا را باز می‌کنیم، از جنس خداوند و گلستان رضا می‌شویم و هر موقع فضا را می‌بندیم از جنس شیطان شده، خشک می‌شویم، درنتیجه روی یکدیگر اثر بد گذاشته و جهان را خراب می‌کنیم. بنابراین باید از خود بپرسیم چرا همانیدگی‌ها و دیدن برحسب جسم این‌قدر برایمان مهم و جدی‌ست و چرا باید زیر نفوذ جسم‌ها باشیم؟

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۱۱۶)

«قَالَ أَلْقُوا فَلَمَّا أَلْقَوْا سَحَرُوا أَعْيُنَ النَّاسِ وَاسْتَرْهَبُوهُمْ وَجَاءُوا بِسِحْرِ عَظِيمٍ.»

«گفت: شما بیفکنید. چون افکندند، دیدگان مردم را جادو کردند و آنان را ترسانیدند و جادویی عظیم آوردند.»

[ما در ذهن جادوگران فرعون هستیم و با همانیده شدن با چیزها مار درست می‌کنیم و آنها را زندگی می‌دانیم، درحالی‌که متوجه نیستیم حرکت فکرها در ذهن، زندگی نیستند. حال اگر یک موسی یا انسان فضاگشایی بیاید و مرکز را عدم کند، دراین‌صورت این فضای باز شده مانند ازدهایی مارهای همانیدگی و فکرهای مسلسل‌وار را می‌خورد.]

## چون درافگندت در این آلوده روز دم به دم می‌خوان و می‌دم قلّ اعوذ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۹۱)

روذ: رود

قلّ: بگو.

اعوذ: پناه می‌برم.

هرگاه دنیا تو را در رود کثیف و آلوده خود افکند، یعنی هرگاه دنیا سبب شد که آلوده هشیاری جسمی و دردها شوی، دراین‌صورت لحظه‌به‌لحظه «قلّ اعوذ» را بخوان و فوت کن. به‌عبارتی دیگر باید هر لحظه از شرّ فکرهای همانیده و آلوده‌به‌درد با فضاگشایی به خدا پناه ببریم.

## تا رهی زین جادوی و زین قلّ استعادت خواه از ربّ الفلق

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۹۲)

قلّ: اضطراب و پریشانی

استعادت: استعاذه، پناه خواستن

ربّ الفلق: پروردگار بامداد، پروردگار آفریدگان

برای این‌که از جادو شدن و دیدن برحسب همانیدگی‌ها و اضطراب و دردهای من‌ذهنی رها شوی، از پروردگاری که تبدیل‌کننده شب ذهن به روز حضور و گشاینده بامداد هشیاری است پناه بخواه.

## ز آن نبی دُنیا را سَحّاره خواند کاو به افسون خلق را در چه نشاند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۹۳)

سَحّاره: بسیار جادوکننده

ای انسان، پیامبر به این دلیل دنیای مورد علاقه تو را سحاره و جادوگر نامید که این جادوگر

سبب افسون و جادو شدن انسان‌ها می‌شود و هرآنچه را ذهنشان نشان می‌دهد به مرکزشان می‌آورد تا برحسب آن ببینند. بدین ترتیب دنیا انسان‌ها را با این ذهن همانیده و مرکز انباشته از چیزهای مادی در چاه ذهن نشانده است.

## هین فسون گرم دارد گنده پیر کرده شاهان را دم گرمش اسیر (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۹۴)

به هوش باش که این پیرزن گنبدیده دنیا افسونی گرم و مؤثر دارد که انسان از آن خوشش می‌آید. او با دم گرم و گیرای خود، شاهان یا انسان‌هایی را که ذاتاً از جنس زندگی هستند اسیر کرده و همانیدگی‌های مختلف را به مرکزشان آورده، به طوری که آن‌ها از جنس جسم شده‌اند.

**حدیث**

«احْذَرُوا الدُّنْيَا فَإِنَّهَا أَسْحَرُ مِنْ هَارُوتَ وَمَارُوتَ.»

«بپرهیزید از دنیا که همانا جادوگرتر از هاروت و ماروت است.»

## در درون سینه نَفَّات، اوست عُقده‌های سِحْر را اثبات اوست (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۹۵)

نَفَّات: جمع نَفَّاتَة، به معنی بسیار دمنده

در درون سینه هر انسانی دمندگی جادوگر دنیا است که از طریق منذهنی چیزهای بیرونی را می‌دمد و به مرکز انسان می‌آورد و انرژی منفی آن را نصیبش می‌کند. بدین ترتیب گره‌های جادو و سحر یا همانیدگی‌ها و دردها نیز به جای خداوند در مرکز انسان جایگزین و محکم می‌شود. اثر منفی انسان‌ها روی یکدیگر ناشی از جادو شدن آن‌ها و محکم شدن گره‌های سحر دنیا است.

**نکته:** دنیا جادوگری است که می‌تواند از طریق ذهنمان همانیدگی‌ها را به مرکزمان هل بدهد. با تأمل روی خودمان و بقیه می‌توانیم محکم شدن گره‌های جادوی دنیا را در مرکزمان دریابیم و متوجه ارتعاش منفی آن روی خودمان و بقیه شویم.

## ساحره دنیا قوی دانا زنی ست حَلِّ سِحْرِ او به پای عامه نیست (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۹۶)

جادوگر دنیا در مثل مانند پیرزنی بسیار دانا است که به صورت من‌ذهنی جلوه می‌کند و با سحر خود، چیزها را به مرکز انسان می‌آورد تا انسان برحسب آن فکر و عمل کند. گشودن و حل این سحر، کار عامه مردم نیست که من‌ذهنی دارند و در سبب‌سازی ذهن با علت و معلول کار می‌کنند؛ بلکه باید با فضاگشایی و ارتعاش فضای گشوده‌شده این سحر را باطل کرد.

## ور گشادی عقد او را عقل‌ها انبیا را کی فرستادی خدا؟ (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۹۷)

اگر عقل آدم‌های معمولی که من‌ذهنی دارند می‌توانست گره‌های سحر همانندگی دنیا را بگشاید و قدرت تشخیص این جادو را داشت، در این صورت خدا پیامبران را نمی‌فرستاد.  
**نکته:** حال متوجه می‌شویم چرا وضع بشریت و خودمان این قدر خراب است و اشکالمان چیست. اشکالمان این است که ما قادر نیستیم با عقل من‌ذهنی گره‌های این سحر را باز کنیم.

## هین طلب کن خوش‌دمی عقده‌گشا رازدانِ یَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۹۸)

به هوش باش و کسی را طلب کن که هم خوش‌نفس است و هم گره‌گشا، یعنی زنده به عشق است و براساس مرکز عدم و فضای گشوده‌شده حرف می‌زند و انرژی می‌فرستد. انسان فضاگشایی را بطلب که راز آیه «يَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ»، «خدا هرچه بخواهد می‌کند.» را می‌داند، به ذهنش نمی‌رود و از طریق سبب‌سازی ذهن عمل نمی‌کند؛ بلکه از طریق «قضا و کُنْ فَكَان» عمل می‌کند.

**نکته:** با سبب‌سازی در ذهن و با دانش تئوری نمی‌توانیم رازدان «يَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ» شویم، بلکه باید در عمل فضا را بگشاییم تا به رازی که زندگی آن را می‌داند پی ببریم.



(قرآن کریم، سوره آل عمران (۳)، آیه ۴۰)

«... كَذَلِكَ اللَّهُ يَفْعَلُ مَا يَشَاءُ.»

«...بدان سان که خدا هرچه بخواهد می‌کند.»

### همچو ماهی بسته استت او به شست

شاهزاده ماند سالی و، تو شصت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۹۹)

شست: قلاب ماهیگیری

ای انسان، این ساحره دنیا هشیاری تو را مانند ماهی به قلاب خود گرفتار کرده‌است. آن شاهزاده یک سال اسیر دنیا شد، اما تو به‌جای یک سال شصت سال است که اسیر همانیدگی‌های مرکزت و چیزهایی شده‌ای که به ذهنت می‌آوری. تا کی می‌خواهی اسیر این قلاب باشی؟ چرا از اختیارت استفاده نمی‌کنی و با فضاگشایی از قلاب آزاد نمی‌شوی؟

### شصت سال از شست او در محنتی

نه خوشی، نه بر طریق سنتی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۰۰)

محنت: درد، رنج

ای انسان، شصت سال است که در قلاب و دام همانیدگی‌های دنیا دچار رنج و عذاب هستی؛ نه شادی بی‌سبب و حقیقی داری و نه برحسب خواسته خدا و زندگی و برطبق سنت عارفان بزرگ که فضاگشایی است عمل می‌کنی.

### فاسقی بدبخت، نه دنیات خوب

نه رهیده از وبال و از ذنوب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۰۱)

فاسق: گناهکار، تباہکار

وبال: سختی، عذاب

ذنوب: جمع ذنب، به معنی گناه

تو در من‌ذهنی، تبه‌کار بدبختی هستی که با وجود همانیدگی‌های بسیاری که در مرکزت داری، نه دنیات خوب است و نه آخرت. بنابراین از عذاب و بدبختی همانیدگی‌ها و از گناهان رها

نشده‌ای و با سبب‌سازی قدرت بیرون آمدن از ذهن را نخواهی داشت.

نَفَخِ او این عَقده‌ها را سخت کرد

پس طلب کُن نَفخه خَلَقِ فَرَد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۰۲)

نَفَخ: دَم، نَفَس

دمیدن دنیا و من‌ذهنی‌ات که با انقباض تو و آوردن چیزها به مرکز اتفاق می‌افتد گره‌های همانیدگی و درد را بسیار محکم کرده‌است. پس منبسط شو، فضا را بگشا و نَفخه خداوند یا دَم خلق‌کننده یکتا را طلب کن.

**نکته:** دو جور دَم داریم. اولی بر اثر انقباض ما و توسط من‌ذهنی دمیده می‌شود و دومی پس از انبساط ما و توسط زندگی.

تا نَفَخْتُ فیهِ مِنْ رُوحی تو را

وارهاند زین و، گوید: برتر آ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۰۳)

نَفَخْتُ فیه: دمیدم در او.

رُوحی: روحم، روح من

تا در اثر فضاگشایی تو، آن دمی که خداوند لحظه‌به‌لحظه از روح و هشیاری خودش در تو می‌دمد و همان «نَفَخْتُ فیهِ مِنْ رُوحی» است، تو را از سِحَر دنیا و همانیدگی‌ها برهاند و بگوید: «با مرکز عدم بالاتر بیا و والاتر شو.»

(قرآن کریم، سوره حَجَر (۱۵)، آیه ۲۹)

«فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ.»

«چون آفرینشش را به پایان بردم و از روح خود در آن دمیدم، در برابر او به سجده بیفتید.»

جز به نَفَخِ حق نسوزد نَفَخِ سِحَر

نَفَخِ قهر است این و، آن دَم نَفَخِ مِهَر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۰۴)

افسون سحر همانیدگی‌ها را فقط با فضاگشایی و با جاری شدن دم ایزدی می‌توان سوزاند و از

بین برد، زیرا دمیدن دنیا و افسون ساحرانۀ همانیدگی‌ها قهر خداست، درحالی‌که دمِ زندگی، دمِ مهر و عشق خداست.

**نکته ۱:** غیر از نَفَخِ خداوند که با فضای گشوده‌شده به ما دمیده می‌شود، هیچ چیزی نَفَخِ سحر را باطل نمی‌کند.

**نکته ۲:** سبب‌سازی ذهن یا هر کارِ ذهنی که در ذهن انجام دهیم، به نَفَخِ قهر کمک می‌کند، نه به نَفَخِ مهر. مادامی که در ذهن زندگی کنیم، نَفَخِ خداوند که دمِ عشق است به ما نمی‌رسد.

**نکته ۳:** اگر فضا را بگشاییم، دمِ ایزدی که نَفَخِ عشق است هر لحظه ما را زنده و مشکلاتمان را حل می‌کند، فکرهای خلاق می‌آفریند، کائنات را به تعظیم در مقابل ما وامی‌دارد و درون و بیرون زندگی ما از رحمت ایزدی متبرک می‌شود.

### رحمتِ او سابق است از قهرِ او

### سابقی خواهی، برو سابقِ بَجُو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۰۵)

سابقی: سبقت

سابق: شخصِ پیشتاز، سابقون: پیشی‌گیرندگان در ایمان و عمل صالح

رحمت خداوند و لطف و کمک او در این لحظه، از قهر او که موجب اجرای قوانینش می‌شود بیشتر است. ولی تو با آوردن چیزها به مرکزت خود را از آن محروم کرده‌ای. اگر می‌خواهی از همه پیشی بگیری و از جنسِ زندگی شوی، برو آن سابق را بجو که خود زندگی است و یا کسی مثل مولانا را پیدا کن که به خدا زنده شده‌است و می‌تواند به تو کمک کند.

(قرآن کریم، سوره واقعه (۵۶)، آیه ۱۰)

«وَالسَّابِقُونَ السَّابِقُونَ»

«سه دیگر، آن‌ها که سبقت جسته بودند و اینک پیش افتاده‌اند.»

### تا رسی اندر نفوسِ زُوَجَّتْ

### کای شه مسحور، اینک مَخْرَجَتْ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۰۶)

مَسْحُور: سحرزده، جادوشده

مَخْرَج: محلّ خروج، جای نجات و خلاصی

ای انسانِ سحرشده، تو لحظه‌به‌لحظه فضا را باز و مرکز را عدم کن تا با زندگی و با انسان‌های

زنده شده به خدا مانند مولانا همدم و قرین شده و از جنس آنها شوی و این راه نجات و خروج تو از سحر و جادوی همانیدگی هاست.

(قرآن کریم، سوره تکویر (۸۱)، آیه ۷)

«وَإِذَا النُّفُوسُ زُوِّجَتْ.»

«و چون روحها با تنها قرین گردند.»

## با وجود زال ناید انحلال در شبیکه و در بر آن پُردلال

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۰۷)

انحلال: گشوده شدن گره

شبیکه: دام و کمند

دلال: ناز و کرشمه

مادامی که پیرزن دنیا با تو همراه است یعنی من ذهنی داری و چیزهای ذهنی را به مرکزت می آوری، آزاد شدن از دام او و گشودن بندهایش اتفاق نخواهد افتاد. اگر در آغوش آن ساحره پُرفریب و عشوه گر باشی و با هرچه که نشانت می دهد همانیده شوی، سحر او باطل و گره هایش باز نمی شود.

## نه بگفته ست آن سراج اُمتان این جهان و آن جهان را ضرَّتَان؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۰۸)

سراج: چراغ

ضرَّة: هُوو

مگر پیامبر که چراغ هدایت ملت هاست نفرمود که این جهان و آن جهان یعنی جهانی که ذهن نشان می دهد و جهان فضای گشوده شده و حضور، مانند دو هُوو هستند؟

حدیث

«مَثَلُ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ كَمَثَلِ ضَرَّتَيْنِ بِقَدَرٍ مَا أَرْضَيْتَ إِحْدَاهُمَا أَسَخَطْتَ الْآخَرَى.»

«دنیا و آخرت همچون دو هُوو هستند که هر مقدار که آن یکی را خرسند سازی، دیگری را خشمگین کنی.»

## پس وصالِ این، فراقِ آن بُود صحتِ این تن، سقامِ جان بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۰۹)

سقام: بیماری، دردمندی

پس رسیدن به یکی، به معنای دور شدن و خداحافظی کردن از دیگری است. اگر انسان سلامتی و سرزندگی من‌ذهنی را بخواهد، در این صورت جان اصلی‌اش بیمار خواهد شد یعنی با رشد و قوی شدن من‌ذهنی، جان اصلی‌اش کم شده و او از خداییتش جدا می‌گردد. برعکس هرچه به خداییت خود بیشتر زنده شود، من‌ذهنی‌اش کوچک‌تر خواهد شد.

## سخت می‌آید فراقِ این ممر پس فراقِ آن مقر دان سخت‌تر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۱۰)

ممر: محل عبور

مقر: محل قرار گرفتن

در جایی که جدا شدن از چیزهایی که مانند جوی روان و به صورت فکر بعد از فکر از ذهن می‌گذرند بسیار سخت است، پس ای انسان، بدان که دور شدن از پایگاه و مقر این لحظه و جدایی از بی‌نهایت و ابدیت خداوند برای تو بسیار سخت‌تر است، زیرا زندگی‌ات را روزبه‌روز سخت‌تر کرده و تو را به جهنم خواهد رساند.

## چون فراقِ نقش، سخت آید تو را

## تا چه سخت آید ز نقاشش جدا

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۱۱)

در جایی که دور شدن و جدا شدن از آنچه ذهن نشان می‌دهد و شامل نقش‌ها و تصاویر ذهنی چیزها و آدم‌هاست، این قدر برای تو مشکل است، پس بین که جدا شدن و دور ماندن از خالق و نقاش این نقش‌ها که خداوند است چقدر مشکل خواهد بود.

**نکته:** ما در برابر این دنیای پست صبر نداریم. نقشی را که دنیا به ذهنمان می‌آورد به مرکزمان می‌آوریم و سریع و تند آن را دنبال می‌کنیم و از نقاش غافل می‌شویم. به عبارتی فراموش می‌کنیم نقش بی‌اهمیت است و ما قرار است به نقاش زنده شویم.

## ای که صبرت نیست از دنیایِ دون چونت صبرست از خدا؟ ای دوست، چون؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۱۲)

دُون: پست، نازل

ای دوست، ای انسان، تو که نمی‌توانی از دنیایِ حقیر و پست همانیدگی‌ها جدا شوی و با رعایت «آنصِتُوا» سرعت فکرها را کم کنی و صبر نداری و زندگی را از چیزهای ذهنی می‌خواهی، چگونه می‌توانی از خدا جدا شوی و بر فراق او صبر کنی و از زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت او دور بمانی؛ چگونه؟!

## چون‌که صبرت نیست زین آبِ سیاه چون صبوری داری از چشمهٔ اله؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۱۳)

تو که نمی‌توانی از این آب سیاهِ مخرب که از دنیا و چیزهای ذهنی و تأیید و توجه مردم به‌دست می‌آید جدا شوی و بر فراق آن صبر کنی، پس چگونه در دوری از چشمهٔ آب زندگی که می‌تواند از درونت بجوشد و عشق، شادی، حس امنیت، عقل خوب، قدرت، هدایت، خلاقیت و رضایت را نصیب کند، صبر می‌کنی و از این برکات خود را محروم می‌گردانی؟  
**نکته:** ما چشمهٔ خداوند را با باز نکردن فضا در مرکزمان کور کرده و راه آب سیاه تخریب‌کننده را از بیرون باز کرده‌ایم؛ وقت آن است که روی این موضوع تأمل کنیم.

## چون‌که بی این شُرب، کم داری سکون چون ز آبراری جدا وز یَشْرَبُون؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۱۴)

آبرار: نیکان

یَشْرَبُون: می‌نوشند.

وقتی تو بدون نوشیدن آب سیاهی که از همانیدگی‌های مرکزت می‌گیری و ویرانگر است، آرامش و سکون نمی‌یابی، چگونه می‌توانی از نیکان یا انسان‌های زنده‌شده به زندگی مانند مولانا و از شراب پاکی که زندگی به آنها می‌نوشاند جدا و دور باشی؟

**نکته:** اگر فضا را باز و مرکز را عدم کنیم، از زندگی شرابی می‌گیریم که بسیار گوارا و زنده‌کننده است و همان شرابی است که آبرار یا نیکان می‌نوشند؛ اما متأسفانه این کار را نمی‌کنیم، زیرا سکون نداریم و منتظریم از تندتند فکر کردن، چیز خوبی عایدمان شود که از آن زندگی بگیریم.

(قرآن کریم، سوره دهر (انسان) (۷۶)، آیه ۵)

«إِنَّ الْأَبْرَارَ يَشْرَبُونَ مِنْ كَأْسٍ كَانَ مِزَاجُهَا كَافُورًا.»

«همانا نوشند نیکان از جامی لبریز که آمیغ آن عطراگین است.»

گر ببینی یک نفسِ حُسنِ وِدود

اندر آتش افگنی جان و وجود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۱۵)

وِدود: بسیار مهربان و دوستدار، از نام‌های خداوند

اگر لحظه‌ای حُسن، زیبایی و لطف خداوند وِدود را ببینی یعنی مرکزت را عدم و فضا را باز کنی و به بی‌نهایت او زنده شوی، در این صورت جانِ من‌ذهنی و حسِ وجودِ ذهنی خود را در آتش می‌افکنی و می‌سوزانی.

جیفه بینی بعد از آن این شُرب را

چون ببینی کرّ و فرّ قُرب را

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۱۶)

جیفه: مردار

کرّ و فرّ: شکوه و زیبایی

قُرب: نزدیکی

هرگاه با فضاگشایی توانستی عشق، شادی بی‌سبب، رضایت، خلاقیت و پذیرش را تجربه کنی و متوجه شدی دور ماندن از مانع‌سازی، مسئله‌سازی، کارافزایی، غیبت، انتقاد و عیب‌جویی چقدر خوب و عالی است، این یعنی این‌که از جنس زندگی شده‌ای و دیگر انسان‌ها را از جنس زندگی می‌بینی و به مرحله قُرب و یکی شدن با خدا رسیده‌ای. در این صورت آبی را که از همانیدگی‌های مرکزت می‌آید و چیزهایی را که جهان بیرون به تو می‌دهد نمی‌خواهی، چون در نظرت مانند مُردار جِلوه می‌کنند.

همچو شهزاده رسی در یارِ خویش  
پس برون آری ز پا تو خارِ خویش  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۱۷)

بنابراین مانند آن شاهزاده به وصال یار و معشوق می‌رسی و با خدا و زندگی یکی می‌شوی؛  
آنگاه خارِ من‌ذهنی و دردهای آن را از پایت بیرون می‌آوری.

جهد کن، در بی‌خودی خود را بیاب  
زودتر، واللّٰهُ اَعْلَمُ بِالصَّوَابِ  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۱۸)

کوشش کن تا هرچه زودتر فضا را بگشایی، مرکز را عدم کنی و بی‌خود شوی و در بی‌خودی،  
خود اصلی‌ات را بیابی و بدان که خداوند به راستی و سبک درست زندگی داناتر و آگاه‌تر است.  
**نکته:** «وَاللّٰهُ اَعْلَمُ بِالصَّوَابِ»، یعنی ما اقرار می‌کنیم که من‌ذهنی ما با سبب‌سازی نمی‌داند و  
خداوند با فضاگشایی و مرکز عدم ما همیشه بهتر می‌داند، پس ما این عقل من‌ذهنی را  
می‌اندازیم و عقل او را می‌گیریم.

در حذرِ شوریدن شور و شر است  
رو توکل کن، توکل بهتر است  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۰۹)

حذر کردن از فضاگشایی، به تأخیر انداختن امر تبدیل و دودلی در رها کردن سبب‌سازی ذهن،  
باعث شور و شر درونی و پریشان‌حالی می‌شود. ای انسان، به‌جای تأخیر در ذهن برو و بر خدا  
توکل کن که توکل بهترین کار است و کمک می‌کند فضاگشایی کنی و به زندگی تبدیل شوی.  
**نکته:** اگر یک لحظه با فضاگشایی زیبایی خداوند را ببینیم، دیگر رهایش نمی‌کنیم. پس ما باید  
سعی کنیم این رشته فکری‌های پی‌درپی را با تلقین به این‌که همه این فکرها ذهنمان را نشان  
می‌دهند و مهم نیستند، پاره کنیم تا کمتر به مرکزمان بیایند.



با قضا پنجه مَزَن ای تند و تیز

تا نگیرد هم قضا با تو ستیز

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۰)

ای انسان اسیر در ذهن که هر لحظه، تندتند و بسیار تیز به چیزهایی که ذهنت نشان می‌دهد نگاه می‌کنی و آن‌ها را مهم دانسته و به مرکزت می‌آوری، در ذهنت سبب‌سازی نکن، به حکم «قضا و کُنْ فَکَانَ» اعتماد داشته باش و مقاومت و ستیزه با قضا را که در این لحظه می‌خواهد تعیین‌کننده فکر و عملت باشد کنار بگذار تا قضا هم با تو ستیزه نکند، اتفاقات بدی برایت رقم نزنند و تو را به درد و رنج دچار نکنند.

مُرده باید بود پیش حکم حق

تا نیاید زخم، از رَبُّ الْفَلَقِ

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۱)

رَبُّ الْفَلَقِ: پروردگار صبح‌گاه

در برابر حکم الهی و «قضا و کُنْ فَکَانَ» او، باید با پذیرش بی‌قید و شرط اتفاق این لحظه فضا را گشود و با من‌ذهنی صفر مانند مردگان تسلیم بود و هیچ‌گونه واکنش منفی مانند مقاومت، شکایت، خشم و رنجش یا دخالت ذهنی از خود نشان نداد تا بدین‌ترتیب از بارگاه پروردگاری که صاحب بامداد فضاگشایی، پایان‌بخش شب من‌ذهنی و گشاینده صبح حضور است، زخمی و قهری به انسان نرسد.

عقل کلّ را گفت: مازاغَ الْبَصَرُ

عقل جزوی می‌کند هر سو نظر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۰۹)

خداوند درباره عقل کلّ یا خردی که تمام کائنات را اداره می‌کند فرموده است: «چشم انسانی مانند مولانا که مرکزش عدم گشت و با عقل کلّ دید، به هیچ سویی منحرف نشد و به همان‌دگی‌ها توجه نکرد، بلکه فقط با فضاگشایی لحظه‌به‌لحظه، صاف به سوی زندگی رفت.»  
درحالی‌که عقل جزوی من‌ذهنی دائماً به سوها نگاه کرده و به همان‌دگی‌های مرکزش توجه می‌کند و به سوی هر چیزی که ذهنش نشان می‌دهد می‌رود.

**نکته:** ما نباید اجازه دهیم که ذهن یک چیزی را به مرکزمان بیاورد و ما را برای رفتن به جهت‌های ذهنی ترغیب کند، به طوری که حتی اگر یک دقیقه حضور داشته باشیم، یک دفعه حواسمان به چیزی که ذهن نشان می‌دهد جلب شود و آن چیز به مرکزمان بیاید و دوباره ما را به من‌ذهنی برگرداند.

(قرآن کریم سوره نجم (۵۳)، آیه ۱۷)

«مَا زَاغَ الْبَصَرُ وَمَا طَغَىٰ.»

«چشم خطا نکرد و از حد درنگذشت.»

[یعنی نباید چیزهای ذهنی به مرکزمان بیایند و برحسب آنها ببینیم.]

**عقلِ مازاغ است نورِ خاصگان**

**عقلِ زاغِ اُستادِ گورِ مردگان**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۱۰)

«عقلِ مازاغ» یا عقل خدا و خرد فضای گشوده‌شده، نور چشم انسان‌های خاصی همچون مولانا است که مدام فضا را باز و مرکز را عدم می‌کنند و به سوی چیزهای ذهنی و آفل منحرف نمی‌شوند. اما عقلِ زاغ، که نماد عقل من‌ذهنی است فقط به چیزهای بد توجه کرده، به هر سو نگاه می‌کند و استاد این است که انسان‌ها را به سوی ویرانی و تخریب هدایت کرده و در گور مردگان در ذهن مدفون کند.

**نکته:** همه ما می‌خواهیم با سبب‌سازی، که فکر کردن برحسب همانیدگی‌ها و دردهاست زندگی‌مان را درست کنیم، اما این امکان‌پذیر نیست.

**چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهیِ قَدَم را؟**

**نگرِ اولینِ قَدَم را که تو بس نکو نهادی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲)

قَدَم: دیرینگی، قدیم (مقابل حدوث)

ای انسان، چرا سعی در فهمیدن چگونگی عدم داری؟ چرا مرکزت را که از جنس خدا و بی‌مکان و بی‌فرم است با هم‌هویت شدن و درست کردن من‌ذهنی نشان‌دار می‌کنی؟ عدم به وسیله ذهن قابل فهم نیست، بلکه باید به آن تبدیل شوی. پس نگاه کن تا این لحظه را که اولین قدم زندگی

توست، با فضاگشایی درست برداشته و مرکزت را عدم کنی؛ زیرا نهاد تو بسیار نیکو و از جنس زندگیست.

**نکته ۱:** اگر ما دنبال چگونگی هستیم، حتماً همانیده شده‌ایم و درواقع دنبال چگونگی حال من ذهنی‌مان هستیم.

**نکته ۲:** من ذهنی درست کردن یعنی نشان‌دار کردن خداوند، که درواقع ما نیز امتداد او هستیم.

به گرد تو چو نگردم، به گرد خود گردم

به گرد غصه و اندوه و بخت بد گردم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۳۶)

خداوندا، اگر با فضاگشایی به این لحظه نیایم، به تو وصل نشوم و حول محور مرکز عدم نگردم و اداره امور زندگی خود را به دست تو نسپارم، دراین صورت حول محور من ذهنی خود خواهم گشت و برحسب سبب‌سازی آن فکر و عمل خواهم کرد، که جز ایجاد هیجانات منفی‌ای چون درد و غم و رنج حاصلی نخواهم داشت و حتماً اتفاقات بدی برای من خواهد افتاد.

این عدم خود چه مبارک جای است

که مددهای وجود از عدم است

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۳۵)

وقتی فضا را بگشاییم و مرکز را عدم کنیم، این مرکز عدم جای مبارکی است که به هر وجودی مدد می‌رساند؛ یعنی به جسم، هیجانات و فکر انسان کمک می‌کند. [بنابراین ما باید از عدم کمک بگیریم، نه آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد.]

نورِ دو دیده منی، دور مشو ز چشم من

شعله سینه منی، کم مکن از شرار من

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹)

ای زندگی، که به واسطه مرکز عدم نور چشمان من هستی و موجب شده‌ای تا چشم عدم‌بین در من باز شود و خرد کل زندگی‌ام را اداره کند، من هر لحظه فضای درونم را باز می‌کنم، پس از چشمانم دور نشو. همچنین به موجب این‌که مدام با ناظر شدن بر خود اجازه نمی‌دهم چیزی غیر

از عدم به مرکز م بیاید، قلب من از گرمای عشق تو زنده شده است؛ پس نور و حرارت آتش این عشق را از سینه ام کم مکن.

### پس بدان که خطایی رفته است که سَمَن زارِ رضا آشفته است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۳)

سَمَن زار: باغِ یاسمن و جای انبوه از درختِ یاسمن، آنجا که سَمَن روید.

[وقتی انسان حضور، شادی بی سبب و رضایت را از دست می دهد] متوجه می شود که حتماً خطایی از او سرزده است، یعنی یک چیز ذهنی را به مرکزش آورده و بر حسب عقل من ذهنی فکر و عمل کرده، و این موجب آشفته گی یاسمن زار رضا شده است.

### هر کجا دردی، دوا آنجا رَوَد هر کجا پستی ست، آب آنجا دَوَد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۹)

از آن جایی که هر کجا درد وجود داشته باشد، دارو و درمان همان جا می رود و هر کجا که پستی و گودی وجود داشته باشد، آب هم به همان سمت سرازیر می شود، بنابراین تمام دوا ی زندگی به سوی کسی می رود که تا جای ممکن نسبت به من ذهنی کوچک شود.

**نکته:** تعظیم خدا چگونه به وجود می آید؟ وقتی ما پندار کمال را شناسایی کرده و بفهمیم غیر از علمی که خدا در این لحظه با فضاگشایی مان به ما می دهد، علم دیگری نداریم و اقرار کنیم که درد داریم، ناقص هستیم و همانیده شده ایم، در نتیجه با این اقرار صفر می شویم و دیگر به عنوان من ذهنی بلند نمی شویم؛ بدین ترتیب تعظیم خدا به وجود می آید.

### آبِ رحمت بایدت، رَو پست شو و آن گهان خور خَمَرِ رحمت، مست شو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۰)

اگر واقعاً خود را نیازمند و طالب آب لطف و رحمت زندگی می دانی، به جای بلند شدن به عنوان من ذهنی و دخالت کردن در کار زندگی، زیر بار مسئولیت برو و نسبت به من ذهنی صفر شو. آن زمان شراب رحمت الهی را بنوش و از آن مست شو تا دردهای تو را شفا دهد.

رحمت اندر رحمت آمد تا به سر

بر یکی رحمت فرو ما ای پسر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۱)

فرو ما: نایست

ای پسر، بدان که اگر با فضاگشایی و عدم کردن مرکز نسبت به من ذهنی صفر شوی، کمک و رحمت بیکران ایزدی سراسر وجودت را فرامی‌گیرد. پس تو به یک رحمت خداوند در این لحظه بسنده نکن، دست از فضاگشایی برندار و به کار روی خود ادامه بده، چراکه رحمت حضرت حق یکی پس از دیگری می‌رسد و هیچ انتهایی ندارد.

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش

من همی کوشم پی تو، تو، مکوش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)

[مولانا از زبان زندگی می‌گوید] ای انسان، صبح بیداری از خواب ذهن نزدیک است. ذهنت را خاموش کن و خواستن و دانستن با ذهن را کنار بگذار و با سبب‌سازی من‌ذهنیات فکر و عمل نکن، زیرا من با قانون قضا و «کن‌فکان» دنبال تو هستم و برای جدا کردن از ذهن و زنده شدن به بی‌نهایت خودم می‌کوشم. بنابراین تو با من‌ذهنی‌ات نکوش و کار را خراب نکن.

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

پایان

جهت همکاری با کارگروه خلاصه نویسی برنامه های گنج حضور، در بخش کار با کامپیوتر با  
آیدی:

[@samanebahadori095](https://t.me/samanebahadori095)

در تلگرام تماس بگیرید.

لینک کانال خلاصه برنامه های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/GanjeHozourSummNotes>