

به نام خداوند بخشنده مهربان

سخنی با همراهان

گر خطا گفتیم اصلاحش تو کن
مصلحی تو ای تو سلطان سخن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۳)

با توجه به این که خرد و به‌ویژه خرد جمعی به ما می‌گوید که قبل از دست‌زدن به کاری از هدف و نتیجه آن تصور درست، کاربردی و سودمند داشته باشیم؛

در ابتدای امر می‌خواهیم هدف از خلاصه‌نویسی برنامه‌های گنج حضور را به‌درستی درک کنیم و برای رسیدن به آن رویه‌ای متعهدانه و درعین حال متعادل و منطقی درپیش گیریم تا اُس و اساس کار را فدای مسائل فرعی نکنیم.

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

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

با تشکر و سپاس فراوان:

کارگروه خلاصه‌سازی برنامه‌ها



خلاصه ابیات غزل برنامه ۸۹۱، گنج حضور، پرویز شهبازی
متن ابیات غزل اصلی

واقفِ سَرَمَدِ تا مدرسهٔ عشق گشود
فرقه‌ای مُشکل چون عاشق و معشوق نبود

جز قیاس و دَوَران هست طُرُق، لیک شده‌ست
بر اُولُو الفِقه و طیب و مُتَنَجِّم مسدود

اندر این صورت و آن صورت بس فکرتِ تیز
از پیِ بحث و تفکرِ یَدِ بیضا بنمود

فَرَق گفتند بسی جامع‌شان راه ببست
رو به جامع چو نهادند دو صد فرق فزود

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

محو سُکر است، پسِ محو بُود صَحُو یقین
شمس عاقب بُود آر چند بُود ظلِ ممدود

این از آن است که یُطوی به زبان لایحکی
زان‌که اثباتِ چنین نکته بُود نفی وجود

این سخن فرعِ وجود است و حجاب است ز نفی
کشفِ چیزی به حجابش نبُود جز مردود

نه ز مردود گریزی، نه ز مقبول خلاص
بِهَل این را که نَکُنجد نه به بحث و نه سُرود

تو پس این را بهلی، لیک تو را آن نهد
جان از این قاعده نجهد به قیام و به قعود

جان قعود آرد، آنش بکشد سوی قیام
جان قیام آرد، آنش بکشد سوی سجود

این یگانه نه دوگانه‌ست که از وی برهی
به سلام و به تشهد نرهد جان ز شهود

نه به تحریمه درآمد، نه به تحلیله رود
نه به تکبیره ببست و نه سلامش بگشود

مگس روح درافتاد در این دوغ ابد
نه مسلمان و نه ترسا و نه گبر و نه جهود

هله می‌گو که سخن پر زدن آن مگس است
پر زدن نیز نماند، چو رود دوغ فرود

پر زدن نوع دگر باشد اگر نیز بُود
رقص نادر بُودت بر زیر چرخ کبود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

واقف سَرَمَد تا مدرسه‌ی عشق گشود
فَرَقِیی مُشکل چون عاشق و معشوق نبود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

واقف: کسی که همیشه آگاه است. منظور خداوند است.

سَرَمَد: جاوید، همیشگی

فَرَقِیی: گروهی

مشکل: به شکل و صورت درآورنده

از آن زمان که واقف سَرَمَد، خداوند، هشیاری همیشه آگاه مدرسه‌ی عشق را در این جهان باز کرده و می‌خواهد هشیارانه در انسان به خودش زنده شود تاکنون هیچ موضوعی غلط‌اندازتر از عشق که اتحاد عاشق و معشوق، اتحاد انسان با خداوند است، نبوده است.

چراکه انسان به‌عنوان هشیاری در ذهن بوده و در اثر همانیدن با چیزهای این جهانی با هشیاری جسمی می‌بیند، بنابراین بیدار شدن از من‌ذهنی و یکی شدن مجدد با خداوند را تجسم کرده، به‌صورت شکل درآورده و این گول‌زننده و فریب‌دهنده است؛ درحالی‌که انسان از جنس خداست و باید در مدرسه‌ی عشق عملاً به عشق زنده شود و این کار تنها از طریق تسلیم، پذیرش بی‌قیدوشرط اتفاق این لحظه صورت می‌گیرد. به‌تدریج با گشوده شدن فضای درون، انسان درک می‌کند که عاشق و معشوق یکی است.

جز قیاس و دَوْران هست طُرُق، لیک شدست

بر اُولُو الْفِقْه و طیب و مُتَنَجِّم مسدود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

قیاس: مقایسه

دَوْران: گردیدن دور چیزی، گوش کردن چیزی پیرامون چیز دیگر

اُولُو الْفِقْه: فقها، فقیهان

مُتَنَجِّم: ستاره‌شناس، مُنَجِّم

غیراز مقایسه، همانیده شدن با اقلام فکری و گشتن دور محورهای مادی راه‌های دیگری هم برای زنده‌شدن به خدا وجود دارد که بر فقها، طبیبان و ستاره‌شناسان بسته شده‌است، چراکه فقها فکر می‌کنند با الگوهای فکری، باورها و دانش کتابی می‌توان به خدا زنده شد؛ طبیبان سالم نگره داشتن جسم و ستاره‌شناسان گردش افلاک و ستارگان را در زنده شدن انسان به خدا مؤثر می‌دانند. درحالی‌که راه‌های زنده شدن به زندگی در آسمان گشوده شده درون است و با فضاگشایی دراطراف اتفاقات در اختیار انسان قرار می‌گیرد. بنابراین ما نباید فکر کنیم با هم‌هویت شدن با سبک‌های زندگی، رفتارها، باورها و اجرای برخی از آیین‌ها و روش‌ها به خدا می‌رسیم.

اندرین صورت و آن صورت بس فکرت تیز

از پی بحث و تفکر ید بیضا بنمود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

ید بیضا: معجزه‌ی حضرت موسی که وقتی دستش را به گریبانش می‌برد و بیرون می‌آورد، می‌درخشید.

انسان‌ها در صورت‌ها و نقش‌های مختلف در من‌ذهنی افتادند و براساس همانیدگی‌ها و باورهای مرکزشان بسیار تیز و دقیق فکر کرده و با هم بحث و جدل می‌کنند، مانع، مسئله و دشمن می‌سازند و به نتیجه نمی‌رسند؛ بالاخره معلم عشق، خداوند ید بیضا، فضای گشوده‌شده درون را به انسان‌ها نشان داد و آن‌ها را هدایت کرد که در این لحظه با فضاگشایی، «بودن به شدن» یعنی برکات فضای گشوده‌شده درون می‌تواند به فکر و عملشان جاری شود. به عبارت دیگر اگر شما فضا را باز کنید، خرد زندگی که تمام کائنات را اداره می‌کند می‌تواند وارد فکر و عملتان شود. این همان ید بیضای شماسست چون مرتب عملتان از آن خرد استفاده می‌کند.

فرق گفتند بسی جامعشان راه ببست

رو به جامع چو نهادند دو صد فرق فزود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

جامع: جمع‌کننده

انسان‌ها همانیده شدند فقط به تفاوت‌ها و فرق‌های ذهنی توجه کرده و به تفرقه دامن زده‌اند بنابراین خداوند راه زندگی را بر ایشان بست و آن‌ها به درد افتادند، در فکرهای‌شان گم شدند و فقط به تفاوت‌های فکری و باورهایشان تاکید کرده و راه زنده شدن به خدا را پیدا نکردند. در این حالت که انسان‌ها به تفاوت‌ها تأکید می‌کردند، با همانیدگی‌ها و انباشتگی‌های مرکزشان رو به سوی زندگی نهادند ولی باز بر تفاوت‌ها افزوده شد چراکه آن‌ها از جنس زندگی نبودند و خداوند به آن‌ها نشان داد که باید با تسلیم و فضاگشایی راه یکتایی را در پیش بگیرند و عملاً به خدا زنده شوند.

فکر محدود بُد و جامع و فارق بی‌حد

آنچه محدود بُد، آن محو شد از نامحدود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

فکر انسان محدود است، چراکه او براساس همانیدگی‌های مرکزش که محدود بوده و از جنس جسم است فکر می‌کند و هشیاری جسمی دارد و فقط از جسم‌ها آگاه‌ست. اما جامع و فارق، فضای گشوده‌شده درون انسان که از جنس خدا و جمع‌کننده و فرق گذارنده است نامحدود می‌باشد. وقتی فضای درون گشوده می‌شود آن چیز محدود یعنی من‌ذهنی با حضور ناظر

شروع به فروریزش، کوچک‌تر شدن می‌کند و به تدریج در آن فضای نامحدودِ عدم محو می‌شود. در این حالت ما نمی‌خواهیم دیده شویم و مورد توجه و تایید دیگران قرار بگیریم. بدین ترتیب ما از دید محدودیت ذهن خلاص شده و با دید نامحدود، بینهایت و فراوان‌اندیش زندگی می‌بینیم و آزاد می‌شویم.

محو سُکُرسِت، پسِ محو بُودِ صَحْوُ یَقین

شمسِ عاقبِ بُودِ آر چند بُودِ ظِلِ مَمْدود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

سُکُر: مستی

صَحْوُ: حالت هشیاری حضور سالک

عاقب: از پی آینده، جانشین

ظِلِّ مَمْدود: سایه گسترده

محو، صفر شدن من‌ذهنی، مستی است. اما به دنبال محو، یقیناً صَحْوُ، هشیاری حضور می‌آید. ما نباید اجازه دهیم من‌ذهنی برای خودنمایی و ریا خودش را کوچک کرده و محو کند، بلکه باید با حضور ناظر خصوصیات، توقعات و هیجانات من‌ذهنی را شناسایی کرده، از نمایش دادن آن‌ها پرهیز کنیم تا من‌ذهنی محو شده و فضای درون گشوده شود. در این حالت شمس، آفتاب زندگی با وجود سایه بلند من‌ذهنی در حال بالا آمدن و طلوع کردن است و سایه من‌ذهنی در مقابل آفتاب زندگی روشن شده، با شناسایی ما تبدیل به آفتاب می‌گردد و هشیاری به تله افتاده آزاد می‌شود.

این از آنست که یَطْوٰی به زبان لایحکی

زانکه اثباتِ چنین نکته بُودِ نفی وجود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

یَطْوٰی: پیچیده می‌شود، منظور مسأله همانندگی انسان با فکرهای چیزهای آفل است. این مسأله با حرف زدن حل نمی‌شود.

لایحکی: به زبان در نمی‌آید، منظور مسأله تبدیل هشیاری انسان است، که با گفت‌وگو حل نمی‌شود.

این مسأله تبدیل هشیاری با حرف زدن و گفت‌وگو حل نمی‌شود، چراکه یک چیز بی‌فرمی در لابه‌لای فرم پیچیده شده یعنی هشیاری انسان با فکر چیزهای مختلف و دردها عجین شده است و باید با فضاگشایی از آن آزاد گردد و این کار باید عملاً صورت بگیرد، وقتی ما حرف می‌زنیم من‌ذهنی وجود دارد؛ در حالی که شرط زنده شدن به خدا عدم وجود من‌ذهنی است. به همین دلیل اثبات چنین نکته‌ای، زنده شدن به خدا معادل نفی یا محو شدن وجود جسمی، من‌ذهنی ما است. باید حقیقتاً این من‌ذهنی صفر شده یا به طور کامل نفی گردد؛ بنابراین نفی زبانی من‌ذهنی و توصیف آن به تنهایی، کمکی به تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری حضور نمی‌کند.

این سخن فرع وجودست و حجابست ز نفی

کشف چیزی به حجابش نبود جز مردود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

این سخن که با من‌ذهنی گفته می‌شود وجود فرعی ماست. تا زمانی که من‌ذهنی حرف می‌زند، از فکری به فکر دیگر می‌رود، حجابِ نفی، سایهٔ حقیقت است؛ یعنی دُرست است که ما می‌گوییم من‌ذهنی نیستیم و همانیدگی‌ها نباید در مرکزمان باشند ولی ما همچنان من‌ذهنی را ادامه می‌دهیم؛ درواقع ما به‌وسیلهٔ من‌ذهنی می‌فهمیم و بیان می‌کنیم و من‌ذهنی با فهمیدن ذهنی از بین نمی‌رود. کشف چیزی با حجاب آن که هر لحظه چیز مورد جست‌وجو را پنهان می‌کند غیرقابل قبول است، من‌ذهنی با حرف زدن لحظه‌به‌لحظه روی زندگی و خدا را می‌پوشاند؛ بنابراین نمی‌توان با چیزی که روی زندگی را می‌پوشاند، خدا را کشف کرد. من‌ذهنی می‌خواهد با ابزارهای ذهنی به خدا برسد، درحالی‌که وجودش مانع رسیدن به خداست. ما باید فضا را در اطراف اتفاقات باز کرده و این فضای باز شده جنس خودش را جست‌وجو کند و ما به خدا زنده شویم.

نه ز مردود گریزی، نه ز مقبول خلاص

بِهَل این را که نگنجد نه به بحث و نه سرود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

بِهَل: رها کن

اگر شما با من‌ذهنی در ذهن مقبول و مردود را تعیین کنید و بخواهید با عمل به آن‌ها به خدا زنده شوید، امکان ندارد. به‌عنوان مثال شما یک سری باورها و رفتارها را مقبول دانسته و چیزهای مقابل آن‌ها را مردود می‌دانید یا این‌که آن چیزی که شما را خوشحال می‌کند، قطبش شما را ناراحت کرده و این‌ها با هم هستند با حذف یکی دیگری از بین نمی‌رود، بلکه همدیگر را حفظ می‌کنند.

مثلاً ما در خانواده یک‌سری رفتارهایی را که ذهن خوب نشان می‌دهد ننگه می‌داریم و از بدها پرهیز می‌کنیم ولی یک‌دفعه این چیز خوب تبدیل به چیز بد شده و دوباره مسئله ایجاد می‌کند؛ بنابراین نمی‌توانیم با روش‌های ذهنی از این قطب‌ها آزاد شویم، بلکه ما باید این بینش من‌ذهنی را کلاً رها کنیم تا به خدا زنده شویم. خداوند در بحث و سرود، آهنگ و آواز، نمی‌گنجد. مقبول واقعی فضای گشوده‌شده است ولی این فضای گشوده‌شده را من‌ذهنی نمی‌شناسد. ما باید عملاً با فضاگشایی به خدا زنده شویم و زندگی را در دیگران به ارتعاش در آوریم.

تو پس این را بهلی، لیک تو را آن نهد
جان از این قاعده نجهد به قیام و به قعود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

قیام: برخاستن

قعود: نشستن

اگر تو به وسیله من ذهنی، من ذهنی را رها می کنی، اما او تو را رها نمی کند. این طور نیست که چیز خوب را نگه داری و چیز بد را بیندازی، آن چیز بد نمی افتد، آن به تو چسبیده است. بر اساس فضای من ذهنی نمی شود من ذهنی را رها کرد. هشیاری با این قاعده به قیام و قعود نمی رسد. جان ما که هنوز من ذهنی را فعال می کند به این تشخیص نرسیده که از جنس زندگی ست؛ بنابراین با من ذهنی می خواهد به خدا برسد و این امکان پذیر نیست یعنی هشیاری با من ذهنی نمی تواند بر روی هشیاری و ذات اصلی اش قائم شده و گردوغبار فکرها را فرو بنشانند و دیگر من ذهنی را فعال نکرده و بنشینند.

جان قعود آرد، آنش بکشد سوی قیام

جان قیام آرد، آنش بکشد سوی سجود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

اگر جان، هشیاری شما با فضاگشایی بتواند تشخیص من ذهنی، قضاوت و مقاومت را کنار بگذارد و بنشیند؛ این نشستن و صفر شدن من ذهنی شما را به قیام می کشد یعنی شما به عنوان هشیاری ناظر، قائم به ذات و اتحاد با خدا بلند می شوید. در این حالت وقتی جان، هشیاری روی ذاتش می ایستد، متوجه می شود که از جنس خداست و آن قیام، او را به سجده و تسلیم واقعی می کشاند و او به سوی خدا سجده و تعظیم می کند و بر اساس مرکز عدم فکر و عمل می نماید و دیگر در مقابل چیزهای این جهانی که ذهن نشان می دهد سجده نکرده، همانیده نمی شود و دوباره به ذهن بر نمی گردد.

این یگانه نه دوگانه ست که از وی برهی

به سلام و به تشهد نرهد جان ز شهود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

دوگانه: اشاره به دویی بودن کار ذهن

شهود: ناظر ذهن بودن

اگر مقاومت و قضاوت و به طور کلی من ذهنی ات صفر شد و تو روی پای زندگی و اصلت قیام کرده و با خدا یکی شدی، دیگر هرگز از این یگانگی که همراه با شناخت اصلت است با وجود حرف زدن و وسوسه ذهن بر نمی گردی و دوباره من ذهنی را فعال نخواهی کرد، چراکه شهود، حضور ناظر در تو شکل گرفته، فضای درون باز شده و مرکزت عدم شده است؛ بنابراین «به

سلام و به تشهد» یعنی با حرف زدن من‌ذهنی این شهود یا شاهد ناظر فرو نمی‌نشینند و توازن خداییت دست بر نمی‌داری.

نه به تحریمه درآمد، نه به تحلیله رَوَد
نه به تکبیره ببست و نه سلامش بگشود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

تحریمه: تکبیره الاحرام، چهار تکبیر که پس از آن نماز شروع می‌شود.

تحلیله: سلام نماز در آخر

[تحریمه، چهار تکبیر که پس از آن نماز شروع می‌شود و تحلیله، سلام آخر نماز است.] این شهود، حضور ناظر، زنده شدن به زندگی، فضای گشوده‌شده با حرکات و عبادات من‌ذهنی نیامده‌است و با آن هم نمی‌رود. یعنی این‌طور نیست که من‌ذهنی یک چیزهایی بگوید این حضور ناظر آشکار شده و بعد هم حرفی بزند محو گردد. بلکه حقیقتاً این شهود با نشستن شما نسبت به من‌ذهنی و قیام شما روی ذاتتان و سجده راستین به خدایی که به آن زنده‌اید خودش را نشان می‌دهد.

مگس روح در افتاد در این دوغ ابد
نه مسلمان و نه ترسا و نه گبر و نه جهود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

مگس روح [مگس در اینجا مثبت است] با فضاگشایی، صفر شدن من‌ذهنی در دوغ هشیاری حضور افتاده‌است و در این حالت شما با دید عدم، دید فضای گشوده‌شده می‌بینید؛ با این دید فقط یک هشیاری‌ست که در همه انسان‌ها وجود دارد که در سطح به‌صورت مسلمان، مسیحی، زرتشتی، کافر، یهودی درآمده‌اند؛ درحالی‌که همه انسان‌ها صرف‌نظر از باورها و دینشان امتداد خدا بوده و یکی هستند. بنابراین ستیزه‌های باورمندان در ادیان مختلف همه توهم است.

هله می‌گو که سخن پَر زدنِ آن مگس است
پر زدن نیز نماند، چو رَوَد دوغ فرود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

ای انسان، شادی کن، آگاه باش و بگو که سخن گفتن، پَر زدن مگس روح است و اگر به اندازه کافی این مگس در دوغ حضور فرو رود، یعنی اگر به اندازه کافی فضای درون گشوده شده و انسان از جنس خداوند شود، دیگر پَر زدن مگس، حرف زدن براساس همانیدگی‌ها نمی‌ماند؛

چراکه هشیاری تشخیص می‌دهد نباید از پشت همانندگی‌ها به جهان نگاه کرده و براساس آن‌ها حرف بزند و من‌ذهنی را اظهار کند.

پر زدن نوع دگر باشد اگر نیز بُود
رقصِ نادر بُودت بر زبرِ چرخِ کبود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰

اگر حرف زدنی هم باشد این بار حرف زدن هشیاری از نوع دیگر خواهد بود؛ یعنی در این حالت زندگی از طریق شما سخن می‌گوید. این رقص شگفت‌انگیزی است که روح، هشیاری در بالای چرخ کبود، آسمان گشوده‌شده درون در فضای یکتایی می‌کند. آن رقص در ذهن که هیچ «منیتی» ندارد، انعکاسی پیدا کرده و آن انعکاس حرف‌هایی است که خود زندگی از طریق شما بیان می‌کند.

متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۸۹۱

(۱) مسئولیت کیفیت هشیاری من

- ✓ به عهده‌ی خودم
- ✗ به عهده‌ی دیگران

(۲) تمرکز من در این لحظه

- ✓ روی خودم
- ✗ روی دیگران

(۳) ابزار مورد استفاده من در این لحظه

- ✓ فضاگشایی (در اطراف اتفاق این لحظه) و کن‌فکان
- ✗ مقاومت (به اتفاق این لحظه) و استفاده از من ذهنی و به ویژه ابزار ملامت

(۴) قانون جبران مادی و معنوی

- ✓ انجام می‌دهم
- ✗ انجام نمی‌دهم

(۵) تعهد به الست و مرکز عدم

- ✓ این لحظه ناظر مرکز عدم خودم با هشیاری حضور هستم. لحظه به لحظه با «بلی» گفتن به اتفاق این لحظه اقرار می‌کنم که از جنس زندگی هستم.
- ✗ این لحظه با مقاومت به اتفاق این لحظه از جنس «من ذهنی» یعنی جسم می‌شوم و انکار می‌کنم که از جنس زندگی یا خدا هستم.

(۶) اختیار و قدرت انتخاب

- ✓ دست خودم (منبع: فضاگشایی)
- ✗ دست خودم با مقاومت و من ذهنی، یا دست دیگران از تقلید و واکنش به دیگران

(۷) دانش و سواد من

- ✓ برای تغییر خودم از آن استفاده می‌کنم.
- ✗ برای تغییر خودم از آن استفاده نمی‌کنم.

۸) برای کدام «من» کار می‌کنم؟

- ✓ برای من اصلی
- ✗ برای من ذهنی

۹) زمان

- ✓ در این لحظه مستقر هستم.
- ✗ در گذشته و آینده هستم.

۱۰) شکر

- ✓ از امکانات خودم (و دانش مولانا) برای بهتر کردن زندگی خودم با تمام توان، در عمل استفاده می‌کنم و شکرانه می‌دهم. میدانم که تحمیل عقاید خود به دیگران شکرانه نیست.
- ✗ عدم استفاده از امکانات خودم به طور کامل برای تغییر خودم، در عمل. خواندن اشعار مولانا برای بهتر کردن حال من ذهنی‌ام و شکرانه من خواندن این اشعار برای دیگران برای جلب توجه و تأیید خودم است.

۱۱) صبر

- ✓ برای تغییر جنبه‌های مختلف زندگی خودم تابع صبرِ قانون قضا و کن‌فکان هستم.
- ✗ برای تغییر جنبه‌های مختلف زندگی خودم تابع عجله و بی‌نظمی من ذهنی خود هستم.

۱۲) معیار من در زندگی

- ✓ خودم
- ✗ دیگران

۱۳) بیان

- ✓ بیان خودم با فضاگشایی و وصل شدن به زندگی
- ✗ نقل نوشته‌های دیگران به اسم خودم.

۱۴) تحسین دیگران

- ✓ سبب بیرونی است برای کار بیشتر روی خودم (دید حضور)
- ✗ گم شدن در فکرهای تحسین‌آمیز و درست کردن یک من ذهنی استاد (دید من ذهنی)

آنچه حقّست اقرب از حبل الورد

تو فگنده تیرِ فکرت را بعید

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۳

آن کسی که از رگ گردن انسان به او نزدیک‌تر است، همان خداوند است. اما تا به حال کار تو این بوده است که تیر اندیشه‌ات را به مسافت‌های دوردست پرتاب کنی؛ یعنی می‌خواهی به وسیله فکر و خیال‌های عمیق به خداوند و فضای یکتایی بررسی. اما در این فکرها گم می‌شوی و توانایی تسلیم و فضاگشایی را از دست می‌دهی؛ در حالی که خداوند از هر چیزی به تو نزدیک‌تر و از جنسِ توست.

قرآن کریم، سوره ق (۵۰)، آیه ۱۶

«وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعَلْمَا تُوَسُّوسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ اقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرْدِ»

«ما آدمی را آفریده‌ایم و از وسوسه‌های نفس او [من‌ذهنی‌اش] آگاه هستیم، زیرا از رگ گردنش به او نزدیک‌تریم.»

[هر فکری را که من‌ذهنی نشان می‌دهد می‌پرستی و از آن زندگی می‌خواهی. زمانی که ناظر ذهنت می‌شوی، از جنس خداوند هستی زیرا او از رگ گردن به تو نزدیک‌تر است.]

ای کمان و تیرها برساخته

صید نزدیک و تو دور انداخته

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۴

ای کسی که کمانِ ذهن و تیرهای فکر را فراهم آورده‌ای و می‌خواهی از طریق من‌ذهنی، خداوند را پیدا کنی، شکار یعنی خداوند نزدیک تو و اصل توست، اما تو تیر فکرها را به دوردست، به آن تصورات اشتباهی از خداوند که ذهن تو را به آن هدایت می‌کند، پرتاب می‌کنی.

هرکه دوراندزتر، او دورتر

وز چنین گنج است او مهجورتر

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۵

مهجور: جدا مانده، دور افتاده

هرکس تیر اندیشه و تعقل خود را دورتر پرتاب کرده، عمیق و پشت سر هم بدون فضاگشایی فکر کند، مسلماً از گنج حقیقت وجود خویش، گنج حضور و زنده شدن به خدا دورتر می‌شود. [اگر با دانشِ ذهنی خود همانیده شوی، برحسب آن فکر کنی و بخواهی به وسیله آن دانش به خدا و زندگی بررسی، تو می‌خواهی با ذهنت این کار را انجام دهی اما باید این فهمنده، من‌ذهنی، موقع زنده شدن به خدا متلاشی شود و فرو بریزد. اگر زنده بماند، به خدا و زندگی زنده نمی‌شوی.]

فلسفی خود را از اندیشه بگشت

گو: بدو، کو راست سوی گنج، پشت

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۶

انسان خود را به وسیله من‌ذهنی، فکر و باورهای همانیده تباه کرده است و فکر می‌کند می‌تواند با ذهن و اندیشه‌های من‌دار، فکر و عمل کرده و به خدا برسد درحالی که در این لحظه فضا را باز نکرده و از خرد زندگی محروم می‌شود. به او بگو، با شتاب بدو که وقتی می‌دوی یعنی پشت سرهم و تندتند فکر می‌کنی به گنج حضور، پشت کرده‌ای و از آن دورتر می‌شوی.

گو: بدو، چندانکه افزون می‌دود

از مراد دل جداتر می‌شود

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۷

به من‌ذهنی بگو بدو، یعنی تندتر فکر کن؛ چراکه هرچه تندتر و بیشتر بدود، فکر کند، از مراد و مقصود دل که زنده شدن به خداوند و زندگی است دورتر می‌شود. [در این لحظه به‌جای پیروی از آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، فضا را باز کن؛ در آن فضای گشوده شده کلید رسیدن به فضای یکتایی را خواهی دید.]

جاهدوا فینا بگفت آن شهریار

جاهدوا عنا نگفت ای بی‌قرار

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۸

زیرا ای من‌ذهنی پریشان‌حال، خداوند در قرآن کریم فرمود: «در راه ما مجاهده کنند» و هرگز نفرمود در طریق دور شدن از ما بکوشند. به عبارت دیگر با فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه، کار و کوشش ما به صورت حضور ناظر، در راه خدا بوده و با فضا‌بندی کوشش ما در فضای ذهن، در راه دور شدن از خداست.

قرآن کریم، سوره عنکبوت (۲۹)، آیه ۶۹

«وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ»

کسانی را که در راه ما مجاهدت کنند، [تسلیم شده، فضاگشایی می‌کنند] به راه‌های خویش هدایت‌شان می‌کنیم، و خدا با نیکوکاران است.

[نیکوکاران کسانی هستند که در این لحظه فضا را باز کرده، خرد زندگی به فکر و عمل‌شان می‌ریزد.]

هم‌چو کنعان کوز ننگِ نوح رفت
بر فرازِ قلّه‌ی آن کوهِ زفت

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۵۹

زفت: عظیم و بلند

مانند کنعان، پسر نوح که اطاعت از نوح را ننگ دانست، بر کشتی یکتایی سوار نشد و بر فراز آن کوه عظیم و بلند من‌ذهنی رفت و در دریای همانیدگی‌ها و موج دردها غرق شد. [ما نیز با فکرهای همانیده و غرق شدن در آن‌ها خود را برتر و بهتر از خداوند می‌دانیم].

هرچه افزون‌تر همی‌جُست او خلاص
سوی کُّه می‌شد جداتر از مَناص

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۶۰

مَناص: پناهگاه

هرچه کنعان برای رهایی خود بیشتر می‌کوشید و به کوه من‌ذهنی و همانیدگی‌ها نزدیک‌تر می‌شد، از کشتی نوح، فضای یکتایی و تنها پناهگاه حقیقی ما دورتر می‌شد.

عقلِ تو قسمت شده بر صد مُهمّ
بر هزاران آرزو و طِمّ و رِمّ

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۸۸

طِمّ: دریا و آب فراوان

رِمّ: زمین و خاک

منظور از طِمّ و رِمّ در اینجا، آرزوهای دنیوی است.

عقل و زندگی تو درون بسیاری از همانیدگی‌ها و آرزوهای کوچک و بزرگ دنیایی که ذهن نشان می‌دهد، تقسیم شده است؛ در حالی‌که عقلت باید از همانیدگی‌ها برداشته شده و در فضای گشوده‌شده جمع گردد. [در من‌ذهنی، همیشه در این فکر هستیم که اگر همانیدگی‌ها را به‌دست بیاوریم به زندگی خواهیم رسید].

جمع باید کرد اجزا را به عشق
تا شوی خوش چون سمرقند و دمشق

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۸۹

با عدم کردن مرکز و فضاگشایی، معلم عشق، خداوند به تو قدرت شناسایی می‌دهد تا بتوانی اجزای پراکنده عقل و زندگی‌ات را از همانیدگی‌های مختلف جمع کنی تا مانند شهر سمرقند و دمشق آباد شده و به شادی واقعی برسی. [شناسایی مساوی آزادی است].

جَوَّوِی، چون جمع گردی ز اشتباه

پس توان زد بر تو سِکّه‌ی پادشاه

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۹۰

جَوَّوِی: یک جو یک جو و ذره ذره

اگر زندگی، عقل و هشیاری خود را به اندازه یک جو، ذره ذره، از اشتباه همانیده شدن نجات دهی و فضا را بگشایی، به تدریج هشیاری آزاد و زیاد می شود. در این حالت می توان مهر زنده شدن به خدا را بر تو زد. تو سکه رایج خداوند شده و از مدرسه عشق، فارغ التحصیل می شوی.

روی نفس مطمئنّه در جسد

زخم ناخن های فکر می کشد

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۷

آدمی در جسم و زندگی این دنیایی خود، با من ذهنی و فکرهای همانیده، بر روی نفس مطمئنّه، روح، هشیاری و حضور ناظر خویش، ناخن های زهر آگین اندیشه و فکرهای من دار و پست دنیوی را می کشد و آن را می خراشد.

قرآن کریم، سوره فجر [۸۹]، آیات ۲۷ و ۲۸

«يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنِّةُ، ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً»

«ای روح آرامش یافته، خشنود و پسندیده [به صورت حضور ناظر، از جنس زندگی و خدا] به سوی پروردگارت باز گرد.»

فکرت بد ناخن پُر زهر دان

می خراشد در تعمق روی جان

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۸

تعمق: دوراندیشی و کنجاوی، در اینجا به معنی دنباله روی از عقل جزئی است.

افکار و اندیشه های همانیده را همچون ناخن های پر از زهر بدان که به گمان رسیدن به فضای یکتایی، در آنها غرق می شوی و روی جان، روح و هشیاریات را می خراشند.

تا گشاید عقده‌ی اشکال را

در حدّت کردست زرین بیل را

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۹

عقده: گره

حدّت: سرگین، مدفوع

برای باز کردن گره اشکالات و مسائل زندگی اش، به جای فضاگشایی و عدم کردن مرکز،

مرتب در فکرهای هم‌هویت‌شده فرو می‌رود و بیل زَرینِ هشیاری و حضور ناظر را در کثافات فکرهای هم‌هویت‌شده و دردهای آن فرو کرده و شروع به تولید درد می‌کند.

عقدۀ را بگشاده گیرای مُنتهی
عقدۀیی سخت‌ست بر کیسه‌ی تهی

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۰

مُنتهی: به پایان رسیده، کمال‌یافته

ای انسان که به انتهای تکامل هشیاری رسیده و می‌توانی در این لحظه فضا را باز کرده و به بی‌نهایت خدا زنده شوی، به فکر حل کردن مسائلی نباش که در ذهنت به‌صورت گره ایجاد می‌شود؛ همه آن‌ها را حل شده فرض کن؛ زیرا این گره‌ها کور و سخت بوده و بر یک کیسه خالی زده شده است. اگر تو با زحمت و تلاش ذهنی تمام گره‌ها را هم باز کنی نتیجه‌ای نخواهد داشت چون در این کیسه‌ی ذهن زندگی وجود ندارد؛ بهتر است کُل کیسه را رها کنی.

در گشادِ عُقدۀها گشتی تو پیر
عقدۀی چندی دگر بگشاده گیر

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۱

تو در راه گشودن گره‌ها و مسائل ذهنی، پیر و فرسوده شده‌ای. فرض کن چند گره و مسئله‌ی ذهنی دیگر را هم حل کردی.

عقدۀای کان بر گلویِ ماست سخت
که بدانی که خَسی یا نیک‌بخت

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۲

خَس: خار، خاشاک، پست و فرومایه

گره و مشکلی که این لحظه گلویِ ما را سخت گرفته این است که صرف‌نظر از این‌که در ذهنت چه مسئله، مانع و فکرهایی می‌گذرد، به‌عنوان حضور ناظر در خودت شناسایی کنی که آیا در این لحظه از جنس خَس، افسانه من‌ذهنی و هشیاری جسمی هستی یا از جنس نیک‌بختی و هشیاری حضور هستی؟!

حَلِّ این اِشکال کُن، گر آدمی
خرج این کُن دَم، اگر آدم‌دَمی

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۳

اگر واقعاً انسان و از جنس هشیاری هستی و دَم حضرت آدم را داری که به بی‌نهایت خداوند

زنده بود، به این لحظه برگرد، فضا را بگشا و همه حواست در حلّ این اشکال باشد که این لحظه از جنس هشیاری حضور هستی یا از جنس من‌ذهنی؟ [اگر از جنس زندگی هستی پس به آن چیزی که ذهنت نشان می‌دهد، واکنش نشان نده، بدان که یک باشنده دیگر با خرد دیگری غیر از این خرد کوچک تو در کارست و در این لحظه به‌وسیله قضا و کن‌فکان بهترین اتفاق را به‌وجود می‌آورد که شما فضا را باز کنید.]

**حدّ اعیان و عَرَض دانسته گیر
حدّ خود را، دان، که نبوّد زین گُزیر
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۴**

اعیان: جمع عین، در اینجا مراد جوهر است.

فرض کن تعریف جوهر یعنی هشیاری و عَرَض یعنی جسم و من‌ذهنی را هم دانستی، این تعاریف را رها کن و با ذهن، خودت را تعریف نکن، تو خودت را بشناس، که چاره‌ای از آن نیست. در این لحظه تشخیص بده که این بافت من‌ذهنی هستی یا فضای گشوده شده؟ اگر فهمیدی که من‌ذهنی نیستی و از جنس فضای بی‌حدی، در این صورت مرتب این بی‌حد را با فضاگشایی افزایش بده.

**چون بدانی حدّ خود، زین حد گُزیر
تا به بی‌حد در رسی ای خاک‌بیز
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۵**

خاک‌بیز: لفظاً به معنی کسی که خاک کوزه‌ها و معابر را می‌روبد و غربال می‌کند. در اینجا منظور اصحابِ قیل‌و‌قال و اندیشه‌ورانِ عقل جزیی است.

ای خاک‌بیز، که مرتب چیزهای ذهنت را ال‌ک کرده و بهترینش را برمی‌داری، هرگاه حد خود را شناسایی کردی که این من‌ذهنی محدود، دردها و همانیدگی‌ها، دید محدودیت و من‌ذهنی نیستی، می‌توانی از آن‌ها بگریزی و به بی‌نهایت زندگی زنده شوی. [بنابراین متوجه می‌شوی که این محدودیت من‌ذهنی باید در بی‌نهایت فضاگشایی محو شود.]

**هین می‌آور این نشان را تو به گفت
وین سخن را دار اندر دل نهفت
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۷۸**

به‌هوش باش، مبدا نشانه زنده شدن به زندگی یعنی بی‌فرمی، سکون، سکوت‌شنو و عدم‌شناس را که در درونت بوده و از جنس خداوندست را به گفت‌وگو درآوری بلکه آن را در قلب خود مستور و نهان دار. [اگر ما به حضور برسیم حرف می‌زنیم، شعر می‌خوانیم، اما

کسی که دارد حرف می‌زند، تشخیص می‌دهد و شناسایی می‌کند خودِ زندگی و فضای باز شده است. این فضای باز شده، ترازو و آینه است.]

مُطربِ عشق این زند وقتِ سَماع
بندگی بند و، خداوندی صُداع

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۲

صُداع: درِسر، سردرد

مطرب عشق، فضای گشوده شده و حضور ناظری که من‌ذهنی را می‌بیند به هنگام برپایی سماع یعنی رقص به صورت عدم و خداییتی که از من‌ذهنی جدا شده این نغمه را می‌نوازد، بندگی، قیدوبند است و سروری، مایه درِسر. [یعنی دیگر در این جهان خودتان را به وسیله من‌ذهنی به نقشی که به صورت ذهن، بنده است یا سرور نمی‌چسبانید.]

پس چه باشد عشق؟ دریایِ عدم
در شکسته عقل را آنجا قدم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۳

پس عشق، وحدت و یکی شدن با خدا چیست؟ دریای عدم است که عقل جزیی ما یا من‌ذهنی در آنجا کارهای نیست و قدم عقل در آن وادی شکسته است. در این لحظه فضا را باز کنید و آن چیزی را که ذهن نشان می‌دهد بی‌کار کنید، یعنی به حرف من‌ذهنی‌تان و عقلی که دارد توجه نکنید.

بندگی و سلطنت معلوم شد
زین دو پرده، عاشقی مکتوم شد

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۴

مکتوم: پوشیده و پنهان

سرانجام بندگی و سروری یعنی نقش‌هایی که ذهن نشان می‌دهد، معلوم شد. آشکار شد که در بندگی، قیدوبند وجود دارد و در سروری، درِسر. به سبب این دو حجاب ذهنی، ماهیت عشق و یکی شدن با خدا بر عموم مردم پوشیده شده است.

کاشکی هستی زبانی داشتی
تا ز هستان پرده‌ها برداشتی

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۵

ای کاش هستی مطلق، خداوند زبانی داشت، بر روی زمین آمده به ما انسان‌ها می‌فهماند که

ای انسان، من‌ذهنی پرده است، از این گفتگوهای ذهنی دست بردار. [یعنی با من‌ذهنی بنده خدا نشوید ما این را می‌دانیم اما لحظه بعد ذهن را فعال کرده و به حرف زدن می‌پردازیم.]

هرچه گویی ای دم هستی از آن
پرده‌ی دیگر بر او بستنی، بدان

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۶

ای کسی که از حقیقت مطلق سخن می‌گویی؛ هر چیزی را که با من‌ذهنی بدون مرکز عدم بگویی و بخواهی با آن به خود و دیگران کمک کنی تا از جهان ذهن بجهند و به خدا زنده شوند در واقع پرده‌ی دیگری بر روی آن می‌بندی و نه تنها کمک نمی‌کنی بلکه با چیزی که می‌گویی نیز همانیده می‌شوی.

آفت ادراک آن، قال است و حال
خون به خون شستن، مُحال است و مُحال

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۷

آفت ادراک یعنی ارتعاش به زندگی، یقین پیدا کردن و تبدیل شدن به او، قال یعنی حرف‌های ذهنی و حالی که ایجاد می‌کند است. خون را با خون شستن محال است یعنی با استفاده از حرف‌ها و فکرهای ذهن و هشیاری جسمی که مرتب حال ما را خوب و بد می‌کند زنده شدن به خدا غیرممکن است.

ای مرغ آسمانی آمد که پریدن

وی آهوی معانی آمد که پریدن

ای عاشق بریده بر عاشقان کزیده

بگذر ز آفریده بنکر در آفریدن

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۹

کارگروه خلاصه نویسی برنامه های گنج حضور

منابع: برنامه ۸۹۱ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)
کتاب های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)
با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه های گنج حضور

پایان