

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 دست زدن 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

www.parvizshahbazi.com

برنامه

۹۶۱

گلچین
حضور

تاریخ اجرا: ۱۴۰۲ / ۲ / ۲۰

اجرا: پرویز شهبازی

خلاصه ابیات غزل برنامه ۹۶۱، گنج حضور، پرویز شهبازی
متن ابیات غزل اصلی

آن عِشْرَتِ نو که برگرفتیم
پا دار که ما ز سر گرفتیم

آن دلبرِ خوبِ باخبر را
مست و خوش و بی‌خبر گرفتیم

هر لحظه ز حُسنِ یوسفِ خود
صد مصرِ پُر از شکر گرفتیم

در خانه حُسن بود ماهی
رفتیمش و بام و در گرفتیم

آن آبِ حیاتِ سَرمدی را
چون آبِ درین جگر گرفتیم

چون گوشه تاجِ او بدیدیم
مستانه‌اش از کمر گرفتیم

هر نقش که بی‌وی است، مُرده‌ست
از بهر تو جانور گرفتیم

هر جانوری که آن ندارد
او را علفِ سَقَر گرفتیم

هرکس گه‌ری گرفت از کان
از کان همه سیم‌بر گرفتیم

از تابش نورِ آفتابی
چون ماه جمال و فر گرفتیم

شمس تبریز چون سفر کرد
چون ماه از آن سفر گرفتیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰)

آن عشرتِ نو که برگرفتیم پا دار که ما ز سر گرفتیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰)

عشرت: شادی، طرب، زندگی، کامرانی

«عشرتِ نو» یعنی روش زندگی نو که بر دو حالت دلالت دارد. یک حالت عشرت منذهنی و خوشی گرفتن از همانیدگی‌ها و حالت دوم عشرت و شادی برخاسته از رها کردن منذهنی و یکی شدن مجدد با خداوند.

«برگرفتیم» یعنی در آغوش گرفتیم یا به دست آوردیم و یا با آن زندگی می‌کنیم. «پادار» با توجه به عشرت نوع اول یعنی ریشه داشته باش و با توجه به عشرت نوع دوم یعنی پایداری و استقامت کن.

با توجه به قدرت بسیار شگفت‌انگیز زبان فارسی، مولانا بیتی گفته که می‌تواند یک کلید جامع باشد و می‌توان آن را به دو حالت معنا کرد.

حالت اول:

آن عشرتِ نو که برگرفتیم:

ما انسان‌ها قبل از ورود به این جهان از جنس هشیاری خدایی بودیم یک عشرت، طرب و روش زندگی خاصی داشتیم. وقتی وارد این جهان شدیم عشرت جدیدی پیدا کردیم. این طرز زندگی جدید وابسته به منذهنی و چیزهای مادی است که از آن‌ها خوشی می‌گیریم.

پا دار که ما ز سر گرفتیم:

تو مراقب باش که ریشه و ثبات داشته باشی درحالی‌که منذهنی در این لحظه ریشه ندارد و احوالش متغیر است. مانند ابری است در آسمان که با هر باد یا اتفاقی به این طرف و آن طرف می‌رود. چراکه عشرت و شادی خود را از سر خود می‌گیرد. یعنی براساس تغییر فکرها یا سبب‌سازی ذهن تغییر می‌کند و ثبات و پایداری ندارد.

حالت دوم:

آن عشرتِ نو که برگرفتیم:

وقتی طرز زندگی وابسته به منذهنی را رها کرده و فضا را باز می‌کنیم، شادی و عشرت جدیدی را در آغوش می‌گیریم.

پا دار که ما ز سر گرفتیم:

در این حالت بر این هشیاری حضور، پایداری کن، صبر کن، شکر کن تا این فضا باز هم بازتر و بازتر شود که ما این طرز زندگی را مجدداً از ابتدا آغاز کردیم.

نکته ۱:

حالا که مرکز را عدم کردیم باید پایداری داشته باشیم و بایستیم. این اشکال مهمی است که مردم نمی‌توانند مرکزشان را عدم نگه دارند. مرتب چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد می‌خواهند به مرکز ما بیایند؛ زیرا از قبل ما حرص آن‌ها را داریم. از قبل یاد گرفتیم و شرطی شده‌ایم که چیزها زندگی دارند.

اما حالا که مرکز ما عدم شده، پایداری در این است که صبر کنیم و هر لحظه متوجه شویم کاری که ما در عشرت من‌ذهنی و مرکز همانیده می‌کردیم، غلط و بی‌ادبی در برابر زندگی بود.

نکته ۲:

با توجه به «پادار» نبودن من‌ذهنی، چون مانند ابری در آسمان است و درواقع ریشه در زمین زندگی ندارد، فقط از طریق مقایسه است که می‌تواند خودش را ارزیابی کند تا ببیند چقدر ارزش دارد. ارزش او برحسب مقدار همانیدگی‌ها تعیین می‌شود نه با جوهر انسانی‌اش. برای تعیین ارزش خود به بیرون نگاه می‌کند، فقط منتظر است ببیند که مردم چه می‌گویند. اگر مردم به او احترام نگذارند، ارزش او را نفهمند، ارزش او را بالا نگیرند، او تحقیر می‌شود و پایین می‌آید. ما به هرکس که می‌رسیم در این عشرت یا در این هشیاری جسمی، خودمان را با دیگران مقایسه می‌کنیم، اگر برتر درآمده‌ایم، آن‌ها را می‌پذیریم و خوشمان می‌آید. اگر دیدیم دیگران از ما خیلی بیشتر دارند، آن‌ها را تحقیر می‌کنیم یا عیبی رویشان می‌گذاریم تا زیاد حس حقارت نکنیم. پس حس حقارت یا حس برتری هم جزو این نوع «عشرت» است.

نکته ۳:

این پا نداشتن و روی هوا بودن هشیاری جسمی بلاهای زیادی سر ما می‌آورد. درواقع تمام اشکالات از پادار نبودن این نوع هشیاری ایجاد می‌شود؛ چون ریشه ندارد و زندگی موجود را زندگی نمی‌کند، آن را تبدیل به مسئله، مانع و دشمن می‌کند و عاقبت در زندگی ما درد به‌وجود می‌آورد.

نکته ۴:

من ذهنی چون ریشه ندارد، فکر می‌کند که واقعاً می‌تواند از همانیدگی‌ها زندگی بگیرد. مثلاً یک چیز جدیدی می‌خرد که دیگران ندارند مثل اتومبیل خیلی گران‌قیمت، یا گردن‌بند، ساعت، خانه، وسایل خانه و هرچیزی که مردم می‌توانند آن را ببینند و او نیز بتواند خودش را برحسب آن چیزها ارائه کند و حس ارزش بطلبد. ولی چون خوشحالی و عشرت برخاسته از این چیزها پایدار نیست، یک حس سرخوردگی، ناامیدی، بی‌رمقی و نارضایتی دائماً با اوست که این دردها در همین «پا دار» نبودن عشرت من‌ذهنی نهفته است.

آن دلبرِ خوبِ باخبر را

مست و خوش و بی‌خبر گرفتیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰)

«دلبرِ خوبِ باخبر» یعنی معشوقِ زیبا که از خرد کل و فضای یکتایی دانش یا خبر بیاورد. در این‌جا منظور زندگی یا خداوند است.

آن دلبرِ خوبِ باخبر را:

هنگامی که فضاگشایی کردیم و مرکز ما عدم شد، جنس اصلی و خدایت درون خود را که زیبا و دانا است...

مست و خوش و بی‌خبر گرفتیم:

مست و شاد و بی‌خبر از هیاهوی ذهن، خبرهای من‌ذهنی و همانیدگی‌ها در آغوش گرفتیم.

هر لحظه ز حُسنِ یوسفِ خود

صد مصرِ پُر از شکر گرفتیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰)

«مصر» نماد جهان بیرون و فرم ماست.

«یوسف خود» منظور همان جنس خدایی، اصل ما و نماد زنده شدن ما به زندگی است.

هر لحظه ز حُسنِ یوسفِ خود:

هر لحظه از زیباییِ یوسفِ درون، یا زیبایی و نیکویی فضای گشوده‌شده درونمان است که...

صد مصرِ پُر از شکر گرفتیم:

جهان مادی، فرم، فکرها، اعمال و جسممان را پر از شکر، آرامش، خرد، شادی و فراوانی کردیم.

نکته ۱:

یکی از ترفندهای من‌ذهنی این است که ناله و شکایت، خشم، ترس، رنجش و حسادت را هیجانات مفیدی می‌داند. این‌ها هم تن ما را و هم بقیه قسمت‌های فرمی و مادی ما را می‌سوزانند؛ یعنی نه تنها مصر ما را پر از شکر نمی‌کنند بلکه پر از درد و پر از زهر می‌کنند. هرکسی که زندگی‌اش شیرین است، انعکاس فضای بازشده درون خود اوست، نه من‌ذهنی‌اش.

در خانه حُسن بود ماهی
رَفْتِیمش و بام و در گرفتیم
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰)

«خانه حُسن» در واقع همین مرکز گشوده شده انسان است.

در خانه حُسن بود ماهی:

در مرکز گشوده شده ما انسان‌ها، یک ماه وجود دارد که خود زندگی و خداست.

رَفْتِیمش و بام و در گرفتیم:

اما ما فضا را بسته‌ایم و با فکرهای بلند و خیلی عمیق، فلسفه، منطق و استدلال در بام یعنی در ذهن خود، او را جست‌وجو می‌کنیم.

آن آب حیات سَرمدی را
چون آب درین جگر گرفتیم
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰)

سَرمدی: جاودانه، همیشگی

«آب حیات سَرمدی» منظور آب زندگی است.

«جگر» نماد ذهن است.

آن آب حیات سَرمدی را:

آن آب حیات‌بخش و جاودانه را که در فضای گشوده شده درون از زندگی جریان پیدا می‌کند...

چون آب درین جگر گرفتیم:

مانند یک اسفنج در ذهن به خود جذب کردیم. یعنی ذهن ما به وسیله همانیدگی‌هایش تمام هشیاری خدایی ما را به خود جذب کرده و کشیده‌است.

چون گوشه تاج او بدیدیم
مستانه‌اش از کمر گرفتیم
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰)

چون گوشه تاج او بدیدیم:

وقتی فضا را باز کردیم گوشه تاج خداوند را دیدیم. با تمام وجودمان حس کردیم که واقعاً خدایی وجود دارد و یک خرد دیگری تمام این عالم و زندگی ما را اداره می‌کند. یک «قضا و

کُنْ فِکَانِ» وجود دارد که ما را بی‌مراد می‌کند و این طرف و آن طرف می‌چرخاند تا ما را از خودش باخبر کند.

مستانه‌اش از کمر گرفتیم:

وقتی فضا را باز کردیم، مستانه او را در آغوش گرفتیم و با او یکی شدیم.
نکته ۱:

شما از خودتان بپرسید که آیا گوشهٔ تاج خدا را دیده‌اید؟ اگر دیده باشید زندگی‌تان را با فضاگشایی دست او می‌سپارید و اگر ندیده‌اید، هنوز فکر می‌کنید که با توطئه و نقشه، ضرر زدن به دیگران و چیزی را از دست آن‌ها گرفتن، به جایی می‌رسید. این نشانهٔ گوشهٔ تاج خدا را ندیدن است. شما با خود می‌گویید که خداوند، زندگی مرا اداره نمی‌کند، من خودم با سبب‌سازی ذهن و با نقشه می‌توانم گلیم خودم را از آب بیرون بکشم که این مقدور نیست.

هر نقش که بی‌وی است مُرده‌ست

از بهر تو جانور گرفتیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۵۷۰)

«نقش» در این‌جا منظور من‌ذهنی است.

هر نقش که بی‌وی است مُرده‌ست:

هر من‌ذهنی که بدون خداست و جنس خدا را نمی‌شناسد، در حقیقت مرده است.

از بهر تو جانور گرفتیم:

و هر نقش مرده‌ای را ما در ذهن اشتباهاً به جای تو زنده انگاشتیم. گمان کردیم این نقش‌ها و من‌های ذهنی تو هستی؛ بنابراین آن‌ها را در مرکزمان گذاشتیم و پرستیدیم. حالا متوجه شده‌ایم درست است که من‌ذهنی ما می‌جنبید و حرکت می‌کرد ولی تو در آن نبودی. این من‌ذهنی و همانندگی ما، خدا نبود، این‌ها بُت‌های مادی بودند که ما پرستش می‌کردیم.

نکته ۱:

هر انسانی که جان دارد و می‌جنبد لزوماً از جنس خدا نیست. ما فکر کردیم که او واقعاً جان دارد. اما درحقیقت جانِ ذهنی دارد و جان خداوند را ندارد.

هر جانوری که آن ندارد

او را علف سقر گرفتیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰)

سَقَر: جهنم، از نام‌ها و طبقاتِ دوزخ

هر جانوری که آن ندارد:

هر انسان جاندار و جنبنده‌ای که به خدا زنده نیست...

او را علف سقر گرفتیم:

چنین باشنده‌ای را علف جهنم می‌دانیم. چون عامل ایجاد درد است و برای تولید درد، خودش را می‌سوزاند. یعنی هر من‌ذهنی در صورتی که توسعه پیدا کند، به صورت افسانه من‌ذهنی، جهنم است. جهنم در واقع دردی است که انسان در من‌ذهنی به آن دچار می‌شود.

نکته ۱:

تا وقتی که روی خودتان کار نکرده‌اید، فضا را باز نکرده و مرکزتان را عدم نکرده‌اید، دردهایی مثل خشم، ترس، حسادت، ستیزه و حتی در بیرون، جنگ و آوارگی و قحطی و بیماری شما را می‌سوزاند. مردم این جهان قربانی من‌ذهنی می‌شوند. در جهنم خود می‌سوزند. حتی یک من‌ذهنی وجود ندارد که در سنین بالا در جهنم نباشد و زندگی‌اش خراب نشده باشد.

هرکس گهری گرفت از کان

از کان همه سیم‌بر گرفتیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰)

سیم‌بر: کسی که بدنش مانند تفره سفید است، مجازاً زیبا

«سیم‌بر» در این‌جا منظور حضور و جنس خدایی ماست.

هرکس گهری گرفت از کان:

هرکس در من‌ذهنی خودش را یک کسی جدای از خداوند حساب کرد، یک گوه‌ری از کان بی‌نهایت زندگی گرفت که آن گوهر از دید او همان من‌ذهنی اوست.

از کان همه سیم‌بر گرفتیم:

اما ما که فضا را باز و مرکزمان را عدم کردیم، از کان بی‌نهایت خداوند زیبایی حضور را گرفتیم.

نکته ۱:

شما باید در این لحظه چیزی را که ذهنتان نشان می‌دهد مهم ندانید و اجازه ندهید به مرکزتان بیاید. باید به حرف زندگی گوش کنید و این گوهر من‌ذهنی خود را که هرچقدر هم از دید ذهنتان باارزش باشد، بشکنید.

از تابش نور آفتابی

چون ماه جمال و فر گرفتیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰)

فر: جلال و شکوه ایزدی

از تابش نور آفتابی:

در شب ذهن که فضا را باز کردیم و نور آفتاب زندگی به ما تابید...

چون ماه جمال و فر گرفتیم:

مانند ماه، زیبایی و شکوه ایزدی را در درون ازین فضای گشوده‌شده گرفتیم. فر و شکوه ایزدی ما از بیرون به مرکز ما نمی‌آید بلکه از فضای بازشده درونمان است که جلوه می‌کند.

شمس تبریز چون سفر کرد

چون ماه از آن سفر گرفتیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰)

«شمس تبریز» نماد زندگی و خداوند است.

شمس تبریز چون سفر کرد:

فضای درون ما که باز شد، خورشید زندگی که از درون ما طلوع کرده و شروع به حرکت و سفر کرد...

چون ماه از آن سفر گرفتیم:

ما هم مانند ماه با آن خورشید شروع به سفر کرده و از ذهن به سمت زندگی حرکت کردیم. از زیر نفوذ ذهن بیرون آمده و با حرکتی که در درونمان ایجاد می‌شود سفر را آغاز کردیم.

متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۹۶۱

گاه باشد کو به هر بادی جَهَد
کوه کی مر باد را وزنی نهد؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۵)

انسانی که من‌ذهنی دارد به علت مرکز همانیده، در برابر هر بی‌مرادی و اتفاقی که به‌صورت باد مخالف می‌وزد، همچون کاه از جای خود می‌جهد و سریع واکنش نشان می‌دهد، ولی انسان فضاگشا در مقابل این اتفاقات، چون کوه استوار است و تکان نمی‌خورد، زیرا اهمیتی برای چیزهای این‌جهانی قائل نیست و تحت‌تأثیر آن‌ها قرار نمی‌گیرد.

[کوه معادل ریشه‌داری، مرکز عدم، پاک بودن از همانیدگی‌ها و فضاگشایی است. اما کاه معادل داشتن من‌ذهنی، همانیدگی، واکنش به اتفاقات و ریشه نداشتن است. ما کدامیک هستیم؟ کوهی که برای اتفاقات اهمیتی قائل نیست یا کاهی که حوادث و اتفاقات حالش را تعیین می‌کنند؟]

جانهای خلق پیش از دست و پا
می‌پریدند از وفا اندر صفا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۵)

جان‌های خلق یا هشیاری انسان‌ها، قبل از این‌که به این جهان بیایند و دست و پای ذهنی پیدا کنند، با خدا یکی بودند. آن‌ها از وفا به عهد آلت به مرتبه صفا و هشیاری ناب می‌پریدند، می‌رقصیدند و پرواز می‌کردند و در عشرت فوق‌العاده‌ای بودند.

چون به امرِ اِهْبَطُوا بندی شدند
حبسِ خشم و حرص و خرسندی شدند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۶)

اِهْبَطُوا: فرودآید، هبوط کنید.

بندی: اسیر، به بند درآمده.

وقتی انسان‌ها از جنس جسم شده و با چیزها همانیدگی پیدا کردند، به امر «اِهْبَطُوا» در زندان ذهن محبوس و دربند شدند و به اسارت صفاتی از قبیل خشم، حرص و خرسندی از داشتن

همانندگی‌ها درآمدند. [«خشم» هیجان مخربی است که بابت به‌دست نیاوردن یا از دست دادن همانندگی‌ها ایجاد می‌شود. «حرص» اشتیاق به‌دست آوردن چیزهایی است که من‌ذهنی می‌پندارد به او زندگی می‌دهند. «خرسندی» نیز خوشی کاذبی است که با سبب‌سازی ذهن از همانندگی‌ها حاصل می‌شود. مولانا با این دو بیت یادآوری می‌کند که ابتدا عشرت ما از پرواز در هشیاری ناب به‌دست می‌آید، اما با آمدن به ذهن، عشرت ذهنی را که با بیم و اندوه همراه است به‌دست آوردیم، در نتیجه باید به مرحله عذرخواهی و اقرار به اشتباه وارد شویم تا مرکز عدم عشرت حقیقی را به ما برگرداند.]

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۳۸)

«قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبَعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ.»

«گفتیم: همه از بهشت فرود آید، پس اگر هدایتی از من به‌سوی شما رسید، آن‌ها که هدایت مرا پیروی کنند، نه بیمی دارند و نه اندوهی.»

فکر محدود بُد و جامع و فارق بی‌حد آنچه محدود بُد، آن محو شد از نامحدود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۹۰)

آن عشرت اولیه در ذهن که بر مبنای سبب‌سازی ذهن و همانندگی‌های مرکز به‌دست آمده بود فکر محدود بود و آن چیزی که جامع و دربرگیرنده و بسیار فرق‌گذارنده است، همین دانش بی‌حد ایزدی است. درواقع انسان در ذهن محدود است، اما وقتی فضا را باز می‌کند دربرگیرنده و فرق‌گذارنده است و شناسایی می‌کند. بنابراین من‌ذهنی محدود با این فضاگشایی محو می‌شود و نامحدود می‌ماند، زیرا انسان به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده می‌گردد.

[وقتی فضای درون گشوده می‌شود من‌ذهنی محدود با حضور ناظر شروع به فروریزش و کوچک‌تر شدن می‌کند و به‌تدریج در آن فضای نامحدود عدم محو می‌شود. در این حالت ما نمی‌خواهیم دیده شویم و مورد توجه و تأیید دیگران قرار بگیریم. بدین‌ترتیب ما از دید محدودیت ذهن خلاص شده و با دید نامحدود و فراوان‌اندیش زندگی می‌بینیم و آزاد می‌شویم.]

رویِ نفسِ مطمئنّه در جسد زخمِ ناخن‌هایِ فکرت می‌کشد (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۷)

انسان در جسم و تن خود به وسیلهٔ من‌ذهنی و فکرهای هم‌هویت‌شده‌ای که سبب‌سازی ذهن را ایجاد می‌کنند، بر صورت زیبای حضور و هشیاری اصلی و خدایت خود زخمِ ناخن‌های فکرهای همانیده را می‌کشد، آن را می‌خراشد و خون زندگی را می‌ریزد. [نفسِ مطمئنّه یا روح آرامش‌یافته همان فضای گشوده‌شده و مرکز عدم است، یعنی مهم ندانستن آنچه که ذهن نشان می‌دهد. در نفسِ مطمئنّه هشیاری روی خودش قائم می‌شود، ریشه پیدا می‌کند و تحت‌تأثیر تغییرات جهان قرار نمی‌گیرد. بدین‌ترتیب ناظر و منظور، راضی و مرضی بر هم منطبق می‌شوند.]

(قرآن کریم، سورهٔ فجر (۸۹)، آیهٔ ۲۷-۲۸)
«يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ، ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً»
«ای روح آرامش یافته، راضی و مرضی به‌سوی پروردگارت بازگرد.»

فکرت بد ناخنِ پُر زهر دان می‌خراشد در تعمقِ رویِ جان (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۸)

تعمق: دوراندیشی و کنجکاوی، در این‌جا به‌معنی دنباله‌روی از عقل جزئی است. فکرهای عمیق همانیده را شبیه ناخنِ پُر از زهر بدان که رویِ جانِ اصلی و زندگی را در تو می‌خراشد و مجروح می‌کند. [این بیت یعنی زندگی ما لحظه‌به‌لحظه تبدیل به درد می‌شود، زیرا مدام درگیر افکار همانیده هستیم.]

تا گشاید عُقدهٔ اِشکال را در حَدِّثِ کرده‌ست زرّین بیل را (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۹)

عُقده: گره

حَدِّث: سرگین، مدفوع

انسان برای حل مشکلات و مسائلش به‌جای این‌که فضا را باز و مرکز را عدم کند و از جنس

هشیاری حضور شود، بیل زرّین هشیاری و حضور ناظرِ خود را که اصلِ اوست، در کثافات افکار همانیده و دردهای ذهن فروبرده و می‌خواهد به وسیلهٔ عقلِ ذهنی، مسائلی که من‌ذهنی به وجود آورده را حل کند. [درواقع مولانا در این بیت وضعیتی را نشان می‌دهد که انسان مانده در ذهن در عشرت اولیه دارد.]

عقده را بگشاده گیر ای منتهی عقده‌ای سخت‌ست بر کیسهٔ تهی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۰)

منتهی: به پایان رسیده، کمال یافته

ای انسان که به انتهای تکامل هشیاری رسیده‌ای و می‌توانی در این لحظه با فضاگشایی به بی‌نهایت خدا زنده شوی، این مسائلی را که با ذهنت ایجاد کرده‌ای حل شده فرض کن، چرا که آن‌ها همچون گره بسیار سخت بر کیسهٔ خالی هستند و حل کردنِ آن‌ها مثل باز کردنِ گره کیسهٔ تهی، کار بیهوده‌ای است.

در گشادِ عقده‌ها گشتی تو پیر عقدهٔ چندی دگر بگشاده گیر (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۱)

تو در راه گشودن گره‌ها و مسائل ذهنی پیر و استاد شدی، اکنون این مشکلات و مسائلی را هم که داری حل شده فرض کن. [ما در من‌ذهنی در عشرت اولیه‌ای هستیم که ریشه ندارد و به زندگی وصل نیست. در چنین وضعیتی مرتب مسئله می‌سازیم و خودمان آن را حل می‌کنیم، تا حدی که در کار مسئله‌سازی ذهنی و حل آن پیر و استاد می‌شویم.]

عقده‌ای کان بر گلوی ماست سخت که بدانی که خسی یا نیک‌بخت (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۲)

خس: خار، خاشاک، پست و فرومایه

آن گره و مسئله‌ای که گلوی ما را سخت می‌فشارد برای آن است که بدانی آیا در این لحظه همچون خسی هستی که با فضا‌بندی به ذهن می‌رود و یا با فضاگشایی روزن بین فکرها را باز می‌کنی و نیک‌بخت می‌شوی؟

[تنها یک عقده و مسئله وجود دارد که گلوی ما را می‌فشارد. آن هم این است که در این لحظه تعیین کنیم از جنس من‌ذهنی هستیم یا از جنس زندگی؟ عشرت اول را انتخاب کرده‌ایم یا عشرت دوم را؟ فضا را می‌بندیم یا باز می‌کنیم؟ اگر ادعای ریشه‌دار بودن و فضاگشایی می‌کنیم، پس باید مرتب روی خود کار کنیم و مواظب قرین نشدن با من‌های ذهنی و نظارت بر کیفیت هشیاری‌مان باشیم تا در نهایت خرد زندگی به فکر و عملمان بریزد.]

حَلِّ این اشکال کُن، گر آدمی

خرج این کُن دَم، اگر آدم‌دَمی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۳)

اگر واقعاً انسانی و مانند حضرت آدم از جنس نیک‌بختی هستی، در این لحظه فضا را باز کن و بگذار نور خدا از روزن دلت وارد شود. همه حواست را به حلّ این اشکال بده که این لحظه از جنس هشیاری حضور هستی یا از جنس من‌ذهنی؟ و عمر خود را در راه این شناسایی صرف کن. [با مطالعه این ابیات خود را آماده نگه می‌داریم، زیرا می‌دانیم کسانی که هشیاری جسمی و عشرت اولیه دارند و بیریشگی و مسئله‌سازی را ادامه می‌دهند، از انسان‌هایی که فضا را باز می‌کنند و شادی بی‌سبب و عشرت ثانویه دارند خوششان نمی‌آید.]

تو به هر صورت که آیی بیستی

که، منم این، واللّه آن تو نیستی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴)

تو به هر صورتی که تصویر ذهنی‌ات را برحسب همانیدگی‌هایی مانند خانه، قیافه و مقام ارائه کنی و بایستی و بگویی هویت حقیقی من این است و من همین من‌ذهنی هستم، من به تو می‌گویم: «به خدا قسم که این من‌ذهنی تو نیستی.»

یک زمان تنها بمانی تو ز خلق

در غم و اندیشه مانی تا به حلق

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۵)

زیرا زمانی که در آن عشرت اولیه من‌ذهنی تو از انسان‌ها و هیاهویشان دور و تنها بمانی و مردم دیگر سراغ تو را نگیرند، تا گلویت در غم و اندوه فرو خواهی رفت، یعنی اندوه همانیدگی‌ها سراسر وجود تو را فرامی‌گیرد.

[در عشرت اولیه که ریشه ندارد و برحسب سبب‌سازی من‌ذهنی است، ما به مردم احتیاج داریم و نمی‌توانیم تنها بمانیم.]

این تو کی باشی؟ که تو آن اَوْحَدی که خوش و زیبا و سرمست خودی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۶)

چگونه ممکن است که این من‌ذهنی که براساس همانیدگی‌ها ایجاد کرده‌ای، هویت حقیقی تو باشد؟ بلکه حقیقت وجودی تو آن ذات یکتایی و هشپاری منطبق بر هشپاری است که دائماً خوش و زیبا و سرمست است و همه این‌ها را ذاتاً خودش دارد و از جهان بیرون و مخلوقات انرژی نمی‌گیرد. [عشرت اولیه که دشمن عشرت حقیقی است تا ده‌دوازده‌سالگی برایمان کافی است. بعد باید با فضاگشایی، عشرتمان عوض شود و عشرت جدید یا حقیقی جایش را بگیرد.]

به مثال آفتابی نروی مگر که تنها به مثال ماه شب‌رو، حشم و حشر نداری

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۷)

تو مثل آفتاب هستی، به‌سوی زندگی نمی‌روی مگر این‌که فضا را بگشایی و تنها روی خودت کار کنی. تو مانند ماه شب‌رو این‌همه ستاره، حشم و حشر به همراه نداری. [در عشرت اولیه می‌خواهیم همه با هم برویم، اما وقتی فضا را باز کنیم متوجه می‌شویم فقط خودمان باید برویم وگرنه عشرت دوم را تجربه نخواهیم کرد. نکته دیگر آن‌که در عشرت اولیه ادب وجود ندارد، زیرا عقل من‌ذهنی جای خرد زندگی را گرفته‌است.]

بی‌ادب تنها نه خود را داشت بد بلکه آتش در همه آفاق زد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۹)

آفاق: جمع اُفق

من‌ذهنی بی‌ادب و ناسپاس که در این لحظه براساس سبب‌سازی ذهن فکر و عمل کرده و به عشرت اولیه دل خوش می‌کند، با استفاده از عقل ذهنی به‌جای خرد کل نه‌تنها خود را دچار مسئله و درد و زشتی می‌سازد، بلکه سراسر دنیا و تمام انسان‌ها را خراب می‌کند و در آتش فتنه خود می‌سوزاند و از طریق قرین، من‌ذهنی آن‌ها را هم بالا می‌آورد و به آن‌ها لطمه می‌زند.

گرچه با تو شه نشیند بر زمین خویشتن بشناس و، نیکوتر نشین

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۱)

درست است که شاه یا خداوند تو را به عنوان انسان گرامی داشته و می‌خواهد همنشین تو شود تا در فرم خود به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شوی، ولی تو حد خود را بشناس، نیکوتر و مؤدب‌تر بنشین و پررویی و بی‌ادبی نکن. [بی‌ادبانه نشستن یعنی بگوییم ما هم هستیم و با سبب‌سازی ذهن تعیین کنیم چه بشود و چه نشود].

لی مع الله وقت بود آن دم مرا لا یسع فیهِ نبیُّ مُجتبیٰ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹۶۰)

برای من لحظه فنا وقتی است که اتفاق این لحظه را مهم ندانم و با فضاگشایی و عدم کردن مرکز با خدا یکی شوم، به نحوی که هیچ پیامبر برگزیده و یا هیچ چیز ذهنی در آن مقام بین من و خدا نگنجد و فاصله ایجاد نکند. [خیلی مهم است که مرکزمان را عدم نگه داریم، من ذهنی را کوچک و فضای درون را آنقدر بی‌نهایت کنیم تا حدی که هیچ‌کس و هیچ‌چیز نتواند وارد آن شود، ولو پیغمبر خدا باشد].

پس ادب کردش بدین جرم اوستاد که مساز از چوبِ پوسیده عِماد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۳)

عِماد: ستون، تکیه‌گاه

استاد ازل یعنی خداوند، یوسف پیامبر را به جرم خارج شدن از فضای گشوده‌شده و کمک خواستن از یار زندانی‌اش به جای خداوند، ادب کرد و چند سال بیشتر در زندان نگه داشت تا هیچ وقت از چوب بی‌ریشه و پوسیده من‌ذهنی ستون نسازد و بر جهان و هر آنچه که ذهن نشان می‌دهد تکیه نکند، بلکه بر زندگی متکی باشد.

[زندگی هم ما را ادب می‌کند، ادب کردنش خسارتی است که ما می‌دهیم. بدین ترتیب که با سبب‌سازی ذهنی، انرژی زنده زندگی را تلف می‌کنیم و علی‌رغم برخورداری از امکانات، شادی و آرامش نداریم].

(قرآن کریم، سوره منافقون (۶۳)، آیه ۴)

«وَإِذَا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ وَإِنْ يَقُولُوا تَسْمَعُ لِقَوْلِهِمْ كَأَنَّكُمْ خُشْبٌ مُسْنَدَةٌ ...»

«چون آن‌ها را ببینی تو را از ظاهرشان خوش می‌آید، و چون سخن بگویند به سخنشان گوش می‌دهی. گویی چوب‌هایی هستند به دیوار تکیه داده...»

خوش‌خبران غلامِ تو، رطلِ گرانِ سلامِ تو

چون شنوند نامِ تو، یاوه‌کنند پا و سر

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۲۱)

رطلِ گران: سطلِ سنگین، ظرفِ بزرگ

خداوندا، خوش‌خبران، آن‌هایی که با فضاگشایی به خبرهای ذهنی قناعت نمی‌کنند و خبر خوب و سازنده دارند، غلام و بنده تو هستند. تو نیز با پیاله‌ای بزرگ از می‌زندگی و شادی بی‌سبب به آن‌ها سلام می‌کنی؛ سلام تو شرابی است که این لحظه به آن‌ها می‌نوشانی. آن‌ها هم وقتی در فضای گشوده‌شده نام تو را می‌شنوند، با تو یکی می‌شوند و با گوش ندادن به سبب‌سازی ذهن، پا و سر ذهنی را می‌اندازند.

مست و خراب و شاد و خوش، می‌گذری ز پنج و شش

قافله را بکش، بکش، خوش سفری‌ست این سفر

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۲۱)

[مولانا خطاب به انسانی که عشرت دوم را انتخاب کرده می‌گوید:] با این فضاگشایی هم در بیرون و هم درون، مست و سرخوش و خراب می‌شوی، سبب‌سازی ذهن روی تو اثر نمی‌گذارد، شادی به ذرات وجودت دمیده می‌شود، از پنج حس و شش جهت می‌گذری و علاقه به جهان مادی را ترک می‌کنی. بنابراین قافله انسانی را که باید این‌طوری کشیده شود بکش. بدان که سفر به صورت هشیاری از درون همانیدگی‌ها به سوی زندگی، خوش سفری است و راه رسیدن به مقصد همین است.

پی‌پایی می‌برار دوری ز اصل

تا رگِ مردیت آرد سوی وصل

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۹۸)

اگر از ریشه و اصل خود که خداوند است دور هستی، پس لحظه به لحظه و قدم به قدم فضاگشایی

کن. وقتی فضا را باز کنی رگِ مردی و آدم بودند که همان هشیاری حضور توست، تو را به سوی وصلِ خداوند و زندگی می‌آورد و با خدا یکی می‌شوی.

روبَها، پا را نگه دار از کلوخ
پا چو نبود، دُم چه سود ای چشم‌شوخ؟
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۲۹)

چشم‌شوخ: گستاخ

ای من ذهنی روباه‌صفتِ سرمست که با سبب‌سازی ذهنی زندگی می‌کنی و ریشه نداری، فضا را باز کن و مواظبِ پایِ حضورت باش که به سنگ نخورد و زخمی نشود. ای گستاخ، پای حضور و خرد زندگی را برای خود نگه دار، زیرا اگر آن را نداشته باشی، دُم یعنی عقل محدود و زرنگی و گستاخی من ذهنی چه فایده‌ای برای تو خواهد داشت؟ [در هشیاری ذهنی ما خودمان را خیلی زرنگ می‌دانیم. این زرنگی مثل دُم است، اما هشیاری حضور مانند پا بوده و سبب حرکت اصلی است.]

کاه باشد کو به هر بادی جَهد
کوه کی مر باد را وزنی نهد؟
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۵)

انسانی که من ذهنی دارد به علت مرکز همانیده، در برابر هر بی‌مرادی و اتفاقی که به صورت باد مخالف می‌وزد، همچون کاه از جای خود می‌جهد و سریع واکنش نشان می‌دهد، ولی انسانِ فضاگشا در مقابل این اتفاقات، چون کوه استوار است و تکان نمی‌خورد، زیرا اهمیتی برای چیزهای این‌جهانی قائل نیست و تحت‌تأثیر آن‌ها قرار نمی‌گیرد. [کوه معادل ریشه‌داری، مرکز عدم، پاک بودن از همانیدگی‌ها و فضاگشایی است. اما کاه معادل داشتنِ من‌ذهنی، همانیدگی، واکنش به اتفاقات و ریشه نداشتن است. ما کدامیک هستیم؟ کوهی که برای اتفاقات اهمیتی قائل نیست یا کاهی که حوادث و اتفاقات حالش را تعیین می‌کنند؟]

چون ز کَفَت باده کشم، بی‌خبر و مست و خوشم
بی خطر و خوفِ کسی، بی شر و شورِ بشری
 (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۵۸)

[مولانا از زبان انسان فضاگشا خطاب به خداوند می‌گوید:] خدایا، اگر با فضاگشایی از کف تو

باده بگیرم و در این کار پایدار و صبور باشم، در این صورت بی‌خبر و مست و خوش می‌شوم، بی آن‌که از کسی یا چیزی بترسم و یا شر و شور انسان دارای من‌ذهنی بدی و شری به من برساند. [به بیان مولانا در این ابیات ما باید در باز کردن فضا پایداری و صبر داشته باشیم تا خصلت‌های بد من‌ذهنی خودمان و دیگران بر ما اثر نگذارد. من‌های ذهنی دیگران از طریق من‌ذهنی خودمان بر ما اثر می‌گذارند، پس با فضاگشایی مداوم و اثر نگرفتن از من‌ذهنی خودمان، من‌های ذهنی بیرون هم نخواهند توانست به ما آسیب بزنند.]

خفته از احوال دنیا روز و شب

چون قلم در پنجهٔ تقلیب رب

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۳)

تقلیب: برگرداندن، واژگونه کردن

عارف حقیقی از احوال دنیا خفته‌است، یعنی هر لحظه با فضاگشایی نسبت به سبب‌سازی ذهن چشم فرو بسته‌است؛ بنابراین وضعیت‌های بیرونی خودشان را به او تحمیل نمی‌کنند و نمی‌توانند به مرکزش بیایند، بلکه وضعیت زندگی‌اش از طریق فضای گشوده‌شده درست می‌شود. او همانند قلمی در دستان خداوند است که خدا از طریق او فکر و عمل کرده و زندگی درون و بیرونش را نیک می‌نویسد.

[وضعیت‌های خراب زندگی شما با انعکاس فضای گشوده‌شده درون و با اهمیت ندادن به آنچه که ذهن نشان می‌دهد درست و اصلاح می‌شوند. این شما هستید که وضعیت‌های زندگی‌تان را با قدرت «صنع» ایجاد می‌کنید و اگر دیگران وضعیت‌های بد ایجاد کردند، شما از کنارشان رد می‌شوید، واکنش نشان نمی‌دهید و به آن چیزی که ذهنتان با سبب‌سازی نشان می‌دهد توجه نمی‌کنید، بلکه مانند قلم در دست خداوند زندگی خودتان را می‌نویسید و اجازه نمی‌دهید وضعیت‌ها خودشان را به شما تحمیل کنند.]

ای دهندهٔ قوت و تمکین و ثبات

خلق را زین بی‌ثباتی ده نجات

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۹۷)

تمکین: قبول کردن، استعداد انسان برای ماندن در حالت تسلیم یا استعداد فضاگشایی مداوم

ای خداوندی که غذای روح، قدرت تسلیم، فضاگشایی و تمکین یعنی توانایی کنار گذاشتن عقل من‌ذهنی و استفاده از خرد زندگی را عطا فرمودی، انسان‌ها را از این بی‌ثباتی‌ای که براساس

همانندگی‌ها دارند نجات ده. ریختن خرد زندگی به فکر و عمل انسان از این استقرار و ثبات سرچشمه می‌گیرد.

اندر آن کاری که ثابت بودنی‌ست

قایمی ده نفس را، که مُنثنی‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۹۸)

مُنثنی: خمیده، دوتا، در این جا به معنی سست‌کار و درمانده

خداوندا، در راه زنده شدن انسان به خودت که با ثابت و مستقر بودن در فضای گشوده‌شده صورت می‌گیرد نه با زندگی خواستن از همانندگی‌ها و تغییر وضعیت‌ها، هشیاری را روی ریشه خودش قائم کن. [در راه تبدیل از هشیاری جسمی به هشیاری حضور، همواره باید فضا را گشود تا هشیاری جذب اتفاقات نشود و به مرکز انسان راه نیابد.]

گفت که سرمست نه‌ای، رو که از این دست نه‌ای

رفتم و سرمست شدم، وز طرب آکنده شدم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۳)

آکنده: پُر، لبریز

[خداوند خطاب به انسان] می‌گوید: «ای انسان، تو به علت گذاشتن همانندگی‌ها در مرکزت سرمست و عاشق نبوده، بلکه پر از غصه و شکایت هستی؛ بنابراین برو چراکه تو از جنس من نیستی.»

خداوندا، مرا از درگاهت مران، می‌خواهم عاشق و سرمست تو باشم. تصمیم می‌گیرم بعد از این فضا را در اطراف چیزهایی که ذهنم نشان می‌دهد باز کنم، مرکزم را عدم کرده، ناله و شکایت‌های من‌ذهنی‌ام را کنار بگذارم و از طرب و شادی تو سرمست و آکنده شوم.

خویش را تسلیم کن بر دام مُزد

و آن‌گه از خود بی ز خود چیزی بدزد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۲)

ای انسان، با جدی نگرفتن اتفاق این لحظه و فضاگشایی، خودت را به دام پاداش الهی یا همان فضای گشوده‌شده درونت تسلیم کن، سپس درحالی‌که ناظرِ ذهنت هستی و عقل من‌ذهنی‌ات خاموش شده‌است، از خودت یک همانندگی را بدزد، یعنی یک همانندگی را شناسایی کن و

عمیقاً درک کن که همانندگی‌ها زندگی ندارند تا در این صورت هشیاریات که در آن به تله افتاده‌است، آزاد گردد.

[اگر ما با ترفند و روش‌های من‌ذهنی مثل دروغ، ناراستی، زیرکی، رعایت نکردن انصاف و عدل و به کار بردن زور، چیزی را به دست بیاوریم این مزد نیست، بلکه مزد این است که ما فضا را باز کنیم و فکرهای خلاق را از زندگی بگیریم.]

هرجا خیال شه بود باغ و تماشاگاه بود

در هر مقامی که روم بر عشرتی برمی‌تنم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۸۳)

هرگاه مرکز انسان با فضاگشایی عدم شود، خیال شاه یا خداوند به صورت فضای گشوده شده می‌آید و این جنس خداوند مانند باغ و تماشاگاه است، درونش زنده می‌شود و انعکاس درون در بیرون زیبایی می‌آفریند، شادی و آرامش بی‌سبب به هر کاری می‌ریزد. بنابراین من در هر مرحله‌ای از سیر و سلوک که باشم در حال تجربه یک حال خوب و شادی هستم.

هرچیز که می‌بینی، در بی‌خبری بینی

تا باخبری واللّه او پرده بنگشاید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶)

دیدن هرچیزی از عالم غیب، فضای گشوده شده، در حالت بی‌خبری ذهنی یعنی با دید عدم و حضور ناظر است. به خدا سوگند تا زمانی که من ذهنی فکرهای همانیده را به تو تحمیل می‌کند، خداوند پرده همانندگی‌ها را کنار نمی‌زند و نمی‌توانی با او یکی شده و وارد فضای یکتایی شوی.

چند روزی که ز پیشم رانده است

چشم من در روی خویش مانده است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۳۸)

[مولانا از زبان شیطان یا من‌ذهنی می‌گوید:] از زمانی که در من‌ذهنی افتاده‌ام، خداوند مرا از پیش خودش رانده و چشم اصلی من در انتظار دیدن روی خوب و زیبایش مانده‌است. به عبارتی مقصر خودم هستم که با سبب‌سازی ذهن نمی‌توانم روی خداوند را ببینم. [مولانا در قصه‌های مثنوی حقیقت را گاهی از زبان شیطان یا من‌ذهنی می‌گوید. ما باید بدون توجه به راوی داستان

پیغام را بگیریم، به نصیحت‌های مولانا خوب گوش کنیم، آن را بپذیریم و خودمان را اصلاح کنیم.]

کز چنان رُویی چنین قهر ای عَجَب

هرکسی مشغول گشته در سَبَب

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۳۹)

بسیار عجیب است زیرا از چنان روی گشاده که هر لحظه آماده کمک است بعید است که قهر کند، پس این انسان است که با مشغول شدن به سبب‌سازی‌های ذهن و فکر بعد از فکر، خودش را از دیدن روی خداوند محروم کرده‌است. [آیا شما از خودتان می‌پرسید چرا خداوند با من قهر است، نکند به سبب‌سازی ذهن مشغول هستید؟ آیا متوجه هستید که خرد زندگی را رها کرده و از عقل من‌ذهنی استفاده می‌کنید؟]

من سبب را ننگرم، کآن حادث است

زآن‌که حادث، حادثی را باعث است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴۰)

حادث: تازه پدیدآمده، جدید، نو

من به سبب و آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، نگاه نمی‌کنم چراکه حادث بوده و ساخته شده این جهان است و هر حادثی موجب به‌وجود آمدن حادث دیگری می‌شود که همگی از بین رفتنی هستند. [من‌ذهنی حادث است و قدم یا خدا آن‌چیزی‌ست که از اول بوده. شما به‌عنوان خدا یا هشیاری به این جهان می‌آیید و در اثر فکر کردن من‌ذهنی را می‌سازید که یک تصویر ذهنی پویا و حادث است.

هرچیزی که در ذهن ما صورت می‌گیرد یک چیز من‌درآوردی است که با عقل ناقص خودمان ساخته‌ایم. حال آیا درست است که ما با این سیستم ناقص که عقلش براساس همانندگی‌ها و رفتن از فکری به فکر دیگر است کار کنیم؟]

لطف سابق را نظاره می‌کنم

هرچه آن حادث، دوپاره می‌کنم

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴۱)

من فضا را در اطراف هر فکری که این لحظه به‌وجود می‌آید، باز کرده و فقط به لطف خداوند که اصل من و قدیمی است توجه می‌کنم. بنابراین با توجه نکردن و اهمیت ندادن به هر حادث و

فکر همانیده‌ای که به ذهنم می‌آید، آن را پاره می‌کنم تا بالاخره فضای درونم گشوده شود. [اگر قرار باشد لطف خدا را ببینید باید از سبب‌سازی ذهن بیرون بیایید، آن سببی را که ذهن نشان می‌دهد مهم ندانید، هشیارانه ناظر ذهنتان بوده، آرام و ساکت باشید و بگذارید اصل شما به‌عنوان بی‌فرمی و هشیاری خودش را از فرم ذهنی جدا کند.]

گر تو این انبان، ز نان خالی کنی

پُر ز گوهرهایِ اِجلالی کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۳۹)

انبان: کیسه

اِجلالی: گران‌قدر

اگر کیسه‌ی ذهن را از همانیدگی‌ها خالی کنی، دراین‌صورت آن را از گوهر گران‌قدر عشق و خرد، هدایت و امنیت خداوند پُر می‌کنی و به عشق زنده می‌شوی.

طفلِ جان، از شیرِ شیطان باز کن

بعد از آتش با مَلکِ انباز کن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۴۰)

طفل جان خود را از شیر جهان بیرون و آنچه ذهن نشان می‌دهد بگیر، سپس آن را با فضاگشایی شریک مَلک، فرشته‌ی حضور و فضای گشوده‌شده کن. [انسانی که به تأیید و توجه مردم علاقه‌مند است و همواره می‌خواهد مردم به او احترام بگذارند و از او قدردانی کنند، درواقع از شیر شیطان که همان شیر جهان بیرون است، تغذیه می‌کند.]

تا تو تاریک و ملول و تیره‌ای

دان که با دیوِ لعین هم‌شیره‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۴۱)

لعین: ملعون

هم‌شیره: خواهر، در این‌جا به‌معنی همراه و دَم‌ساز

[ای انسانی که طالب زنده شدن به خداوند هستی این را بدان] تا زمانی که من‌ذهنی داری و با مرکز انباشته از همانیدگی‌ها جهان را تیره و تاریک می‌بینی و در غم و غصه‌ی آن‌ها به‌سر می‌بری، دراین‌صورت با دیوِ لعنت شده، همراه و دَم‌ساز هستی.

[باید توجه کرد اگر چیزی از جهان بیرون به مرکز انسان راه یابد، دراین صورت خون زندگی‌اش ریخته شده و نه تنها باعث خرابی زندگی خود می‌شود، بلکه زندگی دیگران را نیز خراب کرده، مانع بیداری‌شان از خواب ذهن می‌شود.]

رفتم به سوی مصر و خریدم شکری را

خود فاش بگو یوسف زرین‌کمری را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۷)

به عنوان هشیاری خالص از فضای یکتایی به مصر یا جهان فرم آمدم و پس از همانیده شدن با چیزهای این جهانی آن‌ها را شناسایی کرده، از مرکز بیرون کردم و به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده شده و شیرینی و شادی بی‌سبب را خریدم. حال مولانا می‌گوید این را پنهان نکن و آشکارا بگو که رسالت خود را در این جهان انجام دادم، یوسف زرین‌کمر را خریدم، یعنی شاه جهان شدم و به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده گشتم.

خانه‌ای را کیش دریچه‌ست آن طرف

دارد از سیران آن یوسف شرف

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۴)

سیران: گذر کردن

خانه دل انسانی که مقاومت نمی‌کند، فضا را می‌گشاید و هر لحظه مراقب است تا چیزی به مرکزش راه نیابد و هشیاری‌اش جذب چیزهای این جهانی نشود، روزنی به سمت نور و خداوند باز می‌کند که از حرکت و جنب و جوش نور یوسف، زندگی، دارای شرف، بزرگی و شادی می‌شود. [نگاه و تأمل هشیارانه‌ای به زندگی ملال‌آور و خسته‌کننده انسان امروزی که همواره می‌خواهد در نظر دیگران مهم جلوه کند و از همانیدگی‌ها زندگی بخواهد، حاکی از این حقیقت است که روزن زندگی انسان بسته شده و چاره‌ای جز باز کردن فضا و گشودن روزن ندارد. و تنها دراین صورت تمام هیاهوی جهان که توسط من‌های ذهنی برای دیده شدن و برتر بودن به پا شده است خاموش خواهد شد.]

گفت پیغمبر که جنت از اله

گر همی‌خواهی، ز کس چیزی مخواه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

پیغمبر فرمود: اگر از خداوند بهشت فضای گشوده شده را می‌خواهی، از کسی یا چیزی که ذهنت

نشان می‌دهد چیزی درخواست مکن. [انتظار داشتن از مردم مانند این است که به‌دست خود هیزم جهنم دردها را فراهم می‌آوریم].

چون نخواهی، من کفیلَم مر تو را جَنَّتُ الْمَأْوَىٰ و دیدارِ خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

جَنَّتُ الْمَأْوَىٰ: یکی از بهشت‌های هشت‌گانه

اگر از همانیدگی‌ها زندگی نخواهی و هیچ توقعی از دیگران در برآورده کردن حاجات نداشته باشی، در این صورت بهشت ابدی این لحظه و دیدار خداوند را تضمین می‌کنم و تو را به عشق زنده می‌گردانم. [اجرای عملی این بیت در زندگی به این راحتی نیست، چراکه اگر انسان به این مرحله از یقین برسد و مطمئن باشد که خداوند برای اداره تمام امور زندگی‌اش وافی و کافی‌ست، در این صورت مرکزش را از همانیدگی‌ها خالی کرده و عدم می‌کند.]

حدیث

«وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ.»

«و هر که بر خدا توکل کند، خدا او را کافی است.»

منگر به هر گدایی که تو خاص از آن مایی مفروش خویش ارزان که تو بس گران‌بهای

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۰)

[مولانا از زبان خداوند به انسان می‌گوید:] تو از جنس من هستی، مرکزت را عدم کن، به آنچه ذهن نشان می‌دهد توجهی نکن و هشیاری گران‌قدر و اصیل خویش را به بهای ناچیز همانیدگی‌ها بفروش، چراکه من مشتری تو هستم و می‌توانم در تو به خودم زنده شوم، پس از این امکان استفاده کن، با من یکی و به بی‌نهایت و ابدیت من متصل شو. [اگر به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد توجه کنی و آن را در مرکزت بگذاری، میزان ارزش تو در حد همان همانیدگی‌ست که ذهن نشان می‌دهد.]

بر هرچه امیدست، کی گیرد او دست بر شکلِ عصا آید و آن مارِ دوسر باشد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۰)

[مولانا خطاب به انسان می‌گوید:] چیزهایی مثل پول، سرمایه و خانواده که با آن‌ها همانیده هستی و امید داری دستت را گرفته و تو را خوشبخت کنند، به تو کمک نخواهند کرد و اگرچه ابتدا که با ذهن نگاه می‌کنی به شکل یک عصا هستند و ابزاری کمک‌کننده به نظر می‌رسند، اما وقتی همانندگی با آن‌ها را ادامه می‌دهی، متوجه می‌شوی مارِ دوسر هستند که نماد من‌ذهنی است زیرا با دویی کار می‌کند.

و آن غصه که می‌گویی: آن چاره نکردم دی هر چاره که پنداری، آن نیز غرر باشد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۰)

غرر: هلاکت، فریب خوردن

پس از این‌که مدتی از انجام یک کار یا قدم گذاشتن در راهی می‌گذرد، بی‌مراد می‌شوی، غصه می‌خوری و می‌گویی: «اشتباه کردم. باید آن یکی کار یا آن راه دیگر را انتخاب می‌کردم.» اما بدان همان چاره‌ای نیز که الآن به فکرت می‌رسد، فریب ذهن است و مطمئن باش اگر به دنبال راه‌حل ذهنی پیش می‌رفتی، هزاران مسئله و مشکل برایت پیش می‌آمد، زیرا انتخاب با من‌ذهنی غلط بوده و راهی درست است که زندگی با گشودن فضای درون و خالی کردن مرکز از همانندگی‌ها پیش روی تو می‌گذارد.

[درواقع دلیل ملامت انسان برای همین است که می‌پندارد اگر در انجام امورش انتخاب دیگری انجام می‌داد موفق می‌شد، درحالی‌که عوض شدن وضعیت زندگی انسان و سر و سامان گرفتن امور مستلزم عدم کردن مرکز است. هر انتخاب با من‌ذهنی نتیجه‌ای جز خرابی و درد نخواهد داشت.]

شاد از وی شو، مشو از غیر وی او بهارست و دگرها، ماهِ دی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۷)

ای انسان فقط از خداوند که با فضاگشایی به صورت عدم به مرکزت می‌آید شاد شو و نه از هیچ‌چیز و هیچ‌کس غیر او، چراکه خداوند مانند فصل بهار سرسبز و زیباست و آنچه که ذهن

نشان می‌دهد مانند ماه دی سرد و منجمدکننده است.

هرچه غیر اوست، استدرجِ توست گرچه تخت و ملک توست و تاجِ توست (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۸)

هر آنچه که غیر از خداوند است، یعنی هر چیزی که به جای عدم در مرکز ظاهر شده و تو با آن همانیده می‌شوی، درواقع سبب مرگ تدریجی توست، ولو این که آن چیز تخت و سلطنت و تاج شاهانه تو باشد و ذهنت آن را بسیار مهم جلوه دهد. [به عبارتی دیگر با دیدن از طریق همانیدگی‌ها به تدریج من‌ذهنی و دردهایش را زیاد کرده و در گور من‌ذهنی دفن می‌شوی.]

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۱۸۱-۱۸۲)

«وَمِمَّنْ خَلَقْنَا أُمَّةً يَهْدُونَ بِالْحَقِّ وَبِهِ يَعْدِلُونَ.»

«از آفریدگان ما گروهی هستند که به حق راه می‌نمایند و به عدالت رفتار می‌کنند.»

«وَالَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا سَنَسْتَدْرِجُهُمْ مِنْ حَيْثُ لَا يَعْلَمُونَ.»

«و آنان را که آیات ما را دروغ انگاشتند، از راهی که خود نمی‌دانند به تدریج خوارشان می‌سازیم [به تدریج به لب پرتگاه می‌کشانیم]، [به تدریج به افسانه من‌ذهنی می‌کشانیم].»

خانه را من رُوftم از نیک و بد خانه‌ام پُرست از عشقِ احد (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۸۰۴)

[مولانا از زبان انسان زنده شده به زندگی می‌گوید:] من با فضاگشایی خانه دلم را از همانیدگی‌ها که با زیاد و کم شدنشان دچار قضاوت ذهنی شده، آن‌ها را خوب و بد می‌کردم، جارو کردم. اینک خانه دلم عدم شده و مملو از عشق خداوند یگانه است.

أَدْخُلُوا الْآبِيَاتَ مِنْ أَبْوَابِهَا وَاطْلُبُوا الْأَغْرَاضَ فِي أَسْبَابِهَا (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۸)

«برای درآمدن به خانه‌ها باید از درهای آن وارد شوید و برای نیل به مقصود و مطلوب خود باید خواهان توسل به علل و اسباب آن شوید.»

[به عبارتی دیگر برای رسیدن به هرچیزی باید از ابزار و وسیله مخصوص همان چیز استفاده کرد. ابزار و وسیله وحدت و یکی شدن با خداوند نیز فضاگشایی است. پس با رعایت سکوت، پرهیز، تسلیم و عدم توجه به آنچه ذهن نشان می‌دهد، مقصود اصلی که زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداوند است حاصل می‌شود. رسیدن به این مقصود با مقاومت و فضا‌بندی و سبب‌سازی ذهن امکان‌پذیر نیست.]

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۱۸۹)

«... وَلَيْسَ الْبِرُّ بِأَنْ تَأْتُوا الْبُيُوتَ مِنْ ظُهُورِهَا وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنِ اتَّقَىٰ وَأَتُوا الْبُيُوتَ مِنْ أَبْوَابِهَا ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ.»

«... و پسندیده نیست که از پشت خانه‌ها به آن‌ها داخل شوید، ولی پسندیده راه کسانی است که پروا می‌کنند و از درها به خانه‌ها درآید و از خدا بترسید تا رستگار شوید.»

گر همی جوید در بی‌بها

ادخلوا الابيات من ابوابها

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۲۷)

اگر طالب مرواید گران‌بها و گنج بی‌نظیر حضور هستید، پس حلقه در زندگی را بزنید و از راه آن که خالی کردن مرکز از همانندگی‌ها با فضاگشایی است، وارد فضای یکتایی شده و آن را بیابید، نه با سبب‌سازی و فکرهای پی‌درپی و پیچیده.

می‌زن آن حلقه در و بر باب بیست

از سوی بام فلکتان راه نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۲۸)

پس برای دست یافتن به مروارید و گنج گران‌قدر حضور، حلقه در را با فضاگشایی به صدا درآور و منتظر باش، صبر کن و بدان از بام ذهن به این خانه یعنی فضای یکتایی راهی وجود ندارد. [به بیانی دیگر با فکرهای پی‌درپی و پیچیده و سبب‌سازی‌های ذهنی نمی‌توان به حضور رسید.]

باز در بستندش و، آن درپرست بر همان اُمید آتش پا شده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۱)

درپرست: پرستنده در، یعنی کسی که مراقب و امیدوار گشوده شدن در مقصود است.
آتش پا: شتابان و تیزرو

پس از این که شخص به کار کردن روی خود علاقه مند شد، فضا را گشود و شیرینی و حلاوت آن را چشید، دوباره در را به رویش می‌بندد و آن شخص با تکیه بر فضاگشایی، تمرکز روی خود و جدی نگرفتن آنچه ذهن نشان می‌دهد، صبر و شکر کرده، از زندگی عذرخواهی می‌کند و به هیچ عنوان با ذهن سعی و تلاش نمی‌کند و همچنان با عشق و امید به کار کردن روی خود ادامه می‌دهد. [درواقع بسته شدن در، همان کشش و نیروی ذهن است، پس باید با بی‌توجهی به هر چه که نشان می‌دهد، آن را از کار بی‌کار کرد تا در دوباره باز شود].

بر کنار بامی ای مست مدام پست بنشین یا فرود آ، وَالسَّلَام

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۶)

مُدام: شراب

ای کسی که هر لحظه مست شراب غرور و پندار کمال بوده و در خواب ذهن براساس همانیدگی‌ها به دنبال خودنمایی و شیرۀ تأیید و توجه هستی، درواقع تو در کنار بام هستی و امکان دارد بیفتی. یا کمی عقب‌تر بنشین و استدلال نکن یا به‌طور کلی سیستم من‌ذهنی را رها کن و از نردبان غرور پایین بیا.

هر زمانی که شدی تو کامران آن دم خوش را کنار بام دان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۷)

ای انسان هرگاه براساس یک همانیدگی شکوفا شدی و به واسطه آن به خودنمایی و فخر فروشی پرداختی، بسیار مواظب باش که در آن وقت دل‌نشین بر لب بام ایستاده‌ای و در معرض سقوط هستی، چراکه هر عملی که در آن «من‌ذهنی» خود را تقویت کنی آماج تیر «قضا و کُنْ فَکَانَ» قرار خواهد گرفت.

تو خوش و خوبی و، کانِ هر خوشی تو چرا خود منتِ باده گشی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۳)

ای انسان، تو در ذات خود به صورت مرکز عدم و جنس خدا یا الست، خوش و زیبا هستی و معدن همه شادی‌ها در درون توست. پس چرا منتِ شراب گرفتن از یک چیز بیرونی و یا حتی منتِ شراب انگوری را می‌کشی که تو را مست کند؟ چرا خوشی و زیبایی را از چیزهای این جهانی و همانیدگی‌ها طلب می‌کنی؟ [باید توجه داشت که پیشرفت شما در گرو تکرار این ابیات است. اگر فقط یک بار بخوانید یا آن را به صورت یک چیز ذهنی بگیرید و معادلش را پیدا کنید و رد بشوید، این ابیات در شما کار نخواهند کرد.]

هرچه از وی شاد گردی در جهان از فراق او بیندیش آن زمان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷)

هرگاه چیزی از همانیدگی‌ها خواست به مرکز راه یابد و تو خواستی از آن‌ها شادی و زندگی بگیری، در همان لحظه به دوری و فراق آن فکر کن و از این‌که با آن همانیده شوی بپرهیز. [اگر ذهن چیزی را به ما نشان داد و گفت برای گرفتن شادی دنبال آن برو، همان لحظه باید با خود گفت این آفل است و بالاخره روزی آن را از دست خواهم داد، پس پرهیز می‌کنم و آن را به مرکز راه نمی‌دهم.]

زانچه گشتی شاد، بس کس شاد شد آخر از وی جست و همچون باد شد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۸)

[از فراق تمام چیزهای آفل که از آن‌ها شاد می‌شوی بیندیش زیرا] بسیاری از انسان‌های دیگر هم مانند تو آن‌ها را در مرکز گذاشته، همانیده شدند و از آن‌ها شادی و زندگی خواستند، اما آخر سر تمام همانیدگی‌های آفل مانند بادی که می‌آید و می‌رود از آن‌ها دور شد و از دستشان گریخت.

از تو هم بجهد، تو دل بر وی منه پیش از آن کو بجهد، از وی تو بجه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۹)

بالاخره آن همانیدگی‌های آفل که از آن‌ها خوشی می‌گرفتی، از دست تو بیرون خواهند رفت و دچار درد و غم خواهی شد، پس قبل از این‌که به دست «قضا و کُنْ فکان» الهی و با درد از آن‌ها جدا شوی، آن‌ها را با حضور ناظر شناسایی کن و از مرکزت بران. [حال قبل از این‌که همانیدگی‌هایی مانند همسر، بچه، دوست، فامیل، باور، زیبایی، مقام، ثروت و هرآنچه در مرکزمان گذاشته‌ایم از دستان برود باید هشیارانه آن‌ها را شناسایی کرده از مرکزمان برانیم، چراکه در غیر این صورت دچار درد خواهیم شد.]

که سرگردان بدین سرهاست گر نه

سکون بودی جهان بی سکون را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۱)

[در این بیت مولانا جهان را نماد انسان می‌گیرد.] انسان به‌خاطر سر من‌ذهنی که با سبب‌سازی کار می‌کند، همواره به سمت همانیدگی‌های مختلف کشیده شده و سرگردان می‌شود و سکون و آرامش خود را از دست می‌دهد، زیرا می‌خواهد آرامش و زندگی را از چیزها و وضعیت‌هایی بگیرد که دائماً در حال تغییرند. اما وقتی فضا را باز می‌کند درمی‌یابد سکون و آرامش اصلی از مرکز عدم و از فضای میان دو فکر برمی‌خیزد.

علّتی بتر ز پندارِ کمال

نیست اندر جانِ تو ای دُودَلال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

دُودَلال: صاحبِ ناز و کرشمه

ای من‌ذهنی متکبر، هیچ بیماری و دردی بدتر از پندارِ کمال در جانِ تو وجود ندارد. [مولانا در این بیت بدترین بیماریِ جان انسان را معرفی می‌کند که آن هم پندارِ کمال است. یکی از ابزارهای بسیار دردزای پندارِ کمال و ناموس بدلی، این است که حرف یا رفتارِ شخصی به پندارِ کمالِ آدم برمی‌خورد و موجب رنجش او می‌گردد. اما راه‌کاری که وجود دارد این است که به محض این‌که یک چیزی به شما برخورد، با فضاگشایی، تعظیمِ خدا را به‌جا آورده، پندارِ کمال و ناموس بدلی من‌ذهنی را صفر کنید.

شما این ابیات را این قدر بخوانید که وقتی یک چیز به شما برمی خورد، یادتان بیاید که شما درد دارید، پندار کمال دارید، مقاومت می کنید، فضاگشایی نکردید، استکمال تعظیم نکردید. تنها یکی از این علائم کافی است تا بفهمید تقصیر شماست و باید روی خودتان کار کنید.]

در تگ جو هست سرگین ای فتی

گرچه جو صافی نماید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)

فتی: جوان، جوان مرد

ای جوانمرد، در اعماق جوی به ظاهر آرام ذهنت انبوه سرگین دردها و رنجش هایی وجود دارد که توسط من ذهنی ایجاد شده است، ولی در حال حاضر پندار کمال و ناموس مانع دیدن آنها می شود و این جوی را در نظرت صاف و آرام و تمیز نشان می دهد.
[به محض این که چالشی پیش آید و ما واکنش نشان دهیم دردهایی که در زیر جوی آرام ذهنمان قرار گرفته اند به صورت خشم، حسادت، تنگ نظری و سایر هیجانات منفی بالا می آیند و عیب و ایرادمان را که همانندگی و مهم دانستن چیزهاست، نشانمان می دهند.]

کرده حق، ناموس را صد من حدید

ای بسی بسته به بند ناپدید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰)

حدید: آهن

خداوند، آبرو و حیثیت بدلی من ذهنی را که ناشی از پندار کمال است همانند صد من آهن کرده و به صورت زنجیری نامرئی بر دست و پای هشیاری انسان ها بسته است. چه بسیارند کسانی که مرکزشان با این زنجیر پنهانی بسته شده و قادر به فضاگشایی و اقرار به دردها و عیب های خود نیستند. [اگر شما با حرف مردم دچار درد و رنجش می شوید، بدانید که مرکزتان همانند است و پندار کمال و همه خاصیت های من ذهنی را دارید.]

گفتم دوش عشق را: ای تو قرین و یار من

هیچ مباش یک نفس غایب از این کنار من

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹)

وقتی این لحظه در اثر فضاگشایی با زندگی یکی شدم، گفتم: «ای خداوندی که یار و همنشین

اصلی من هستی، دیگر تصمیم گرفته‌ام همیشه مرکز را عدم نگه دارم، چراکه نمی‌خواهم حتی یک لحظه از عشق، یعنی یکی شدن با تو جدا شوم. پس از من دور نشو.»

[با توجه به ابیات مولانا برای این‌که ما از زندگی جدا نباشیم و قرین ما او باشد باید این لحظه حاضر باشیم. علت غایب بودن ما این است که مشغول هیاهو و رفتارهای من‌ذهنی‌مان می‌شویم. درواقع یکی از موانع اصلی زنده شدن به مقصود اصلی‌مان این است که من‌ذهنی وضعیت و اتفاق این لحظه را مهم‌تر از مرکز عدم یا زندگی جلوه داده و ما را جذب ذهن می‌کند، بنابراین وقتی متوجه شدیم که غایب هستیم باید با فضاگشایی به این لحظه برگردیم و اجازه ندهیم من‌ذهنی همانندگی‌ها را به‌جای عدم یا خدا به مرکزمان بیاورد و از این طریق ما را از این لحظه جدا کند و به زمان روان‌شناختی گذشته یا آینده ببرد.]

از قرین بی قول و گفت‌وگوی او خو بدزد دل نهان از خوی او (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)

دل انسان بدون هیچ گفت‌وگویی، به‌طور پنهانی و از طریق ارتعاش، خو و سیرت همنشینی را که با او قرین شده است می‌دزد. [پس اگر قرین شما از جنس زندگی و مولانا باشد دراین‌صورت از طریق فضاگشایی روی شما اثر سازنده می‌گذارد و شما را از جنس حضور می‌کند، ولی اگر قرین شما از جنس من‌ذهنی و انسان‌های پُردرد باشد روی شما اثر مُخرَب گذاشته و شما را از جنس من‌ذهنی می‌کند. شما نیز باید قرین خوبی برای انسان‌های دیگر باشید بدین معنا که با فضاگشایی در اطراف آن‌ها موجب انبساط آن‌ها گردید.]

می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها از ره پنهان، صلاح و کینه‌ها (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

هم صلاح یعنی انرژی‌های خوب و صفات زندگی مثل عشق، شادی، آرامش، زیبایی، خاصیت فضاگشایی و هم انرژی‌های بد و دردهای من‌ذهنی مثل کینه به‌طور پنهانی و از طریق ارتعاش از مرکز انسانی به مرکز انسان دیگر راه پیدا می‌کند، به‌گونه‌ای که ذهن انسان این ارتعاش را اصلاً نمی‌فهمد.

[بنابراین ما باید از خودمان بپرسیم که این لحظه چه نوعی از انرژی را به جهان پیرامون خود ساطع می‌کنیم، چراکه جهان همچون آینه‌ای است که هرچه را که می‌فرستیم به ما منعکس

می‌کند و ما خودمان را در آن می‌بینیم، اگر درد پخش کنیم، درد را تجربه کرده و اگر عشق بورزیم، عشق دریافت می‌کنیم.]

گرگ درنده‌ست نفسِ بد، یقین

چه بهانه می‌نهی بر هر قرین؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۸۵۶)

به‌طور قطع و یقین من‌ذهنی قرین بدی است که همچون گرگی درنده، انسان را از درون تباه می‌کند. پس تو نباید بهانه‌تراشی کنی و همه‌چیز را گردن قرین‌های بیرونی بیندازی. [اگر به‌طور مداوم ناظر من‌ذهنی‌مان نباشیم یقیناً به ما ضرر می‌زند. در این صورت نباید تقصیر را گردن قرین‌های بد بیندازیم، بلکه باید از یک طرف مواظب من‌ذهنی خودمان و از طرف دیگر مواظب قرین‌های بیرونی باشیم و فراموش نکنیم من‌ذهنی گرگ درون ماست و برای دریدن ما کافی است.]

بر قرین خویش مَفْزَا در صِفَت

کَانَ فِرَاقِ آردِ یقین در عاقبت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۴)

ای انسان، در صفتِ گفت‌وگو و حرف زدن با من‌ذهنی، بر قرین اصلی خود که خداوند است، پیشی نگیر و به او مجال سخن گفتن بده. یعنی با فضاگشایی و مرکز عدم ذهنت را خاموش کن تا به‌جای من‌ذهنی، زندگی از طریق تو سخن بگوید و شراب عشق، شادی و آرامش را در جامِ وجودِ تو بریزد. در غیر این صورت، بدون شک اتصال تو با خداوند قطع خواهد شد.

[باید بدانیم سبب‌سازی و تندتند فکر کردن عادت ما شده و فکر می‌کنیم با فکرهای همانند پی‌درپی، می‌توانیم مسائل‌مان را حل کنیم، در حالی‌که با این کار علاوه بر مسئله‌سازی بیشتر، زندگی‌مان را خراب می‌کنیم و به خداوند مجال کمک نمی‌دهیم. هرچه با رعایت «اَنْصِتُوا» من‌ذهنی را کند کنیم، حرف زدنِ خدا از طریق خودمان را بیشتر و سریع‌تر کرده‌ایم.]

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 بزرگی خداوند را به پا داشتن به چه معناست؟ این که با صفر کردن عقل من ذهنی و پیش رفتن با «قضا و کُن فکان» خداوند و حفظ مرکز عدم، عقل جزوی را خوار و کوچک کرده و بر حسب دید آن فکر و عمل نکنی.

[به تدریج که انسان فضا را می گشاید، متوجه می شود همه چیز مطابق مشیت و خواست الهی پیش می رود و در این صورت به عظمت خداوند پی می برد، ولی به درجه ای که با من ذهنی در کار زندگی دخالت می کند، در واقع به خداوند شک دارد و از تعظیم او آگاه نیست.]

چیست توحید خدا آموختن؟ خویشتن را پیش واحد سوختن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۹)

چگونه می توان توحید خدا را آموخت؟ با لحظه لحظه فضاگشایی و سوزاندن وجود موهومی من ذهنی در پیشگاه خداوند. [این که انسان به لفظ بگوید خداوند یکتاست هیچ فایده ای ندارد، بلکه برای درک توحید و یگانگی خداوند باید هشیارانه فضا را باز کرد و به آنچه که ذهن در این لحظه به صورت فکر نشان می دهد، اهمیتی نداد.]

گر همی خواهی که بفروزی چو روز هستی همچون شب خود را بسوز

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۱۰)

ای انسان، اگر می خواهی همچون روز، روشن و فروزان شوی و شادی بی سبب زندگی را تجربه کنی، در این صورت با فضاگشایی وجود موهومی من ذهنی ات را که همچون شب تیره و تار است، پیش خداوند هستی بخش بسوزان تا هیچ اثری از آن باقی نماند.

از ترازو کم کنی، من کم کنم تا تو با من روشنی، من روشنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰)

[مولانا از زبان زندگی خطاب به انسان می‌گوید:] اگر در موازنه بین هشیاری حضور و هشیاری جسمی، از میزان حضور کم کنی و با چیزهای این‌جهانی همانیده شوی، من نیز از بهره و اشتیاق می‌کاهم، بنابراین دیگر نمی‌توانی به زندگی زنده شوی. ولی تا زمانی که با من روشن باشی یعنی فضا را باز کرده و مرکزت را عدم نگه داری و من ذهنی را کوچک کنی، من نیز روشنائی زندگی را در تو بیشتر کرده و خرد، شادی و آرامش خود را نثار می‌کنم.

[اگر شما اجازه دهید لحظه‌به‌لحظه چیزهایی که ذهنتان نشان می‌دهد، مهم جلوه کرده و به مرکزتان بیاید، درواقع ترازو را به نفع من ذهنی کم می‌کنید. و وقتی با فضاگشایی، تعظیم خدا را برافراشته می‌کنید و زندگی‌تان توسط خداوند یا خرد کل اداره می‌شود، آسمان بزرگ و بی‌نهایت درونتان باز شده و به زندگی زنده می‌شوید.]

ذره‌ای گر جهد تو افزون بُود در ترازوی خدا موزون بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۴۵)

اگر این لحظه ذره‌ای بر سعی و تلاش تو برای فضاگشایی و گشودن آسمان درونت افزوده شود، ترازوی خداوند آن را می‌سنجد و به نفع تو عمل می‌کند، یعنی خرد او به فکر و عملت ریخته و زندگی درون و بیرون را سر و سامان می‌دهد. [اگر شما فضاگشایی می‌کنید و با خود می‌گویید چرا تبدیل در من صورت نمی‌پذیرد و فضاگشایی من به حساب نمی‌آید درواقع این‌طور نیست و ذره‌ای عمل کردن انسان در نظر خداوند ارزش دارد و به حساب می‌آید فقط باید صبر کنید و ناظر خویش شوید تا عمل فضاگشایی را درست و بدون دخالت ذهن انجام دهید.]

خواب چون درمی‌رمد از بیم دل خواب نسیان کی بُود با بیم حلق؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۰)

در جایی که ترس از دزدیده شدن اموال، خواب را از چشمان مردم می‌رباید، پس چگونه ممکن است انسان با وجود من ذهنی، دشمن به این خطرناکی که درون اوست و در پی گرفتن جان زنده

زندگی است، در ذهن به خوابِ غفلت و فراموشی فرو رود و منظور از آمدن به این جهان را از یاد ببرد؟ [به بیان مولانا ما در این جهان دچار فراموشی شده‌ایم. یعنی به جای این که به منظور اصلی آمدنمان به این جهان که زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداوند است، جامهٔ عمل بپوشانیم، با چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد همانیده شده و به خوابِ ذهن فرو رفته‌ایم.]

لَا تُؤَاخِذِ اِنْ نَسِينَا، شد گواه که بُود نسیان به وجهی هم گناه (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۱)

آیه «لَا تُؤَاخِذِ اِنْ نَسِينَا» که از زبان انسان خطاب به خداوند می‌گوید «مؤاخذه مکن اگر فراموش کردیم» گواه بر این امر است که فراموشی به نوعی گناه محسوب می‌شود. به بیانی اگر انسان در ذهن دچار فراموشی شده و منظورِ آمدنِ خود به این جهان را از یاد ببرد، مرتکب گناه می‌شود. [طبق این بیت اگر ما از ده دوازده سالگی به بعد فراموشی را ادامه دهیم بازخواست می‌شویم، یعنی زندگی ما در مسئله‌سازی، مانع‌سازی، دشمن‌سازی و دردسازی اتلاف خواهد شد. همچنین اگر از دیگران توقع و انتظار داشته باشیم، مقدار زیادی رنجش در ما انباشته می‌شود که نمی‌توانیم از شرِّ آن رها شویم. رنجش درواقع همان بازخواست خداوند است، بنابراین باید فضا را باز کنیم، تعظیم خدا را استکمال ببخشیم، یعنی نسبت به من‌ذهنی کوچک و کوچک‌تر شویم تا رنجش و دردهای ما شفا یابد.]

(قرآن کریم، سورهٔ بقره (۲)، آیه ۲۸۶)

«... رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا اِنْ نَسِينَا اَوْ اَخْطَاْنَا ...»

«... ای پروردگار ما، اگر فراموش کرده‌ایم یا خطایی کرده‌ایم، ما را بازخواست مکن ...»

زآن که استکمالِ تعظیم او نکرد ورنه نسیان در نیاوردی نبرد (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲)

زیرا انسان به‌طور تمام و کمال تعظیم خداوند را به جای نیاورده و فقط بخشی از ادارهٔ امور زندگی خود را به خدا سپرده بود، یا به عبارتی او با فضاگشایی مرکز عدم خود را حفظ نکرد، وگرنه درمقابل حمله‌های من‌ذهنی در قالبِ فراموشی شکست نمی‌خورد و به بهبود وضعیت ظاهری و مادی زندگی‌اش بسنده نمی‌کرد.

یار در آخرزمان، کرد طرب‌سازی‌ای

باطنِ او جدّ جدّ، ظاهرِ او بازی‌ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳)

خداوند در این لحظه که پایان زمان روان‌شناختی است، بساط شادی اصیل زندگی را فراهم کرد تا هرکسی برای دستیابی به آن در برابر اتفاقی که زندگی پیش می‌آورد فضاگشایی کند. باطن این کار که همان فضاگشایی است بسیار جدی است، چون ما را به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده می‌کند، ولی ظاهر، یعنی اتفاقی که ذهن نشان می‌دهد، بازی خداوند است که نباید جدی گرفته شود، زیرا بلافاصله به مرکز انسان می‌آید.

جمله عشاق را یار بدین علم کُشت

تا نکند هان و هان، چهلِ تو طنّازی‌ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳)

خداوند همه عاشقان را با آگاهی به این علم که آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد بازی زندگی‌ست، ولی فضاگشایی در اطراف آن بسیار جدی است، نسبت به من‌ذهنی کشته و به خودش زنده کرده‌است. پس مراقب باش که چهلِ من‌ذهنی‌ات عشوه‌گری نکند و راه دیگری نشان ندهد، یعنی تو را با جدی گرفتن وضعیت‌هایی که ذهن نشان می‌دهد و دیدن از طریق همانیدگی‌ها به دام نیندازد.

اگر نه عشقِ شمس‌الدین بُدی در روز و شب ما را

فراغت‌ها کجا بودی ز دام و از سبب ما را؟!

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۱)

اگر هر لحظه امکان فضاگشایی در برابر اتفاقات و شناسایی خودمان به‌عنوان امتداد خدا نبود و آفتابِ عشقِ شمس‌الدین یعنی خداوند در ما طلوع نمی‌کرد، در این صورت کی و چگونه می‌توانستیم از دامِ همانیدگی‌ها و سبب‌سازی من‌ذهنی احساس راحتی و آسایش داشته باشیم؟ درواقع این فضاگشایی و اتصال به زندگی‌ست که ما را از دام و سبب‌سازی ذهن نجات می‌دهد.

[با فضاگشایی و تسلیم، ما به‌صورت آفتابی از مرکزمان طلوع می‌کنیم که این آفتاب همان عشق یا اتحاد بین ما و خداوند است. در اثر این اتحاد یا یکی شدن با زندگی، ما از دام و سبب‌سازی ذهن و فکر بعد از فکر رها شده و به آسایش می‌رسیم.]

بُتِ شهوت برآوردی، دَمار از ما ز تابِ خود اگر از تابشِ عشقش، نبودی تاب و تب، ما را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۱)

اگر تابش عشق خداوند که با فضاگشایی در اطراف اتفاقات به صورت آفتابِ حضور از مرکزمان طلوع می‌کند، به ما عقل و قدرت شناسایی همانیدگی‌ها را نمی‌بخشید، آنگاه بتِ من‌ذهنی که حرصِ زندگی خواستن از چیزهای این‌جهانی را دارد، ما را در دامِ سبب‌سازیِ ذهن گرفتار کرده و دَمار از روزگارمان درمی‌آورد.

لذَّتِ بی‌کرانه‌ای‌ست، عشق شده‌ست نامِ او قاعده خود شکایت است، ورنه جفا چرا بُود؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰)

فضای گشوده‌شده و یکی شدن با خداوند یک لذتِ بی‌کرانه‌ای است که عشق نام دارد و هرکسی به نسبت فضای گشوده‌شده درون و مرکز عدم از آن بهره‌مند می‌شود. ولی انسان در من‌ذهنی که اساس وجودش بر درد و شکایت استوار است، همواره جفا کرده و با همانیده شدن از آن شادی محروم می‌ماند. وگرنه چرا زندگی باید جفا کند؟

[وقتی مرکزتان عدم است، درواقع شما به آلست وفا می‌کنید و می‌گویید من از جنس زندگی هستم. ولی جفا عکسِ وفا به آلست است. جفا به آلست یعنی در مقابل آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد مقاومت کرده به مرکزتان می‌آورید. و همین‌که مرکزتان جسم شده و از عدم خارج شود، جفا پیش می‌آید.]

ننگرم کس را و گر هم بنگرم او بهانه باشد و، تو مَنظَرَم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

مَنظَرَم: جای نگریستن و نظر انداختن

خداوندا، من به هیچ‌کس و هیچ‌چیز که ذهنم در این لحظه نشان می‌دهد نگاه نمی‌کنم و اگر فرضاً به آن نگاه هم کنم فقط بهانه‌ای است برای آن‌که تو را ببینم. به عبارتی با نگاه کردن به هرچیز و هر اتفاقی می‌خواهم در اطراف آن فضاگشایی کرده و با مرکزِ عدم به تو وصل شوم.

عاشقِ صُنْعِ توأم در شُکر و صبر عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

شُکر و صبر: در این جا کنایه از نعمت و بلاست.
گبر: کافر

خداوندا، من در هر وضعیتی که ذهنم نشان می‌دهد عاشقِ آفریدگاری و صُنْعِ تو هستم، چه در اتفاقات خوب که سبب شکرگزاری من شده و چه در وضعیت‌های بد که صبر مرا می‌طلبند. در هردو حالت با فضاگشایی در اطراف اتفاق، مرکز را عدم می‌کنم تا صنع تو کار کند و از طریق من بیافرینی. من همچون من‌های ذهنی کافر، عاشقِ آن چیز مصنوعی که ذهنم نشان می‌دهد نیستم.

عاشقِ صُنْعِ خدا با فَر بُود عاشقِ مصنوعِ او کافر بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

صُنْع: آفرینش
فَر: شکوه ایزدی
مصنوع: آفریده، مخلوق

هرکسی که عاشقِ نیروی آفریدگاری خداست و با فضاگشایی اجازه می‌دهد که خداوند از طریق او ساختارهای نیک بیافریند، دارای فَر و شکوه ایزدی‌ست و برکت زندگی را وارد زندگی‌اش می‌کند. اما کسی که عاشقِ آفریده‌های خدا باشد کافر است، چراکه با همانیده شدن با چیزهایی که ذهنش نشان می‌دهد، روی زندگی، مرکز عدم، را می‌پوشاند.

ز ناسپاسی ما بسته است روزن دل خدای گفت که انسان لِرَبِّه لَکَنود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۱۴)

به علت ناسپاسی، قدرناشناسی، فضابندی و استفاده از هشیاری جسمی و عقل من‌ذهنی به‌جای خرد زندگی‌ست که روزن دل ما بسته شده‌است و شمع حضورمان روشن نمی‌شود، خداوند نیز فرموده‌است که انسان نسبت به پروردگارش به‌شدت ناسپاس است.

[بنابراین باید از خودتان سؤال کنید آیا شما نسبت به خداوند سپاس‌گزار بوده‌اید؟ اگر سپاس‌گزار بوده‌اید، این سپاس‌گزاری را چگونه در عمل به‌کار گرفته‌اید؟ آیا تعظیم خدا را به انجام رسانده‌اید؟ هر لحظه از جنس خدا بوده‌اید؟ آلت را رعایت کرده‌اید؟ ادب داشته‌اید؟ توحید او را یاد گرفته‌اید؟ نسبت به من‌ذهنی کوچک شده‌اید یا نه؟ این لحظه آن چیزی را که ذهن نشان می‌دهد بی‌اهمیت می‌دانید و فضاگشایی می‌کنید؟ عشق شمس‌الدین را مهم می‌دانید یا سبب‌سازی ذهن را؟

با توجه به این ابیات همه آدم‌ها باید سپاس‌گزار باشند از این‌که می‌توانند از من‌ذهنی خارج بشوند و به دیگران لطمه نزنند، مؤدب باشند، افق‌ها را تاریک نکنند و با فضاگشایی به زندگی زنده شوند.]

(قرآن کریم، سوره عادیات (۱۰۰)، آیه ۶)

«إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُودٌ.»

«همانا آدمی نسبت به پروردگارش بسیار ناسپاس است.»

بی او نتوان رفتن، بی او نتوان گفتن

بی او نتوان شستن، بی او نتوان خفتن

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۸۳)

شستن: نشستن

بدون خداوند هیچ عملی را نمی‌توان انجام داد، مثلاً نمی‌توان فکر کرد و حرف زد. نمی‌توان از کاری فارغ شد و آسوده نشست زیرا فکرها نمی‌گذارند. بدون خرد و فضای گشوده‌شده و آگاهی از خداوند شب‌ها نیز نمی‌توان به‌راحتی خوابید.

شاهد آن نیست که مویی و میانی دارد

بنده طلعت آن باش که آنی دارد

(حافظ، غزلیات، غزل شماره ۱۲۵)

طلعت: چهره، رخسار

ای انسان، زیبارو کسی نیست که موی او زیباست یا بدن زیبایی دارد، بلکه تو باید بنده کسی بشوی که فضای گشوده‌شده و مرکز عدم دارد که به موجب آن خداوند به مرکزش می‌آید. [هرچقدر فضای گشوده‌شده درون شما وسیع‌تر باشد، به همان اندازه به خداوند زنده هستی.]

مر لثیمان را بزن، تا سر نهند

مر کریمان را بده تا بر دهند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۹۴)

لثیم: ناکس، فرومایه

انسان‌های پست را بزن تا مطیع شوند و بفهمند روش زندگی‌شان درست نیست و با اشخاص بزرگوار به نیکی برخورد کن تا ثمره آن را به تو بدهند. به عبارتی دیگر زندگی به من‌های ذهنی درد می‌دهد و جام زهر می‌خوراند تا بلکه آگاه شوند، اما با کسانی که کریم هستند و دائماً فضا را می‌گشایند، به نیکی برخورد می‌کند و برکاتش را به جان آن‌ها می‌ریزد تا آنان نیز از طریق خلاقیت و آفرینندگی میوه بدهند.

لاجرم حق هر دو مسجد آفرید

دوزخ آن‌ها را و، این‌ها را مزید

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۹۵)

لاجرم: به ناچار

پس خداوند به ناچار هر دو مسجد را آفرید. عبادت‌گاه دوزخ یا همان فضای ذهن را برای بیدار کردن انسان‌های فرومایه که مدام با همانیدگی‌ها درد ایجاد می‌کنند و عبادت‌گاه بهشت یا فضای گشوده‌شده را برای کسانی که هر لحظه با فضاگشایی به وجود اصلی خود می‌افزایند و نعمت برایشان افزون می‌شود.

ساخت موسیٰ قدس در، باب صغیر

تا فرود آرند 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. به عبارتی خداوند برای انسانی که خود را بی‌نیاز می‌پندارد، باب صغیری به نام من‌ذهنی را ساخته‌است که درد تولید می‌کند، تا انسان دردمند متوجه احتیاجش به خداوند شود، از کارافزایی و ایجاد درد بپرهیزد و با تسلیم و فضاگشایی اداره زندگی‌اش را به دست خداوند بسپارد.

[تسلیم به معنی پذیرش اتفاق این لحظه بدون قید و شرط و قبل از قضاوت و رفتن به ذهن است، که سبب می‌شود مرکز ما از جسم به عدم تبدیل بشود.]

زآن‌که جَبَّاران بُدند و سرفراز دوزخ آن بابِ صغیر است و نیاز (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۹۷)

جَبَّار: ستم‌گر، ظالم

[موسی از این جهت در را کوچک ساخت] که قومش مردمی زورگو و گردن‌کش بودند، یعنی با خرد زندگی فکر و عمل نمی‌کردند بلکه از عقل من‌ذهنی استفاده می‌کردند. دوزخ انسان یا من‌ذهنی که انسان زیر فشار دردها قرار می‌گیرد 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 خوش‌تر آید از شکر لیک کم خایش که دارد صد خطر (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۴)

خاییدن: جویدن

هرچند ناز کردن یا همان اظهار بی‌نیازی نسبت به کمک خداوند، عدم نکردن مرکز و مهم دانستن اتفاق این لحظه که ذهن نشان می‌دهد و استفاده از عقل من‌ذهنی به جای خرد فضای گشوده‌شده، برای من‌ذهنی از شکر هم شیرین‌تر به نظر می‌رسد، اما تو در پی جویدن و چشیدن چنین شیرینی نباش زیرا خطرات بسیاری به دنبال دارد.

ایمن‌آبادست آن راهِ نیاز ترکِ نازش گیر و، با آن ره بساز (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۵)

پس راه نیاز یا راه فضاگشایی و مرکز عدم و رو آوردن به کمک و خرد خداوند، راهی ایمن و سرشار از آسایش و آرامش است. پس ناز کردن را کنار بگذار و با آزار صبر و فضاگشایی و اعتراف به «نمی‌دانم» دردِ هشیارانه را بپذیر تا به بی‌نهایت خداوند زنده شوی.

خریدی خانه دل را، دل آن توست، می دانی هر آنچه هست در خانه از آن کدخدا باشد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۷)

خداوندا، تو می دانی و من هم می دانم که تو خانه دل را خریده ای، یعنی مرکز من متعلق به توست و هر همانیدگی که در این خانه هست از آن کدخداست که کدخدا هم تو هستی. بنابراین من فضاگشایی می کنم تا مرکز من از همانیدگی ها خالی شده و به صورت عدم در اختیار تو قرار گیرد.

بی وفایی دان وفا با رد حق بر حقوق حق ندارد کس سبق

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۲۴)

رد حق: آن که از نظر حق تعالی مردود است.

ای انسان، وفاداری با هر آنچه که این لحظه ذهن نشان می دهد را بی وفایی نسبت به خداوند یا آلت به حساب بیاور، زیرا هیچ کس نمی تواند حق خداوند یا قانون زندگی را که می گوید مرکز تو فقط باید من باشم نه اجسام، مردود کند. به عبارتی دیگر هرگاه چیزی غیر از خداوند را در مرکز قرار داده و به آن متعهد می شوی، در واقع با این کار به خداوند بی وفایی می کنی.

پس شما خاموش باشید آنصتوا تا زبان تان من شوم در گفت و گو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)

آنصتوا: خاموش باشید.

[خداوند می گوید] ای انسان ها، پس شما فضا را باز کنید و خاموش باشید تا من زبانتان شوم و از طریق شما در گفت و گوهایتان سخن بگویم.

بر قرین خویش مفا در صفت کآن فراق آرد یقین در عاقبت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۴)

ای انسان، در صفت گفت و گو و حرف زدن با من ذهنی، بر قرین اصلی خود که خداوند است، پیشی نگیر و به او مجال سخن گفتن بده. یعنی با فضاگشایی و مرکز عدم ذهنت را خاموش کن

تا به جای من‌ذهنی، زندگی از طریق تو سخن بگوید و شراب عشق، شادی و آرامش را در جام وجود تو بریزد. در غیر این صورت، بدون شک اتصال تو با خداوند قطع خواهد شد.

چون تو گوش، او زبان، نی جنس تو

گوشها را حق بفرمود: اَنْصِتُوا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲)

ای انسان، تو در من‌ذهنی در مرتبه گوش هستی، زیرا حرف زدن تو براساس همانیدگی‌ها غلط است، اما خداوند و انسان زنده‌شده به خدا که مرکزش عدم است در مرتبه زبان. بنابراین تا وقتی به جنس اصلی خود زنده نشده‌ای باید با فضاگشایی و عدم کردن مرکز، ذهنت را خاموش کنی تا زندگی از طریق تو حرف بزند، چراکه خداوند به تمام گوش‌ها فرمان «خاموش باشید» داده‌است.

اَنْصِتُوا را گوش کن، خاموش باش

چون زبان حق نگشتی، گوش باش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶)

ای انسان، فرمان «خاموش باشید» را گوش کن و با فضاگشایی ذهنت را خاموش کن. و تا زمانی که آن‌قدر فضا را نگشودی که مرکز عدم بشود و زندگی از طریق تو سخن بگوید، فقط گوش کن.

از سخن‌گویی مجوید ارتفاع

منتظر را به ز گفتن، استماع

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶)

ارتفاع: بالا رفتن، والایی و رفعت جستن

استماع: شنیدن، گوش دادن

هرگز نخواهید از طریق سبب‌سازی ذهن، حرف زدن و فکر بعد از فکر، بلند شوید و به‌عنوان من‌ذهنی خودتان را ببافید، زیرا برای کسی که فضا را می‌گشاید و منتظر کمک خداوند و زنده شدن به زندگی است، گوش دادن بهتر از حرف زدن به‌عنوان من‌ذهنی است. [شما باید هر لحظه این بیت را به خودتان اعمال کنید و ذهنتان را خاموش کنید و اجازه دهید زندگی از طریق شما سخن بگوید، نه این‌که با فکرهای همانیده هر لحظه من‌ذهنی خود را ببافید.]

تاج کَرَمَناسْت بر فرقِ سَرَت طُوقِ اَعْطَیناک آویزِ بَرَت

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۴)

طُوق: گردن‌بند

[مولانا می‌گوید:] ای انسان، خداوند تاج پادشاهی و کرامت الهی را بر فرق سَرَت گذاشته و گردن‌بند عطا‌های رَبَّانی و بی‌نهایت فراوانی‌اش را بر سینه‌ات آویزان کرده‌است. خدا تو را گرامی داشته و می‌خواهد در تو به بی‌نهایت خودش زنده شود.

[ما انسان‌ها فضا را باز نمی‌کنیم، جنسیت من‌ذهنی را نگه می‌داریم و به خودمان لطمه می‌زنیم، آنگاه در جهان تنگ‌نظری به دنبال فراوانی می‌گردیم. وقتی ما از طریق همانیدگی و هشیاری جسمی می‌بینیم، درواقع به کمیابی توجه کرده و در بیرون نیز کمیابی را زیاد می‌کنیم، ولی فضاگشایی سبب ایجاد فراوانی در بیرون می‌شود، چراکه «جَفَّ الْقَلَمِ» زندگی دائماً مرکز ما را در بیرون منعکس می‌کند.]

چون به من زنده شود این مُرده‌تن جانِ من باشد که رُو آرد به من

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸)

[مولانا از زبان زندگی می‌گوید:] هرگاه کسی که من‌ذهنی دارد در اثر فضاگشایی و مرکز عدم به من زنده شود، درواقع همان جانِ من، یعنی هشیاری خالص سرمایه‌گذاری‌شده در همانیدگی‌هاست که از ذهن آزاد شده و به‌سوی من، یعنی اصلِ خود، روی می‌آورد. [به عبارت دیگر خداوند در انسان به بی‌نهایت خودش قائم می‌شود.]

من کنم او را از این جان محتشم جان که من بخشم، ببیند بخششم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۹)

محتشم: دارای حشمت، شکوهمند

[مولانا از زبان زندگی می‌گوید:] من انسان فضاگشا را از این جان که درواقع «انباشتگیِ هشیاری خالص» است، بزرگ و شکوهمند می‌سازم و جانی که من به او می‌بخشم، بخشش و لطف مرا می‌بیند و آن را درک می‌کند و دیگر با چیزها همانیده نمی‌شود.

جان نامحرم نبیند روی دوست جز همان جان کاصل او از کوی اوست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۸۰)

جان نامحرم من ذهنی نمی‌تواند روی دوست یا خداوند را ببیند و به کرم و بخشش او آگاه شود، مگر همان هشیاری خالصی که از جنس خود زندگی‌ست و با فضاگشایی از همانیدگی‌ها آزاد می‌شود.

مرغ جذبه ناگهان پرد ز عَش چون بدیدی صبح، شمع آن‌گه بکش

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۰)

عُش: آشیانه پرندگان

ای انسان، هشیاری اصلی تو در اثر جذب خداوند، به‌طور ناگهانی هم‌چون مرغی از آشیانه ذهن به‌سوی اصل خود که زندگی‌ست می‌پرد. بنابراین هرگاه فضای درونت گشوده شد و آفتاب زندگی از مرکز طلوع کرد، دیگر شمع من‌ذهنی‌ات را خاموش کن، یعنی برحسب سبب‌سازی‌های ذهن نبین. [اگر شما ذهن را خاموش و فضا را باز کنید، حرکت زندگی در درون، هشیاری شما را از همانیدگی‌ها بدون نفوذ ذهن جذب می‌کند. یک‌دفعه شما از روی همانیدگی‌ها بلند می‌شوید و دیگر در هیچ همانیدگی نمی‌مانید.]

چشم‌ها چون شد گذاره، نور اوست

مغزها می‌بیند او در عین پوست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۱)

گذاره: آنچه از حدّ درگذرد، گذرنده.

وقتی که در اثر فضاگشایی‌های پی‌درپی چشمان انسان، عدم‌بین و نافذ شوند، درحقیقت این نور هشیاری نظر است که از تفاوت‌های سطحی عبور کرده و در هرچه می‌نگرد زندگی را می‌بیند. چنین چشم عدم‌بینی در انسان‌ها من‌ذهنی را نمی‌بیند، بلکه مغز و زندگی را می‌بیند، بنابراین فضا را در اطراف رفتار آن‌ها می‌گشاید و زندگی و شادی بی‌سبب را در آن‌ها به ارتعاش درمی‌آورد، درنتیجه باعث بیداری‌شان از خواب ذهن می‌شود.

بیند اندر ذره خورشید بقا

بیند اندر قطره، کُل بحر را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۲)

بحر: دریا

[انسانی که با نور خدا می بیند] در هر ذره، یعنی در وجود هرکسی فارغ از این که من ذهنی دارد یا نه، خورشید ابدیت و بی نهایت زندگی را می بیند که در اثر فضاگشایی می تواند از مرکز او طلوع کند. و همچنین در وجود هر انسانی به عنوان قطره، کُل دریای زندگی یا خداوند را می بیند که می تواند به آن زنده شود. [او معتقد است انسان من ذهنی نیز استعداد تعظیم خدا را دارد و می تواند با فضاگشایی به بی نهایت خدا زنده شود].

تیترا

«در بیان آن که جنبیدن هرکسی از آن جا که وی است هرکس را از چنبره وجود خود

بیند. تابه کبود، آفتاب را کبود نماید و سرخ سرخ نماید، چون تابه از رنگ ها

بیرون آید سپید شود. از همه تابه های دیگر او راست گوی تر باشد و امام باشد.»

مرکز انسان از هر جنسی که باشد مطابق با آن فکر و عمل کرده و به وسیله عینک آن می بیند. اگر مرکز از جنس جسم باشد با عینک همانندگی و درد می نگرد و اگر کسی در اثر فضاگشایی های پی در پی، هیچ همانندگی در مرکز نداشته باشد، با دید عدم یا دید خدا که بهترین دید است می بیند. چنین شخصی می تواند پیشوا باشد و دیگران را هدایت کند.

[پس اگر ما جهان را جای بد و خطرناک می بینیم یا اگر خودمان مخرب هستیم و کارهای بد انجام می دهیم، درواقع به خاطر مرکز همانیده خودمان است، نه به خاطر محیط اطرافمان. به بیانی انسان انعکاس مرکزش را در جهان بیرون تجربه می کند.]

دید احمد را ابوجهل و بگفت

زشت نقشی کز بنی هاشم شگفت

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۶۵)

مثلاً وقتی ابوجهل حضرت رسول را دید از روی جهل من ذهنی اش گفت: عجب نقش و صورت زشتی داری که در خاندان بنی هاشم ظاهر گشتی یعنی بدتر از تو دیگر هیچ نقشی نیست. [احمد لقب حضرت رسول و ابوجهل نماد من ذهنی است.]

گفت احمد مرورا که راستی راست گفتم، گرچه کارافزاستی (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۶۶)

کارافزا: مایه دردرس

حضرت رسول به او گفت: واقعاً تو راست گفتم. اگرچه گفتار، وجود و دیدت با من‌ذهنی سبب کارافزایی و ایجاد مسئله، مشکل، گرفتاری و دردسر است. [درواقع مولانا می‌خواهد بگوید که خداوند و انسان زنده‌شده به خدا مانند یک آینه است و ما خودمان را در آینه آن‌ها بر مبنای مرکزمان زشت یا زیبا می‌بینیم. اگر یک من‌ذهنی تمام‌عیار، انسانی مثل مولانا را ببیند و نپسندد و بدگویی کند راست می‌گوید، چراکه خودش را در او می‌بیند. و یا اگر ما من‌ذهنی داریم، فکر و عمل مخرب می‌کنیم، این اشکال در مرکز ما است.]

دید صدیقش، بگفت: ای آفتاب نی ز شرقی، نی ز غربی، خوش بتاب (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۶۷)

ولی هنگامی که ابوبکر صدیق حضرت رسول را دید گفت: ای خورشید تو عجب آفتابی هستی که تولد و مرگ نداری، نه از شرقی و نه از غرب. یعنی تو از جنس خاصیتی هستی که نه زاییده می‌شود و نه غروب می‌کند. تو از جنس خدا هستی. خوش طلوع کن، نورت را به عالم بینداز و دل‌های تاریک را روشن فرما.

[یادمان باشد مرگ عکس زندگی نیست، بلکه مرگ عکس تولد است. یعنی انسان نسبت به جسمش متولد می‌شود و می‌میرد، ولی نسبت به آن هشیاری‌ای که هست، نه متولد می‌شود و نه می‌میرد، چراکه هشیاری همیشه هست و این جنس عدم‌بین، فضاگشا، سکوت‌شنو درواقع خود خداوند است که به صورت انسان جلوه می‌کند. اما ما در سطح، من‌ذهنی درست کرده و خودمان را از او قطع کرده‌ایم. از نظر دید ذهنی آدم‌ها از مادر متولد می‌شوند و سپس می‌میرند. وقتی متولد می‌شوند ما خوشحال می‌شویم، وقتی می‌میرند ما عزا می‌گیریم. هردوی این‌ها توهم است، درواقع تولد و مرگ توهم است.]

گفت احمد: راست گفתי ای عزیز

ای رهیده تو ز دنیای نه‌چیز

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۶۸)

نه‌چیز: شکل دیگر است از کلمه (ناچیز) به معنی بی‌ارزش و اهمیت

حضرت رسول به ابوبکر فرمود: ای عزیز راست گفתי و مرا درست دیدی. ای کسی که از این دنیای ناچیز ذهن و جاذبه همانیدگی‌ها رها شده‌ای و دیگر ذهن نمی‌تواند هشیاریات را جذب کند.

حاضران گفتند: ای شه، هردو را

راست‌گو گفתי دو ضدگو را، چرا؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۶۹)

کسانی که در حضور آن حضرت بودند گفتند: ای شاه هدایت، چرا دو نفری که چیزی را ضد هم می‌گویند، راست‌گو خواندید، درحالی‌که سخن این دو متناقض است؟

گفت: من آینه‌ام، مَصْقُولِ دست

تُرک و هندو در من آن بیند که هست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۷۰)

مَصْقُول: صیقل یافته

حضرت رسول (ص) فرمود: [دراثر فضاگشایی و پاک شدن مرکز از همانیدگی‌ها اینک] من آینه‌ای هستم که با دست قدرت الهی، صیقل یافته‌ام، بنابراین هم زیباروی تُرک مثل ابوبکر صدیق که به حضور زنده است و هم هندو مثل ابوجهل که من‌ذهنی دارد، واقعیت خود را در من می‌بینند. [اگر ما این لحظه تجربه بدی داریم، زندگی را بد می‌بینیم، خودمان را ملامت می‌کنیم، خراب‌کاری می‌کنیم، این عامل در مرکز ما است. اگر هم که شاد و خلاق هستیم، به زندگی زنده شده‌ایم، آن هم در ما است، در بیرون از ما نیست.

ما یک جنس بی‌فرمی هستیم که گاهی در اثر غفلت به صورت من‌ذهنی بالا می‌آییم و گاهی فضا را باز می‌کنیم و تبدیل به جنس اصلی خود می‌شویم که همه کارهای ما را انجام می‌دهد. این جنس در همه‌چیز و همه‌کس وجود دارد. مثلاً در بین کلمات به صورت سکوت، در مابین دو چیزی که ما می‌بینیم و می‌توانیم بین آن‌ها تفاوت قائل شویم، در آسمان، در فضای اطراف کلاغ‌ها، در

چیزهایی که از ذهنمان می‌گذرند و ما همه آن‌ها را می‌شناسیم و می‌فهمیم. درواقع ما همان هشیاری و عدم هستیم.]

ای زن ار طَماع می‌بینی مرا

زین تحرّی زنانه برتر آ

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۷۱)

تحرّی: جست‌وجو

ای زن اگر در حالی که من به فضاگشایی، خالی کردن مرکز از همانیدگی‌ها، به فقر و بی‌نیازی از چیزها علاقمند هستم و فعالانه کوشش می‌کنم فضا را در اطراف اتفاقات و چالش‌ها بگشایم و به خدا زنده شوم، تو مرا انسانی طمع‌کار می‌بینی و آشفته می‌شوی از این چون‌وچرا و پرس‌وجوی زنانه بالاتر بیا، سؤالات بی‌جا نپرس و بیهوده از من ایراد نگیر تا به یقین برسی.

[زن، در این‌جا نماد من‌ذهنی‌ست و این گفت‌وگو بین من‌ذهنی و حضور ما صورت می‌گیرد. من‌ذهنی درمورد حضور، فضاگشایی، تبدیل و مرکز عدم هیچ‌چیزی نمی‌داند، بلکه با هشیاری جسمی می‌بیند و بیهوده اظهارنظر کرده و سؤالات بی‌اساس می‌پرسد و در کار معنویت دخالت می‌کند.

مولانا در این قصه نشان می‌دهد که درست است ما فضاگشایی می‌کنیم، می‌خواهیم از زیر نفوذ همانیدگی‌ها خارج شده و من‌ذهنی را ترک کنیم ولی من‌ذهنی در میدان بحث‌و‌جدل و گفت‌وگو بر ما چیره شده و ما را متقاعد می‌کند که دوباره جذب ذهن شویم.]

این طمع را ماند و رحمت بُود

کو طمع آن‌جا که آن نعمت بُود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اوّل، بیت ۲۳۷۲)

با این‌که سخنان این مردِ فضاگشا درمورد قناعت، فقر و مرکز عدم که درجهت زنده شدن به خداست، در نظر زن شبیه به طمع داشتن است ولی در اصل، رحمت است، زیرا در جایی که نعمت، حضور یا وصل شدن به خدا باشد طمع معنا ندارد. همچنین طمع من‌ذهنی با طمع انسانی که می‌خواهد فضا را باز کند و به خدا زنده شود زمین تا آسمان فرق دارد.

[بنابراین شما به من‌ذهنی‌تان بگویید تو که با عینک جسم می‌بینی و نمی‌دانی مرکز عدم و فضاگشایی چیست، در کار معنوی من اظهار نظر و دخالت نکن.]

امتحان کن فقر را روزی دو تو

تا به فقر اندر، غنا بینی دوتو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۷۳)

دوتو: دولا، دو برابر، مضاعف

ای من ذهنی، تو چند روزی فضاگشایی را تمرین کن و فقر، یعنی مرکز عدم را امتحان کن و در آن زندگی کن تا بی نیازی را چندین برابر، در این فضای گشوده شده ببینی و متوجه شوی که خوشبختی تو بستگی به آن چیزهایی که ذهنت نشان می دهد ندارد. به بیان دیگر تو با زیاد شدن همانیدگی ها غنی نمی شوی. [البته من ذهنی این ها را نمی فهمد، چراکه از طریق همانیدگی ها می بیند و می خواهد آن ها را زیاد کند. اما ما به تدریج با خواندن این مطالب به عنوان هشجاری متوجه شده و آگاه می شویم.]

گرچه ناصح را بُود صد داعیه

پند را اُذنی ببايد واعیه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۳۱)

داعیه: خواسته و آرزو

اُذنی واعیه: گوش شنوا

اگرچه نصیحت کننده در اندرزهایی که می دهد صدها خواسته و آرزوی خوب برای انسان دارد اما برای شنیدن و پذیرش پند لازم است که انسان یک گوش شنوا داشته باشد و ما می دانیم انسان در من ذهنی گوش شنوا ندارد و نمی تواند پندهای بزرگان و عارفان را بشنود. [اشکال دیگری که وجود دارد این است که من ذهنی اصلاً آن چیزهایی که برحسب حضور گفته می شود را قبول ندارد و نمی شنود، بلکه دائماً برحسب همانیدگی ها می بیند و می شنود و با ابزارها و معیارهای ذهنی حضور را اندازه می گیرد.]

(قرآن کریم، سوره حاقه (۶۹)، آیه ۱۲)

«لِنَجْعَلَهَا لَكُمْ تَذْكِرَةً وَتَعِيَهَا أُذُنٌ وَاعِيَةٌ.»

«تا آن را مایه اندرزتان گردانیم و گوش نگه دارنده اندرز آن را فرا گیرد.»

پند گفتن با جهول خوابناک تخم افگندن بُود در شوره‌خاک

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۶۴)

جهول: نادان

پند دادن به نادانی که در خوابِ ذهن و همانیدگی‌ها فرو رفته‌است، فضا را باز نمی‌کند و شکایت می‌کند، مانند بذرافشانی در شوره‌زار بی‌فایده است. [با این اوصاف، هرکس باید از خود سؤال کند که آیا ابیات مولانا روی من اثر می‌گذارد، آیا کاربردشان را در خود پیدا می‌کنم و مطابق آن خودم را تغییر می‌دهم، یا من نیز جهول خوابناک هستم؟ تکرار مکرر ابیات و گوش دادن به برنامه گنج حضور، آرام‌آرام اثرات مخرب و منفی من‌ذهنی را پاک می‌کند و شخص از جنسیت من‌ذهنی خارج شده، دوباره از جنس زندگی می‌شود.]

تا به دیوارِ بلا ناید سرش نشود پندِ دل آن گوشِ کرش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳)

تا زمانی که سر انسان من‌ذهنی به دیوار بلا نخورد و اتفاقات ناگوار زندگی برایش رخ ندهد، گوش ناشنوی او پندهای عارفان و انسان‌های زنده‌شده به بی‌نهایت خدا را نمی‌شنود، یعنی تسلیم نمی‌شود و همچنان راه مقاومت و قضاوت من‌ذهنی را ادامه می‌دهد.

گوشِ آنکس نوشد اسرارِ جلال کو چو سوسن صد زبان افتاد و لال

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱)

نوشد: مخففِ نیوشد به معنی بشنود.

گوش کسی می‌تواند اسرار خداوند را بشنود که اگرچه همانند گل سوسن صد زبان دارد، اما درعین حال لال و خاموش است. یعنی انسان با این‌که هزاران نوع الگوی ذهنی دارد و ذهنش دائماً فعال است و او را تحریک می‌کند، اما او به چیزهایی که ذهنش نشان می‌دهد توجه نمی‌کند و برحسب آن‌ها سخن نمی‌گوید و بدین ترتیب به اسرار خدا دست می‌یابد.

صبر کن با فقر و بگذار این مَلال

زآنکه در فقرست نور ذوالجلال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۷۴)

مَلال: دلتنگی

[مرد خطاب به زن می‌گوید:] صبر پیشه کن، یواش یواش مرکزت را از همانیدگی‌ها پاک کن و با فقرِ ناشی از خالی شدن مرکزت کنار بیا، به‌طوری‌که بدونِ کوچک‌ترین واکنشی به کم و زیاد شدنِ همانیدگی‌ها، دلتنگی و ملامت را کنار بگذار. زیرا نورِ خداوند در همین حالتِ فقر که مرکز انسان از جنس جسم نیست، نهفته است.

سرکه مفروش و، هزاران جان ببین

از قناعت غرق بحر انگبین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۷۵)

سرکه فروختن: کنایه از ترش‌رویی کردن

به‌جای آن‌که سرکه‌فروشی کنی و روی خود را عبوس گردانی، نگاه کن که چگونه هزاران جان در اثر قناعت و رضایت به آنچه که اکنون هست، فضا را گشوده و بدون هیچ مقاومتی غرق در دریای شیرین فضای گشوده‌شده هستند.

صد هزاران جان تلخی کِش نگر

همچو گل، آغشته اندر گل‌شکر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۷۶)

گل‌شکر: شربتی مرکب از گل سرخ و مواد قندی

[مرد که در فضای گشوده‌شده با دید زندگی می‌بیند، خطاب به زن می‌گوید:] صدها هزار جان تلخی‌کشیده را ببین که چگونه پس از صبر در برابر سختی و درد هشیارانه، مانند گل در شربت گلشکر، در لذت غرق شده‌اند. [مولانا در این داستان از تمثیلِ گفت‌گوی بین زنِ اعرابی [نماد من‌ذهنی] و شوهرش [نماد منِ اصلی] استفاده می‌کند تا نشان دهد من‌ذهنی به این راحتی دست از سر انسان برنمی‌دارد و چنان جاذبه و نفوذی دارد که اگر به‌عنوان منِ اصلی با آن وارد بحث شوید، ممکن است شما را شکست دهد.

فایده خواندن این داستان این است که شما متوجه می شوید به این راحتی نمی توانید فضاگشایی کنید و از جاذبه و نفوذ من ذهنی جان سالم به در ببرید، چراکه مرتب الگوهای ذهن را به مرکزتان آورده و می خواهد با شما وارد بحث شود، توجه داشته باشید حتی اگر فضا را بگشایید و آن ها را از مرکزتان برانید، باز هم جاذبه آن برقرار است.]

ای دریغا مر تو را گنجا بُدی

تا ز جانم شرح دل پیدا شُدی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۷۷)

[مرد به عنوان من اصلی خطاب به زن به عنوان من ذهنی می گوید:] ای کاش تو می توانستی فضاگشایی کنی تا دلم گشوده شود و شرح آن دانش و آگاهی فضای گشوده شده را برای آشکار سازد.

[نکته ۱: من ذهنی با قدرت جاذبه ای که دارد نمی گذارد دلت باز شود.

نکته ۲: دل انسان هایی همچون مولانا، پیش نامحرمان، یعنی من های ذهنی باز نمی شود.]

این سخن شیرست در پستانِ جان

بی کَشنده خوش نمی گردد روان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۷۸)

این سخنان مانند شیر در پستان جان است که تا از طرف شنونده کشش و میلی نباشد و فضای درونش گشوده نشود، جاری نمی گردد. [اگر با بی حوصلگی و مرکزی منقبض به سخنان مولانا گوش دهیم، نمی توانیم مانند بچه ای که پستان مادر را می مکد و موجب جاری شدن شیر می گردد، پیغام را دریافت کنیم.]

مستمع چون تشنه و جوینده شد

واعظ ار مُرده بُود، گوینده شد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۷۹)

اگر شنونده علاقمند و طالب باشد، از شدت اشتیاق او مُرده هم به حرف درمی آید. [در نتیجه اگر ما پیغام مولانا را نمی گیریم، فقط به خاطر انقباض مرکزمان است.]

مستمع چون تازه آمد بی‌ملال صد زبان گردد به گفتن، گنگ و لال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۰)

اگر شنونده در این لحظه به رنج و اندوه ذهن پایان دهد و با شادابی فضا را بگشاید و از جنس زندگی گردد، گوینده لال و بی‌زبان را هم به سخن وامی‌دارد و باعث می‌شود صدها زبان بگشاید.

چون‌که نامحرم درآید از درم پرده در پنهان شوند اهلِ حرم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۱)

[مولانا می‌فرماید:] اما اگر من‌ذهنی نامحرمی که از جنس همانندگی و درد است و به‌جای درست گوش دادن فقط می‌خواهد ایراد بگیرد، قصد ورود به حریم مرا داشته باشد، اهلِ حرم یعنی همان دانش و خرد فضای گشوده‌شده روی برمی‌گرداند و پنهان می‌شود، در نتیجه او نمی‌تواند از این دانش بهره‌مند شود و پیغام ابیات را دریافت کند.

[اشکال کار اینجاست که من‌ذهنی چون از جنس خراب‌کاری و درد است، نمی‌خواهد درست شود. پس اگر با وجود این‌که دانش مولانا از طریق برنامه گنج حضور ارائه شده، هنوز میل به شنیدن و به‌کار بردن آن در زندگی ندارید تقصیر خودتان است، به این خاطر است که از جنس درد هستید.]

ور در آید محرمی، دُور از گزند برگشایند آن ستیران، روی‌بند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۲)

ستیر: پوشیده، در حجاب

اما اگر یک محرمی بیايد که علاقه‌مند باشد، فضا را بگشاید و واقعاً بخواهد خودش را عوض کند، زیبارویانی که خود را پنهان کرده بودند، پوششان را برمی‌دارند و خود را آشکار می‌سازند. [به عبارت دیگر اگر کسی با علاقه، اطمینان و تعهد ابیات مولانا را بخواند می‌تواند پیغام بسیار مهم آن‌ها را دریافت کند.]

اکنون شما به خودتان نگاه کنید آیا متعهدانه روی خود کار می‌کنید و حقیقتاً می‌خواهید از درد خلاص شوید؟ اگر شما جلوی یک آینه بایستید و از خود بپرسید که آیا من می‌خواهم دردها را بیندازم و مسئله‌سازی و دردسر ایجاد نکنم؟ خواهید دید ندایی در درونتان می‌گوید، نه. اگرچه در اوایل کار نسبت به تغییر و اصلاح خود بی‌میل هستید اما هرچه جلوتر می‌روید به خودتان ایمان می‌آورید که می‌توانید خود را اصلاح کنید و آن موقع است که حقیقتاً به‌طور پیوسته روی خود کار می‌کنید تا زندگی‌تان درست شود.]

هرچه را خوب و خوش و زیبا کند

از برای دیده بپنا کند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۳)

اصولاً هرچیز را که خوب و خوش و زیبا کنند، تنها برای دیدگانِ شخصِ پنا است. [چنانچه کسی برای انسانِ نابینا خودش را زیبا نمی‌کند.]

کی بُود آوازِ لحن و زیر و بم

از برای گوشِ بی‌حسِ اصم؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۴)

اصم: کر، ناشنوا

همین‌طور مثلاً آواز خوش و موسیقی زیر و بم، کی برای فردی که ناشنواست یا از موسیقی بدش می‌آید نواخته می‌شود؟

مُشک را بیهوده حق خوش‌دم نکرد

بهرِ حس کرد او، پیِ اخشم نکرد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۵)

اَخْشَم: کسی که حس شامه‌اش کار نمی‌کند و بویی احساس ننماید.

خداوند مُشک را بی‌جهت خوش‌بو نکرده، بلکه برای آن کسانی معطر کرده که حس بویایی دارند، نه آن‌هایی که حس بویایی‌شان کار نمی‌کند.

حق، زمین و آسمان بر ساخته است در میان، بس نار و نور افراخته است

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۶)

خداوند زمین و آسمان را خلق کرده و در میان آن مقدار زیادی آتش و نور را فراهم ساخته است. زمین نمادِ فرم و آسمان نمادِ فضای گشوده شده است. برای تمام انسان‌ها این امکان وجود دارد که از من‌ذهنی به فضای گشوده شده تبدیل شوند، در این میان گاهی ممکن است حال خوبی داشته باشند و پیشرفت کنند، گاهی نیز ناامید شده و فضای درونشان بسته شود. این همان آتش و نوری است که در میان این راه قرار دارد. نکته مهم این‌جاست که هرگاه فضا بسته می‌شود باید به‌عنوان حضور ناظر با استفاده از ابزار فضاگشایی آتشِ دردی که در ذهن می‌کشند را به نورِ زندگی تبدیل کنند.

[اکنون شما به خودتان نگاه کنید آیا وقتی فضا بسته می‌شود باز هم ادامه می‌دهید؟ صبر می‌کنید و معتقد هستید نورِ زندگی در نبودنِ همانیدگی‌هاست؟ آیا شما دشمنِ همانیدگی‌ها هستید یا دشمنِ فضاگشایی؟ با فضاگشاها و نظم‌دهنده‌ها دوست هستید یا فضابندها و تخریب‌کننده‌ها؟]

این زمین را از برایِ خاکیان آسمان را مسکنِ افلاکیان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۷)

خاکیان: اهلِ زمین، زمینیان

افلاکیان: اهلِ آسمان، آسمانیان

خداوند زمین یا همان من‌ذهنی را برای کسانی که عاشقِ فرم هستند ساخته و آسمانِ فضای گشوده شده را برای انسان‌هایی که فضا را گشودند و تماماً از جنس او شده‌اند.

مردِ سُفلیِ دشمنِ بالا بُود مشتريِ هر مکانِ پیدا بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۸)

مردِ سُفلی یعنی کسی که من‌ذهنی دارد، فضا را می‌بندد و درد ایجاد می‌کند، دشمنِ کسی است که در آسمان فضای گشوده شده زندگی می‌کند. پس هر مکانِ مشتری و خواهانِ مختص به خودش را دارد.

[مشتري آسمان، انسان‌های فضاگشایی هستند که متعهدانه و با علاقه‌مندی روی خود کار می‌کنند تا زندگی درون و بیرونشان آبادان شود و مشتري زمین فضا‌بندانی هستند که به دنبال دردسازی، مسئله‌سازی، مانع‌سازی و دشمن‌سازی هستند. شما نیز خودتان را ارزیابی کنید ببینید مشتري کجا هستید؟]

ای ستیره هیچ تو برخاستی؟

خویشتن را بهر کور آراستی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۹)

ستیره: پوشیده‌روی، زن

ای زن زیبایی که خود را پوشانده‌ای، آیا تو خودت را برای یک انسان کور آراسته می‌کنی؟ [پس خداوند نیز برای انسانی که نمی‌خواهد درست ببیند و دید عدم ندارد، چیزهای زیبا درست نمی‌کند. چون در هر صورت او نمی‌خواهد ببیند.]

گر جهان را پُر درِ مکنون کنم

روزی تو چون نباشد، چون کنم؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۹۰)

دُرِ مکنون: مروارید مستور و نهفته، وقتی که مروارید در صدف قرار گیرد و هیچ دستی به آن نرسد، گران‌قدرتر و شفاف‌تر خواهد بود.

[مولانا می‌فرماید:] ای انسان، من از فضای گشوده‌شده این اسرار پوشیده و راه‌حل‌های پنهان را از طریق ابیات در اختیار تو قرار دادم، وقتی روزی تو نیست و نمی‌توانی این‌ها را بفهمی و در زندگی‌ات به‌کار ببری دیگر چه کاری از من ساخته است؟ تقصیر من چیست؟ حتی اگر جهان را پر از درّ و گوهر کنم وقتی تو نمی‌توانی از آن‌ها استفاده کنی، کاری از من بر نمی‌آید. [حالا واقعاً این ابیات روزی شما هستند؟ آن‌ها را می‌شنوید؟ روی خودتان کار می‌کنید؟ چرا با وجود چنین دُرهای گران‌بهایی، درد می‌سازید و خراب‌کاری می‌کنید؟]

(قرآن کریم، سوره واقعه (۵۶)، آیه ۲۳)

«كَأَمْثَالِ اللَّوْثِ الْمَكْنُونِ»

«همانند مرواریدهایی در صدف.»

ترک جنگ و ره‌زنی ای زن بگو

ور نمی‌گویی، به ترک من بگو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۹۱)

[اکنون مرد به‌عنوان هشیاری حضور با قدرت هرچه تمام خطاب به زنش که نماد من‌ذهنی است، می‌گوید:] ای زن، دست از ستیزه، مقاومت، دخالت و قضاوت بردار، این‌قدر چیزهای آفل را به مرکز نیآور و با بالا آوردن هیجانات مخربی همچون خشم حواس من را پرت نکن، من درحال فضاگشایی هستم و دیگر حاضر نیستم نیروی زندگی را تبدیل به مسئله و درد کنم. اگر نمی‌توانی این کارها را ترک کنی، پس مرا به‌طور کل ترک کن و برو. [مولانا در این بیت می‌خواهد به ما بگوید که انسان توانایی یک‌دفعه انداختن من‌ذهنی را دارد، ولی این کار را نمی‌کند.]

با من به جنگ شد جان، گفتا: مرا مرنجان

گفتم: طلاق بستان، گفتا: بده، بدادم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۸۸)

به‌محض آن‌که شروع به فضاگشایی کردم و درد هشیارانه کشیدم من‌ذهنی با من وارد جنگ شد و برایم مزاحمت ایجاد کرد، چراکه هرچه فضای حضور بیشتر شود من‌ذهنی کوچک‌تر شده و اعتراض می‌کند. بنابراین به من گفت: من را اذیت نکن و نترسان. من نیز به او گفتم: طلاق بگیر و از من جدا شو. من‌ذهنی با عصبانیت پاسخ داد: طلاق بده. من نیز طلاق دادم و من‌ذهنی را تمام کردم. در این حالت فضای درونم بی‌نهایت گشوده شده و به مقصود اصلی از آمدنم به این جهان زنده شدم.

مر مرا چه جای جنگ نیک و بد؟

کین دلم از صلح‌ها هم می‌رمد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۹۲)

[مولانا در این بیت به ما نشان می‌دهد که اگر کسی بخواهد می‌تواند یک‌دفعه از من‌ذهنی دست بردارد، تمام همانیدگی‌ها را کنار بگذارد و به یک‌باره به زندگی زنده شود و بگوید:] من چرا باید به جنگ نیک و بد بروم؟ درحالی‌که هیچ همانیدگی ندارم. من اکنون به خدا زنده شده‌ام و با خود و دیگران به صلح رسیده‌ام پس از هرگونه صلحی که برحسب الگوهای ذهنی باشد، فراری هستم.

گر خُمَش کردی و، گر نی آن کنم
که همین دَم، ترکِ خان و مان کنم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۹۳)

اگر خاموش شدی و حرفی نزدی که هیچ، و گرنه من در همین لحظه تو را ترک می‌کنم.

تیتَر

«مراعات کردن زن، شوهر را و استغفار نمودن از گفته خویشتن»

زن چو دید او را که تند و توسَن است
گشت گریان، گریه خود، دام زن است

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۹۴)

توسَن: اسبِ سرکش

زنِ اعرابی وقتی دید که همسرش خشمگین و سرکش شده، شروع به گریستن کرد زیرا گریه دامِ زنان است تا شوهر خود را موافق مقصودشان گردانند. به عبارت دیگر وقتی من‌ذهنی ببیند که انسان با قدرت صحبت می‌کند و عزمش را جزم کرده تا آن را رها کند، شروع به استفاده از ترفندهایی همچون گریه، زاری و فروتنی می‌کند.

گفت: از تو کی چنین پنداشتم؟

از تو من اومیدِ دیگر داشتم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۹۵)

زن به شوهرش گفت: من از تو کی چنین انتظاری داشتم؟ بلکه امید داشتم تا جور دیگری با من برخورد کرده و مرا تأیید کنی، چراکه تمام این حرف‌ها را برای خیر و صلاحِ تو می‌زدم.

زن درآمد از طریقِ نیستی

گفت: من خاکِ شماَم نی سَتی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۹۶)

نیستی: در این‌جا به معنی فروتن و نادیده گرفتنِ خود.

سَتی: مخفّف سَتی به معنی بانو، خاتون

زن که منظور همان من‌ذهنی است از راه نیستی و کوچک کردنِ خود وارد شد و به شوهرش

گفت: من اصلاً زنِ تو نیستم، مرا به حساب نیاور. من خاکِ پای تو هستم. [بهترین راه این است که با من ذهنی وارد بحث نشویم زیرا من ذهنی خودش را کوچک و ضعیف می‌کند تا با او دست دوستی دهیم و نهایتاً ما را متقاعد خواهد کرد که بعضی جاها مفید واقع شده‌است.]

جسم و جان و هرچه هستم آنِ توست

حکم و فرمان، جملگی، فرمانِ توست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۹۷)

این جسم و جانِ ذهنی و هرچه که تو می‌پنداری، از آنِ توست. هر حکم و فرمانی با توست، من از خودم ایده‌ای ندارم و تسلیمِ فرمان تو هستم. [پس من ذهنی که یک عمر به ما فرمانروایی کرده و برای حفظ ناموسش ما را به جنگ واداشته، اگر احساس خطر کند از درِ نیستی وارد می‌شود تا ما را فریب دهد.]

گر ز درویشی دلم از صبر جَست

بهرِ خویشم نیست آن، بهرِ تو است

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۹۸)

اگر من از درویشی و بی‌نوایی بی‌تاب شدم و مرکز من از حالت صبر خارج شد، به‌خاطر خودم نبود، بلکه به‌خاطر سربلندی تو بوده‌است. [درحالی‌که من ذهنی از جنس جسم بوده و به‌هیچ‌عنوان صبر را نمی‌شناسد.]

تو مرا در دردها بودی دوا

من نمی‌خواهم که باشی بینوا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۹۹)

برای این‌که تو همیشه درمانِ دردهای من بوده‌ای، مسائل من را حل کرده‌ای، هرگاه رنجیدم تو از ناموس و پندار کمال من دفاع کردی و هرگاه کوچک شدم از طریق فکر بعد از فکر و هیجاناتی که در تو بالا آوردم مرا بافتی و ترمیم کردی. من تو را دوست دارم و اصلاً دلم نمی‌خواهد که بینوا شوی.

[حتی اگر من ذهنی به‌ظاهر شما را سربلند کند درواقع دارد از طریق ناموس و پندار کمال به بالا هُل می‌دهد. درنتیجه اگر بینوا باشید بهتر است تا من ذهنی بخواهد نوای همانیدگی‌ها و درد را به شما بدهد.]

جان و سر کز بهر خویشم نیست این

از برای توست این ناله و حنین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۰۰)

قسم به جان و سرِ ذهنی‌ام که این تقلا و کوشش، این گریه و زاری من برای خودم نیست، بلکه برای تو است. [به هیچ عنوان حرف‌های من‌ذهنی را باور نکنید و فریب او را نخورید، چراکه تمام کوشش‌های من‌ذهنی، از جمله شکایت، ناله و زاری فقط و فقط برای بقای خودش است.]

خویش من واللّه که بهر خویش تو

هر نفس خواهد که میرد پیش تو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۰۱)

به خدا سوگند، من به عنوان من‌ذهنی حاضرَم هر لحظه برای تو به عنوان زندگی، جانم را فدا کنم و بمیرم. [این سخنان ذهن همه در جهت فریب شماست، مبادا باور کنید.]

کاش جانت کِشِ روانِ من فدی

از ضمیرِ جانِ من واقف بُدی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۰۲)

کاش جانت که روانِ من فدایش باشد، از درونِ من آگاه بود که چه خبر است. [اگر من‌ذهنی جانش را فدای منِ اصلیِ ما می‌کرد که دیگر وجود نداشت. اگر ما به صورت حضور ناظر به من‌ذهنی نگاه کنیم، خواهیم دید در مرکزش دائماً فکرهای منفی گذر می‌کند تا ما را به غصه و درد وادارد و به زمان مجازی گذشته و آینده ببرد. اکنون که جانش به خطر افتاده دارد التماس می‌کند که او را از بین نبریم، چراکه ادعا می‌کند همه وجودش برای ماست، درحالی‌که او دشمن ماست و دائماً زندگی ما را تلف می‌کند.]

چون تو با من این چنین بودی به ظن

هم ز جان بیزار گشتم، هم ز تن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۰۳)

حالا که تو نسبت به من این چنین فکر می‌کنی و مرا دشمن خود می‌دانی، من نیز از جان و تنم بیزار شدم. [آیا من‌ذهنی واقعاً از وجود موهومی خود و بافت همانیدگی‌ها و دردهایی که ایجاد کرده بیزار شده یا چون براساس آن‌ها ایجاد شده عاشق آن‌هاست؟]

خاک را بر سیم و زر کردیم، چون
تو چنینی با من، ای جان را سکون

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۰۴)

[زن یا همان من‌ذهنی در ادامه برای حفظ بقای خود می‌گوید:] ای آرام و قرارِ جانم که رفتارت تغییر کرده و با من مخالف هستی، از این پس بر سیم و زر یا هر همانیدگی که مرکز را اشغال کرده خاک می‌ریزم و از آن‌ها دوری می‌کنم.

تو که در جان و دلم جا می‌کنی
این قدر از من تَبَرّا می‌کنی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۰۵)

تَبَرّا: بی‌زاری جُستن

تو که با نفوذ به جان و دلم مرا به فرم تبدیل کرده و به مرکز آمدی، چرا این قدر از من بی‌زاری جُسته و دوری می‌کنی؟ [شما نیز چون من‌ذهنی خود را بافته‌اید و به آن وابسته هستید، پس راضی به جدا شدن از آن نیستید.]

تو تَبَرّا کن که هستت دستگاه
ای تَبَرّای تو را جان، عذرخواه

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۰۶)

دستگاه: قدرت و توانایی، شکوه و جلال

از آن‌جا که تو دارای قدرت و شکوه و جلال هستی می‌توانی از من دوری بجویی، اما جان من وقتی بی‌نیازی و استغنائی تو را می‌بینید شروع به عذرخواهی می‌کند.

یاد می‌کن آن زمانی را که من
چون صَنَم بودم، تو بودی چون شَمَن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۰۷)

صَنَم: بُت

شَمَن: بُت‌پرست

آن زمانی را به یاد آور که از فرط دوست داشتن من برایت چون بت بودم و تو همچون بت‌پرست. [من‌ذهنی ما نیز به همین ترتیب من اصلی ما را که در حال زنده شدن به زندگی‌ست

به زمان می‌برد.]

بنده بر وَفَقِ تو، دل افروخته‌ست
هر چه گویی: پُخت، گوید: سوخته‌ست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۰۸)

اکنون من که بنده تو هستم، از شدت علاقه گویی دلم افروخته‌است و همیشه انتظار دارم تا مهر و محبت را نثارم کنی. آن‌چنان حرف تو را قبول دارم که اگر بگویی غذایی پخته است، من فراتر رفته و می‌گویم آن غذا سوخته است.
[از ابیات اخیر می‌توان گفت و گوی بین من اصلی و من ذهنی را متصور شد. به طوری که من ذهنی متظاهر خود را مشتاق و دل‌سوخته نشان می‌دهد، ولی تلویحاً می‌توان از اشاره مولانا به این نتیجه رسید که هرچه را به دست من‌ذهنی بسپاری نتیجه‌ای جز سوختن و خراب‌کاری نخواهد داشت.]

من سِفَنَاحِ تو با هرچم پزی
یا تُرْشِ با یا که شیرین می‌سزی
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۰۹)

سِفَنَاح: اسفناج

[زن در ادامه می‌گوید:] من مانند سبزی اسفناج در دست تو هستم، یعنی مطیعم تا هرچه می‌خواهی از من بپزی. اگر می‌خواهی شوربای ترش بپز و یا شوربای شیرین، به عبارتی اگر بخواهی عبوس می‌شوم و یا مهربان و خوش‌رو می‌شوم، در هر صورت مطیع مطلق تو هستم.

کفر گفتم، نک به ایمان آمدم
پیش حکمت از سر جان آمدم
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۱۰)

من با آن همه گله و شکایت به کفرگویی دچار شدم، اما اکنون ایمان آورده‌ام و هر حکمی کنی با جان و دل مطیع فرمان تو خواهم بود. [آیا من‌ذهنی واقعاً ایمان می‌آورد؟]

خوی شاهانه تو را نشناختم

پیش تو گستاخ مرکب تاختم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۱۱)

گستاخ مرکب تاختن: کنایه از گستاخی کردن است.

من خو و منش شاهانه تو را نشناختم، از این رو اشتباه کرده و نزد تو با گستاخی رفتار کردم. [پس مولانا حالتی را به تصویر می‌کشد که من اصلی فضا را باز کرده و با آوردن عدم به مرکزش در حال رهایی و جدا شدن از من‌ذهنی است. اما من‌ذهنی از این اوضاع ناراضی بوده و تلاش خود را می‌کند تا مانع این کار شود.]

چون ز عفو تو چراغی ساختم

توبه کردم، اعتراض انداختم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۱۲)

چون تو مرا بخشیدی، من نیز از عفو و بخشش تو چراغی برای راه خود ساختم تا دیگر توبه کنم و هرگز به اعتراض و مقاومت نپردازم. [اما آیا من‌ذهنی بدون مقاومت و اعتراض باقی می‌ماند؟ من‌ذهنی برای بقای خود به مقاومت نیاز دارد. مادامی که من اصلی عزمش را برای عدم کردن مرکز جزم می‌کند، من‌ذهنی شروع به وسوسه کرده و دوباره اجسام و همانیدگی‌ها را به مرکز می‌آورد.]

می‌نهم پیش تو شمشیر و کفن

می‌کشم پیش تو گردن را، بزن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۱۳)

این شمشیر و کفن را نزد تو می‌گذارم، اگر می‌خواهی گردنم را بزن و مرا هلاک کن. [در گذشته مجرمان برای طلب عفو از پادشاهان شمشیر و کفن را نزد آنها می‌گذاشتند و معمولاً مورد بخشش قرار می‌گرفتند.]

از فراق تلخ می‌گویی سخن؟

هرچه خواهی کن، و لیکن این مکن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۱۴)

آیا تو از جدایی تلخ سخن می‌گویی؟ هر کاری می‌خواهی انجام بده ولی از جدایی سخن نگو.

[در این جا من ذهنی که خود را براساس جدایی شکل داده و ساخته، زمانی که می بیند جان اصلی ما در حال وحدت با خداوند بوده و برای جدا شدن از من توهمی مصمم است، تمام حربه های خود را به کار می برد تا از ما جدا نشود و باقی بماند.]

در تو از من عذرخواهی هست سر

با تو بی من، او شفיעی مستمر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۱۵)

درون تو یک خاصیتی وجود دارد که همیشه پیش تو از من شفاعت می کند و موجب عفو من می شود. [درواقع مولانا به حالتی از من ذهنی اشاره می کند که با ایجاد مشکل و مسئله دست به خرابکاری می زند، حتی در جهان باعث ایجاد جنگ های بزرگ شده و کشتار راه می اندازد. اما برای عمل خود توجیه آورده و حتی از خود قهرمان می سازد. این حالتی است که من ذهنی به صورت جمعی خود را توجیه می کند. درحالی که هیچ جنگی موجه نیست.]

عذرخواهم در درونت خلقِ توست

زاعتماد او دل من جرم جست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۱۶)

عذرخواه من درون تو که موجب عفو و توجیه من می شود، خلقِ توست. [همان خلق و خوی من ذهنی که در تو چیره شده و اشتباهات خود را می بخشد و تبرعه می کند.] من با اعتماد و به پشتوانه همین خلق است که مرتکب اشتباه و گناه شده ام. [درواقع مولانا با این ابیات نشان می دهد که چنین گفت و گویی با من ذهنی سبب خواهد شد مرتکب اشتباه شویم اما مسئولیت آن را نپذیریم و در نهایت با من ذهنی خود را ببخشیم و توجیه کنیم.]

رحم کن پنهان ز خود ای خشمگین

ای که خلقت به، ز صد من انگبین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۱۷)

[زن به متقاعد کردن همسرش ادامه می دهد و می گوید] ای که زشتی عمل من باعث خشم تو شده، بر من رحم کن و مرا ببخش و این رحم و بخشش را حتی از خودت هم پنهان کن. ای که این خلق و خویت برای من از صد من عسل هم شیرین تر است.

زین نَسَق می گفت با لطف و گُشاد

در میانه، گریه‌ای بر وی فتاد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۱۸)

نَسَق: ترتیب و نظم

به همین ترتیب زن با لطف و گشاده‌رویی با همسرش صحبت می‌کرد که در میان صحبت به گریه افتاد.

گریه چون از حد گذشت و های‌های

زان‌که بی‌گریه، بُد او خود دلربای

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۱۹)

وقتی که گریه‌های آن زن از حد گذشت، مرد را تحت‌تأثیر قرار داد. درحالی‌که زن بدون گریه کردن هم دل مرد را ربوده بود.

شد از آن باران یکی برقی پدید

زد شَراری در دلِ مرد وَحید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۲۰)

شَراره: پاره‌ای آتش که به اطراف می‌جهد.

وَحید: یکتا و یگانه

از بارانِ اشکی که از چشم زن سرازیر بود ناگهان برقی پدیدار شد که باعث شد تا شعله‌ای بر دل آن مردِ یکتا زده شود. [مولانا در این بیت نقطه‌ای را نشان می‌دهد که جان اصلی و هشیاری خدایی در حال رها شدن از من‌ذهنی و هشیاری جسمی است تا به زندگی زنده شود اما دوباره به من‌ذهنی برمی‌گردد.]

آن‌که بنده روی خوبش بود مَرَد

چون بُود چون بندگی آغاز کرد؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۲۱)

همچنان که آن مرد در حالت عادی بنده روی زیبای آن زن بود، در صورتی‌که زن اظهار بندگی و اطاعت کند ببین که چه‌طور می‌تواند همسرش را با خود موافق سازد؟

[از آنجا که ما نیز در من‌ذهنی بنده و مطیع افکار همانیده بوده‌ایم، اگر فقط مدتی به فضاگشایی مشغول باشیم، هر آن ممکن است دوباره تحت‌تأثیر فریب‌های من‌ذهنی قرار گرفته و بنده آن شویم.]

آن‌که از کبرش دلت لرزان بُود چُون شوی؟ چون پیشِ تو گریان شود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۲۲)

شخصی را تصور کن که هیبتِ کبر و خودنماییِ او دلت را می‌لرزاند. چنین شخصی اگر نزد تو شروع به گریه و زاری کند چه حالی پیدا می‌کنی؟

آن‌که از نازش دل و جان، خون بُود چون‌که آید در نیاز، او چون بُود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۲۳)

یا مثلاً شخصی که دل و جان‌ش از نازِ محبوب و معشوقش همیشه پُر خون است، حالا اگر محبوب خود را در حالت نیاز ببیند، چه حالی خواهد شد؟ [قطعاً مانند مرد عرب حالت یکتایی و وحدت با زندگی را از دست خواهد داد.]

آن‌که در جور و جفائش دام ماست عذرِ ما چه بُود چو او در عذر خاست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۲۴)

آن‌کسی که با وجود همهٔ جور و جفاهایش هنوز در دام او اسیر هستیم، اگر شروع به عذرخواهی و تضرع کند، چگونه می‌توان بهانه آورد و عذر او را نپذیرفت؟ [پس می‌بینیم که ما نیز با وجود این‌که همیشه از ضررها و خراب‌کاری‌های من‌ذهنی آسیب دیده‌ایم، اما درحالی‌که در شُرَفِ رهایی از هشیاری جسمی هستیم، دوباره جذب ذهن شده و تسلیم همانیدگی‌ها و من‌ذهنی می‌شویم.]

زَيْنَ لِلنَّاسِ، حق آراسته است زانچه حق آراست، چُون دانند جَست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۲۵)

«آن مشتهیات و لذت‌هایی که خدا برای مردم آراسته است، آن‌ها چگونه می‌توانند از کمند آن برهند؟» یعنی خداوند انواع همانیدگی‌ها را آراسته و خودش هم می‌تواند همه را از بین ببرد، اما انسان با استفاده از این همانیدگی‌ها یک پارک ذهنی ساخته و آن را بسیار مهم می‌داند.

(قرآن کریم، سوره آل عمران (۳)، آیه ۱۴)

«زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ۚ ذَٰلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ۗ وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ»

«در چشم مردم آرایش یافته‌است، عشق به امیال نفسانی و دوست داشتن زنان و فرزندان و همیان‌های زر و سیم و اسبان داغ برنهاد و چارپایان و زراعت. همه این‌ها متاع زندگی این جهانی هستند، درحالی‌که بازگشتن‌گاه خوب نزد خدا است.»

چون پی یسکنِ لیهاش آفرید کی تواند آدم از حوّا بُرید؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۲۶)

از آن‌جهت که هدف خدا از آفرینش زن، آرامش مرد بود، آدم (ع) چگونه می‌تواند از حوّا بُرد؟» [با توجه به این آیات و ابیات نباید تصور کنیم که خداوند یا مولانا از رابطه زن و مرد واقعی صحبت به میان می‌آورند، بلکه منظور رابطه انسان فضاگشا و من‌ذهنی اوست.]

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۱۸۹)

«هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا ۚ ...»

«اوست که همه شما را از یک تن بیافرید. و از آن یک تن زنش را نیز بیافرید تا به او آرامش یابد...»

رستم زال ار بُود، وز حمزه بیش هست در فرمان، اسیر زال خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۲۷)

اگر شخصی در توانایی مانند رستم زال باشد و حتی از حمزه نیز نیرومندتر و شجاع‌تر باشد، در

فرمان‌پذیری اسیر زنش خواهد بود. [مولانا با استفاده از این تمثیل کشش و غلبه من‌ذهنی را بیان می‌کند که با استفاده از وسوسه‌های بی‌شمار سعی دارد تا انسان را از پایداری در مسیر فضاگشایی و زنده شدن به ذات اصلی خود بازدارد.]

آن‌که عالم بنده گفتش بُدی

کَلَمینی یا حُمیرا می‌زدی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۲۸)

کَلَمینی: با من حرف بزن.

حضرت رسول نیز که تمام عالم بنده سخنان او هستند، به همسرش عایشه می‌فرمود: «با من حرف بزن.»

آب غالب شد بر آتش از نهیب

آتشش جوشد، چو باشد در حِجاب

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۲۹)

نهیب: ترس و بیم، تَشَر

هرچند آب این قدرت را دارد تا بر شعله آتش غالب شود و آن را خاموش سازد، اما اگر در میان آب و آتش حجابی وجود داشته باشد، در این صورت این آتش است که آب را می‌جوشاند. [به عبارت دیگر اگر نور زندگی در اثر فضاگشایی بر هشیاری شما بتابد و فضای درون باز شود، می‌تواند آتش من‌ذهنی را خاموش کند و دردهای شما را شفا دهد. اما اگر فضاگشایی به صورت ذهنی انجام شود در حالی که همانندگی‌ها هنوز در مرکز است، در نتیجه انرژی زندگی تلف شده و تأثیری نخواهد داشت.]

چون‌که دیگی در میان آید، شها

نیست کرد آن آب را، کردش هوا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۳۰)

همین‌که در میان آب و آتش دیگی وجود داشته باشد و درون آن آب بریزی، آتش آن آب را به بخار تبدیل می‌کند. [بنابراین با وجود این‌که نیروی زندگی بر ما می‌تابد، اما برای این‌که کارساز باشد نباید اجازه دهیم تا آن‌چه ذهن نشان می‌دهد به مرکزمان بیاید و عایق بسازد، بلکه باید

فضا را باز کنیم تا خورشید زندگی مستقیم به همانیدگی‌ها و من‌ذهنی‌ما بتابد. به این ترتیب است که می‌توانیم از نفوذ من‌ذهنی و دردها خارج شویم.

ظاهراً بر زن، چو آب ار غالبی

باطناً مغلوب و زن را طالبی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۳۱)

تو شاید ظاهراً بر زنت یا همان من‌ذهنی خود مانند آب بر آتش غالب باشی، اما در باطن مغلوب آن بوده و در طلبش هستی چون همانیدگی‌ها را به مرکزت می‌آورد و تو برحسب آن‌ها فکر و عمل کرده و از شیرۀ آن‌ها می‌چشی.

این چنین خاصیتی در آدمی‌ست

مهر حیوان را کم است، آن از کمی‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۳۲)

این خاصیت‌های همانیدگی فقط در وجود انسان است و در حیوان وجود ندارد. زیرا حیوان مهر همانیدگی ندارد و برای آوردن همانیدگی به مرکزش حرص نمی‌ورزد. [همان‌طور که در میان حیوانات می‌بینیم اگر یک حیوان بخواهد شکاری بکند ولی متوجه بشود حیوانی دیگر در کمین است که خود او را شکار کند، آن شکار را رها کرده و به راه خود ادامه می‌دهد. اما ما انسان‌ها بدون توجه به عواقب همانیدگی، با چیزهای مختلف همانیده شده، به مرکزمان می‌آوریم و برحسب آن‌ها جهان را می‌بینیم، در نتیجه مغلوب می‌شویم.]

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

پایان