

## 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

www.parvizshahbazi.com

برنامه

۹۷۳

گنج حضور

تاریخ اجرا: ۱۸ / ۵ / ۱۴۰۲

اجرا: آقای پرویز شهبازی

خلاصه ابیات غزل برنامه ۹۷۳، گنج حضور، پرویز شهبازی

متن ابیات غزل اصلی

قلم از عشق بشکند چو نویسد نشان تو  
خردم راه گم کند ز فراقِ گران تو

که بود همنشین تو؟ که بیاید گزین تو؟  
که رهد از کمین تو؟ که کشد خود کمان تو؟

رخم از عشق همچو زر، ز تو بر من هزار اثر  
صنما، سوی من نگر که چنانم به جان تو

چو خلیل اندر آتشم، ز تفِ آتشت خوشم  
نه از آنم که سر کشم، ز غم بی‌امان تو

بگشا کارِ مشکلم، تو دلم ده که بی‌دلم  
مکن ای دوست منزلم به جز از گلستان تو

که بیاید به کوی تو، صنما، جز به بوی تو  
سبب جست‌وجوی تو چه بود؟ گلفشان تو

ملک و مردم و پری، ملک و شاه و لشکری  
فلک و مهر و مشتری خجل از آستان تو

چو تو سیمرغ روح را بکشانی در ابتلا  
چو مگس دوغ درفتد به گه امتحان تو

ز اشاراتِ عالیات، ز بشاراتِ شافیات  
ملکی گشته هر گدا به دم ترجمان تو

همه خلقان چو مورکان، به سوی خرمنت دوان  
همه عالم نواله‌ای ز عطا‌های خوان تو

به نواله قناعتی نکند جان آن فتی  
که طمع دارد از قضا که شود میهمان تو

چه دواها که می‌کند پی هر رنج گنج تو  
چه نواها که می‌دهد به مکان لامکان تو

طمع تن نوال تو، طمع دل جمال تو  
نظر تن به نان تو، هوس دل بنان تو

جهت مصلحت بود، نه بخیلی و مدخلی  
به سوی بام آسمان، پنهان نردبان تو

به امینان و نیکوان بنمودی تو نردبان  
که روان است کاروان به سوی آسمان تو

خمش ای دل دگر مگو، دگر اسرار او مجو  
که ندانی نهان آن که بداند نهان تو

تو از این شهره نیشکر مطلب مغز اندرون  
که خود از قشر نیشکر شکرین شد لبان تو

شه تبریز، شمس دین، که به هر لحظه آفرین  
برساد از جناب حق به مه خوش قران تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

قلم از عشق بشکند چو نویسد نشانِ تو

خردم راه گم کند ز فراقِ گرانِ تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

«فراقِ گران» یعنی به جدایی افتادن، خوی من‌ذهنی گرفتن و سال‌ها با من‌ذهنی زندگی کردن.

قلم از عشق بشکند چو نویسد نشانِ تو:

ای خداوند، اگر من بخواهم نشان تو، عشق و وحدت با تو را روی کاغذ بنویسم، قلم می‌شکند. ما تنها هرآن‌چه را که با ذهن فکر می‌کنیم می‌توانیم بنویسیم اما عشق و وحدت با خداوند را نه می‌توان گفت و نه می‌شود نوشت، فقط باید به آن زنده شد.

خردم راه گم کند ز فراقِ گرانِ تو:

عقل کل، عقلی که تو به من دادی وقتی وارد ذهن همانیده می‌شود، خدا و عشق را تجسم می‌کند، از تو به جدایی می‌افتد، خوی من‌ذهنی را می‌گیرد و راه خود را گم می‌کند.

**نکته:**

خداوند از جنس بی‌نهایت و ابدیت است که البته این‌ها فقط یک لفظ هستند. تنها اگر از ذهن بیرون بپریم، عیناً در این لحظه به او زنده باشیم و از طریق خرد کل فکر و عمل کنیم، نه از طریق من‌ذهنی، آن موقع می‌توانیم بگوییم این وحدت و عشق است. وگرنه اگر در ذهن بمانیم و تجسم کنیم که عشق، زنده شدن به خدا و خدا چیست، این نشان‌دار کردن اوست. در عین حال خودمان هم نشان‌دار می‌شویم. نشان‌دار کردن خود یعنی من‌ذهنی ساختن.

که بُودِ همنشینِ تو؟ که بیابد گزینِ تو؟

که رهد از کمینِ تو؟ که کشد خود کمانِ تو؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

گزین: انتخاب، گزینش

که بُودِ همنشینِ تو؟

خداوندا، همنشین تو چه کسی است؟ انسانی که مرکز همانیده خود را دوباره عدم می‌کند و اجازه نمی‌دهد آن چیزی که ذهنش نشان می‌دهد به مرکزش بیاید همنشین توست و با تو یکی شده‌است.

### که بیابد گزین تو؟

خداوندا، تو چه کسی را انتخاب می‌کنی؟ آن کس که اول هشیارانه فضا باز می‌کند و تو را انتخاب می‌کند.

### که رهد از کمین تو؟

چه کسی از چنگ تو می‌رهد؟ یعنی همه ما باید فضا را باز کنیم و به بی‌نهایت و ابدیت تو زنده شویم که این تنها منظور آمدن انسان به این جهان است. زندگی برای زنده کردن ما به خودش به‌طور پنهانی در کمین نشسته و یک جایی به ما حمله می‌کند تا بالاخره بر اثر این بی‌مرادی‌ها یاد بگیریم همیشه مرکزمان را عدم کرده و فضای درون را باز کنیم. برای انسان قدرت و راه فرار ازین کمینگاه وجود ندارد.

### که کشد خود کمان تو؟

کدام انسان کمان تو را حمل می‌کند، آن را ثابت و ساکن نگه می‌دارد و حرف نمی‌زند؟ و یا چه کسی تیر تو را می‌اندازد و تیر خود را نمی‌اندازد؟ برای این‌که ما کمان باشیم و تو از طریق ما تیر بیندازی باید هر لحظه تسلیم باشیم، از طریق من‌ذهنی فکر نکنیم تا تو از طریق ما فکر کنی.

### رخم از عشق همچو زر، ز تو بر من هزار اثر

### صنما، سوی من نگر که چنانم به جان تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

### رخم از عشق همچو زر، ز تو بر من هزار اثر:

ای زندگی، اگر رخ من همچون طلا زرد گردد، یعنی در مقابل آن نوری که تو از فضای گشوده‌شده می‌فرستی، من آن‌قدر شفاف باشم و مقاومت نکنم که از من رد شود، بر من هزار اثر می‌کند. بنابراین باید خودم را زیر نفوذ و اثر تو قرار دهم، فضاگشایی کرده و مرکزم را عدم نگه دارم.

### صنما، سوی من نگر که چنانم به جان تو:

ای دلبر من، به‌سوی من بنگر و مرا از جنس خودت کن. می‌دانم برای این منظور باید به تو نگاه کنم که قسم به جان تو من چنانم، من‌ذهنی نیستم و آماده‌ام، فضا را باز کرده‌ام و تنها تو را می‌نگرم.



چو خلیل اندر آتشم، ز تف آتشت خوشم  
نه از آنم که سر کشم، ز غم بی‌امان تو  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

تف: گرمی، حرارت، روشنی، پرتو

چو خلیل اندر آتشم، ز تف آتشت خوشم:

من مانند خلیل در آتش همانیدگی هستم و صبر می‌کنم تا وجودم از آن آزاد شود. از این درد هشیارانه خوش و خرسندم زیرا بر اثر آن هشیاری من از همانیدگی آزاد می‌شود و به آتش عشق دست می‌یابم.

نه از آنم که سر کشم، ز غم بی‌امان تو:

من از آن دسته از انسان‌ها نیستم که از آتش درد هشیارانه و امتحان‌های پی‌درپی تو فرار کنم. آنچه را که ذهنم مرتب نشان می‌دهد به مرکز نمی‌آورم، فضا را باز می‌کنم و ادامه می‌دهم.

بگشا کار مشکلم، تو دلم ده که بی‌دلم  
مکن ای دوست منزلم به‌جز از گلستان تو  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

بگشا کار مشکلم، تو دلم ده که بی‌دلم:

تا حالا من با سبب‌سازی ذهن می‌خواستم مشکلم را حل کنم اما حالا دیگر می‌خواهم که مسئله مرا تو حل کنی. تا حالا دل من، من ذهنی‌ام بوده اما اکنون می‌خواهم تو به مرکزم قدم بگذاری تا من دل عدم پیدا کنم.

مکن ای دوست منزلم به‌جز از گلستان تو:

ای زندگی، جایی که زندگی می‌کردم ذهن بود اما دیگر می‌خواهم در گلستان تو، در فضای گشوده‌شده، زندگی کنم که انعکاس نیک آن در بیرون گلستان است.

که بیاید به کوی تو، صنما، جز به بوی تو  
سبب جست‌وجوی تو چه بود؟ گلفشان تو  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

که بیاید به کوی تو، صنما، جز به بوی تو:

ای معشوق من، هیچ انسانی با سبب‌سازی ذهن و جز به وسیله بوی تو نمی‌تواند به کوی تو راه

بیابد.

### سبب جست و جوی تو چه بُود؟ گلفشان تو:

سبب آن که من تو را جست و جو کنم، گلفشان تو، فضای گشوده شده درون من، عدم بعد از عدم و شکفته شدن آن مانند گل در مرکز من است.

**ملک و مردم و پری، ملک و شاه و لشکری**

**فلک و مهر و مشتری خجل از آستان تو**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

ذهن هرآنچه را که بتواند تصور کند و هرآنچه را که نشانمان بدهد، هرچقدر هم که از نظر این جهانی بزرگ باشند، از آستان تو شرمنده اند و قادر نیستند به ما کمک کنند. خواه آن فرشته، انسان، پری، پادشاه و هر مقام لشکری و دارای قدرت نظامی باشد و خواه یکی چیزی در کائنات مثل آسمان، خورشید و مشتری باشد؛ زیرا اینها چیزی برای ارائه ندارند. وقتی ما به عنوان من ذهنی صفر می شویم، سر به آستان تو می گذاریم و از تو نور می گیریم، این غذای نور از طریق چیزی یا کسی به ما داده نمی شود.

**چو تو سیمرغ روح را بکشانی در ابتلا**

**چو مگس دوغ درفتد به گه امتحان تو**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

### چو تو سیمرغ روح را بکشانی در ابتلا:

وقتی تو سیمرغ هشیاری ما را به امتحان بکشی تا به ما نشان دهی که مرکزمان خدا یا جسم است...

### چو مگس دوغ درفتد به گه امتحان تو:

ما ذهنمان را به مرکزمان می آوریم و مانند مگس در دوغ هشیاری جسمی گیر می افتیم.



## ز اشارات عالیات، ز بشارات شافیات

ملکی گشته هر گدا به دم ترجمان تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

بشارت: مزده، خبر خوش

شافی: شفا دهنده، راست و درست

### ز اشارات عالیات، ز بشارات شافیات:

اما اگر فضا را باز کنیم، از اشارات عالی تو به صورت ارتعاش مرکز عدم و خبرهای خوش تو این دردها و گرفتاری‌های ما شفا می‌یابند.

ملکی گشته هر گدا به دم ترجمان تو:

وقتی ما اجازه می‌دهیم و فضا را باز می‌کنیم که تو اثر خودت را در چهار بعد و ذرات وجود ما نفوذ دهی، در این صورت من ذهنی ما که گدای این جهان است، پادشاه می‌شود و به تو زنده می‌شویم.

## همه خلقان چو مورکان، به سوی خرمنت دوان

همه عالم نواله‌ای ز عطا‌هایِ خوان تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

مورک: مورچه

نواله: لقمه خوراکی

خوان: سفره، مهمانی

### همه خلقان چو مورکان، به سوی خرمنت دوان:

همه انسان‌ها مانند مورچه در حال دویدن به سوی خرمن یکی شدن با تو هستند. برای این‌که هشیارانه بدوند باید فضا را باز کنند.

همه عالم نواله‌ای ز عطا‌هایِ خوان تو:

چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد مانند لقمه‌ای هستند در مقابل تمام بخشش‌های سفره تو.

به نواله قناعتی نکند جان آن فتی

که طمع دارد از قضا که شود میهمان تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

به نواله قناعتی نکند جان آن فتی:

جان انسان به یک لقمه از آن قناعت نمی‌کند؛ زیرا هر لحظه رحمت اندر رحمت است. ما باید این را بفهمیم که غذای ما باید از فضای گشوده‌شده بیاید نه از آنچه ذهن هر لحظه به ما نشان می‌دهد.

**که طمع دارد از قضا که شود میهمان تو:**

سرنوشت ما اینست که تو از روی قضا و قدر تصمیم گرفته‌ای که ما مهمان دنیا نباشیم بلکه تو باشیم.

چه دواها که می‌کند پی هر رنج گنج تو  
چه نواها که می‌دهد به مکان لامکان تو  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

«مکان» یعنی هر چیزی که ذهن ما نشان می‌دهد، جسم، فکر، هیجانات، جانِ ذهنی و هر چیزی که در این جهان می‌توان تجربه کرد.

**چه دواها که می‌کند پی هر رنج گنج تو:**

در پی هر درد هشیارانه، گنج حضور و فضای گشوده‌شده هنگامی که «رحمت اندر رحمت» می‌آید، دردهای ما را دوا می‌کند؛ آنگونه دوا می‌کند که ما نمی‌توانیم در ذهنمان آن را تجسم کنیم.

**چه نواها که می‌دهد به مکان لامکان تو:**

لامکان تو، فضای یکتایی و عدم، چه برگ‌ها و چه نعمت‌ها که به مکان می‌بخشد، به چهار بعد ما زندگی، خرد و دوا می‌دهد و کمک می‌کند.

طمع تن نوال تو، طمع دل جمال تو  
نظر تن به نان تو، هوس دل بنان تو  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

نوال: عطا، بهره، نصیب

بنان: انگشت

**طمع تن نوال تو، طمع دل جمال تو:**

طمع من‌ذهنی ما لقمه جسمی توست، مرتب می‌خواهد ببیند ذهن چه چیزی نشان می‌دهد آن را مانند لقمه‌ای ببلعد اما طمع فضای گشوده‌شده و دل اصلی ما دیدن جمال و روی زیبای توست.

نظر تن به نان تو، هوس دل بنان تو:

نظر من ذهنی ما به نان توست، به چیزیست که ذهن نشان می‌دهد و هوس دل اصلی ما انگستان توست. ما به‌عنوان حضور ناظر می‌خواهیم قلمی در دستان تو باشیم.

**جهتِ مصلحتِ بُود، نه بخیلی و مُدخلی**

**به‌سوی بامِ آسمان، پنهانِ نردبانِ تو**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

مُدخل: خِست و بُخل

«مصلحت» اینست که ما عقل اصلی خود را به کار انداخته و تمرکزمان روی خودمان باشد تا بفهمیم که از جنس خداوند هستیم.

«بامِ آسمان» در این‌جا منظور فضای گشوده‌شده است.

جهتِ مصلحتِ بُود، نه بخیلی و مُدخلی:

به منظور مصلحت است نه از روی بخیلی و پستی تو و یا به خاطر این‌که ازین کار نفع و سود و درآمدی به‌دست آوری.

به‌سوی بامِ آسمان، پنهانِ نردبانِ تو:

که به سوی فضای گشوده‌شده، نردبان تو پنهان است؛ چون ما با ذهن دنبال آن نردبان می‌گردیم.

**به امینان و نیکوان بنمودی تو نردبان**

**که روان است کاروان به‌سوی آسمانِ تو**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

به امینان و نیکوان بنمودی تو نردبان:

اما تو نردبان به‌سوی فضای گشوده‌شده را به کسانی نشان دادی که مرکزشان را عدم کردند، با ذات اولیه خود عمل کردند و از امینان و نیکان تو شدند.

که روان است کاروان به‌سوی آسمانِ تو:

که کاروان این امینان به‌سوی فضای گشوده‌شده تو روان است. کم‌کم تعداد زیادی از انسان‌ها خواهند فهمید که من ذهنی توهم است، راهی هم که به‌سوی خدا می‌رود غلط است، هر کاری که

می‌کند کفر است و به تدریج حرف‌های پیغمبران، اولیا و انسان‌هایی مثل مولانا را خواهند فهمید.

### خمش ای دل دگر مگو، دگر اسرارِ او مجو که ندانی نهانِ آن که بداند نهانِ تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

خمش ای دل دگر مگو، دگر اسرارِ او مجو:

ای دل همانیده، خاموش باش و دیگر سخن مگو چون هر حرفی که می‌زنی پرده دیگری بر او اضافه می‌کنی. دیگر با من ذهنی و سبب‌سازی‌های آن اسرار زندگی را جست‌وجو نکن.

که ندانی نهانِ آن که بداند نهانِ تو:

که تو با ذهن اسرار او را نمی‌توانی بفهمی در حالی که او ذات اصلی و من‌ذهنی تو را می‌شناسد اما تو با من‌ذهنی حتی نمی‌دانستی که در من‌ذهنی هستی.

### تو از این شهره نیشکر مَطَلَب مغز اندرون که خود از قشرِ نیشکر شکرین شد لبانِ تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

تو از این شهره نیشکر مَطَلَب مغز اندرون:

این حضور و زنده شدن به زندگی یک نیشکر بسیار مشهور و شگفت‌انگیزیست که مغز آن خداوند و اصل توست که باید به آن زنده شوی. با ذهن خود مغز این نیشکر را جست‌وجو نکن.

که خود از قشرِ نیشکر شکرین شد لبانِ تو:

این سخنان و این شعرها که حکم پوسته آن نیشکر را دارد حال تو را خوب می‌کند و تو را به درکی معنوی می‌رساند.

### شه تبریز، شمسِ دین، که به هر لحظه آفرین

### برساد از جنابِ حق به مه خوش‌قرانِ تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

خوش‌قران: خوش‌اقبال، خوش‌یمن

«تبریز» در این‌جا نماد کل وجود است؛ خدا و کائنات.

شه تبریز، شمس دین، که به هر لحظه آفرین:

ای انسان، تو به صورت آفتاب دین از مرکز طلوع کن که این خورشید، شاه وجود توست.  
برساز از جناب حق به مه خوش قران تو:

که خداوند هر لحظه به این ماه وجودت آفرین می‌گوید؛ زیرا با هرچه در بیرون قرین شود او را از جنس خودش می‌کند. بنابراین انسانی که به زندگی زنده می‌شود خوش قران است، با هرچه قران کند، هر فکری و هر کاری بکند پربرکت و نیک است و دردی نخواهد داشت.

متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۹۷۳

## هرچه گویی ای دم هستی از آن

### پرده دیگر بر او بستی، بدان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۶)

ای کسی که با من ذهنی و برحسب همانیدگی‌ها حرف می‌زنی، بدان که هرچقدر بخواهی با سبب‌سازی و حس وجود در ذهن فکر کنی و درمورد خدا و زنده شدن به او چیزی بگویی که به درد بخور بوده و تو را به زندگی زنده کند، درواقع یک پرده دیگر روی خدا می‌بندی. [پس بهتر است اصلاً حرف نزنی و در ذهن سؤال و جواب نکنی، بلکه با فضاگشایی به او زنده شوی.]

**نکته:** ما نباید با من ذهنی خدا و عشق را که اصل خودمان است به نشان بیاوریم و با ذهن راهنمان را انتخاب کنیم، زیرا با این کار پرده‌ها اضافه می‌شوند و از طرفی من ذهنی‌مان قوی‌تر شده و مانع زنده شدن ما به حضور می‌گردد.

## فرمود رَبِّ الْعَالَمِينَ با صابرانم همنشین

### ای همنشین صابران اَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰)

خداوند عالمیان فرموده‌است: «من قرین و همنشین صابران هستم که فضاگشایی می‌کنند و در من ذهنی و فکر بعد از فکر نیستند.» ای خدایی که با صابران همنشین هستی، به ما صبر عنایت فرما.

**نکته ۱:** اگر از خود می‌پرسیم چرا به حضور نمی‌رسیم یا چرا حضوری که به آن رسیده بودیم از بین رفته، این را زبان ذهنمان دارد می‌گوید. آن حضور هم توهمی و ذهنی بوده نه واقعی.

**نکته ۲:** من‌های ذهنی اطرافمان از طریق قرین، ما را که با صبر، همنشین خدا شده‌ایم دوباره به من‌ذهنی برمی‌گردانند و کافر می‌کنند؛ پس باید از آن‌ها پرهیز کنیم.

**نکته ۳:** صبر کیفیتی مرتبط با فضای گشوده‌شده است. من‌ذهنی صبر ندارد و می‌پندارد با تندتند فکر کردن به حضور می‌رسد، درحالی‌که از حضور دور خواهد شد.

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۵۰)

«وَلَمَّا بَرَزُوا لِجَالوتَ وَجُنُودِهِ قَالُوا رَبَّنَا اَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَثَبِّتْ اَقْدَامَنَا وَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ»

«چون با جالوت و سپاهش روبه‌رو شدند، گفتند: «ای پروردگار ما، بر ما شکیبایی ببار و ما را ثابت‌قدم گردان و بر کافران پیروز ساز.»»



(قرآن کریم، سوره انفال (۸)، آیه ۴۶)

«...وَاصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ.»

«...صبر پیشه گیرید که خدا همراه صابران است.»

## زین کمین، بی صبر و حزمی کس نجست

### حزم را خود صبر آمد پا و دست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳)

هیچ انسانی نتوانسته بدون صبر و دوراندیشی از کمین‌گاه من‌ذهنی و گیرافتادگی در زندان ذهن خلاصی یابد. در واقع حزم و دوراندیشی دست و پای خود را از صبر و فضای گشوده‌شده می‌گیرد. **نکته:** حزم و دوراندیشی آن است که شک کنیم آیا در این لحظه من‌ذهنی در ما فکر و عمل می‌کند یا حضور؟ و این سوءظن نسبت به خودمان همواره با ما باشد.

## ز ناسپاسی ما بسته است روزن دل

### خدای گفت که انسان لربّه لکنود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۱۴)

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

**نکته ۱:** اگر واقعاً متوجه ناسپاسی من‌ذهنی‌مان بشویم و آن را درمان کنیم، می‌توانیم مانند صابران، همنشین خدا شویم.

**نکته ۲:** «شکر» خاصیت جدایی‌ناپذیر جنسیت اصلی انسان است که از جنس الست و خداست. من‌ذهنی بلد نیست شاکر باشد.

**نکته ۳:** شکر واقعی آن است که تشخیص دهیم در من‌ذهنی گیر افتاده‌ایم و دردمندیم. سپس فضا را باز کنیم تا دوباره به خرد زندگی وصل شویم.

**نکته ۴:** رعایت قانون جبران به پیشرفت ما و رابطه ما با خدا کمک می‌کند.

(قرآن کریم، سوره عادیات (۱۰۰)، آیه ۶)

«إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُودٌ.»

«همانا آدمی نسبت به پروردگارش بسیار ناسپاس است.»

## ناسپاسی و فراموشی تو یاد نآورد آن عسل نوشی تو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۰)

ای انسان، وقتی چیزهای ذهنی را به مرکزت بیاوری و برحسب آنها ببینی دچار نسیان و ناشکری می‌شوی و این ناسپاسی و فراموش‌کاری تو که در من‌ذهنی و با سبب‌سازی آن حاصل می‌گردد، باعث می‌شود نوشیدن عسل حضور، از جنس خدا بودن و برخورداری از شادی و شیرینی زندگی را فراموش کنی.

**نکته:** با حرکت در ذهن به صورت سبب‌سازی هرگز نمی‌توانیم به عشق، حضور و وحدت مجدد با خدا برسیم و به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شویم.

## رحمتی، بی‌علتی بی‌خدمتی آید از دریا، مبارک ساعتی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۴)

ای انسان، بالاخره خواهی دید که بدون سبب‌سازی ذهن و بی‌آنکه با ذهنت خدمتی انجام دهی یا دلیلی ذهنی بیایی، رحمت و برکت خداوند و لطف ایزدی در این ساعت مبارک که لحظه فضاگشایی است، از طرف زندگی و از دریای یکتایی به چهار بُعدت جاری می‌شود.

**نکته:** ما به اشتباه فکر می‌کنیم خدمت کردن به مردم با من‌ذهنی سبب رحمت ایزدی می‌شود، اما براساس قانون قضا، تا زمانی که خرد کل از طریق فضای گشوده‌شده روی فکر و عمل ما اثر نگذارد نخواهیم توانست خدمتی کنیم که بدون ایجاد درد باشد.

## اللّٰه اللّٰه گردِ دریا بار گرد گرچه باشند اهلِ دریا بار زرد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۵)

دریا بار: کنار دریا، ساحل دریا

ای انسان، تو را به خدا، تو را به خدا، دور محور عدم، فضای گشوده‌شده و انسان‌های زنده شده به خدا بگرد نه دور من‌های ذهنی؛ گرچه انسان‌های فضاگشا رویشان به دلیل غم هجران خداوند، زرد و با نور ایزدی روشن شده‌است.

**نکته:** وقتی دم ایزدی بر ما دمیده و جذب وجودمان می‌شود، مقاومت نمی‌کنیم تا کار کند و به اثر بنشیند، ولو این‌که من‌ذهنی‌مان قبول نداشته باشد و ضعیف شود. در این وضعیت ما از جنس عشق می‌شویم، حول مرکز عدم می‌گردیم و رویمان از هجران یار زرد می‌شود.

## من ز حق درخواستم کای مُسْتَعان

### بر قرائت من حریصم همچو جان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۲)

مُسْتَعان: یاری خواسته‌شده، یعنی کسی که از او استعانت کنند و یاری خواهند.

[داستان مثنوی دربارهٔ مرد فقیر نابینایی است که مهمانی بر او وارد شد و شب‌هنگام دید که مرد نابینا قرآن می‌خواند. با تعجب پرسید تو که نمی‌بینی چگونه می‌خوانی؟ فقیر پاسخ داد:] من از خداوند درخواست کردم: «ای یاری‌کننده، من بسیار بر خواندن حریص و مشتاقم و آن را مانند جانم دوست دارم.»

**نکته:** مانند سایر داستان‌های مثنوی، این داستان نیز تمثیلی است برای بیان نابینایی چشم عدم ما که با عینک همانیدگی‌های مرکزمان پوشیده شده‌است. ما با این عینک نمی‌توانیم قرآنمان را که ذات و اصل و هشیاری‌مان است بخوانیم و به خرد کل وصل شویم.

## نیستم حافظ مرا نوری بده

### در دو دیده وقت خواندن، بی‌گره

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۳)

بی‌گره: بدون اشکال

[مرد نابینا در ادامه، خطاب به خداوند می‌گوید:] «من نمی‌توانم قرآن را از حفظ بخوانم چون حافظ آن نیستم. پس نوری به چشمان من عطا کن که هنگام خواندن بدون هیچ اشکال و ایرادی بخوانم.»

**نکته:** ما هم به زندگی می‌گوییم که چشم عدم ما را بازگردان و اجازه بده با چشمان تو ببینیم، زیرا فهمیده‌ایم با چشم همانیدگی نباید دید.

## باز ده دو دیده‌ام را آن زمان که بگیرم مُصْحَف و خوانم عیان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۴)

خداوندا، هنگامی که می‌خواهم قرآن را دست بگیرم و آشکارا بخوانم، دو چشمم را به من بازگردان.

**نکته:** اگر حقیقتاً بخواهیم قرآن ذاتمان را بخوانیم، باید چیزهای ذهنی را در مرکزمان جا ندهیم، فضا را باز کنیم و از مرکز عدم بخوانیم.

## آمد از حضرت ندا کای مردِ کار

ای به هر رنجی به ما امیدوار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۵)

مردِ کار: آن‌که کارها را به‌نحو احسن انجام دهد؛ ماهر، استاد، حاذق، لایق، مردِ کارِ الهی.

آن‌گاه از درگاه الهی ندا و الهامی به دل مرد نابینا آمد که ای انسان شایسته که کارآمد هستی و با فضای گشوده‌شده و حضور ناظر کار می‌کنی و ای مردی که در هر درد و رنجی به رحمت ما امیدوار هستی...

[ادامه در بیت بعد]

## حُسنِ ظَنِّ است و امیدی خوش تو را

که تو را گوید به هر دم برتر آ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۶)

در تو یک حُسنِ ظَنِّ و امیدواری خوبی وجود دارد که وقتی فضا را باز می‌کنی تو را به رحمت ما نیک‌گمان کرده و از هرگونه شک و تردید دور می‌کند، و همین امیدواری و بینش زیبا و خردمندانه توست که دستت را می‌گیرد و در درون به تو می‌گوید: «لحظه‌به‌لحظه از روی همانیدگی‌ها بلند شو، به‌سوی ما بیا و به مقام بالاتری برو.»

## هر زمان که قصد خواندن باشدت یا ز مُصحفها قِرائت بایدت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۷)

هر لحظه که حقیقتاً قصد خواندن داشته باشی یا لازم ببینی که از قرآن‌های دیگر یا سایر کتاب‌های مقدس بخوانی... [ادامه در بیت بعد]

**نکته:** ما قصد خواندن قرآن درونمان را نداریم و مدام ذهنمان را به مرکزمان آورده و برحسب آن می‌بینیم. اگر هم بخوانیم در این حد است که من‌ذهنی‌مان کمی صاف شود تا زیاد به ما لطمه نزند، درحالی‌که به‌عنوان انسان باید دست به صنع و شادی بی‌سبب بزنیم.

## من در آن دم وادهم چشم تو را تافروخوانی، مُعَظَم جوهرا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۸)

من در آن لحظه، چشم تو را بینا کرده و به تو پس می‌دهم تا بتوانی حروف قرآنی را بخوانی.

**نکته ۱:** اگر حقیقتاً بخواهیم قرآن درونمان و ذاتمان را که نامش «مُعَظَم جوهرا» است بخوانیم، باید خدا را که درون ماست و از جنس او هستیم طلب کرده و بخوانیم. بدین ترتیب به‌عنوان هشیاری، روی هشیاری حضور منطبق می‌شویم، خورشید زندگی از درونمان طلوع می‌کند و چشم عدم ما بینا می‌شود.

**نکته ۲:** زمانی می‌توانیم مرد کار شویم که فضا را باز کنیم و مرکزمان را از همانیدگی خالی و از جنس عدم کنیم و فکر و عملمان برحسب مرکز عدم باشد.

## عَلَّتِي بَتَّرَ زِ پندارِ کمال نیست اندر جان تو ای دُودَلال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

دُودَلال: صاحب ناز و کرشمه

ای من‌ذهنی عشوه‌گر که هم خود و هم دیگران را فریب می‌دهی و ای انسانی که افسانه من‌ذهنی داری، در جان تو هیچ مرضی بدتر از پندار کمال و «می‌دانم» من‌ذهنی وجود ندارد که براساس آن خود را همه‌چیزدان می‌پنداری و به فراق سنگین از رحمت خدا دچار شده‌ای و با گذشتن از یک فکر همانیده به فکر دیگر، ناموس و درد و انقباض ایجاد می‌کنی.

در تگِ جو هست سرگین ای فتی

گرچه جو صافی نماید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)

فتی: جوان، جوانمرد

ای جوانمرد، در اعماق جوی به ظاهر آرام ذهنت و زیر این آرامش سطحیات، انبوهی از سرگین دردهایی چون خشم، ترس، حرص، انتقام‌جویی، نگرانی و اضطراب وجود دارد که با کمترین واکنش تو بالا می‌آیند. هرچند به دلیل داشتن پندار کمال و حیثیت بدلی من‌ذهنی، خود را بی‌عیب فرض می‌کنی و این جوی صاف و آرام به نظر می‌رسد.

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 من‌ذهنی را که ناشی از پندار کمال است همانند صد من آهن کرده و به صورت زنجیری نامرئی بر دست‌وپای هشیاری انسان بسته‌است. چه بسیارند کسانی که به وسیله این زنجیر پنهانی و بند ناپدید در ذهن اسیرند، به طوری که نمی‌توانند به اشتباهشان اقرار کرده، درد هشیارانه بکشند و از ذهن آزاد شوند.

**نکته:** وقتی چیزی به ما برمی‌خورد و واکنش نشان می‌دهیم، دردهایی ایجاد می‌کنیم که من‌ذهنی قادر به دیدنشان نیست و این دردها ارتباط ما را با زندگی قطع می‌کنند. بنابراین مادامی که ناموس داریم، حتماً درد، مانع‌سازی، مسئله‌سازی و دشمن‌سازی هم به دنبالش خواهد آمد.

چون ملایک، گوی: لا علم لنا

تا بگیرد دست تو علمتنا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰)

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



**نکته:** اگر در این لحظه اعتراف کنیم که خدایا ما چیزی نمی‌دانیم و این دانش ذهنی ما دانش نیست، و با فضاگشایی و فرشته شدن از او بخواهیم که دانش خودش را به ما عطا کند، او دانشی عطا خواهد کرد که سبب صنع و آفرینش می‌شود.

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۳۲)

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

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

### 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 و مرکزم عدم شد، به عشق یا خداوند گفتم: «ای خداوندی که یار و همنشین اصلی من هستی، دیگر تصمیم گرفته‌ام همیشه مرکزم را عدم نگه دارم، چراکه نمی‌خواهم حتی یک لحظه از عشق تو دور شده و از یکی شدن با تو جدا شوم. پس پیش من بمان.»

### 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 شده‌است می‌دزدد.

**نکته ۱:** بزرگ‌ترین مانع زندگی و پیشرفت ما در این راه قرین است و از آن گریزی نیست، زیرا در اطرافمان تقریباً همه من‌ذهنی دارند، بنابراین چاره‌ای نداریم جز این‌که مواظب کیفیت هشیاری‌مان باشیم تا مورد حمله قرار نگیرد و دزدیده نشود.

**نکته ۲:** مرکز هر انسانی مثل آنتن است و محتوای خود را منعکس می‌کند. وقتی من‌ذهنی باشد یک‌جور ارتعاش دارد و وقتی از جنس عدم باشد جور دیگری. آیا بهتر نیست قرین انسانی مانند مولانا شویم که فضا را باز کرده و مرکزش از جنس عدم است؟

می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها

از ره پنهان، صلاح و کینه‌ها

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

صفات و انرژی‌های خوب زندگی و انرژی‌های بد و مخرب من‌ذهنی، به‌طور پنهانی و از طریق ارتعاشی که با چشم دیده و با ذهن مجسم نمی‌شود، از مرکز انسانی به مرکز انسان دیگر راه پیدا می‌کنند.

**نکته:** صلاح، خاصیت حضور است و کینه، خاصیت درد. دل ما بسته به این‌که قرینش چه کسی یا چه چیزی باشد، هم می‌تواند درد را بدزد و هم حضور را. پس باید مواظب قرین باشیم.

گرگ درنده‌ست نفسِ بد، یقین

چه بهانه می‌نهی بر هر قرین؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۸۵۶)

به‌طور قطع و یقین من‌ذهنی خطرناک‌ترین دشمن و بدترین قرین است که همچون گرگی درنده، همه‌چیز انسان را خراب و او را از درون تباه می‌کند. پس تو نباید بهانه‌تراشی کنی و همه‌چیز را گردن قرین‌های بیرونی بیندازی.

**نکته:** من‌ذهنی همه گرفتاری‌های ما را ایجاد می‌کند. حتی اگر من‌های ذهنی دیگر روی ما اثر می‌گذارند از طریق همین من‌ذهنی خودمان است.

اگرم خصم بخندد، و گرم شِحنه ببندد

تو اگر نیز به قاصد به غضب دست بخایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷)

شِحنه: داروغه، پاسبان

به قاصد: از روی قصد، دانسته

اگر من‌ذهنی خودم و من‌های ذهنی دیگر مرا مسخره کنند و به من بخندند و یا اگر دست و پای مرا ببندند و مانع زنده شدن من به زندگی شوند، حتی تو ای زندگی، اگر هشیارانه و از روی قصد و غضب مرا تنبیه و بی‌مراد کنی یا من هزینه همانیدگی‌ها و اشتباهات گذشته‌ام را بدهم و تو قوانین خودت را اجرا کنی... [ادامه در بیت بعد]

## به تو سوگند بخوردم، که از این شیوه نگردم بکنم شور و بگردم، به خدا و به خدایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷)

من که در روز الست سوگند خورده‌ام از جنس تو هستم و خواهم بود، از راه فضاگشایی و وصل شدن به تو برنخواهم گشت. بنابراین هر لحظه مرکزم را عدم کرده و این انقلاب و شور درونی را در خودم ایجاد می‌کنم و تا آنجا که مقدور است اجازه نمی‌دهم ذهنم به مرکزم بیاید. همواره حول محور خداوند و جنس خدایی خود می‌گردم تا از جنس تو و شادی بی‌سبب شوم و به خرد کل دست پیدا کنم.

## قفل زفت است و، گشاینده خدا دست در تسلیم زن واندر رضا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۰۷۳)

زفت: بزرگ، عظیم

این قفل من‌ذهنی بسیار سخت و گران و بزرگ است و فقط خداست که می‌تواند آن را باز کند. پس تو ای انسان، در مقابل وضعیت این لحظه تسلیم باش، فضا را باز و مرکزت را عدم کن و با رضایت کامل اجازه بده خداوند از طریق «قضا و کُنْ فِکَان» روی تو کار کند و قفل من‌ذهنی‌ات را بگشاید.

**نکته ۱:** «تسلیم» پذیرش اتفاق این لحظه قبل از قضاوت و رفتن به ذهن است که ما را از جنس هشیاری اولیه می‌کند. «رضا» هم راضی بودن به وضعیت این لحظه و شکایت نکردن است، چراکه آن وضعیت را قضا به وجود آورده و می‌خواهد با آن پیغامی بدهد.

**نکته ۲:** ما با سبب‌سازی ذهن و با من‌ذهنی نمی‌توانیم این بندِ گران را باز کنیم.

## از برای آن دل پُر نور و بر هست آن سلطان دل‌ها منتظر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۸۸)

پر: نیکی، نیکویی

آن سلطان دل‌ها، خداوند، در انتظار دلی است که در اثر فضاگشایی‌های پی‌درپی و شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها صاف و بی‌نهایت شده و پر از نور حقیقت و خیر و نیکی محض باشد.

[خداوند منتظر چنین دلی است، نه دل من ذهنی.]  
**نکته:** «بر» نماد فضای گشوده‌شده و مرکز عدم است.

## جَوِّقْ جَوِّقْ و صف‌صف از حرص و شتاب مُحْتَرِّزْ زَآتَشْ، گُریزان سوی آب (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۳)

جَوِّقْ جَوِّقْ: دسته‌دسته

مُحْتَرِّزْ: دوری‌کننده، پرهیزکننده

من‌های ذهنی از روی حرص و عجله‌ای که برای رسیدن به همانیدگی‌ها و آوردن چیزها به مرکزشان دارند، دسته‌دسته و گروه‌گروه، از کشیدن درد هشیارانه و آزاد شدن از همانیدگی‌ها فرار می‌کنند و به‌سوی ذهن و همانیدگی‌های آن که برایشان مثل آب حیات‌بخش است می‌دوند.  
[غافل از این‌که در باطن دارند از آب می‌گریزند و به داخل آتش می‌روند.]

**نکته:** توقع و توهم خوشبخت شدن و زندگی گرفتن از چیزهای ذهنی، اشتباه همیشه‌ی انسان‌هاست. مکاتبی هم که با من‌ذهنی به دنبال ساختن مدینه فاضله بوده و هستند جز شکست چیزی عایدشان نمی‌شود.

## لاجرَم، زآتش برآوردند سر إِعْتِبَارُ الْإِعْتِبَارِ ای بی‌خبر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۴)

[قافله انسان‌های مانده در ذهن که برای خوشی و زندگی گرفتن به سمت هم‌هویت‌شدگی‌ها رفتند،] به‌ناچار از آتش سر درآوردند و به درد مبتلا گشتند. حال تو ای انسان من‌ذهنی، ای بی‌خبر، از این دردهایی که با رفتن به‌سوی همانیدگی‌ها ایجاد کرده‌ای، پند و عبرت بگیر و این را یاد بگیر که آفلین و همانیدگی‌های مرکزت نه شادی می‌دهند و نه زندگی.

## بانگ می‌زد آتش، ای گیجانِ گول من نی‌آم آتش، منم چشمه قبول (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۵)

آتش دردهای هشیارانه فریاد می‌زند: ای گیجان آبله، من آتش نیستم، بلکه چشمه رضای الهی و

قبول خداوند و از جنس عشق و زندگی هستم. اگر مرا می‌خواهید نباید چیزها را به مرکزتان بیاورید.

**نکته ۱:** از دید من ذهنی‌مان، فضاگشایی آتش است و آنچه ذهن نشان می‌دهد، آب است. حال وقتی به سوی آنچه ذهن نشان می‌دهد می‌رویم بلافاصله برایمان درد ایجاد می‌شود.

**نکته ۲:** رسیدن به مقام رضای الهی تنها با کشیدن درد هشیارانه، کوچک کردن من‌ذهنی و انداختن همانیدگی‌ها میسر می‌شود.

### چشم‌بندی کرده‌اند ای بی‌نظر

### در من آی و هیچ مگریز از شرر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۶)

ای من‌ذهنی فاقد بصیرت که هشیاری نظر و حضور نداری و با نور خدا نمی‌توانی ببینی، در این‌جا چشم‌بندی کرده‌اند، چراکه همانیدگی‌ها را به‌عنوان عینک به چشمت زده‌اند و نمی‌توانی درست ببینی. پس درون آتش درد هشیارانه بیا و هیچ ترسی نداشته باش.

**نکته:** ما با چشم‌بندی و جادوی من‌ذهنی فریب خورده‌ایم. من‌ذهنی نیاوردن چیزها به مرکزمان را دردناک جلوه داده، درحالی‌که عین‌رهایی و عشق است. همانیدگی با چیزها و اشخاص را نیز زندگی‌بخش نشان داده درحالی‌که بدبختی مطلق است.

### ای خلیل، این‌جا شرار و دود نیست

### جز که سحر و خُده نمرود نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۷)

شرار: جرقه، پاره آتشی که به هوا جهد.

خُده: حيله‌گری، فریب‌کاری

ای انسانی که بالقوه از جنس ابراهیم خلیل و دوست خدا هستی، در فضاگشایی، خالی کردن مرکز از همانیدگی‌ها و پذیرش مسئولیت، شعله، دود و درد و گیجی وجود ندارد، جز این‌که من‌ذهنی نمرود و کافرکیش با زدن عینک همانیدگی‌ها بر چشمت، تو را سحر و افسون می‌کند و از عدم کردن مرکز و «لا» کردن همانیدگی‌ها می‌ترساند. پس هشیارانه از در آتش پرهیز و واهمانش وارد شو.

## چون خلیلِ حق اگر فرزانه‌ای آتش آبِ توست و تو پروانه‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۸)

اگر مانند دوست خدا ابراهیم خلیل عاقل و خردمندی و فضا را می‌گشایی، بدان آن چیزی را که ذهن در کشیدن درد هشیارانه و خالی کردن مرکز از همانیدگی‌ها، همانند آتش گرم و سوزان نشان می‌دهد و تو را از آن می‌ترساند، درحقیقت مانند آبِ خنک و گواراست. بنابراین با فضاگشایی مانند پروانه دور آتش درد هشیارانه بگرد و از هرآنچه ذهن نشان می‌دهد مترس.

**نکته:** در قرآن داستان ابراهیم خلیل این‌گونه بیان شده‌است که او ستاره‌ای را دید و گفت این خدای من است، ولی وقتی متوجه آفل بودن آن شد گفت «خدای من یک چیز آفل نیست و من افول‌کنندگان را دوست ندارم.» درحقیقت ستاره همان من‌ذهنی ماست که آن را در مرکزمان گذاشته‌ایم و می‌پرستیم و می‌گوییم «این خدای من است.» درحالی‌که باید مثل ابراهیم خلیل، بعد از شناسایی آفل بودن آن بگوییم «خدای من یک چیز آفل نیست و من افول‌کنندگان را دوست ندارم.»

## از خلیلِ حق بیاموز این سیر که شد او بیزار اوّل از پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۹)

خلیل: ابراهیم خلیل‌الله

سیر: جمع سیره به معنی سنت و روش

از حضرت ابراهیم این عادت و سیرت را بیاموز که او نخست از پدر بت‌پرست خود بیزار شد.

**نکته:** اشاره مولانا به پدر می‌تواند سمبولیک باشد. پدر فعلی ما می‌تواند همین من‌ذهنی باشد که باید مثل ابراهیم خلیل از آن بیزار شویم. همین‌طور می‌تواند این معنی را بدهد که لزوماً روابط نسبی نباید ما را مجبور کند که با بی‌عشقان قرین شویم.

## بینی آن باشد که او بویی برد بوی او را جانبِ کویی برد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۴۰)

بینی حقیقی آن است که بوی عشق و فضای گشوده‌شده را حس کند، و آن بو او را به جانب کوی



یکتایی و یکی شدن با خداوند بکشاند.

**نکته:** ارتعاشی که ما را به سوی زندگی می برد بسیار لطیف است و از جنس ذهن و فکر نیست.

هرکه بویش نیست، بی بینی بُود  
بوی آن بوی است کآن دینی بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۴۱)

هرکس که بو و رایحه فضای گشوده شده را حس نکند، در واقع بینیِ عدم ندارد. بوی حقیقی آن است که بوی دین یعنی وحدت، عشق و وصال هشیارانه و مجدد با خداوند را بدهد.  
**نکته:** دینی بودن مربوط به باورهای دینی نیست، بلکه مربوط به این است که انسان از منذهنی بیرون آمده و با خداوند یکی شود.

چون که بویی بُرد و شکر آن نکرد  
کفرِ نعمت آمد و بینی ش خورد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۴۲)

هرکس که بوی عشق را بشنود، فضای درونش باز شود، مرکزش عدم گردد و لحظه ای وحدت را تجربه کند، ولی شکر آن را با زیاده خواهی و طلب کاریِ منذهنی به جای نیاورد، در این صورت چنین کسی به خاطر این قدرناشناسی و عدم رعایت قانون جبران، بینی عدم و حقیقت شناسش را از دست می دهد.

باری، افزون گش تو این بو را به هوش  
تا سوی اصلت برد بگرفته گوش

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۶)

ای کسی که طالب زندگی هستی، فضا را باز کن و تا می توانی از طریق هشیاری حضور ارتعاش عشق را بگیر، این بو را بیشتر استشمام کن و به دنبال آن برو، چراکه گوش تو را گرفته و به اصلت می رساند.

**نکته:** ما می خواهیم از منذهنی جدا شویم و به بی نهایت و ابدیت خدا تبدیل گردیم که این تبدیل شدن یک کار فردی و بسیار لطیف است. بنابراین ما نباید با هم بحث و دعوا و

کتک‌کاری کنیم و دیگران را مجبور کنیم که به زندگی زنده شوند. درحقیقت هرکسی باید در درون خویش حواسش به خودش باشد و با لطافت کار کند نه خشونت.

## بوی کبر و، بوی حرص و، بوی آز در سخن گفتن بیاید چون پیاز

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۶)

بوی خودخواهی، «من می‌دانم»، حرص و آزمندی و شهوت چیزهایی که در مرکزمان است و می‌خواهیم آن‌ها را زیاد کنیم، هنگام سخن گفتن مانند بوی بد پیاز احساس می‌شود.  
**نکته:** وقتی ما با زندگی یکی می‌شویم، بوی خوش و ارتعاش عشقی را پخش می‌کنیم که با بوی من‌ذهنی متفاوت است.

## جز خضوع و بندگی و اضطراب اندر این حضرت ندارد اعتبار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳)

اضطراب: درمانده شدن، بی‌چارگی

در بارگاه خداوند به‌غیر از فضاگشایی، تواضع، صفر کردن من‌ذهنی و اقرار به این‌که نجات ما فقط به‌دست خداست، هیچ‌چیز دیگری ارزش و اعتبار ندارد.

## امتحان بر امتحان است ای پدر هین، به کمتر امتحان، خود را مخر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۶)

خود را مخر: خودپسندی نکن، خواهان خود مشو.

ای انسان، در مسیر زنده شدن به خدا و زندگی، امتحان پشت امتحان وجود دارد. به‌هوش باش و اگر در امتحانی کوچک با انداختن یک همانندگی قبول شدی، مغرور نشو و اجازه نده من‌ذهنی‌ات بالا بیاید و ادعا کند که به حضور رسیده و به بی‌نهایت خدا زنده شده‌است.  
**نکته:** ما نباید فکر کنیم همین که مدتی به گنج حضور گوش دادیم کاملاً به حضور رسیده‌ایم، زیرا امتحان خداوند می‌آید تا مشخص کند آیا ما آن جسمی را که ذهن نشان می‌دهد به مرکزمان می‌آوریم یا مرکزمان را خالی و عدم نگه می‌داریم؟

چون کند دعویّ خیاطی خسی  
افکند در پیش او شه، اطلسی  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸۴)

دعوی: ادعا کردن

خَس: انسان پست، فرومایه

به عنوان مثال وقتی انسان با سبب‌سازی من‌ذهنی ادعا می‌کند که «من خیاط هستم، می‌توانم لباس حضورم را بدوزم و فضای درونم را بی‌نهایت باز کنم»؛ شاه که نماد خداست بلافاصله یک پارچه‌ی اطلس گران‌قیمت که همان حضور است را جلوی او می‌اندازد و می‌گوید ...  
[ادامه در بیت بعد]

که بپر این را بَغَلطاقِ فراخ  
زامتحان پیدا شود او را دو شاخ  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸۵)

بَغَلطاق: قبا، لباس

این پارچه‌ی گران‌قیمت را بگیر و یک قبای گشاد بپر، یعنی این لحظه حاضر باش، مرکزت را عدم کن و یک فضای بی‌نهایت وسیع درست کرده و در آن زندگی کن؛ در این صورت او از این امتحان تعجب کرده، و عجز و ناتوانی‌اش در انداختن همانیدگی‌ها برایش آشکار می‌گردد، زیرا نمی‌تواند خود را به بی‌نهایت حضور زندگی برساند.

**نکته:** ما از خداوند جدا شده و در جدایی مانده‌ایم. در واقع در امتحانات او رفوزه شده‌ایم، زیرا ادعای خیاطی داریم و می‌خواهیم با کارهای ذهنی به او زنده شویم. ولی اگر متوجه شویم که باید فضا را بگشاییم و خدا را به مرکزمان بیاوریم و با سبب‌سازی من‌ذهنی فکر و عمل نکنیم، می‌توانیم موفق شده و به خدا زنده گردیم.

هرکه را فتح و ظَفَر پیغام داد  
پیش او یک شد مُراد و بی‌مُراد  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۵۹)

ظَفَر: پیروزی، کامروایی

هر کس در اثر فضاگشایی پیغام فتح و پیروزی زندگی را دریافت کند، یعنی من‌ذهنی نتواند چیزی

را به مرکزش هُل بدهد، دیگر رسیدن یا نرسیدن به مرادهای ذهنی، برای او یکسان است؛ چراکه او شادی و آرامش بی سبب را از فضای گشوده شده می گیرد، نه از همانیدگی ها و چیزهایی که ذهن نشان می دهد.

**نکته:** رسیدن یا نرسیدن به مرادهای ذهنی نباید سبب خوشحالی یا خشم ما شود، درحقیقت ما در هر وضعیتی باید فضا را بگشاییم و برحسب فضای گشوده شده عمل کنیم.

## عاشقان از بی مرادی های خویش

### باخبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

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

**نکته:** بیشتر پیغام های زندگی از طریق بی مرادی می آید، زیرا ما در من ذهنی و برحسب سبب سازی مرادهایی داریم که می خواهیم به آن ها برسیم، که البته اگر برحسب فضای گشوده شده فکر و عمل کنیم و بخواهیم به آن مرادها برسیم هیچ اشکالی ندارد، ولی وقتی که ما به نسیان و فراموشی دچار می شویم یادمان می رود خداوند را به مرکزمان بیاوریم؛ به همین دلیل بی مراد می شویم تا پیغام زندگی را که گذاشتن عدم در مرکز است، بگیریم.

## بی مرادی شد قلاووز بهشت

### حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوْاىِ خَوْشِ سِرْشْتِ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش آهنگ، پیشرو لشکر

بی مرادی یا ناکام ماندن انسان در رسیدن به خواسته های این جهانی و هر آنچه که با آن همانیده شده است، قلاووز و راهنمای او به بهشت فضای گشوده شده می باشد. بنابراین ای انسانی که از جنس خدا هستی و قدرت فضاگشایی به تو عطا شده، به این حدیث پیامبر که می گوید «بهشت در سختی ها پوشیده شده است.» گوش کن.

**نکته:** خاصیت من‌ذهنی این است که ما را بی‌مراد کند. ما در من‌ذهنی به هیچ مرادی نرسیده‌ایم و اگر هم رسیده‌ایم لذتی نبرده‌ایم. تمام آرزوهای ما مثل تشکیل خانواده و سایر خواسته‌ها، چون از طریق من‌ذهنی است ما را به بی‌مرادی می‌رساند. بزرگ‌ترین ناامیدی و به‌ثمرنرسیدگی نیز همین است که ما نمی‌توانیم یک خانواده خوب که در آن عشق باشد تشکیل دهیم. حال اگر در هر موضوعی می‌خواهیم موفق شویم، باید مرکز را عدم کنیم، در غیر این صورت بی‌مراد خواهیم شد.

**حدیث**

«حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَحُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ.»

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

[چیزهای ناخوش‌آیند همان چیزهایی است که من‌ذهنی ما از آن‌ها خوشش نمی‌آید و شهوات همان چیزهایی است که من‌ذهنی ما از آن‌ها خیلی خوشش می‌آید.]

**قبض دیدی چاره آن قبض کن**

**زان‌که سرها جمله می‌روید ز بن**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

بن: ریشه

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

**بسط دیدی، بسط خود را آب ده**

**چون برآید میوه، با اصحاب ده**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

اگر فضا را گشودی و حالت انبساط را تجربه کردی، به این کار ادامه بده و دائم در حال انبساط باش؛ چراکه این حالت حتماً ثمره نیکو خواهد داشت و آن‌گاه که استمرار در فضاگشایی باعث شد تا به زندگی ارتعاش کنی، این حاصل و میوه فضاگشایی را که ارتعاش به حضور و چیزهای

خوب در بیرون است، با دیگران به اشتراک بگذار تا آنها نیز زنده شدن به زندگی و مرکز عدم را تجربه کنند.

**من جز احدِ صمد نخواهم**

**من جز ملکِ ابد نخواهم**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۸)

[مولانا می گوید] من به جز زنده شدن به خداوندِ یکتا و بی نیاز، شخصِ دیگر یا چیزِ دیگری را نمی خواهم، یعنی به آنچه ذهنم نشان می دهد توجه نمی کنم و اهمیت نمی دهم. من جز مستقر شدن در این لحظه ابدی و تبدیل شدن به پادشاه ابدی یا خداوندی که بی نهایت عمق و ریشه داری است، چیز دیگری نمی طلبم.

**جز رحمتِ او نبایدم نُقل**

**جز باده که او دهد نخواهم**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۸)

غیر از رحمت پی در پی و پشت سرهم خداوند، من شیرینی ای نمی خواهم. جز شرابی که از فضای گشوده شده می آید، من شراب دیگری نمی خواهم؛ یعنی خوشی های من ذهنی، تأیید و توجه و آنچه ذهن نشانم می دهد را نمی خواهم.

**نکته ۱:** وظیفه ما این است که از زمان مجازی جمع شویم و در این لحظه مستقر گردیم و غیر از رحمت و نور او که از طریق فضاگشایی و بودن در این لحظه می گیریم، هیچ چیز دیگر نخواهیم.

**نکته ۲:** این لحظه خداوند با به وجود آوردن اتفاقاتی ما را امتحان می کند و می خواهد خودش را به مرکز ما بیاورد، ولی اگر خشمگین شده، نگران شویم و واکنش نشان دهیم پیغام او را نمی گیریم و او به مرکز ما نمی آید.

**هست مهمان خانه این تن ای جوان**

**هر صباحی ضیفِ نو آید دوان**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

ضیف: مهمان

ای انسان، این تن و ذهن تو مانند مهمان خانه ای است که هر لحظه مهمانی جدید از طرف زندگی



در قالب یک فکر و یا یک اتفاق، شتابان به آنجا می‌آید تا پیغامی را به تو برساند.

هین، مگو کاین ماند اندر گردنم

که هم‌اکنون بازپرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

پیغام زندگی می‌تواند ناکامی و بی‌مرادی باشد، پس مبادا در برابر وضعیت این لحظه واکنش نشان دهی، خشمگین شوی و بگویی این اتفاق در گردنم ماند و حالم را بد کرد؛ زیرا در این صورت بدون آنکه پیغامش را برساند، برمی‌گردد و رهسپار فضای عدم می‌شود.

هرچه آید از جهان غیب‌وش

در دلت ضیف است، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

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

در خرمنت آتشی درانداخت

کز خرمن خود دهد زکات

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸)

زکات: قسمتی از مال که به دستور شرع باید در راه خدا بدهند، در این‌جا بخشش و ایثار ایزدی ای انسان، خداوند با به‌وجود آوردن اتفاقاتی در خرمن من‌ذهنیات آتش می‌اندازد تا ناموس بدلیات را از بین ببرد و من‌ذهنیات را کوچک کند. اگر با فضاگشایی این اجازه را به او بدهی، او از خرمن فضای گشوده‌شده غذای حضور را به تو می‌بخشد و تو را از برکات ایزدی بهرمند کرده و به خودش زنده می‌کند.

## طالبِ اوی، نگرَد طالب چون بمردی طالب شد مَطْلَب (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۴۲)

مَطْلَب: طلب شده

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

**نکته:** اگر با من‌ذهنی خداوند را یک جسم تصور کنیم و طالبش شویم، خداوند اصلی طالب ما نمی‌شود و از ما می‌گریزد؛ ولی اگر نسبت به من‌ذهنی بمیریم، مطلوب حقیقی ما که خداوند است طالب ما می‌شود.

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

تا وقتی از طریق فکر کردن با ذهن همانیده و با سخن‌گویی ارتفاع گرفته و به‌عنوان من‌ذهنی بلند می‌شوی، یعنی هنوز زنده‌ای. بنابراین چگونه ممکن است مرده‌شو که در این‌جا نماد خداوند است تو را با آب زندگی بشوید؟

همچنین وقتی با من‌ذهنی در طلب خدای تصویری هستی که در ذهنت ساخته‌ای، مطلوب و هدف اصلی یعنی خداوند نمی‌تواند تو را جست‌وجو کند.

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

بنابراین اگر عقل من‌ذهنی دارای خرد بود و می‌توانست راه درست را تشخیص دهد و با سبب‌سازی خداوند را جست‌وجو نمی‌کرد، در این‌صورت امام فخر رازی [که از نظر مولانا شخصی‌ست که از طریق عقل جزئی راه معنوی را می‌پیمود] با باورهای این دنیایی همانیده نشده و دین اصلی را می‌شناخت و مایهٔ مباحثات و فخر دین می‌شد.

**نکته:** من‌ذهنی هر چقدر هم که با دین همانیده باشد، نمی‌تواند زنده شدن به زندگی را بفهمد؛ زیرا این یک چیزِ عمل‌کردنی و تبدیل‌شدنی است.

## هر کجا دردی، دوا آن‌جا رَوَد هر کجا پستی‌ست، آب آن‌جا دَوَد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۹)

از آن‌جایی که هر کجا درد و مریضی وجود داشته باشد، دارو و درمان همان‌جا می‌رود و هر کجا که پستی وجود داشته باشد، آب هم به همان سمت سرازیر می‌شود، بنابراین تمام آب و دواي زندگی به‌سوی کسی می‌رود که تا جای ممکن با فضاگشایی مرکز را عدم می‌کند و نسبت‌به من‌ذهنی کوچک می‌شود.

**نکته:** پست بودن نسبت‌به من‌ذهنی یعنی با فضاگشایی مرکز را عدم کنیم و هر موقع که متوجه شدیم درحال بافتن من‌ذهنی و بالا آمدن هستیم بر این موضوع ناظر شویم.

## آبِ رحمتِ بایدت، رَو پست شو وآنگهان خورِ خمرِ رحمت، مست شو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۰)

اگر واقعاً خود را نیازمند و طالبِ آبِ لطف و رحمت زندگی می‌دانی، به‌جای بلند شدن به‌عنوان من‌ذهنی و دخالت کردن در کارِ زندگی، زیر بار مسئولیت برو و نسبت‌به من‌ذهنی صفر شو. آن زمان شادی بی‌سبب و خلاقیت و حس امنیت زندگی را تجربه کن و شرابِ رحمت الهی را بنوش و از آن مست شو تا دردهای تو را شفا دهد.

## رحمت اندر رحمت آمد تا به سَر

## بر یکی رحمتِ فِرُو مآ ای پسر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۱)

فِرُو مآ: نایست

ای پسر، بدان که اگر با فضاگشایی و عدم کردن مرکز نسبت‌به من‌ذهنی صفر شوی، کمک و رحمتِ بیکرانِ ایزدی سراسر وجودت را فرامی‌گیرد. پس تو به یک رحمتِ خداوند در این لحظه

بسندہ نکن، دست از فضاگشایی برنदार و به کار روی خود ادامه بده؛ چراکه رحمتِ حضرت حق یکی پس از دیگری می‌رسد و هیچ انتهایی ندارد.

**نکته:** رحمت ایزدی هر لحظه هست و تمام نمی‌شود، مگر این‌که ما به او وفادار نباشیم و به ذهن برویم.

### گویش: رُدُّوا لَعَادُوا کارِ توست

#### ای تو اندر توبه و میثاق سست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

رُدُّوا لَعَادُوا: اگر آنان به این جهان برگردانده شوند، دوباره به آنچه که از آن نهی شده‌اند، بازگردند.

خداوند به انسان می‌گوید: «برگشتن به جهان ذهن و مهم دانستن آنچه من ذهنی نشان می‌دهد و دیدن برحسب همانیدگی‌ها کار همیشگی توست. هرگاه تو را به عالم اسباب بازگردانم، دوباره جذب و شیفته همان علل ظاهری می‌شوی. تو در مهم ندانستن آنچه ذهن نشان می‌دهد، تعهد به عهد آلت و عدم نگه داشتن مرکز، بسیار سست و ناپایدار هستی.»

### لیک من آن ننگرم، رحمت کنم

#### رحمتم پُر است، بر رحمت تنم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

[خداوند می‌گوید] من به وضعیت تو در گذشته، بدعهدی‌ها و دردهایی که ایجاد کرده‌ای توجه نمی‌کنم، بلکه هر لحظه تو را مورد رحمت خود قرار می‌دهم؛ زیرا رحمت من وسیع و بیکران است و من غیر از لطف و کمک به تو چیز دیگری ندارم.

### ننگرم عهد بدت، بدهم عطا

#### از گرم، این دم چو می‌خوانی مرا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)

ای انسان [هرچند علی‌رغم قولی که به من داده بودی تا از جنس من باشی، دچار نسیان شده و هر لحظه جسمی را به مرکزت می‌آوری، اما] در این لحظه که با فضاگشایی مرا می‌خوانی، به بدعهدی تو در گذشته نگاه نمی‌کنم، بلکه از روی بخشش و گرم بی‌نهایتی که دارم، به تو کمک می‌کنم.

**نکته:** فضاگشایی در این لحظه، موجب بخشش خطاهای گذشته می‌شود.

### جمله مهمانند در عالم ولیک کم کسی داند که او مهمان کیست

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۳۲)

همه باشندگان جهان از جمله انسان، مهمان خداوند هستند، ولی فقط تعداد اندکی از انسان‌ها که فضاگشایی می‌کنند، می‌دانند که مهمان چه کسی هستند.  
**نکته:** ما باید هرچه زودتر فضا را بگشاییم و اجازه ندهیم ذهن کاری کند تا ما خود را مهمان این جهانی بدانیم که نهایتاً موجب مرگ ما می‌شود.

### رنج گوید که گنج آوردم رنج را باید امتحان کردن

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۹۹)

درد هشیارانه می‌گوید: «ای انسان، من در پس این رنجی که به تو می‌دهم برای تو گنج آورده‌ام. باید این درد هشیارانه را امتحان کنی و مرکزت را عدم نگه داری تا متوجه شوی چه گنجی از درون آن رنج آزاد می‌شود.»

### لحظه‌ای ماهم کند، یک دم سیاه خود چه باشد غیر این، کار اله؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۵)

خداوند لحظه‌ای مرا سیاه می‌کند یعنی به ذهن می‌برد و اشکالم را به من نشان می‌دهد، سپس لحظه بعد که از آن آگاه شدم مرا با فضاگشایی بیرون می‌آورد و به ماه که نماد جنس خداوند است تبدیل می‌کند تا فرق بین این دو حالت را بفهمم و بالاخره آگاه شوم که از جنس من‌ذهنی نیستم. به‌راستی که کار خداوند چیزی جز این نیست.

## پیش چوگانهای حکم کُن فکان می دَویم آندر مکان و لامکان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶)

ما پیش چوگانهای حکم «قضا و کُن فکان» الهی که می‌گوید: «بشو و می‌شود»، مانند گویی هستیم که بین فضای محدود ذهن و فضای گشوده‌شده درون، در حال دویدنیم. یعنی دست و پای سبب‌سازی ذهن را از دست داده و تسلیم و راضی هستیم. در نتیجه قانون «قضا و کُن فکان» زندگی لحظه‌به‌لحظه وضعیت درون و بیرون ما را اداره می‌کند، به طوری که هرچه فضاگشایتر باشیم در بیرون هم نرم‌تر، پذیرنده‌تر و شادتر هستیم.

## مکن ای دوست، نشاید که بخوانند و نیایی

### و اگر نیز بیایی، بروی زود، نیایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷)

خداوندا، این سزاوار نیست که انسان‌ها تو را صدا بزنند و برای رهایی از من‌ذهنی طلب کمک کنند اما تو به کمکشان نیایی و اگر هم بیایی، به محض این‌که ببینی که از تو آگاه نیستیم و با فضابندی و انقباض درد ایجاد می‌کنیم، دیری نباید که ما را ترک کرده و از لطف و رحمت خود محروم می‌داری.

## هله ای دیده و نورم، گه آن شد که بشورم

### پی موسی تو طورم، شدی از طور، کجایی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷)

[مولانا می‌گوید:] ای زندگی، تو چشم و نور چشم من هستی، پس من دیگر نباید با این چشم حسی و ذهن همانیده تو را به صورت یک خدای توهمی ببینم، بلکه باید مرکز را عدم کنم و حقیقتاً از طریق خودت، تو را ببینم. دیگر هنگام آن فرارسیده‌است که با آگاهی و درک کامل از این‌که من این من‌ذهنی نیستم شورش برپا کنم و با به هم ریختن پارک من‌ذهنی، هشیارانه به تو تبدیل شوم. بنابراین تصمیم گرفتم در پی تبدیل شدن به موسی، من‌ذهنی‌ام را مانند کوه طور در اختیار تو قرار دهم تا آن را از هم بپاشی و متلاشی کنی تا من نیز مانند موسی به تو زنده شوم. اکنون که تو از حیطة شناخت ذهن و این هشیاری جسمی ما رفته‌ای، کجایی؟

## تو خورشیدِ جهان باشی، ز چشمِ ما نهان باشی تو خود این را روا داری؟ و آنگه این روا باشد؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۷)

خداوندا، تو مانند خورشید جهان هستی که تمام باشندگان این جهان از جمله جمادات، نباتات و حیوانات به وسیله نور تو می بینند به غیر از ما انسان ها که با هشیاری جسمی من ذهنی ساخته و باعث شدیم از چشمانمان نهان شوی. آیا تو این را روا می داری در حالی که نور دیده عالمیان هستی، ما از طریق تو نبینیم؟ آیا سزاوار است که با من ذهنی و عقل محدود آن عمل کنیم؟ [مولانا با مطرح کردن این پرسش در واقع ما را به فکر وادار می دارد که اگر در زندگی درد داریم، مشغول سبب سازی در ذهن هستیم و از وضعیت ها زندگی می خواهیم، پس قطعاً من ذهنی ساخته و از نور خداوند بی نصیب مانده ایم، بنابراین اشکالی در ما وجود دارد. با درک این موضوع باید قبل از عاجز شدن به فکر راه چاره باشیم.]

## چشم او یَنْظُرُ بِنُورِ اللَّهِ شده پرده های جهل را خارق بده

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۸۰)

خارق: شکافنده، پاره کننده

چشم او به سبب فضاگشایی های پی در پی و مرکز عدم، بینا به نور خداوند شده، بنابراین دائماً به صورت حضور ناظر پرده های همانندگی را شناسایی کرده و آنها را می دردد. تنها در این صورت است که او از جهل ناشی از دیدن بر حسب همانندگی های مرکزش در امان می ماند.  
**نکته:** اکنون باید در خود تأمل کنیم که آیا هشیاری حضور داریم و با نور خداوند می بینیم یا هشیاری جسمی داریم و با دید همانندگی ها می بینیم؟

## شرط تعظیم است، تا این نور خوش گردد این بی دیدگان را سرمه گش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴)

شرط روشن شدن چشمان نابینای انسان در من ذهنی به وسیله سرمه زیبای نور زندگی این است که ادب را رعایت کند و عقل و دید من ذهنی اش را کنار بگذارد، تسلیم شود و در برابر عقل خداوند تعظیم کند.



## چیست تعظیمِ خدا افراشتن؟ خویشتن را خوار و خاکی داشتن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۸)

تعظیم: بزرگ‌داشت، به عظمتِ خداوند پی بردن

افراشتنِ تعظیمِ خداوند به چه معناست؟ هرگاه انسان با فضاگشایی‌های پی‌درپی من‌ذهنی خود را خوار و کوچک کند، آنچه که ذهن به او نشان می‌دهد در نظرش خوار و بی‌ارزش شده و در نتیجه آن را به مرکزش نمی‌آورد. بنابراین زندگی به‌تله‌افتادهٔ انسان، از همانیدگی‌ها آزاد شده و او از جنس خداوند می‌شود. در این حالت که او به عظمت خداوند پی می‌برد، آسمان فضای گشوده‌شدهٔ درون را همچون چادری بزرگ افراشته کرده و تعظیم خداوند را تمام و کمال به‌جای می‌آورد.

## چیست توحیدِ خدا آموختن؟ خویشتن را پیشِ واحد سوختن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۹)

یادگیری توحید و یکتایی خداوند چیست؟ این است که انسان بیاموزد در این لحظه با مهم‌ندانستن آنچه ذهن به‌عنوان اتفاق این لحظه نشان می‌دهد، لحظه‌به‌لحظه همانیدگی‌ها را شناسایی کرده و در پیشگاه خدای واحد بسوزاند.

**نکته:** شناسایی همانیدگی و نگه داشتن آن در هشیاری، مساوی آزادی است.

## گر همی‌خواهی که بفروزی چو روز هستی همچون شبِ خود را بسوز

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۱۰)

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

## نور یابد مستعد تیزگوش

### کاو نباشد عاشقِ ظلمتِ چو موش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵)

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

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

## گوش دار ای احوَل این‌ها را به هوش

### داروی دیده بکش از راهِ گوش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۵)

أحوَل: لوچ، دوبین

ای کسی که در من‌ذهنی هستی و همه‌چیز را برحسب دویی، شرطی‌شدگی و سبب‌سازی ذهن می‌بینی و بد و خوب می‌کنی، هشیار باش و با فضاگشایی به این سخنان گوش کن تا از خودت آگاه شوی و ببینی چگونه و با چه چیزی همانیده شده‌ای. بنابراین از راهِ گوش، چشمِ عدمت را سرمه بکش و درمان کن.

**نکته:** ما باید آن‌قدر ابیات مولانا را تکرار کنیم تا برای ما رمزگشایی شود به‌طوری‌که عیب و نقصمان را به ما نشان دهد و بگوید چه جنبه‌ای از من‌ذهنی دارد ما را فریب می‌دهد.

## این جهان منتظم محشر شود

### گر دو دیده مُبَدَل و انور شود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۷)

مُبدَل: تبدیل‌شده

اگر دو چشم ظاهرین انسان از طریق فضاگشایی به نور حضور روشن شود و با دید عدم ببیند، در این صورت این جهانی که با نظم من‌ذهنی، به‌صورت یک پارکِ ذهنی با ظاهری زیبا چیده شده

و تحت کنترل او درآمده، در این لحظه که قیامت انسان است توسط «قضا و کُنْ فَاکان» از هم می‌پاشد و فرومی‌ریزد و او می‌تواند به‌عنوان حضور ناظر ذات حقیقی خداوند را مشاهده کند.

**نکته:** کنترل و نگه داشتن پارک من‌ذهنی ترس و استرس زیادی به ما وارد می‌کند. در صورتی که اگر اجازه دهیم زندگی عمل کند و نظم من‌ذهنی را به هم بریزد، هشیاری نظر پیدا می‌کنیم و با چشم عدم‌بین و گوش سکوت‌شنو دیگر از تغییرات چیدمان ذهن نمی‌ترسیم.

## دیده‌ای کاندر نُعاسی شد پدید کی تواند جز خیال و نیست دید؟ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۳)

نُعاس: چُرت، در این‌جا مطلقاً به معنی خواب.

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

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

## هرچه غیر شورش و دیوانگی‌ست اندرین ره دوری و بیگانگی‌ست (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۰۹)

در راه تکامل هشیاری هر کاری غیر از شورش علیه من‌ذهنی، به هم ریختن چیدمان پارک ذهنی و عمل نکردن برحسب ذهن که همگی از نظر من‌ذهنی دیوانگی است، باعث دور شدن انسان از زندگی و بیگانگی با اصل خویش می‌شود.

**نکته:** در جایی که همه برحسب همانیدگی‌ها می‌بینند و فکر و عمل می‌کنند، اگر کسی برحسب عدم ببیند و عمل کند از نظر دیگران دیوانه است.

به چشمِ نَفَسِ نَشْدِ رُویِ مَاهِ او دیدن  
که نَفَسِ می‌نگشاید به‌سویِ شاهِ نظر

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۵۴)

از طریق چشم حسی و با هشیاری جسمی نمی‌توان روی زیبای خداوند را دید، چراکه من‌ذهنی چشمش را به‌سوی خداوند باز نمی‌کند.

**نکته ۱:** اکنون باید در خود تأمل کنیم که آیا مقاومت و قضاوت داریم و ذهن به مرکزمان می‌آید؟ آیا از طریق من‌ذهنی فکر و عمل می‌کنیم؟

**نکته ۲:** وقتی من‌ذهنی نمی‌تواند روی خداوند را ببیند، ما نباید به حرف‌های او گوش کنیم.

به چشمِ عشقِ توانِ دیدِ رُویِ یوسفِ جانِ را  
تو چشمِ عشقِ نداری، تو مردِ وهمِ و قیاسی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۴۵)

فقط با مرکز عدم و چشم فضای گشوده‌شده می‌توان روی یوسفِ جان، خداوند، را دید. تو که فضا را نگشودی و چشم عشق نداری نمی‌توانی روی خداوند را ببینی، چراکه در توهم من‌ذهنی به‌سر می‌بری و دائماً در حال مقایسه هستی.

غیرِ معشوقِ ار تماشایی بُود

عشقِ نَبُود، هرزه سودایی بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۸۷)

غیر از معشوق حقیقی، خداوند، که به‌صورت عدم به مرکز ما می‌آید اگر یک چیز ذهنی در مرکز انسان قرار گیرد، آن عشق یک عشق جسمی با خیالات بی‌اساس و بیهوده است که منجر به وحدت با خدا نخواهد شد.

**نکته:** هم‌هویت شدن با شخص دیگری در من‌ذهنی عشق محسوب نمی‌شود.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

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

**نکته ۱:** اکنون باید روی خودمان تأمل کنیم و ببینیم اشکال کار کجاست که ما همواره از خداوند کمک می‌خواهیم اما او گاهی کمک می‌کند و گاهی کمک نمی‌کند؟  
**نکته ۲:** هر حالتی حتی انقباض باید بهانه‌ای برای فضاگشایی باشد.

## کورم از غیر خدا، بینا بدو مقتضای عشق این باشد بگو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۳)

مقتضا: لازمه، اقتضاشده

من به آنچه ذهنم نشان می‌دهد توجهی ندارم و با دیدی جز دید خدا نمی‌بینم؛ زیرا مرکزم عدم است و با فضاگشایی‌های پی‌درپی فقط او را می‌توانم ببینم، این حالت طبیعی عشق و لازمه یکی شدن با خداست، تو این مطلب را بگو و به آن عمل کن.

**نکته ۱:** فضاگشایی یک استعداد ذاتی است که قابل یادگیری نیست و از دست من‌ذهنی خارج است، چراکه با زور و تلاش ذهنی، سبب‌سازی، تجسم و دیگر راه‌های ذهنی حاصل نمی‌شود.  
**نکته ۲:** «تسلیم» و «بخشش» نیز دو خصوصیتی هستند که مانند فضاگشایی از حیطة توانایی من‌ذهنی خارج هستند، یعنی اگر بخواهیم با من‌ذهنی تسلیم باشیم و یا کسی را ببخشیم، موفق نخواهیم شد. بنابراین باید این کار را به زندگی بسپاریم و اجازه دهیم تا زندگی از طریق ما تسلیم شود و یا ببخشد.

دیده کاو نبود ز وصلش در فرِه  
آنچنان دیده سپید و کور، به  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۷۰)

فرِه: خوب، پسندیده، بسیار زیاد

چشمی که از جنس عدم نبوده و از وصال معشوق بی بهره باشد و از زمینه هشیاری حضور فکر و عمل نکند، نابینا باشد بهتر است.

پس تو را هر غم که پیش آید ز درد  
بر کسی تهمت منِه، بر خویش گرد  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۱۳)

پس به خاطر هر غم و اندوهی که بر اثر درد برای تو پیش بیاید، هیچکس را متهم و ملامت نکن، بلکه فضا را بگشا و به خودت برگرد و ببین کدام همانندگی تو سبب این درد و رنج شده، اطمینان داشته باش که کار من ذهنی خودت است.

**نکته ۱:** من ذهنی در پی هر انقباض و خشمی که به وجود می آورد همواره به دنبال مقصر می گردد، در این حالت ما باید از توهم ذهن و پندار کمال بیرون بیاییم و به خودمان کمک کنیم. بدین ترتیب که زیر بار مسئولیت برویم و در صدد تغییر و اصلاح خود باشیم.

**نکته ۲:** ما باید بدانیم که اگر خودمان به خودمان کمک نکنیم، کسی به ما کمک نخواهد کرد، دیگران هیچ وظیفه ای در قبال کمک کردن به ما ندارند.

عاشقان از درد زآن نالیده اند  
که نظر ناجایگه مالیده اند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹)

[به بیان مولانا همه انسانها بالقوه عاشق هستند، بنابراین می گوید:] عاشقان به این علت از درد نالیده اند که دید نظر که هشیاری خدایی است را در ناجایگه که نماد فضای ذهن است، سرمایه گذاری کرده اند و چشمشان را به غیر یعنی همانندگیها و اجسام دوخته اند و آنها را در مرکزشان گذاشته اند.

**نکته:** جایگه، همان عدم و فضای گشوده شده است و ناجایگه فضای ذهن.

## باران که در لطافتِ طبعش خلاف نیست

### در باغ لاله روید و در شوره بوم خس

(سعدی، گلستان، باب اول، حکایت شماره ۴)

شوره بوم: شوره زار

به طور مثال همین بارانی که در لطافت ذاتش هیچ بحثی نیست، بسته به مکانی که در آن می بارد ثمره متفاوتی می دهد، مثلاً اگر در باغ ببارد گل لاله می روید و اگر در شوره زار ببارد حاصلش چیزی جز خار و خس نخواهد بود. به همین ترتیب رحمت ایزدی نیز به طور یکسان بر سر همگان می بارد، اما در انسانی که من ذهنی دارد حاصلی جز درد، خشم و ترس نخواهد داشت. حال آن که بارش رحمت ایزدی بر سر انسان فضاگشا منجر به حس امنیت، شادی بی سبب، آرامش و زندگی خواهد شد.

**نکته:** اکنون ما چگونه بستری برای بارش رحمت خداوند هستیم؟ باغ حاصل خیز یا شوره زار؟

## شاد باش و فارغ و ایمن که من

### آن کنم با تو که باران، با چمن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲)

فارغ: راحت و آسوده

ایمن: رستگار، محفوظ و در امان، سالم

ای انسان، در فضای گشوده شده درونت شاد و خاطر جمع و ایمن باش و بدان اگر فضا را بگشایی و همچون زمین حاصلخیزی شوی، من با تو همان کاری را می کنم که باران با چمن می کند، یعنی همان طور که باران، زندگی و طراوت به چمن می بخشد، من نیز تو را با خرد و دم زنده کننده ام آباد کرده و به بی نهایت و ابدیت خود زنده می کنم.

## من غم تو می خورم تو غم مخور

### بر تو من مشفق ترم از صد پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۳)

[مولانا از زبان خداوند خطاب به انسان می گوید:] من غم تو را می خورم، نیازی نیست تو با عقل من ذهنی نگران باشی و با انقباض و سبب سازی ذهن غمگین شوی، فقط باید فضا را باز کنی تا من به مرکزت بیایم و از خرد کل بهره مند شوی. بدان که من برای تو کافی بوده و از صد پدر نیز



برایت مهربان‌ترم. یعنی حتی اگر تو با ذهنت مهربان‌ترین انسانی را که می‌شناسی تجسم کنی، من هزار بار از او مهربان‌ترم.

## چون شما را حاجتِ طاحون نماند آب را در جویِ اصلی باز راند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۸۹)

طاحون: آسیا

وقتی شما با حفظ من‌ذهنی نسبت به آرد کردن دانه‌های درشت همانندگی اظهار بی‌نیازی می‌کنید و اجازه نمی‌دهید تا حضور از وجود شما بیرون بیاید، آسیابان یا خداوند جلوی جریان آب زندگی را گرفته و آسیاب وجود شما را متوقف می‌سازد و به حضور زنده نمی‌شوید. [بنابراین اگر خود را مانند آسیاب در اختیار آب زندگی قرار دهید، یعنی با تسلیم، فضاگشایی، عدم کردن مرکز، رعایت تعظیم و ادب در برابر خداوند اجازه دهید تا دانه‌های درشت گندم همانندگی توسط زندگی آرد شود، در این صورت است که به زندگی تبدیل می‌شوید.]

## قسمتِ خود، خود بُریدی تو ز جهل

### قسمتِ خود را فزاید مردِ اهل

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۲۴)

مردِ اهل: انسان لایق، شایسته و سزاوار.

تو از روی جهل من‌ذهنی و با همانیده شدن، سهم خود را از خرد زندگی و عنایات خداوند قطع کردی. در حالی که انسان خردمند، کسی که مطابق خرد زندگی عمل می‌کند با فضاگشایی هر لحظه در حال افزایش سهم خود از زندگی است.

**نکته:** بهتر است بعد از خواندن این بیت مهم از خود بپرسیم آیا ما در حال افزایش سهم خود از زندگی هستیم یا برعکس بهره خود را از زندگی کاهش می‌دهیم؟

## نقشِ وفا وی کند، پشت به ما کی کند؟

### پشت ندارد چو شمع، او همگی روست روست

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۶۶)

خداوند نقشِ وفا را ایجاد می‌کند یعنی انسان را که با دیدن از طریق همانندگی‌ها نسبت به زندگی

جفا می‌کند، به واسطه فضاگشایی به وفا می‌رساند. او کی و کجا به ما پشت می‌کند؟ درحالی‌که مانند شمع است که از همه جهت دارای روشنایی است و پشت ندارد. [در واقع وفا همان پذیرش بدون مقاومت است، نسبت به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد. به این ترتیب است که انسان به عهد آلت نیز وفا کرده، از جنس زندگی می‌شود. هر کسی در این لحظه با فضاگشایی از جنس زندگی شود، بدین معناست که به خداوند وفا کرده و زندگی دیگر به او پشت نمی‌کند.]

**نکته:** با این بیت می‌توانیم خودمان را مورد ارزیابی قرار دهیم، آیا با آوردن آنچه ذهن نشان می‌دهد به مرکز نگاهمان مرتب به جهان است و از طریق اجسام می‌بینیم و یا برعکس، آنچه ذهن نشان می‌دهد را هشیارانه بی‌اعتبار کرده و به مرکز راه نمی‌دهیم؟

### هرکه از خورشید باشد پشت گرم سخت‌رو باشد، نه بیم او را، نه شرم (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۳۹)

هر کسی که فضا را باز کرده، به خورشید زندگی، خداوند تکیه می‌کند و آنچه ذهن مهم می‌داند را به مرکزش راه نمی‌دهد، بسیار شجاع و سخت‌روست، چراکه قدرتش را از خود زندگی می‌گیرد. اگر این لحظه در عدم کردن مرکزش ناموفق بود، ناامید نمی‌شود، دوباره فضا را باز می‌کند و دست از تلاش بر نمی‌دارد. چنین شخصی چون از جنس زندگی است هیچ ترس و شرمی به دل راه نمی‌دهد.

[من ذهنی گاهی با کوچک شمردن خود، مسیر زنده شدن به زندگی را ناممکن جلوه می‌دهد. او نمی‌داند که خداوند انسان را گرامی داشته و می‌خواهد در انسان به بی‌نهایت فراوانی خودش زنده شود. بنابراین با توجه به این مطلب، باید آگاه باشیم که ما این من‌ذهنی نیستیم، بلکه خود زندگی هستیم که دائم فضا را باز کرده و با من‌ذهنی عمل نمی‌کنیم.]

### وقت آن آمد که من عریان شوم نقش بگذارم، سراسر جان شوم (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۱۳)

وقت آن رسیده که من با راندن همانیدگی‌ها و نقش‌هایی که ذهن به مرکز می‌آورد، لباس من‌ذهنی را از تن خارج کنم و مرکز را عدم سازم. به این ترتیب با فضاگشایی همه وجودم به

جان یعنی خداوند تبدیل شده و از جنس او گردم.

**ای عدو شرم و اندیشه بیا**

**که دریدم پرده شرم و حیا**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۱۴)

ای خدایی که دشمن شرم من ذهنی و اندیشه همانیده هستی، بیا که من دیگر خود را با من ذهنی حقیر نمی‌شمارم و توهم همانیدگی‌ها را از خود دور کردم، بنابراین پرده شرم و حیا مصنوعی من ذهنی را دریدم.

**حدیث**

«الْحَيَاءُ يَمْنَعُ الْإِيمَانَ.»

«شرم، بازدارنده ایمان است.»

[شرم و حیا من ذهنی که بازدارنده ایمان است، دراصل بی‌حیایی‌ست. زیرا گاهی از حد و حدود می‌گذرد و گاهی نیز خود را به حقارت می‌زند. این شرم و حیا با شرم و حیا زندگی فرق دارد که بسیار کمک‌کننده است.]

**قبله جان را چو پنهان کرده‌اند**

**هر کسی رو جانبی آورده‌اند**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۸)

از آنجا که قبله جان یا همان مرکز عدم و فضای گشوده‌شده، به دلیل عمل کردن از طریق من ذهنی و دیدن برحسب اجسام، در زیر همانیدگی‌ها پنهان شده‌است، بنابراین هر کسی یک قبله آفل ذهنی را برای خود انتخاب کرده، آن را به مرکزش می‌آورد و به‌جای خداوند می‌پرستد. **نکته:** ما برای این‌که در اثر همانیدگی‌ها اجسام را به مرکز نیاوریم و قبله جان را از دست ندهیم، باید مدام در حال فضاگشایی و عدم کردن مرکزمان باشیم.

**قبله را چون کرد دست حق عیان**

**پس تحرّی بعد از این مردود دان**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۶)

تحرّی: جست‌وجو

اگر در اثر فضاگشایی دست قدرت خداوند قبله مرکز عدم را آشکار ساخت و به تو نشان داد،

پس بعد از آن جست‌وجوی قبله به‌وسیلهٔ من‌ذهنی و از طریق سبب‌سازیِ ذهن را کاری بیهوده بدان.

## ناز را رویی نباید همچو وِرد چون نداری، گردِ بدخویی مگرد (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۰۶)

وِرد: گُل، گُلِ سرخ

کسی می‌تواند نسبت به عرفا و بزرگان اظهار بی‌نیازی کند که چهره‌ای همچون گُل داشته باشد، یعنی مانند مولانا به زندگی وصل شده و گُلِ حضورش شکفته باشد. پس اگر هنوز من‌ذهنی داری و به این مرحله نرسیده‌ای، به گردِ بدخوییِ من‌ذهنی نگرد.

**نکتهٔ ۱:** ناز کردن و اظهار بی‌نیازی، حالتی از من‌ذهنی‌ست که ما دچار کبر می‌شویم. فکر می‌کنیم به‌وسیلهٔ من‌ذهنی و سبب‌سازی آن می‌توانیم زندگی خود را اداره کنیم. بنابراین خود را نسبت به تعالیم مولانا و دیگر عارفان بی‌نیاز دانسته و توجه کافی را به آن‌ها نداریم.

**نکتهٔ ۲:** وقتی من‌ذهنی داریم، حتماً به خصوصیت «بدخویی» هم مجهزیم. بدخویی همان بیهوده‌گویی و ایراد گرفتن با ذهن است. به‌طوری‌که فکر می‌کنیم با انتقاد و ایراد گرفتن از دیگران در حال بهتر کردن وضعیت جهان هستیم، اما نمی‌دانیم که با این کار خود را نسبت به هدایت زندگی بی‌نیاز دانسته و با «پندار کمال» و «ناموس» اوضاع را خراب‌تر می‌کنیم.

**نکتهٔ ۳:** یک ابزار تشخیص برای این‌که بدخوییِ من‌ذهنی را در خود شناسایی کنیم این است که ببینیم آیا با خواندن این ابیات تغییری در ما حاصل می‌شود؟ آیا دشمن درونی خود را که مدام در حال آسیب رساندن به ماست شناسایی می‌کنیم؟ یا فقط دیگران را مقصرِ حال خرابمان دانسته و به دنبال یاری جستن از جهانیم؟ مادامی که خود را به صنُعِ خداوند نسپاریم و به شادی بی‌سبب و عشق او دست پیدا نکنیم، نه‌تنها به خودمان بلکه به دیگران هم کمکی نخواهیم کرد، چراکه به گردِ بدخویی و خرابکاریِ من‌ذهنی می‌گردیم و خود را نسبت به آموزش‌های بزرگان بی‌نیاز می‌دانیم.

## پیشِ یوسف، نازش و خوبی مکن جز نیاز و آهِ یعقوبی مکن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۰۸)

نازش: به خود بالیدن

پیش یوسف، خداوند و یا بزرگانی چون مولانا، با من‌ذهنی حس بی‌نیازی و زیبایی نکن، زیرا من‌ذهنی اصلاً زیبا نیست. پس به‌جز اظهار نیاز به فضاگشایی، کار کردن روی خود و آهِ کشیدن مانند حضرت یعقوب کار دیگری انجام نده.

[حضرت یعقوب در فراق یوسف مدام در حال آهِ و ناله بود. ما نیز که دیگر عقل من‌ذهنی را معتبر نمی‌دانیم، سودای این را داریم کی به خداوند زنده می‌شویم؟ کی فضای درونمان باز می‌شود و از خرد کل بهره‌مند می‌شویم؟]

## گر زنی بر نازنین‌تر از خودت در تگِ هفتم زمین، زیر آردت (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۳۰۶)

اگر با خداوند و یا عرفا و بزرگان که نازنین‌تر از تو هستند مقابله کنی، یعنی با بی‌ادبی من‌ذهنی پیش بروی و با سبب‌سازی ذهن خود را برتر از آن‌ها بدانی، در این صورت زیر زمین هفتم که نماد انبوهی از همانیدگی‌هاست، مدفون خواهی شد.

**نکته ۱:** برای این‌که در زیر آوار همانیدگی‌ها مدفون نشده و به فراق از زندگی دچار نشویم، باید همیشه مواظب پندار کمال، درد، ناموس و افسانه من‌ذهنی باشیم و از وجود موش من‌ذهنی غافل نشویم که مانع دسترسی ما به خرد و هوش زندگی می‌شود.

**نکته ۲:** مواردی که نشان می‌دهد ما با من‌ذهنی دچار «نازینی» هستیم این است که از عامل خرابی زندگی مان که خودمان هستیم، غافلیم و فقط دیگران را مقصر دانسته و توقع داریم آن‌ها زندگی ما را سامان ببخشند. با عدم رعایت قانون جبران و کار نکردن روی خود به ناز کردن ادامه می‌دهیم، اما سرانجام زمین خورده و سرنگون می‌شویم.

چون به حق بیدار نبود جان ما

هست بیداری، چو دربندان ما

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۱۰)

دربندان: در محاصره ماندن، بسته شدن راه وصول به حق، زندان

اگر جان ما به واسطه مرکز عدم و فضای گشوده شده به زندگی زنده نباشد، در این صورت بیداری ذهنی برای ما همچون زندان است.

[زیرا در زندان ذهن مدام از وضعیتی به وضعیت دیگر می‌رویم، فکرها ما را به هر طرف می‌کشانند و در تلاشیم تا تندتند حرف بزنیم، به این ترتیب با تمام انرژی که مصرف می‌کنیم، اما خود را در ابتدای مسیر می‌بینیم که هیچ پیشرفتی نکرده‌ایم.]

دیده ما چون بسی علت دروست

رو فنا کن دید خود در دید دوست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱)

علت: بیماری

این شیوه بینش به وسیله همانیدگی‌ها و دیدن برحسب جسم دارای اشکال و مرض است. بنابراین دیدن برحسب من‌ذهنی را فنا کن و دید خداوند را که با مرکز عدم میسر می‌شود، انتخاب کن.

گر به جهل آییم، آن زندان اوست

ور به علم آییم، آن ایوان اوست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۱۰)

اگر با رفتن به ذهن و دیدن از طریق همانیدگی‌ها به جهل دچار شویم، پس در همان ذهن که زندان خداوند است گرفتار می‌شویم. اما اگر فضا را باز کرده و با مرکز عدم از خداوند طلب دانش کرده و عقل من‌ذهنی را بیکار کنیم، در ایوان خداوند قرار می‌گیریم. [ایوان جای بلندی است که منظره باغ را در مقابل دارد و در این‌جا تمثیل بهره‌مندی از فضای یکتایی است.]

**نکته:** پس بهتر است از خود بپرسیم آیا می‌خواهیم در ایوان خداوند باشیم و از خرد کل بهره‌مند شویم و یا می‌خواهیم در زندان ذهن به دیوار من‌ذهنی خیره بمانیم؟ هر دوی این‌ها متعلق به

خداوند است، اما این ما هستیم که در این لحظه اختیار انتخاب داریم، یا فضا را باز کرده و به ایوان خداوند می‌رویم و یا فضا را بسته، با خشم و انقباض به زندان ذهن می‌افتیم.

## خویشتن مشغول می‌سازند و غرق چشم می‌دزدند از این لمعان و برق (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۰۲۵)

لمعان: مخفف لمعان به معنی درخشیدن، درخشندگی

مردم هر لحظه با آوردن چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد به مرکزشان و دیدن از طریق آنها، مدام خود را به فکرهای همانیده مشغول می‌سازند و غرق افکار این دنیا می‌شوند. بنابراین چشم عدم‌بین خود را از درخشش و برقی که از طرف زندگی می‌آید، می‌دزدند و به آن توجهی نمی‌کنند.

## مردِ سُفلی، دشمنِ بالا بُود مشتريّ هر مکان، پیدا بُود (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۸)

انسان دارای من‌ذهنی که چیزهایی را که ذهن نشان می‌دهد به مرکزش می‌آورد، شخصی پست و سطح پایین است. چنین شخصی دشمن فضاگشایی و انسان‌هایی است که می‌خواهند به زندگی زنده شوند. پس هر مکانی مشتری و خواهان مخصوص به خود را دارد.

**نکته ۱:** کسی که مشتری بالاست، با هر لحظه فضاگشایی و کوچک کردن من‌ذهنی در پی باز کردن آسمان درون و زنده شدن به زندگی است. اما مرد سفلی که از طریق همانیدگی‌ها می‌بیند، با ایجاد درد و انقباض هر لحظه من‌ذهنی را بزرگ‌تر می‌سازد و مشتری ذهن است.

**نکته ۲:** با توجه به این بیت باید ابتدا در خود بررسی کنیم که مشتری کدام مکان هستیم و بعد ببینیم قرین‌های ما مشتری کدام مکان هستند؟

## پرِ فکرت شد گِل‌آلود و گران زان‌که گِل‌خواری، تو را گِل شد چو نان (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۷۱)

پر و بال زندگی و فکر خلاق تو به گِل همانیدگی و درد آلوده شد و سنگین گردید، بنابراین



قدرت پرواز را از تو گرفته‌است. از آنجا که تو به خوردنِ گلِ همانیدگیِ عادت داری، پس آنچه ذهن مهم نشان می‌دهد برایت مانند نان است.

**نکته:** ما نیز مانند پرنده هستیم، در ابتدا به گل‌خواری و همانیده شدن تمایلی نداشتیم، اما وقتی آنچه ذهن نشان می‌دهد را به مرکزمان آوردیم به‌مرور به گلِ همانیدگیِ عادت کردیم و برایمان مانند نان شد. هر چقدر بیشتر از گلِ همانیدگی می‌خوریم، زندگیِ کمتری دریافت می‌کنیم.

### و تو ریوِ خویشتن را مُنکری

### از ترازو و آینه، کی جان ببری

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۸۳)

ریو: حيله، حقه‌بازی، ریا

اگر تو مکر و حيله ديو من‌ذهنی خود را که با سبب‌سازی و برحسب همانیدگی‌ها فکر و عمل می‌کند، انکار کنی، کجا می‌توانی از ترازو که هر لحظه میزانِ من‌ذهنی را در تو می‌سنجد و از آینه که همان هشیاریِ ناظر بر ذهنت است، جان سالم به در ببری؟

**نکته ۱:** ما درحالی‌که من‌ذهنی داریم و برحسب آن عمل می‌کنیم، آن را انکار کرده و می‌گوییم مرکز عدم است. بنابراین ادعای ما با «ترازو و آینه» مورد سنجش قرار می‌گیرد. عملکرد ترازو به این ترتیب است که اگر ما من‌ذهنی را کوچک‌تر کنیم، بهره‌ بیشتری از زندگی خواهیم داشت، در مقابل اگر مرکز را عدم نکنیم و من‌ذهنی را حفظ کنیم، نصیبمان از زندگی کمتر خواهد شد. ما وقتی با ذهن بدون ناظر و با همانیده شدن ایجاد درد می‌کنیم و حس بی‌نیازی از بزرگان داریم، بدین معناست که آینه نداریم.

**نکته ۲:** برای این‌که از ترازو و آینه در امان باشیم باید به‌صورت آینه یا حضور ناظر، ذهن را مشاهده کرده و هنگام بروز خطا زیر بار مسئولیت برویم، در این صورت می‌توانیم ترازو را به نفع زندگی سنگین‌تر کنیم.

### سرنگون زان شد، که از سر دور ماند

### خویش را سر ساخت و تنها پیش راند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۱)

انسان به این دلیل در کارهایش شکست خورد و سرنگون شد که از سر اصلی که سر و خرد

زندگی است دور ماند. به عبارتی فضاگشایی نکرد تا مرکزش از جنس عدم شود و سرّ من‌ذهنی را عقل خود کرد. او با پندار کمال و بدون کمک خداوند و بزرگان پیش رفت و زندگی‌اش را اداره کرد، در نتیجه سرنگون شد.

### بشکن آن شیشه کبود و زرد را

#### تا شناسی گرد را و مرد را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۵۹)

اینک شیشه زرد و کبود عینک همانیدگی‌ها را بشکن تا بتوانی بین گرد و غبار حاصل از فکر و درد که با من‌ذهنی ایجاد کرده‌ای و مرد یا همان انسانیت خود که از جنس آلت و خداوند است، تفاوت قائل شده و جنس خدایی خود را که فارغ از من‌ذهنی‌ست تشخیص دهی.

**نکته:** حال ما باید توجه کنیم که چقدر با حرف زدن برای خود و دیگران درد ایجاد کرده و باعث بلند شدن گرد و غبار شدیم. به این ترتیب تشخیص خدایت خودمان از من‌ذهنی دردساز را سخت و دشوار کرده‌ایم.

### خوی کن بی شیشه دیدن نور را

#### تا که شیشه بشکند، نبود عمی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۹۹۱)

عمی: کوری

مرکزت را عدم کن و به دیدن از شیشه بی‌رنگ عدم به نور زندگی، عادت کن تا اگر زندگی شیشه‌های رنگی همانیدگی را شکست، دچار مشکل بینایی نشوی.

### تلخ با تلخان یقین ملحق شود

#### کی دم باطل قرین حق شود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۶)

کسی که از جنس من‌ذهنی پر درد بوده و به این واسطه تلخ است، قطعاً به جمع کسانی که از جنس درد هستند ملحق می‌شود. چنین شخصی که دائماً از طریق من‌ذهنی حرف زده و فکر و عمل می‌کند، کی می‌تواند قرین خداوند شود؟

**نکته:** اکنون باید از خود پرسیم آیا مانند من ذهنی تلخ هستیم و دم باطل داریم و یا با فضاگشایی و مرکز عدم قرین خداوند هستیم؟

## باطلان را چه رُباید؟ باطلی عاطلان را چه خوش آید؟ عاطلی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۵۵)

عاطل: بی‌کار

باطلان، همان من‌های ذهنی که از جنس مرکز عدم نیستند را چه چیزی به غیر از همان من‌های ذهنی باطل می‌تواند جذب کند؟ عاطلان، کسانی که برحسب من‌ذهنی کار کرده و گویی بادام پوک می‌کارند را چه چیزی به جز همان بیکاری و بی‌حاصلی خوش‌آیند است؟  
**نکته:** درواقع مولانا به این مطلب اشاره دارد که من‌ذهنی عاطل و باطل به هم‌جنس خودش جذب می‌شود. این ابزار شناسایی مهمی است که اگر ما نیز جذب من‌های ذهنی عاطل می‌شویم، پس مرکزمان عدم نیست، ترازو و آینه نداریم و حتماً درد ایجاد می‌کنیم.

## گام زآن سان نه که نابینا نهد تا که پا از چاه و از سگ، وارهد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۹)

همواره مواظب باش و مانند انسان نابینا قدم بردار، تا از گزند چاه و سگ در امان باشی.  
[به بیان دیگر فضا را باز کن و در برخورد با دیگران هشیار باش. ببین آیا کسی یا چیزی را به مرکزت می‌آوری؟ آیا با چیزی همانیده شده و در چاه همانیدگی می‌افتی؟ و یا این خطر وجود دارد که یک من‌ذهنی مثل سگ تو را گاز بگیرد؟ با این مراقبت و هشیاری درواقع «حزم» را رعایت می‌کنی.]

## گام در صحرای دل باید نهاد زان‌که در صحرای گل نبود گشاد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۱۴)

باید فضا را باز کنی و در صحرای دل گشوده‌شده و فضای یکتایی قدم بگذاری، چراکه در صحرای گل آلود همانیدگی هیچ راه نجاتی وجود ندارد.

## پابرهنه چون رَوَد در خارزار؟

### جز به وقفه و فکرت و پرهیزگار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۵)

برای مثال انسانی که پابرهنه است چگونه در زمینِ پر از تیغ و خار قدم می‌گذارد؟ قطعاً با تأمل و فکر حرکت کرده و از قدم گذاشتن در هر جایی پرهیز می‌کند.

**نکته:** این بیت به ما کمک می‌کند تا مانند انسان پابرهنه در خارزار عمل کنیم، یعنی مرکز را عدم نگه داشته، هشیارانه به فکر و عمل خود نگاه کنیم و مراقب چیزی که به مرکزمان راه می‌یابد باشیم که از طرف من‌ذهنی است یا از طرف زندگی.

## تو به هر حالی که باشی می‌طلب

### آب می‌جو دایماً ای خشک‌لب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۹)

در هر وضعیتی که هستی، چه در حالت انقباض و چه در حالت انبساط، فضا را باز کن و طالب خداوند باش. ای کسی که در من‌ذهنی گرفتار شده، از آب حیات محروم مانده‌ای و لبانت خشک است، دائماً با فضاگشایی در طلب آب زندگی باش.

## هین طلب کن خوش‌دَمی عَقده‌گشا

### رازدانِ یَفْعَلُ اللّٰهَ مَا یَشَاءُ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۹۸)

به هوش باش و کسی را طلب کن که خوش‌نفس و گره‌گشا باشد، یعنی با صحبت کردن از طریق فضای حضور باعث بیداری شده و عقده‌های همانندگی را می‌گشاید. چنین شخصی راز آیه «یَفْعَلُ اللّٰهَ مَا یَشَاءُ»، «خدا هر چه بخواهد می‌کند» را می‌داند. او آگاه است که هر لحظه اتفاقات براساس قانون «قضا و کن‌فکان» پیش می‌آیند و عقل من‌ذهنی تصرفی در اتفاقات ندارد.

**نکته:** اشکال ما این است که توقع داریم خداوند مطابق خواسته‌های من‌ذهنی و سبب‌سازی ذهن ما فکر و عمل کند. اما باید بدانیم که خداوند هر لحظه در حال امتحان ماست. پس اگر اشتباه کرده و طبق من‌ذهنی و خواسته‌هایش عمل می‌کنیم با تکرار این ابیات طرز فکر و عملکرد خود را اصلاح کنیم.

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

«... كَذَلِكَ اللَّهُ يَفْعَلُ مَا يَشَاءُ.»

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

## تو خورشیدِ جهان باشی، ز چشمِ ما نهان باشی تو خود این را روا داری؟ و آنگه این روا باشد؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۷)

خداوندا، تو مانند خورشید جهان هستی که تمام باشندگان این جهان از جمله جمادات، نباتات و حیوانات به وسیله نور تو می‌بینند به غیر از ما انسان‌ها که با هشیاری جسمی من‌ذهنی ساخته و باعث شدیم از چشمانمان نهان شوی. آیا تو این را روا می‌داری در حالی که نور دیده عالمیان هستی، ما از طریق تو نبینیم؟ آیا سزاوار است که با من‌ذهنی و عقل محدود آن عمل کنیم؟ [مولانا با مطرح کردن این پرسش در واقع ما را به فکر وامی‌دارد که اگر در زندگی درد داریم، مشغول سبب‌سازی در ذهن هستیم و از وضعیت‌ها زندگی می‌خواهیم، پس قطعاً من‌ذهنی ساخته و از نور خداوند بی‌نصیب مانده‌ایم. بنابراین اشکالی در ما وجود دارد. با درک این موضوع باید قبل از عاجز شدن به فکر راه چاره باشیم.]

## قسمتِ خود، خود بریدی تو ز جهل

### قسمتِ خود را فزاید مردِ اهل

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۲۴)

مردِ اهل: انسانِ لایق، شایسته و سزاوار

تو از روی جهلِ من‌ذهنی و با همانیده‌شدن، سهم خود را از خردِ زندگی و عنایاتِ خداوند بریدی. در حالی که انسان خردمند، کسی که مطابق خردِ زندگی عمل می‌کند با فضاگشایی هر لحظه در حال افزایش سهم خود از زندگی‌ست.

## هر که را مُشکِ نصیحتِ سود نیست

### لاجرم با بویِ بدِ خو کردنی‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹۵)

هرکس که از بوی خوشِ نصیحت‌های بزرگانی چون مولانا تأثیر نپذیرد و دوباره با عقل

من‌ذهنی‌اش فکر و عمل کند، به‌ناچار باید با بوی بدِ دردهای من‌ذهنی از جمله کبر و آز، نگرانی، استرس، اضطراب، حسادت، ترس، خشم، رنجش، انتقام‌جویی، خبط و گناه، خو بگیرد.

**نکته:** اگر به ابیات و نصایح مولانا که همگی بوی خوش می‌دهند به‌درستی گوش بسپاریم ما را به‌سوی زندگی، زیبایی، شادی بی‌سبب، امنیت زندگی، خردورزی و خردمندی می‌برند. بنابراین باید هر لحظه از خودمان سؤال کنیم که آیا این نصیحت‌ها روی من اثر دارد یا نه؟

**آن‌که در تون زاد و پاکی را ندید**

**بوی مُشک آرد بر او رنجی پدید**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۵۶)

آن‌کس که در گلخنِ چرکینِ حمام یعنی در ذهنِ همانیده و افسانه‌ من‌ذهنی زاده شده و هرگز پاکی زندگی و هشیاری حضور را تجربه نکرده باشد، در این صورت بوی خوشِ عشق، شادی بی‌سبب و خرد به او درد می‌دهد و ناراحتش می‌کند.

**کور را خود این قضا همراه اوست**

**که مَر او را اوفتادن طبع و خوست**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۴)

کسی که من‌ذهنی دارد و نسبت به چشم زندگی و هشیاری نظر کور است، این قضا و افتادن در چاه، همراه او و در ذات اوست. به عبارت دیگر اشتباه، خرابکاری، ایجاد درد، مسئله‌سازی، مانع‌سازی، دشمن‌سازی و کارافزایی، در ذات من‌ذهنی است.

**چون بُود نورِ خدا قوتِ بشر**

**نیست جای تیرگی ز آنجا بپر**

(شاپور عبودی)

از آن‌جا که نور خداوند غذای اصلی انسان است و غذایی که از جهان بیرون می‌گیرد به مزاج او سازگار نیست، بنابراین ای انسان، ذهن تاریک و من‌ذهنی جای تو نیست، فضا را بگشا و با عدم کردن مرکزت از آن‌جا بیرون بپر.

ظلم بر خود می‌کنی تا در شبی  
در میان نیمه‌شب کن یاربی  
(شاپور عبودی)

تا وقتی در شب ذهن به سر می‌بری و هشیاریات جذب همانیدگی‌هاست، درواقع به خودت ظلم می‌کنی. پس برای رهایی از آن، با فضاگشایی از خداوند طلب یاری کن و بگو، خداوندا به من کمک کن!

تا رهی زین چاه تاریک خیال  
تا نباشد جان تو اندر وبال  
(شاپور عبودی)

تا از این چاه تاریک فکرهای همانیده رها شوی و جانت در سختی و عذاب من‌ذهنی نماند.

لیک اغلب هوش‌ها در افتکار  
همچو خفاشند ظلمت‌دوستدار  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۹۲)

افتکار: اندیشیدن

ولی اغلب هوش‌های انسانی جذب فکرهای همانیده شده‌اند و مانند خفاش، تاریکی ذهن و همانیدگی‌ها را دوست دارند.

شب‌پران را گر نظر و آلت بُدی  
روزشان جولان و خوش‌حالت بُدی  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۹۵)

شب‌پره: خفاش

اگر من‌های ذهنی که مانند خفاش در شب ذهن پرواز می‌کنند، اسباب و ابزار لازم یعنی دید خدا و هشیاری حضور را داشتند، می‌توانستند با فضاگشایی و عدم کردن مرکز، در فضای گشوده‌شده که خداوند باز می‌کند گردش کرده و شادی بی‌سبب را تجربه کنند.



**اَعْمَشِي كَاو مَاه رَا هَم بَرِنْتَا فِت**  
**اَخْتِر اَنْدَر رَهْبِرِي بَر وِي بَتَا فِت**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۶۵۵)

اَعْمَش: آنکه به سبب بیماری چشم از دیدگانش آب فروریزد.

کسی که به جای مرکز عدم و هشیاری نظر، هر لحظه ذهن را به مرکزش آورده و برحسب همانیدگی‌ها می‌بیند، تاب و تحمل این را ندارد که ماه زندگی از مرکزش طلوع کرده و زندگی‌اش را اداره کند، بنابراین ستاره من‌ذهنی او را هدایت و رهبری می‌کند.

**قَبْلَه كَرْد او از لَثِيمِي و عَمِي**  
**اَفَلِين و نَجْمَه‌هَای بِي هَدِي**  
(شاپور عبودی)

لَثِيم: پست

عَمِي: کوری

انسان در من‌ذهنی، به جای این‌که با فضاگشایی مرکزش را عدم کرده و زندگی را قبله خود کند، از پستی و کوری، ستاره‌های بی‌هدایت همانیدگی را که آفل هستند قبله خودش کرده‌است.

**قَبْلَه رَا چُون كَرْد دَسْت حَق عِيَان**  
**پَس تَحَرِّي بَعْد از اَيْن مَرْدود دَان**  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۶)

تَحَرِّي: جست‌وجو

چون دست قدرت خداوند، قبله مرکز عدم و فضای گشوده‌شده را آشکار کرده‌است و انسان با فضاگشایی به آن دسترسی دارد، بنابراین جست‌وجو در ذهن برای یافتن قبله، کاری بیهوده بوده و قدغن است.

**نکته:** اگر ما دست از سر خود برداریم، خودمان را زیر استرس قرار ندهیم و نخواهیم که با زور و فشار و سبب‌سازی ذهن فضا را باز کرده و مرکز را عدم کنیم، این فضا که همان قبله اصلی‌ست از طریق کن‌فکان زندگی، خودبه‌خود باز می‌شود.

## هین بگردان از تَحَرّی رو و سَر که پدید آمد معاد و مُستقر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۷)

مُستقر: محلّ استقرار، جای گرفته، ساکن، قائم

به هوش باش و از جست و جوی خدا در ذهن و از طریق همانیدگی‌ها، صرف نظر کن؛ چراکه هشیاری انسان به درجه‌ای از تکامل رسیده است که در این لحظه ابدی مستقر شده و با رها کردن عقل من‌ذهنی، روی پای ذات خود بایستد و به بی‌نهایت خداوند زنده شود.

**نکته:** معاد به این معنی نیست که بعد از مُردن به جسم، دوباره زنده می‌شویم و به حساب ما رسیدگی می‌کنند، بلکه معاد همین لحظه است که باید با فضاگشایی، عدم کردن مرکز و انداختن جسم من‌ذهنی، از زمان مجازی رها شده و با استقرار در این لحظه ابدی جاودانه شویم.

## یک زمان زین قبله گر ذاهل شوی سُخره هر قبله باطل شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۸)

ذاهل: فراموش کننده، غافل

سُخره: ذلیل، مورد مسخره، کار بی مزد

اگر لحظه‌ای از قبله فضای گشوده شده و استقرار در این لحظه ابدی غافل شوی و به جای فضاگشایی و عدم کردن مرکز، به چیزی که ذهن نشان می‌دهد توجه کنی، در این صورت مرکزت جسم شده و تو تحت سلطه و مسخره هر قبله باطل، یعنی همانیدگی‌های آفل قرار خواهی گرفت.

**نکته:** با توجه به این ابیات ما می‌فهمیم که من‌ذهنی هیچ وقت به سود ما فکر نمی‌کند؛ بنابراین باید با فضاگشایی و تکرار ابیات، من‌ذهنی را شخم زده و قبله واقعی را که همان عدم و فضای گشوده شده است به مرکزمان بیاوریم.

چون شوی تمییزده را ناسپاس

بجهد از تو خَطرِ قبله‌شناس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۹)

تمییزده: کسی که دهنده قوه شناخت و معرفت است.

خَطر: قوه تمییز، آنچه که بر دل گذرد، اندیشه

هرگاه نسبت به فضای گشوده‌شده و خرد زندگی که حاصل فضاگشاییِ توست و قوه تشخیص و شناسایی همانیدگی‌ها را به تو می‌دهد، ناسپاسی کرده و دوباره جذب ذهن شوی و با آوردن چیزهای آفل به مرکزت فضا را ببندی، در این صورت قدرت تشخیص قبله اصلی که همان مرکز عدم است را از دست خواهی داد.

گر از این انبار خواهی بر و بر

نیم ساعت هم ز همدردان مبر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۳۰)

بر: نیکی

بر: گندم

اگر از انبار خداوند، یعنی فضای گشوده‌شده، طلب نیکی و محصول مادی و معنوی داری و می‌خواهی درون و بیرون آباد شود، در این صورت فضا را بگشا و حتی برای نیم‌لحظه، از مرکز عدم و عاشقانی چون مولانا که به زندگی زنده شده‌اند و در این راه معنوی هم‌درد تو هستند، جدا مشو.

که در آن دم که ببری زین معین

مبتلی گردی تو با بس‌القرین

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۳۱)

معین: یار، یاری‌کننده

بس‌القرین: هم‌نشین بد

زیرا همان لحظه‌ای که دست از فضاگشایی برداری و با آوردن ذهن به مرکز، ارتباط را با یاری‌کننده، مرکز عدم یا انسان‌های زنده به خدا قطع کنی، در این صورت با من‌ذهنی خودت و دیگران که قدرت تشخیص و تمییز ندارد و بدترین هم‌نشین است، همراه خواهی شد.

## چون خُفاشی کاو تَفِ خورشید را برنتابد، بسکُلد اومید را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۶۴۸)

تَف: گرمی و پرتو

بسکُلد: بگسلد، پاره کند، گسسته کند.

همچون خُفاشی که نور و تابش خورشید را بر نمی‌تابد، من‌ذهنی نیز که نسبت به چشم عدم نابیناست، گرما و پرتو فضای گشوده‌شده و ابیات بزرگانی چون مولانا را تحمل نکرده و تاب نمی‌آورد، بنابراین ناامید شده و آن را رها می‌کند.

[اگر ما قانون جبران را رعایت نکرده، ابیات مولانا را تکرار نکنیم و با احساس «من می‌دانم» اجازه ندهیم معانی این ابیات به جانمان بنشیند و همواره با سبب‌سازی ذهن، فکر و عمل کنیم و خود را در معرض انواع قرین‌های ذهنی و خبرهای منفی قرار دهیم، در این صورت نتیجه‌ای نگرفته و نومید خواهیم شد.]

**نکته:** هروقت به‌خاطر قرین شدن با من‌های ذهنی یا تماشای یک برنامه تلویزیونی که چیزهای بدی را نشان می‌دهد، دچار درد، توهم و انقباض شدیم، باید ابیات بزرگانی چون مولانا را آن‌قدر تکرار کنیم تا اثرات آن‌ها را بشوید و ما بتوانیم از صحرای ذهن بیرون بیاییم.

### پیش این خورشید کی تابَد هلال؟

### با چنان رُستم چه باشد زورِ زال؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۲۱۳)

زال: پیرزن

به‌طور مثال در مقایسه با خورشیدِ زندگی و عقل خدا، که در اثر فضاگشایی و عدم کردن مرکز از درونمان طلوع می‌کند، هلال ماه، عقل من‌ذهنی چقدر نور دارد؟  
همچنین در برابر رُستم، یعنی فضای گشوده‌شده که در آن قدرت خداوند پشتیبان ماست، این من‌ذهنی که مانند پیرزنی ضعیف است چه قدرتی دارد؟

## تا ابد از ظلمتی در ظلمتی

می‌روند و نیست غوثی، رحمتی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۲۵)

غوث: فریادرس

انسان‌های من‌ذهنی که در برابر اتفاق این لحظه فضا را باز نمی‌کنند تا به فاصله بین دو فکر که از جنس این لحظه و زندگی‌ست، زنده شوند، باید تا ابد در ذهن که تاریک است بمانند و برحسب همانیدگی‌ها، مرتب از یک وضعیتِ ذهنی به یک وضعیتِ ذهنی دیگر بروند و هیچ فریادرس و رحمتی به سراغشان نخواهد آمد.

## گفت حق: چشم خُفاشِ بدخِصال

بسته‌ام من ز آفتابِ بی‌مثال

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸۱)

بی‌مثال: بی‌نظیر

خداوند گفت: «من چشم من‌ذهنی بدخو را که بد می‌بیند، از مشاهده آفتاب حقیقت که بی‌نظیر بوده و مثال ندارد، بسته‌ام.»

## ذَمَّ خورشیدِ جهان، ذَمَّ خود است

که دو چشم کور و تاریک و بد است

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰)

ذَمَّ: بدگویی کردن، درمقابل مدح

بدگویی کردن درباره آفتاب جهان که خداوند است از طریق نگه داشتن من‌ذهنی، درواقع بدگویی کردن از خود است، چراکه چنین کسی به‌طور غیرمستقیم به دیگران می‌فهماند که چشمان من بی‌نور و علیل است و بد می‌بیند.

## سُست چشمانی که شب جولان کند

کی طَوافِ مَشَعْلَه ایمان کنند؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶)

مَشَعْلَه: مشعل

کسانی که هرلحظه با قرار دادن چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد در مرکز، روی چشم عدمشان را

پوشانده و با عینک همانیدگی می‌بینند و در شبِ ذهن حرکت می‌کنند، چگونه ممکن است به فضای گشوده‌شده و مرکز عدم دست یابند، بت‌های همانیدگی را کنار بگذارند و به دور خدا یا زندگی طواف کنند؟

### همچو جُعدان، دشمنِ بازان شدیم

#### لاجرم و امانده ویران شدیم

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۷)

ما در من‌ذهنی مانند جغدها که عاشق ویرانی‌اند، دشمنِ بازانِ بلندپروازی چون مولانا شده و سخنانشان را نپذیرفتیم و با آنها به مخالفت برخاستیم؛ بنابراین از طریق ایجاد دردها و تخریب‌های ذهنی به‌ناچار در ویرانه‌ی ذهن، زمین‌گیر و گرفتار شدیم.

**نکته:** باید از خود پرسید با وجود دانش مولانا و قدرت بیدارکنندگی ابیات ایشان، پس چرا هنوز به این آموزش‌ها توجه نمی‌کنیم و آن را به کار نمی‌گیریم؟ درواقع چون ما در ذهن هستیم، ویرانی و ایجاد درد را دوست داریم و از آرامش، عشق، زیبایی، نظم و دوست داشتن یکدیگر خوشمان نمی‌آید و دوست داریم از همدیگر ایراد بگیریم؛ اما می‌توانیم قانون جبران را رعایت کرده، اشعار مولانا را بخوانیم و دیگر مثل جغد نباشیم.

### این جهان پُر آفتاب و نورِ ماه

#### او بهشته، سر فروبرده به چاه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۹۶)

بهشته: رها کرده

انسان در من‌ذهنی این جهان را که پُر از آفتاب زندگی و نور ماه بزرگانی چون مولانا، حافظ و فردوسی است و با فضاگشایی دسترسی به آن برایش فراهم است، رها کرده و سر خود را در چاه تاریکِ ذهن و همانیدگی‌ها فرو برده‌است.

### که اگر حق است، پس کو روشنی؟

#### سر ز چه بردار و بنگر ای دنی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۹۷)

دنی: پست و فرومایه

[او می‌گوید] اگر این جهان پُر از آفتاب زندگی و خداوند است، پس روشنی‌اش کجاست؟ چرا من

نمی‌بینم؟ ای من‌ذهنی پست و فرومایه که از طریق عینکِ همانیدگی‌ها و دردها می‌بینی، فضا را باز کن، چیزها را به مرکز نیاور و سر از چاهِ ذهن بردار تا بتوانی با دیدِ عدم این نور و روشنی را ببینی و تجربه کنی.

## جمله عالم، شرق و غرب آن نور یافت

تا تو در چاهی، نخواهد بر تو تافت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۹۸)

از شرق تا غرب جهان، یعنی همهٔ جمادات، نباتات، حیوانات و هرچه که در کائنات هست، این نور خداوند و انسان‌های زنده‌شده به او را یافته‌اند، اما ای انسان، مادامی که تو در چاهِ ذهن هستی و فضا را باز نمی‌کنی تا از آن رها شوی، این نور بر تو نخواهد تابید.

## کاین جهان چاهی‌ست بس تاریک و تنگ

هست بیرون، عالمی بی بو و رنگ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۴)

جهان ذهن و همانیدگی‌ها مانند چاه بسیار تاریک و تنگ است، اما در بیرون از این چاه، عالمی بی‌بو یعنی خالی از هیجان‌ات ذهن و بی‌رنگ، بدون فکرهای همانیده وجود دارد.

**نکته:** وقتی به‌صورت حضور ناظر ذهنمان را نگاه کنیم، در این صورت ما در دنیای خارج از ذهن هستیم و چون میزان و آینه در دست داریم، یعنی به‌محض کم شدن شادی بی‌سبب و آشفته شدن سمن‌زار رضا متوجه می‌شویم که کارمان اشتباه بوده و با هشیاری جسمی عمل کرده‌ایم؛ در نتیجه فوراً همانیدگی یا وضعیتی را که به مرکزمان راه یافته «لا» می‌کنیم تا باد «قضا و کُن‌فکان» نیز دوباره درست بوزد و زندگی‌مان بر وفق مراد گردد.

## بعدِ نومیدی، بسی امیدهاست

از پسِ ظلمتِ بسی خورشیدهاست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۲۵)

[اگر در اثر عمل کردن با من‌ذهنی دچار ناامیدی شدیم، باید بدانیم] پس از هر نومیدی، امیدهای بسیاری وجود دارد. از پسِ ظلمت و تاریکی من‌ذهنی نیز به‌شرط این‌که انسان تصمیم بگیرد با هشیاری جسمی فکر و عمل نکند، روشنایی‌های بسیاری وجود دارد.



## شب مَخْسُپ این جا اگر جان بایدت ورنه مرگ این جا کمین بگشایدت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۲۹)

[این بیت اشاره به داستان مسجد مهمان‌کش از مثنوی است که همه افراد از رفتن و خوابیدن در این مسجد که نماد فضای یکتایی، تسلیم و موازی شدن با این لحظه است، امتناع می‌ورزند و برطبق شرطی‌شدگی‌های خود دیگران را نیز از این کار یعنی رفتن به فضای یکتایی و مردن به من‌ذهنی، بازمی‌دارند و می‌گویند بر سر مسجد این تابلو را نصب کنید که] ای مهمان، اگر دوست داری همچنان در ذهن زنده بمانی و جان به سلامت ببری، در این صورت در مسجد یکتایی اقامت نکن و در آن نخواب؛ و الا مرگِ ذهن در فضای گشوده‌شده در کمین توست.

**نکته:** نوع دیگری از خواب نیز وجود دارد که ما باید فضا را باز کنیم و در این فضای گشوده‌شده به خواب رویم تا نسبت به من‌ذهنی بمیریم، اما اگر مرتب چیزهای ذهنی را به مرکزمان آورده و با آن همانیده شویم، در این صورت مرگ ما در ذهن حتمی است و در ذهن خواهیم مُرد.

## عذرِ خود از شه بخواه ای پُرحسد پیش از آن‌که آن‌چنان روزی رسد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۹۰)

ای انسان من‌ذهنی، ای حسود، پیش از آن‌که چنان روزی فرارسد، عذرِ گناهِ خود را از شاهِ حقیقت بخواه.

[به عبارتی قبل از این‌که دیر شود باید از خداوند عذرخواهی کرده و اعتراف کنیم که خدایا ما با فکر و عمل کردن برحسب هشیاری جسمی، به عهد آلت وفا نکرده‌ایم، کشت اولیه و هشیاری بی‌فرم را فراموش کرده و دنبال همانیدگی‌ها یا کشت ثانویه رفته‌ایم و با وجود بی‌مرادی‌هایی که برای بیداری‌مان از خواب ذهن ترتیب داده و ما را مؤاخذه کرده‌ای، همچنان به خواب خود در ذهن ادامه داده، در برابر اتفاقات فضا را باز نکرده و همواره منقبض شده‌ایم و هیچ‌گاه مسئولیت گناه خود را نپذیرفته و مانند شیطان گفته‌ایم: «خداوندا، تو ما را گمراه کردی.»]

**نکته:** عذرخواهی حقیقی معادل قبول مسئولیت، فضاگشایی و فکر و عمل نکردن از طریق هشیاری جسمی یا من‌ذهنی است.

## وآنکه در ظلمت براند بارگی برکند زآن نور، دل یکبارگی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۹۱)

بارگی: مطلق ستور، اسب

هر کس که مدت زیادی در تاریکی ذهن اسب براند، در این صورت به تاریکی عادت کرده، از نور زندگی به یکبارگی دلش را می‌کند.

**نکته:** اگر از این‌که به خدا زنده شویم، دل کنده و نومید شده‌ایم، برای این است که ما سال‌های زیادی در ذهن بوده‌ایم و ذهن ما را ناتوان کرده و با همانیده شدن با چیزها، مقدار زیادی درد ایجاد کرده و به خود و دیگران نیز ظلم کرده‌ایم؛ اما نباید نومید شویم، بلکه باید همچنان به کار کردن روی خود ادامه داده، فضاگشایی کنیم و امیدوار باشیم که به‌زودی از ذهن آزاد خواهیم شد.

## هین برو، جلدی مکن، سودا میز که نتان پیمود کیوان را به گز

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۸۵)

گز: ذراع، واحد طول

[خداوند خطاب به انسان می‌گوید] به هوش باش، از این‌جا برو، زرنگی نکن و این قدر خیال‌بافی مکن؛ چراکه ستاره کیوان را که در این‌جا نماد خداست، نمی‌توان با متر و سبب‌سازی‌های ذهن اندازه‌گیری کرد.

**نکته:** خداوند بی‌نهایت است، ما نمی‌توانیم با روش‌های ذهنی به او زنده شویم و کارهایش را براساس سبب‌سازی‌های ذهنی پیش‌بینی کنیم. بهترین راه برای تبدیل شدن به او تعظیم، کوچک کردن ذهن، تسلیم و پذیرش اتفاق این لحظه بدون قیدوشرط است که مرکز ما را عدم می‌کند.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۲)

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

اگر انسانی که همچون خفاش فقط در تاریکی ذهن بوده‌است، بینش من‌ذهنی و دیدن از طریق

همانندگی‌ها را در پیش بگیرد، براساس آن‌ها درد ایجاد کرده و خودش و دیگران را زخمی کند تعجبی ندارد؛ اما تو که باز سلطان‌دیده هستی و فضای گشوده‌شده را تجربه کرده‌ای، چرا از جهان بیرون زندگی می‌خواهی و با گراییدن به همانندگی‌ها درد ایجاد می‌کنی؟

**نکته:** یکی از دلایل بازگشت مجدد به ذهن و از دست دادن مرکز عدم، می‌تواند قرین و تقلید از جمع باشد؛ یا این‌که ما به‌جای صفر کردن من‌ذهنی، خروج از ذهن و مقیم شدن در این لحظه ابدی یک من‌ذهنی باتربیت درست کرده و دوستی با خرس را ادامه می‌دهیم. متأسفانه ما با درست شدن زندگی بیرونی و خوب شدن حالمان، فکر می‌کنیم به پایان راه رسیده‌ایم و می‌توانیم زندگی‌مان را اداره کنیم، بنابراین فضاگشایی و کار روی خود را متوقف می‌کنیم.

**گویدش: گیرم که آن خُفّاشِ لُد**

**علّتی دارد، تو را باری چه شد؟**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۹۸)

لُد: ستیزه‌گر

[خداوند خطاب به انسان فضاگشا که روی خودش کار می‌کند] می‌گوید: «فرض کنیم آن خُفّاشِ ستیزه‌گر که همان من‌ذهنی پردرد است، مرضی دارد؛ اما تو دیگر چه مرضی داری؟ تو که فضاگشا بودی، مدت‌ها مولانا گوش کرده و راه حضور را شناختی، چه اتفاقی برایت افتاد که فضاگشایی و کار روی خود را متوقف کردی؟»

**عام اگر خُفّاشِ طبع‌اند و مَجّاز**

**یوسفا، داری تو آخرِ چشمِ باز**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۱)

مَجّاز: غیرواقعی، ذهنی، درمقابلِ عین

[خطابِ زندگی به کسانی که مرکز عدم را تجربه کرده‌اند:] اگر مردم عادی که طبعِ خُفّاش دارند و در توهم من‌ذهنی به‌سر می‌برند، از روشنایی حضور به تاریکی ذهن و از این لحظه به زمان مجازی گذشته و آینده بگریزند جای تعجب ندارد، اما آخر تو که یوسفیت و چشم‌هشیاری حضور را تجربه کرده‌ای، چرا از جمع تقلید می‌کنی؟

**نکته:** این بیت باید راهنمای کسانی باشد که سال‌ها روی خودشان کار کرده و فضای گشوده‌شده را تجربه و کمکِ زندگی را دریافت کرده‌اند، اما کُندی و سهل‌انگاری می‌کنند و

زندگی‌شان را وقف این کار نمی‌کنند که به حضور برسند، بلکه دوباره کارهای من‌ذهنی برایشان از زنده شدن به خدا مهم‌تر می‌شود.

## مالِشِت بَدْهَم به زَجْر، از اِکتاب تا نتابی سر دگر از آفتاب

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۹۹)

اِکتاب: افسرده شدن، اندوهگین شدن

[ای کسی که برای مدتی با فضاگشایی و دانش مولانا روی خود کار کرده‌ای اما دوباره متوقف شده، جذب ذهن شدی و راه من‌ذهنی را ادامه دادی،] تو را با دردها و اتفاقات ناگوار گوشمالی می‌دهم تا افسرده‌دل و غمگین شوی و دیگر رویت را از آفتاب زندگی برنگردانی، یعنی بیش از این چیزهایی را که ذهن نشان می‌دهد مهم ندانسته و در مرکزت قرار ندهی.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۷۷)

اما مقصود خدا در این لحظه تسلیم توست، یعنی این‌که صرف‌نظر از هر دین و باوری که داری، فضا را باز کرده و به اتفاق این لحظه بله بگویی، زیرا آن اتفاق را عقل کل یا عقل خداوند به‌وجود آورده‌است. پس ای انسان تسلیم‌شده، باید تسلیم را جست‌وجو کنی، یعنی با پذیرش اتفاق این لحظه مرکزت را عدم نگه داری.

**نکته:** تسلیم به‌معنای پذیرش اتفاق این لحظه قبل از قضاوت و رفتن به ذهن است که سبب عدم شدن مرکز ما شده و ما را از جنس هشیاری اولیه و از جنس زندگی می‌کند.

## آدمی چون نور گیرد از خدا هست مسجودِ ملایک زاجتبا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۵۳)

اجتبا: مخفف اجتباء، به‌معنی برگزیدن، انتخاب کردن

همین که انسان فضا را باز می‌کند، خدا او را انتخاب کرده و نورش را به او می‌دهد؛ به همین دلیل همه هشیاری‌ها و فرشتگان به او سجده می‌کنند، به عبارتی او مسجود همه‌چیز می‌شود.

## پس دو چشمِ روشن ای صاحب‌نظر مر تو را صد مادر است و صد پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۷)

پس ای صاحبِ بصیرت، بدان که دو چشمِ بینای تو که با نور عدم و زندگی می‌بیند، از صد پدر و مادر برایت مهربان‌تر و مؤثرتر است.

**نکته:** اگر مرکزمان عدم باشد، لطف و مهربانی بی‌نهایت خداوند به ما می‌رسد. بنابراین نباید به مهر و محبت آدم‌ها در بیرون چشم بدوزیم، بلکه باید فضا را باز کرده و از خداوند مهر بگیریم.

## پاسبانِ آفتابند اولیا

### در بشر واقف ز اسرارِ خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۳۳)

اولیا و انسان‌های زنده شده به خدا پاسبان و نگهبانِ حضور هستند و با ارتعاش به زندگی آتش عشق را روشن نگه می‌دارند. آن‌ها اسرارِ خدا را که در بشر پنهان شده‌است می‌دانند و به انسان‌ها می‌آموزند.

**نکته:** به‌عنوان مثال ما در آینهٔ بزرگانی چون مولانا، اشتباهاتمان را می‌بینیم و جلوی خرابکاری من‌ذهنی خود را می‌گیریم.

## ز آن‌که نورِ انبیا خورشید بود

### نورِ حسِّ ما چراغ و شمع و دود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۵۱)

زیرا نورِ انبیا و اولیا که همه به یک هشیاری واحدِ خدایی زنده‌اند، از جنس خورشید حضور است که همه‌جا را روشن می‌کند، اما نور حس و هشیاری من‌ذهنی‌مان مانند چراغ و شمع است که خوب نمی‌سوزد و دود ایجاد می‌کند. پس به‌جای روشن کردن راهمان، با ایجاد دود آن را تاریک کرده، ما را نسبت به دید عدم کور می‌کند؛ به‌طوری‌که گیج می‌شویم و دیگر نمی‌توانیم خوب ببینیم.

**نکته:** یکی از اشکالات ما این است که به‌جای فضاگشایی و کمک گرفتن از بزرگانی چون مولانا، از طریق فکر و عمل کردن برحسب خرافات و عقل ناقص و محدود من‌ذهنی به خودمان و

جامعه لطمه می‌زنیم. به بیانی ما نور چراغ من‌ذهنی را اصل می‌گیریم و به نور خورشید حضور توجه نمی‌کنیم.

### سایه‌هایی که بُود جویای نور نیست گردد چون کند نورش ظهور

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۶۰)

آن سایه‌هایی که جویای نور و روشنی هستند، همین که نور بتابد محو می‌شوند، درست مانند ما که در من‌ذهنی می‌خواهیم به خدا زنده شویم و جویای نور هستیم، در نتیجه فضا را می‌گشاییم؛ آن‌گاه هنگام طلوع آفتاب زندگی از مرکزمان دیگر دید من‌ذهنی را کنار می‌گذاریم و با نور زندگی می‌بینیم و عمل می‌کنیم.

### در صفات حق، صفات جمله‌شان همچو اختر، پیش آن خور بی‌نشان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۴۳)

صفات و خصوصیات انسان‌هایی چون مولانا که به زندگی زنده شده‌اند، در برابر صفات خداوند مانند ستاره در مقابل نور خورشید، محو شده و دیده نمی‌شود. آن‌ها با خدا یکی شده و دیگر جدا از او در من‌ذهنی نیستند و خصوصیات من‌ذهنی را به نمایش نمی‌گذارند.

### سایه‌ای و عاشقی بر آفتاب شمس آید، سایه لا گردد شتاب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۲۳)

ای انسان، تو در من‌ذهنی مانند سایه‌ای هستی که عاشق آفتاب شده‌ای. به تدریج که فضا را باز کردی و آفتاب حضور از درونت طلوع کرده و بالا آمد، سایه یعنی من‌ذهنی با شتاب محو می‌گردد.

[به عبارتی به محض طلوع آفتاب زندگی از مرکزمان، باید فوراً همانیدگی‌ها را «لا» کنیم و هیچ‌گونه مقاومتی نداشته باشیم.]

## چون به خانه مرغ، اُشتر پا نهاد خانه ویران گشت و سقف اندر فتاد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۶۹)

همین که شتر به خانه مرغ قدم می‌نهد، خانه مرغ که کوچک است ویران می‌شود و سقف خانه فرومی‌ریزد. به بیان دیگر اگر ما با فضاگشایی اجازه دهیم خداوند پایش را روی خانه ذهنی‌مان بگذارد، خانه ذهن ویران می‌شود.

## عقل سایه حق بُود حق آفتاب سایه را با آفتاب او چه تاب؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۱۱)

عقل من‌ذهنی در واقع سایه عقل کل و خداوند است و حضرت حق به منزله آفتاب. سایه چگونه می‌تواند با آفتاب بجنگد و در مقابل آن مقاومت کند؟ همان‌طور که سایه با بالا آمدن آفتاب از بین می‌رود، عقل من‌ذهنی هم در برابر خرد فضای گشوده‌شده زایل شده و صفر می‌گردد.

## شمع چون دعوت کند وقتِ فروز جان پروانه نپرهیزد ز سوز

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۸۰۸)

هرگاه شمع روشن شود و پروانه را به‌سوی خود دعوت کند، جان پروانه از سوختن نمی‌ترسد. به بیانی دیگر وقتی شما فضا را می‌گشایید، شمع عدم و فضای گشوده‌شده روشن می‌شود و من‌ذهنی را دعوت می‌کند که مانند پروانه بسوزد و از این کار پرهیز نکند.

## چون برآمد نور، ظلمت نیست شد ظلم را ظلمت بُود اصل و عَضُد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۳۶)

عَضُد: یاور

همین که نور بتابد، تاریکی محو می‌شود. و از آن‌جا که اصل و یاور ظلم تاریکی است، بنابراین



اگر نور زندگی با فضاگشایی بالا بیاید و ظلمت و تاریکی ذهن محو گردد، ظلم و جفای من‌ذهنی نیز از بین می‌رود.

## ظلمتی را کآفتابش برداشت از دمِ ما، گردد آن ظلمت چو چاشت (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۴۲)

چاشت: هنگام روز و نیمروز

[مولانا از زبان زندگی می‌گوید] اگر آفتاب نتواند تاریکی من‌ذهنی را روشن کند، از دم من همچون روز روشن می‌شود. به عبارت دیگر اوضاع به هم‌ریخته جهان و مسائش با هشیاری جسمی و سبب‌سازی ذهن حل نمی‌شود، اما در صورتی که انسان فضاگشایی کند با دم زندگی و فضای گشوده‌شده حل خواهد شد.

## همره خورشید را شب‌پرِ مخوان آن‌که او مسجود شد، ساجدِ مدان (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۸۹)

شب‌پر: شب‌پره، خفاش

کسی را که مانند مولانا همراه و همنشین خورشید زندگی است، خفاش خطاب مکن؛ زیرا او دیگر من‌ذهنی نیست، به تاریکی‌ها و ماندن در ذهن علاقه‌ای ندارد و همه موجودات بر او سجده می‌کنند، بنابراین چنین شخصی را که مسجود همگان است، سجده‌کننده خطاب مکن؛ چراکه او دیگر به همانندگی‌ها و چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد سجده نمی‌کند.

## شمس باشد بر سبب‌ها مُطَّلَع هم از او حبلِ سبب‌ها مُنْقَطِع (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۱۱)

حبل: ریسمان

[با گشوده شدن فضای درونمان، خورشید حضور می‌تابد و ما به صورت ناظر به ذهنمان نگاه می‌کنیم.] این خورشید بر همه سبب‌های ذهنی آگاه است و فکرها را می‌بیند و در عین حال نیز

ریسمان اسباب و افکار که به صورت فکر بعد از فکر از ذهن می‌گذرند، با نگاه ناظر از آن خورشید گسسته می‌شود و هشیاری از فاصله بین دو فکر آزاد می‌گردد.

**نورِ حق بر نورِ حسِ راکب شود**  
**آنکهی جان سویِ حق راغب شود**  
 (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۹۰)

اگر ما فضا را باز کنیم و نور زندگی بر من‌ذهنی سوار شود، یعنی من‌ذهنی در معرض نور زندگی حاصل از فضاگشایی قرار گیرد، آن‌گاه جان ما که هنوز در ذهن است راغب و مایل به حق می‌شود، یعنی به زندگی ارتعاش کرده و تحت‌تأثیر و نفوذ آن قرار می‌گیرد؛ به‌طوری‌که من‌ذهنی قدرتش را از دست می‌دهد و جان ما درک می‌کند که نباید چیزهای ذهنی را در مرکزش قرار دهد، بلکه باید مرکزش را عدم نگه دارد.

**نور یابد مستعدِ تیزگوش**  
**کاو نباشد عاشقِ ظلمتِ چو موش**  
 (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵)

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

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

**نک جهان در شب بمانده میخ‌دوز**  
**منتظر، موقوف خورشیدست روز**  
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۵۰۱)

میخ‌دوز: دوخته به میخ، کسی که او را با میخ به زمین می‌بستند.

اینک که جهان در شب جهالت فرو رفته و اکثر انسان‌ها در ذهن میخکوب شده‌اند و در

من‌ذهنی زندگی می‌کنند، جهان منتظر خورشید هدایت است تا از درون انسان‌ها بالا بیاید و روز حضور فرا رسد.

**نکته:** در این بیت مولانا نوید فرا رسیدن روزی را می‌دهد که از جنس حضور است. تجربه کردن سبکی جدید و فرهنگی دگر که با زندگی امروز بشر که در من‌ذهنی است فرق دارد. برای رسیدن به چنین روزی باید متوسط هشیاری حضور از هشیاری جسمی بالاتر رود، خورشید زندگی از درون انسان‌ها بالا بیاید و انسان‌ها به زندگی زنده شوند.

[این بیت نشان می‌دهد چقدر مهم است که هر یک از ما به صورت فردی روی خود کار کنیم و سهم خود را در بالا بردن هشیاری حضور پردازیم، تا جهان بتواند چنین روزی را تجربه کند.]

### گر همی‌خواهی که بفروزی چو روز

### هستی همچون شب خود را بسوز

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۱۰)

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

### سجده‌گه را ترکن از اشک روان

### کای خدا تو وارِهانم زین گمان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۸۶)

فضای گشوده‌شده را که سجده‌گاه توست مرتب از گریهات تر کن. فارغ از سود و زیان من‌ذهنی لحظه‌به‌لحظه فضا را باز کن، به طوری که این آرزومندی باز شدن فضا و کنار رفتن عقل من‌ذهنی در تو مدام زیادتر شود و کاهش نیابد، و آن قدر لطیف شوی تا به جنسیت خداگونه‌ات برسی. آن‌گاه بگویی: «ای خدا، از این گمان بد، از این من‌ذهنی که هر لحظه مرا از یک فکر همانیده به فکر همانیده دیگر می‌برد، نجات بده و رهایم کن.»

## گر رهایی بایدت زین چاه تنگ ای برادر رو بر آذر بی درنگ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۹۴)

اگر ضرورتِ رهایی از چاهِ تنگِ ذهن و همانیدگی‌ها بر تو روشن شده و می‌خواهی از ذهن نجات یابی پس ای برادر باید بی‌درنگ در همین لحظه به‌سوی آتشِ درد هشیارانه بروی و با فضاگشایی ایرادها و همانیدگی‌هایت را شناسایی کرده و بیندازی، صبر کنی و شکر گویی تا این آزادی صورت گیرد.

## سوی حق گر راستانه خم شوی وارهی از اختران، محرم شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۸۳)

اگر حقیقتاً فضاگشایی کرده، با خلوص دل و من‌ذهنی صفر در برابرِ خدا تسلیم شوی، در این صورت از پرستش همانیدگی‌ها رهایی خواهی یافت، از من‌های ذهنی دور شده، محرمِ خدا و با او یکی می‌شوی.

**نکته:** ما باید در خود بازبینی کنیم و ببینیم آیا واقعاً این تسلیم ما تسلیم است؟ راست هستیم؟ ریا نمی‌کنیم؟ دروغین نیستیم؟ تظاهر نمی‌کنیم؟ خودمان را گول نمی‌زنیم و آیا هنوز همانیدگی‌ها را می‌پرستیم؟

## سوی خود کن این خُفاشان را مطار زین خُفاشی‌شان بخر، ای مُستجار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۳۲)

مطار: پرواز کردن

مُستجار: پناه‌دهنده

خداوندا، این من‌های ذهنی خُفاش‌صفت را به‌سوی خود پرواز ده. ای پناه‌دهنده، آنان را از من‌ذهنی بودن رها کن.

**نکته:** فقط خداست که می‌تواند ما را با فضاگشایی از ظلمت و تاریکی من‌ذهنی نجات دهد.

وآن خُفاشی را که ماند او بی‌نوا

می‌کنش با نور، جُفت و آشنا

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۵۶)

خداوندا، آن خفاش بی‌توشه را که در من‌ذهنی بی‌نوا شده و در ذهنش مانده‌است، با نورِ خودت قرین و آشنا کن.

**نکته:** البته ما باید روی خود کار کنیم و از طریقِ فضاگشایی و حضور در لحظه با زندگی قرین شویم، تا خداوند بتواند ما را از این من‌ذهنی نجات دهد.

بی فروغت روزِ روشن هم شب است

بی پناهت شیر اسیرِ آرَنب است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۵۷)

آرَنب: خرگوش

خداوندا، بدون نور فضای گشوده‌شده درونم که از جنس توست، حتی روزِ روشن نیز مانند شبِ ظلمانی است؛ چراکه اگر ما در من‌ذهنی باشیم همه‌چیز برایمان تاریک و پردرد است و بدون پناه تو، حتی شیر که نماد اصل ماست اسیر خرگوش، یعنی فکرهای همانیده است.

دزد و قلاب است خصمِ نور، بس

زین دو ای فریادرس، فریاد رس

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹)

انسان دزدی که زندگی را می‌دزدد و آن را تبدیل به درد، مانع و مسئله می‌کند و همچنین انسان حقه‌بازی که من‌ذهنی دارد ولی ادعا می‌کند به حضور زنده است و می‌تواند دیگران را هدایت کند، این‌ها دشمنِ نورند. ای خدای فریاد رس، از دستِ این دو به فریادمان برس.

تا بمیرد تیرگی ای نورِ نور

هین بکش ما را ز تاریکی به نور

(شاپور عبودی)

ای نورِ نور، ای خداوند، ما را از تاریکی ذهن به سمت نور این لحظه بکش تا این تیرگی من‌ذهنی

به طور کلی بمیرد و ما به تو زنده شویم.

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 ۹۷۳ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)

کتاب های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)

با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه های گنج حضور

پایان

جهت همکاری با کارگروه خلاصه‌نویسی برنامه‌های گنج حضور، در بخش کار با کامپیوتر با آیدی:

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

در تلگرام تماس بگیرید.

لینک کانال خلاصه برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/GanjeHozourSummNotes>