

برنامه

۹۸۲

آنگاه حضور

تاریخ اجرا: ۱۹ / ۷ / ۱۴۰۲

اجرا: آقای پرویز شهبازی

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)

👉 در راه تکامل هشیاری، ما اول جماد بودیم، بعد تبدیل به نبات و حیوان شدیم، سپس در ذهن منذهنی درست کردیم، اسیر آن شدیم و به جست‌وجوی غلط افتادیم. مولانا می‌گوید منذهنی مانند مویی است که جلوی چشم عدم ما را گرفته‌است، پس اسیر یک مو شدن شایسته انسان‌های هوشمندی مثل ما نیست و این مو اکنون دارد طرز زندگی را به ما تحمیل می‌کند و ما در زندان آن هستیم.

خدایا، ما به اندازه یک مو با تو فاصله داریم. یک مویی که جلوی ما را گرفته و بین ما و تو مانع ایجاد کرده، برای رهایی از زندان منذهنی از تو کمک می‌خواهیم.

ما مرید تو، مرید عشق هستیم، می‌خواهیم با تو به وحدت برسیم، بنابراین هر لحظه تسلیم را تمرین می‌کنیم، تا به تو تبدیل شویم.

جانا قبول گردان این جست‌وجوی ما را  
بنده و مرید عشقیم، برگیر موی ما را

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۳

برگرفتن موی: نشانه بندگی و ارادت بوده‌است.

👉 همه ما از جنس زندگی هستیم، اما با آمدن به این جهان یک چیز جدیدی به نام منذهنی درست کرده‌ایم، درواقع منذهنی همه ما مثل هم است، فقط اقلامی که برای به‌وجود آوردن منهای ذهنی به کار رفته، مختلف است. این اقلام از جنس فکر هستند، همه منهای ذهنی از نظر ساختار یکی هستند، ولی محتوای فکری آن‌ها فرق دارد، منذهنی براساس جدایی و همانندگی تشکیل می‌شود و یک جسم جداست، بنابراین همه ما در منذهنی از هر لحاظ مشابه هم هستیم، همه ما هم در جست‌وجوی اصلمان هستیم و تقریباً جست‌وجوی ما غلط است.

👉 این که لحظه به لحظه در ذهن ما فکرها تغییر می‌کنند، نشان‌دهنده این است که ما در حال جست‌وجوی خداوند هستیم.

حتی وقتی این لحظه فضا را باز می‌کنیم و مرکزمان عدم می‌شود، باز هم در حال جست‌وجو هستیم، اما این دفعه یک عدم بزرگتر را به صورت خداوند و وسیع‌تر شدن فضای درون جست‌وجو می‌کنیم.

🔥 دو جور جست‌وجو وجود دارد. یکی این‌که ما بیاییم با چیزهای این‌جهانی همانیده شویم و من‌ذهنی درست کنیم، مرتب فکرها عوض شوند و دنبال یک من‌ذهنی بزرگتر بگردیم، دیگر این‌که فضا را باز کنیم مرکز ما عدم شود، آن موقع دیگر اصل خودمان و زندگی را جست‌وجو کنیم، این جست‌وجو درست است.

🔥 خداوندا، ما بلد نیستیم تو را جست‌وجو کنیم، بلد نیستیم خودمان باشیم، هر لحظه خودمان را با جست‌وجوی غلط به یک چیز دیگر تبدیل می‌کنیم که اسمش «غیر» یا من‌ذهنی است. هر چیزی که ذهن ما نشان می‌دهد، نسبت به اصل ما، غیر است. اصل ما امتداد خداوند است که با فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه حاصل می‌شود.

🔥 عشق چیست؟

عشق یعنی زنده شدن به زندگی. به درجه‌ای که در درون فضا را باز می‌کنیم و با زندگی یکی می‌شویم، به عشق دسترسی پیدا می‌کنیم. عشق یعنی وحدت مجدد با خداوند و شناسایی خود به صورت او؛ همچنین دیگران را از جنس زندگی دیدن، برای این کار ابتدا ما خودمان را باید از جنس خداوند ببینیم، پس باید درست جست‌وجو کنیم و از جست‌وجوی غلط دست برداریم.

🔥 خداوندا، اول و آخر تو هستی. ما ابتدا به صورت هشیاری بی‌فرم به این جهان می‌آییم من‌ذهنی می‌سازیم، با کار روی خود، به صورت هشیاری از همانیدگی‌ها آزاد شده و به تو زنده می‌شویم، در این میان من‌ذهنی که براساس همانیدگی‌ها می‌بیند، هیچ‌هیچ است که ارزش بیان ندارد.

اوّل و آخر تویی ما در میان  
هیچ هیچی که نیاید در بیان

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱

👉 مولانا می‌گوید، ما باید خداوند را که اصلمان است جست‌وجو کنیم، چون با او عهد و پیمانی بستیم که همان عهد الست است، اما با آمدن به این جهان آن عهد و پیمان یادمان رفته، درواقع ما فطرتاً از جنس خداوند هستیم و خداوند هم ذاتاً عاشق خودش است، ما هم عاشق خودمان هستیم، درنتیجه دائماً در حال جست‌وجوی اصلمان هستیم، اما به اشتباه در این جست‌وجو به جای خداوند و اصل خودمان، من‌ذهنی را پیدا می‌کنیم و فکر می‌کنیم من‌ذهنی هستیم، بنابراین مولانا غلط بودن این جست‌وجو را به ما یادآوری می‌کند.

جانا قبول گردان این جست‌وجوی ما را

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۳

👉 قبل از ورود به این جهان ما هشیاری بی‌فرم هستیم که مرکزمان عدم است، یعنی برحسب عدم، برحسب خداوند فکر و عمل می‌کنیم. بعد از وارد شدن به این جهان شروع به فکر کردن می‌کنیم و چیزهای این‌جهانی را به مفهوم درمی‌آوریم و بلافاصله از پدر و مادرمان، از اجسامی که می‌بینیم، یک تصویر ذهنی درست می‌کنیم، درست کردن این تصویر ذهنی، درواقع همان فکر کردن است، ولی به تدریج متوجه می‌شویم که برخی از این آدم‌ها و چیزهای اطراف ما مهم هستند، چون به بقای ما کمک می‌کنند، درنتیجه به عملی دست می‌زنیم که اسمش همانیدن است.

👉 همانیدن یعنی تزریق حس هویت به تصویر ذهنی چیزهای مهم؛ با این کار مرکز ما که قبلاً عدم بود تبدیل به جسم فکری می‌شود و دیگر برحسب آن‌ها فکر و عمل می‌کنیم و عقلمان را از آن چیزها می‌گیریم.

ما یاد می‌گیریم که تعداد زیادی از اقلام فکری مهم هستند، بنابراین با چیزهای فراوانی به صورت فکر همانیده می‌شویم و مرتب از فکری به فکر دیگر می‌پریم، با گذشتن از فکری به فکر همانیده دیگر، من ذهنی تشکیل می‌شود.

متأسفانه ما به غلط اصلمان را من ذهنی می‌دانیم. چون وقتی به دنیا می‌آییم چشممان را به من ذهنی باز می‌کنیم. من ذهنی از فکر ساخته شده و توهم است که با گذشتن سریع از فکری به فکر دیگر ایجاد می‌شود. با تشکیل من ذهنی، عقل، حس امنیت، هدایت و قدرت را از اجسام می‌گیریم و فکر می‌کنیم من ذهنی هستیم.

از اعمالِ فکرهای همانیده به تن ما هیجان به وجود می‌آید، هیجاناتی مثل خشم، ترس، حسادت، کینه‌ورزی، توقع، رنجش و دردهایی از این قبیل، این‌ها درواقع هیجان‌اتِ عادی من ذهنی هستند که رفتار ما را تعیین می‌کنند، درنتیجه دردهای من ذهنی هدایت ما را در دست می‌گیرد و این غلط است.

پایان قسمت اول - بخش اول

شروع قسمت دوم - بخش اول

اغلب اوقات ما از خداوند یک تصویر ذهنی می‌سازیم و دنبال توهم می‌رویم، چنین جست‌وجویی غلط است، همچنین مولانا نیز به ما نهیب می‌زند که ای انسان، داری اشتباه جست‌وجو می‌کنی و قدرتی که از من ذهنی می‌گیری، آن هم غلط است.

اکثریت مردم جهان، با عقل من ذهنی زندگی می‌کنند. عقل من ذهنی عقل نیست، گاهی موفق می‌شود، گاهی شکست می‌خورد، این عقل از اتفاقات و حوادث ناگوار که توسط قضا و کن‌فکان پیش می‌آید مصون نبوده و گرفتار ریب‌المنون خواهد شد.

عقل جزوی، گاه چیره، گه نگون  
عقل کلّی، ایمن از رَبِّ الْمَنُون

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۴۵

رَبِّ الْمَنُون: حوادث ناگوار

یکی از خاصیت‌های من‌ذهنی ضرر زدن به ماست.

همین‌که وارد ذهن می‌شویم و من‌ذهنی می‌سازیم هر فکر و عملی که می‌کنیم به ما ضرر می‌زند. می‌دانیم که در ابتدای ورود به این جهان حتماً باید من‌ذهنی درست کنیم، وگرنه نمی‌توانیم باقی بمانیم، اما پس از ده دوازده‌سالگی این من‌ذهنی دیگر لازم نیست و هرطور شده باید از درون ذهن بیرون بیایم، ولی متأسفانه چون خودمان را من‌ذهنی می‌دانیم، از ذهن بیرون نمی‌پریم و دائماً به خودمان و دیگران لطمه می‌زنیم.

مولانا می‌گوید، با من‌ذهنی هر فکر و عملی که می‌کنی به خودت ضرر می‌زنی، یعنی اگر می‌خواهی از این فضای ضررزننده به سلامت بگذری، در این صورت چشمت را از تمام همانیدگی‌ها ببند و پایان را ببین؛ پایان این است که فضا را باز و مرکزت را عدم کنی تا در مرکزت هیچ‌چیز نمائند در این حالت دوباره به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده می‌شوی، چون برای همین کار آمده‌ای، وقتی به هر درجه‌ای به او زنده و از جنس اصلت شوی، دیگر من‌ذهنی نیستی، در این صورت به منظور آمدنت رسیده‌ای و به سلامت از این فضای ضرر گذر کرده‌ای؛ این پایان‌نگری است، پایانت زنده شدن به عشق، به خداوند است.

گر همی خواهی سلامت از ضرر  
چشم زاوّل بند و پایان را نگر

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۶۰



👉 فضای ذهن که هیچ است و عقلش هم عقل نیست، اکنون به بشریت مسلط شده و نه تنها روی افراد به طور شخصی بلکه در خانواده و در جامعه هم اثر مخرب می‌گذارد، مثلاً ما مرتب براساس من‌ذهنی با هم مسابقه می‌دهیم و دنبال برتری‌طلبی هستیم که این‌ها همه توهم و پوچ است. مولانا می‌گوید، این کار غلط است. عقل من‌ذهنی مرتب به ما ضرر می‌زند و ما را به سوی جهنم می‌برد و به ما هشدار می‌دهد که باید این عقل یا من‌ذهنی مخرب را کنار بگذاریم، پس ناظر ذهنمان می‌شویم و هرچه که ذهنمان نشان می‌دهد در اطرافش فضاگشایی کرده و عمیقاً درک می‌کنیم در چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد زندگی وجود ندارد و هر اتفاقی می‌افتد برای ما مهم نیست. مهم زنده شدن ما به خداوند است.

👉 اصل این است که مرکز همه ما عدم شود و هر لحظه در اطراف رفتارهای همدیگر فضا باز کنیم، اگر در اطراف تفاوت‌ها که ذهن آن‌ها را خیلی جدی و مهم می‌داند فضا باز کنیم، پس داریم به همدیگر کمک می‌کنیم که درست پیش برویم، پس ما وظیفه داریم و مسئول هستیم که هم خودمان هیجانات منفی نداشته باشیم و هم این‌که کسی را عصبانی نکنیم، نترسانیم، به ذهن نکشیم و به او القا نکنیم که تو من‌ذهنی هستی.

👉 من‌ذهنی هر فکر و عملی می‌کند، هر هیجانی به او دست می‌دهد هیچ فایده‌ای ندارد، بلکه ضرر اندر ضرر است، یعنی من‌ذهنی در این جهان دائماً حول و حوش مرگ می‌گردد و به خودش لطمه می‌زند. موفقیت‌هایش دوامی ندارد و در توهم زندگی می‌کند.

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کُند  
نَفْسِ زنده سويِ مرگی می‌تَند

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

👉 همه ما در من‌ذهنی و به لحاظ جنسِ زندگی یکی هستیم. یعنی همه ما باید دوباره برگردیم و با فضاگشایی به خداوند زنده شویم تا درست ببینیم، همه ما مجهز به زبان زندگی و خرد کل هستیم، تنها در این صورت است که می‌توانیم جهان را آباد کرده و تبدیل به بهشت کنیم. چرا جهان کنونی برای ما بهشت نیست؟

برای این که عقل من ذهنی را اصل می‌دانیم، و فکر می‌کنیم من ذهنی هستیم. حداقل شما شخصاً این‌گونه نباشید. از جمع هم تقلید نکنید. اگر جمع شروع به خرابکاری کرد، شما نباید تقلید کنید، باید بگویید من به حرف مولانا گوش می‌دهم و می‌دانم اگر وارد ذهن شوم، برحسب آن فکر و عمل کنم، به خودم و به دیگران ضرر خواهم زد.

پایان قسمت دوم - بخش اول

شروع قسمت سوم - بخش اول

👉 خداوندا، من از جنس تو هستم و با فضاگشایی اقرار به الست می‌کنم و می‌گویم آن چیزی را که روز الست به من گفته بودی، دوباره بگو، چون من آن عهد و پیمان را فراموش کرده‌ام. ای هشیاری، ای اصل و ذات من، ای ماه‌رو، سلام و درود من بر تو باد، من به‌عنوان امتداد تو و الست که ذات اصلی من است، مانند تو زیبارو هستم و می‌خواهم با فضاگشایی در این لحظه به تو زنده شوم و زنده بمانم، پس وقتی می‌گویم من از جنس زندگی هستم، یعنی سلام من به‌عنوان خداوند بر خداوند باد، یا به‌عبارتی دارم از جنس تو می‌شوم و لحظه‌به‌لحظه خوشی زندگی را تجربه می‌کنم. لحظه‌به‌لحظه دم زنده‌کننده‌ات را دریافت نموده و با فضاگشایی پی‌درپی من ذهنی مرده‌ام به تو زنده می‌شود.

بازگو آنچه بگفتی که فراموشم شد  
سَلِّمَ اللّٰهُ عَلَیْکَ، ای مَه و مَه‌پاره ما

سَلِّمَ اللّٰهُ عَلَیْکَ، ای همه ایامِ تو خوش  
سَلِّمَ اللّٰهُ عَلَیْکَ، ای دَمِ یُحِیِّی الْمَوْتِی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۹  
سَلِّمَ اللّٰهُ عَلَیْکَ: سلام خدا بر تو باد. خدا بر تو درود فرستاد.  
مَه‌پاره: کنایه از زیبارو  
یُحِیِّی الْمَوْتِی: زنده می‌کند مردگان را، برگرفته از آیات قرآن کریم.



📖 وقتی ما من‌ذهنی داریم، آن چیزی را که ذهنمان نشان می‌دهد دوست خودمان می‌دانیم، درحالی‌که دوست حقیقی ما خداوند است، یعنی ما به‌عنوان خداییت باید زندگی را دوست خودمان بدانیم، چون اصل ذات ما از خداوند است و خداوند عاشق خودش است، ما هم به‌عنوان امتداد خدا باید عاشق خودمان باشیم.

«أَمْ اتَّخَذُوا مِنْ دُونِهِ أَوْلِيَاءَ فَاللَّهُ هُوَ الْوَلِيُّ وَهُوَ يُحْيِي الْمَوْتَى وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ»

«آیا جز خدا را به دوستی گرفتند؟ دوست حقیقی خداست و اوست که مردگان را زنده می‌کند، و اوست که بر هر کاری تواناست.»

قرآن کریم، سوره شوری (۴۲)، آیه ۹

📖 اگر با من‌ذهنی به زندگی ادامه دهیم، اتفاقات ناگواری برای ما پیش خواهد آمد و باید به زور به سمت فضای یکتایی کشیده شویم، به‌عبارتی باید اتفاقات بد برای ما بیفتد، به بلا و گرفتاری دچار شویم، سرمان به دیوار بلا بخورد تا متوجه شویم این راهی که داریم می‌رویم اشتباه است و به جهنم ختم می‌شود، آن وقت پند بزرگان را می‌پذیریم و با فضاگشایی آرام‌آرام به خدا زنده می‌شویم.

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

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳

📖 شما باید قانون جبران را انجام دهید و این بیت‌ها را زیاد بخوانید. آن‌قدر بخوانید که از به‌هم پیوستن این ابیات چراغی در درونتان روشن شود یا یک طرحی در درون شما خودش را به شما نشان دهد، اگر به‌اندازه کافی نخوانید و تکرار نکنید، به نتیجه نخواهید رسید. نگویید مولانا اثر نمی‌کند، شاید شما بد می‌خوانید.

📖 گر بروید، ور بریزد صد گیاه  
عاقبت بر روید آن کشته‌اله

کِشْتِ نو کارید بر کِشْتِ نخست  
این دوم فانی است و آن اوّل درست

کِشْتِ اوّل کامل و بُگزیده است  
تخمِ ثانی فاسد و پوسیده است

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۷ - ۱۰۵۹

خداوند خودش را در ما کِشْتِه، یعنی ما با او همانیده شدیم، گفته من در تو خواهم رویید. حالا بعداً ما آمدیم «کِشْتِ نو» روی آن کاشتیم، یعنی با چیزها همانیده شدیم، کِشْتِ های دوم همه براساس چیزهای ذهنی است که آفل هستند. هرچه که ذهن نشان می دهد از بین رفته و گذرا است و فقط آن کِشْتِ اوّل درست است. کِشْتِ اوّل که خداوند خودش را در ما کاشته هیچ اشکالی ندارد، کامل است. نیاز نیست شما برای درست کردن آن کاری انجام دهید، ما به بیراهه رفتیم، بیشتر جست و جوی ما در این جهان این است که ببینیم خداوند را در خودمان چه جوری کامل کنیم؟ این غلط است. کِشْتِ اوّل کامل و انتخاب شده خداوند است. اما همانیدگی ها تخم ثانی هستند، خواهند پوسید و از بین خواهند رفت.

پایان قسمت سوم - بخش اول

ابتدای قسمت چهارم - بخش اول

ای انسان، آیا تو نخوانده ای که خداوند بی نهایت فراوانی اش را به تو بخشیده، پس چرا این قدر تنگ نظر و خسیس هستی؟

خسیسی و تنگ نظری از خاصیت های من ذهنی هستند، در صورتی که خاصیت های من ذهنی را شناسایی کرده باشید، متوجه شده اید که همه مضر هستند. آیا ما فضا را باز می کنیم و سلامتی، موفقیت و خوشبختی را به دیگران روا می داریم؟ اگر این طور است، در این صورت به خودمان هم روا می داریم.

نه تو اعطیناگ کوثر خوانده‌ای؟  
پس چرا خشکی و تشنه مانده‌ای؟

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۲

✍️ خداوند بی‌نهایت فراوانی‌اش را به همه انسان‌ها داده‌است، اما انسان‌ها با انقباض و مقاومت نسبت به اتفاق این لحظه آن را خراب می‌کنند.  
ما با منقبض شدن تنگ‌نظرتر می‌شویم. هرچه من‌ذهنی قوی‌تر می‌شود همانندگی سخت‌تر و دردمان زیادتر می‌شود و دچار جهل و حرص بیشتری می‌شویم، به این صورت که شهوت و حرص چیزها را داریم و از آن‌ها طلب زندگی می‌کنیم که این کاملاً غلط است.

✍️ وقتی ما من‌ذهنی داریم، چون مرکزمان جسم است، هرچه کوشش کنیم نمی‌توانیم موفق شویم. جهد و کوشش من‌ذهنی بی‌توفیق و بی‌حاصل است، ضرر می‌زند، هر کاری انجام می‌دهد، درد ایجاد می‌کند، بنابراین با من‌ذهنی و ذهن همانیده هرچه می‌دوزیم، توسط قضا و کن‌فکان پاره شده و از بین می‌رود.

جهد فرعون، چو بی‌توفیق بود  
هرچه او می‌دوخت، آن تفتیق بود

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۴۰

تفتیق: شکافتن

✍️ انسان فطرتاً به لحاظ دینی «خداگرا» است، او جسم‌گرا نیست. نباید جسم‌ها را به مرکزش بیاورد، منتها ما از همدیگر یاد می‌گیریم و چیزها را در مرکزمان می‌گذاریم، در نتیجه مرکزمان از عدم خارج شده و به جسم تبدیل می‌شود.

✍ ما به این جهان آمده‌ایم که به ذات اصلی‌مان که خداوند است، به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شویم و این غرض و مقصود اصلی آمدن ما به این جهان است. ما برای این نیامده‌ایم که پولمان را زیاد کنیم بمیریم و برویم، یا بدنمان را زیبا کنیم. انسان در من‌ذهنی یکی از ضررهایی که به خودش می‌زند این است که بدنش را خراب می‌کند، ما نمی‌دانیم چه‌طوری! ولی بدنمان خراب می‌شود، درحالی‌که اگر با فضای گشوده‌شده، با عشق یکی شویم، این بدن هم سالم می‌ماند.

✍ ای انسان، هر لحظه فضا را باز و مرکزت را عدم کن، عقل من‌ذهنی را کنار بگذار، عقل و تدبیر خداوند را بگیر. حتی زمانی که با ذهنت فکر می‌کنی، باز هم اوست که می‌داند چه چیز را به مرکزت بیاورد که برحسب آن فکر کنی. حتی تدبیر تو برحسب من‌ذهنی هم به‌وسیله او درست می‌شود.

افکن این تدبیر خود را پیش دوست  
گرچه تدبیرت هم از تدبیر اوست

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۶۰

✍ با سرکشی و جهل من‌ذهنی نمی‌توانیم جهان را اداره کنیم، اگر به‌طور جمعی یک اتفاقاتی بیفتد، بحرانی پیش بیاید، متوجه می‌شویم به کمک و همکاری هم احتیاج داریم، ولی همین‌که بحران فروکش می‌کند، دوباره سرکشی ما اوج می‌گیرد، ما باید به هم کمک کنیم، همه ما یکی هستیم و دشمن هم نیستیم، اما من‌ذهنی همه را دشمن خودش می‌داند، باید این را بدانیم که همه ما زیر جهل من‌ذهنی هستیم.

✍ ما همیشه باید آماده فضاگشایی باشیم، هر عملی باید با فضاگشایی صورت بگیرد، برای این‌که ما اسیر و عاشق خداوند هستیم، چیز دیگری نمی‌توانیم باشیم، پس در این لحظه تسلیم و با خرد کل یکی می‌شویم، تا عقل او عقل ما شود و براساس خرد او فکر و عمل کنیم.

هرچه کاری، از برای او بکار  
چون اسیر دوستی ای دوست‌دار

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۶۲

شروع بخش دوم\_ قسمت اول

چشم او مانده‌ست در جوی روان  
بی‌خبر از ذوق آب آسمان

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۵

👉 ذهن جای زندگی نیست، عقل درستی به ما نمی‌دهد و مدام به ما ضرر می‌زند، اما مردم از این فضای ذهن نمی‌گذرند. چشمشان در جوی روان فکر بعد از فکر مانده‌است. یک فکر به ذهن و به مرکز می‌آید، دوباره فکر بعدی و فکر بعدی، این کار همان سبب‌سازی ذهن و جوی روان فکرها است که ما را از ذوق آب زندگی، بی‌خبر نگه می‌دارد. تا فضا را باز نکنیم از آسمان درون باران نمی‌بارد. باز کردن فضا یعنی چه؟ یعنی در مقابل این فکرهای پشت‌سرهم بی‌قضاوت و بی‌مقاومت شویم، یعنی براساس آن‌ها با واکنش‌هایی نظیر ترس، خشم، حسادت و ملامت عمل نکنیم.

👉 ما از تصویر ذهنی اشیا و اشخاص حس هویت می‌گیریم و براساس آن‌ها از خودمان هم یک تصویر ذهنی می‌سازیم که بتوانیم به دیگران معرفی کنیم که اصطلاحاً به آن من‌ذهنی می‌گوییم و متأسفانه از یک جایی به بعد دیگر خودمان را همین تصویر ذهنی می‌دانیم. در من‌ذهنی به سبب‌سازی می‌افتیم و به‌طور توهمی علت و معلول‌هایی درست می‌کنیم. با فکر بعد از فکر، مرتب می‌گوییم این سبب آن می‌شود، آن سبب این می‌شود و متأسفانه خدا را نیز همین‌طور جست‌وجو می‌کنیم. به‌قول مولانا سال‌هاست که مانند قوم موسی در گرما و دردهای ذهن، مانده و درجا می‌زنیم، زیرا چشممان به فکر بعد از فکر است.

همچو قومِ موسی اندر حرّ تیه  
مانده‌ای بر جای، چل سال ای سفیه

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۸

✍️ انسانی که در ذهن مانده، همه حواس، همت و کوشش خود را برای سبب‌سازی به کار می‌برد، فضا را باز نمی‌کند تا بفهمد که همه چیز از مسبب، یعنی از خداوند می‌رسد. کسی که فضا را باز کند، واکنش ذهنی از پیش تعیین شده نشان نمی‌دهد، آشکارا مسبب را می‌بیند، یعنی از جنس زندگی می‌شود، در این صورت به ذهن نرفته و دل به سبب‌سازی توهمی نمی‌بندد، بلکه پشت همه اتفاقات خدا را می‌بیند.

مَرکِبِ هَمّتِ سَویِ اسبابِ راند  
از مُسَبِّبِ لاجَرَمِ محروم ماند

آنکه بیند او مُسَبِّبِ را عیان  
گی نهد دل بر سبب‌های جهان؟

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۵

✍️ از کودکی به ما یاد داده‌اند برحسب جسمی که ذهن نشان می‌دهد و به مرکزمان آورده ببینیم و این روپوش است زیرا حقیقت را می‌پوشاند، بنابراین فکر می‌کنیم این چیزها هستند که سبب اتفاقات و تغییر وضعیت‌ها می‌شوند، در نتیجه از مسبب که با فضاگشایی خود را به ما نشان می‌دهد، غافل شده و عاشق این روپوش‌ها شده‌ایم. هر چیز ذهنی که به مرکزمان آورده و برحسب آن می‌بینیم و فکر می‌کنیم، روپوش است و ما به آن تمایل داریم، برای این که فکر می‌کنیم ما را به مقصد و خوشبختی می‌رساند، غافل از این که سبب‌سازی‌ها به ما زندگی نمی‌دهند، بلکه باید فضا را باز کنیم تا از جنس اصلی‌مان شویم و از ایجاد درد برای خود و دیگران مصون بمانیم.



تو ز طفلی چون سببها دیده‌ای  
در سبب از جهل بر چفسیده‌ای

با سببها از مُسبّب غافلی  
سوی این روپوشها ز آن مایلی

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۳-۳۱۵۴

چفسیده‌ای: چسبیده‌ای

👉 برای زندگی با هموعانمان، سبب‌سازی کار نمی‌کند، بلکه باید از جنس خداوند شویم. از کودکی عادت به سبب‌سازی کرده‌ایم، اما دیدیم که سببها ما را موفق نکردند. وقتی سببها می‌روند، تعجب می‌کنیم و می‌گوییم، من فکر می‌کردم که اگر این‌طور کنم، این‌طور می‌شود، این سبب آن می‌شود، چرا نشد؟! اگر بعضی چیزها را برای همسرم بخرم، مرا دوست خواهد داشت، هرچه می‌خواست خریدم اما نه تنها دوستم ندارد، اوضاع بدتر هم شده‌است. بر سرم می‌زنم! «رَبَّنَا و رَبَّنَا» می‌کنم، خدایا چکار کنم؟

چون سببها رفت، بر سر می‌زنی  
رَبَّنَا و رَبَّنَا می‌گنی

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۵

پایان بخش دوم- قسمت اول

شروع بخش دوم- قسمت دوم

👉 ربّ می‌گوید: برو سوی سبب  
چون ز صنعم یاد کردی؟ ای عجب

گفت: زین پس من تو را بینم همه  
ننگرم سوی سبب و آن دمدمه

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۶-۳۵۷

صنع: آفرینش، آفریدن، عمل، کار، نیکی کردن، احسان  
دمدمه: شهرت، آوازه، مکر و فریب

خداوند می‌گوید ای انسان، چه عجب از صنع من یاد کردی؟! برو به سبب‌سازی ذهن! چه شد به یاد  
من افتادی که فضا را باز کنی و به آفریدگاری من رو بیاوری!  
اگر فضا را باز کنیم، به «صنع» خداوند رومی‌آوریم و هر لحظه نو می‌شویم، اما اگر فضا را ببندیم در  
انقباض، سبب‌سازی ذهن و کهنگی باقی می‌مانیم.  
ما اگر متوجه باشیم می‌گوییم، پس از این من فضا را باز می‌کنم، به صورت عدم تو را به مرکز می‌آورم  
و به حرف‌های من‌ذهنی و سبب‌سازی‌اش گوش نمی‌دهم. چیزهای ذهنی را به مرکز نمی‌آورم و به  
دمدمه و افسون و فریب ذهن گوش نمی‌دهم.

👉 خداوند به انسان می‌گوید این تو هستی که به ذهن رفته و مشغول سبب‌سازی می‌شوی و خودت  
را از رحمت من محروم می‌کنی. برای این‌که در توبه و عهدی که در «الست» با من بسته‌ای سست  
هستی، یادت رفته که از جنس من هستی. آن میثاق چه شد؟ مگر قرار نبود از جنس من باشی؟ آن  
کشت اولیه و آن خرد سامان‌بخش من کو؟ چرا هر لحظه با تدابیر ذهن عمل می‌کنی و کشت ثانویه  
می‌کاری؟ مگر نمی‌بینی که سبب‌سازی و کشت ثانویه کار نمی‌کند؟ مگر نمی‌بینی که بادام پوک  
می‌کاری و محصولی جز درد و غم نصیب نمی‌شود؟ این چه توبه کردن و چه بازگشتی است؟ به جای  
این‌که پیش من بیایی، به ذهن می‌روی و بر نمی‌گردی! مولانا از زبان زندگی به ما می‌گوید، «رُدُّوا  
لَعَادُوا» یعنی رفتن به ذهن و گیر کردن در فکرها کار تو است.

گویدش: 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، دوبار به آنچه که از آن نهی شده‌اند، باز گردند.

«بَلْ بَدَا لَهُمْ مَا كَانُوا يُحْفُونَ مِنْ قَبْلُ وَلَوْ رُدُّوا لَعَادُوا لِمَا نُهُوا عَنْهُ وَإِنَّهُمْ لَكَاذِبُونَ.»

«بلکه آنچه را که زین پیش پوشیده می‌داشتند بر آنان آشکار شود، و اگر آنان بدین جهان باز آورده شوند، دوباره بدانچه از آن نهی شده‌اند بازگردند و البته ایشان‌اند دروغ زنان.»

قرآن کریم، سوره انعام (۶)، آیه ۲۸

👉 خداوند می‌گوید من به سُست‌پیمانی تو، به گذشته توهمی و عهد بد تو که وفا نکردی و از جنس من نشدی نگاه نکرده و تو را تنبیه نمی‌کنم.

به محض این‌که در این لحظه فضا را باز کنی و با فضاگشایی مرا بخوانی، متوجه اشتباهت شوی و مرا به مرکزت بیاوری، به تو کمک می‌کنم، برای این‌که رحمت من پُر است، من دائماً می‌خواهم رحمتم را نثار تو کنم. دائماً از روی کرم و بخشش کار می‌کنم، می‌بخشم، تو را گرفتار نمی‌کنم و در این لحظه به تو کمک می‌کنم، چون من «رحمت اندر رحمت» هستم.

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم  
رحمتم پُر است، بر رحمت تنم

ننگرم عهد بدت، بدهم عطا  
از کرم، این دم چو می‌خوانی مرا

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹-۳۱۶۰

👉 مولانا در تمثیلی آورده‌است که حضرت موسی در قدس برای عبادتگاهش، در کوتاهی ساخت که مردم برای رد شدن از آن، باید خَم می‌شدند. خداوند هم فضای یکتایی را ساخته و برای آن، در کوچکی گذاشته که ما هنگام عبور خَم شویم.

درد و گرفتاری‌های ما، این در کوچک است. خداوند به ما می‌گوید، نمی‌توانی رد شوی، باید درد بکشی، اگر نمی‌خواهی درد بکشی، اگر می‌خواهی به فضای یکتایی بروی، باید فضا را باز کنی، تسلیم شوی،

سجده کنی و مرکزت عدم شود، اما انسان‌ها گردن‌کش و یاغی هستند، همین‌که حالشان خوب می‌شود، مثل فرعون سرکش می‌شوند، در ذهن و بر روی زمین برای خود و دیگران جهنم ایجاد می‌کنند.

ساخت موسی قدس در، باپِ صغیر  
تا فرود آرند سر قومِ زحیر

زانکه جباران بُدند و سرفراز  
دوزخ آن باپِ صغیر است و نیاز

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۹۶-۲۹۹۷

قومِ زحیر: مردم بیمار و آزار دهنده  
جبار: ستمگر، ظالم

👉 وقتی بی‌مراد شویم و کارها طبق خواسته ذهنمان پیش نرود، خشم و قبض می‌آید و مقاومت می‌کنیم، پس فوراً باید به خودمان بیاییم و بگوییم خداوند می‌خواسته یک ایراد یا همانیدگی را شناسایی کنیم، اگر می‌خواهیم تبدیل شویم نباید خشمگین شویم یا شکایت کنیم، قطعاً زندگی صلاح کار ما را بهتر از من‌ذهنی می‌داند.

چونکه قبضی آیدت ای راهرو  
آن صلاحِ توست، آتش‌دل مشو

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۳۴

قبض: گرفتگی، دلتنگی و رنج  
آتش‌دل: دلسوخته، ناراحت و پریشان حال

✍️ افسانه من‌ذهنی جهنمی است که شما خودتان ساختید، برای این‌که چیزهای آفل و گذرا را به مرکزتان آوردید.

نیروی زندگی برای کسانی که فضا را باز می‌کنند، حقیقت وجودی خود را شناسایی کرده و با خداوند یکی می‌شوند، تبدیل به آب خوش حیات و شادی می‌شود، اما همین آب حیات برای کسی که فضا را می‌بندد و مقاومت می‌کند، تبدیل به مانع، مسئله، دشمن و درد می‌شود. این شخص دائماً کارافزایی کرده، دعوا و جنگ راه می‌اندازد. مدام برای خودش و دیگران گرفتاری ایجاد می‌کند و بعد به دنبال حل کردن آن با عقل ناقص من‌ذهنی می‌رود.

پایان بخش دوم - قسمت دوم

شروع بخش دوم - قسمت سوم

✍️ علّتی بتر ز پندارِ کمال  
نیست اندر جانِ تو ای دُودلال

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

دُودلال: صاحبِ ناز و کرشمه

مولانا می‌گوید مرضی بدتر از پندار کمال وجود ندارد. وقتی من‌ذهنی داریم، فکر می‌کنیم از همه کامل‌تر و عاقل‌تر هستیم. این ابزار شکنجه و مخرب که بدن، فکر و همه‌چیز ما را خراب می‌کند، برای این به‌وجود آمده که ما بیدار شویم.

✍️ هر کسی پندار کمال دارد، یک حیثیت و آبروی بدلی هم دارد که ناز می‌کند، ناز کردن یعنی من‌احتیاجی ندارم.

انسان در من‌ذهنی دارد زیر فشار درد له می‌شود، درعین‌حال ادعا می‌کند که به کمک هیچ‌کس نیاز ندارد، کامل است و این غرور برایش از شکر هم شیرین‌تر است! مولانا می‌گوید این را نخور، زیرا فقط ظاهر شکر دارد و برای تو صدها خطر دارد.

راه نیاز این است که در این لحظه مرکز را عدم و فضا را باز کنیم، این کار زندگی‌مان را پر از ایمنی می‌کند. وقتی از جنس زندگی می‌شویم، از طرف زندگی و خداوند حس امنیت می‌آید، دیگر نمی‌ترسیم و ترس از مرگ جسمی از بین می‌رود، پس اگر می‌خواهی نترسی و حس امنیت زندگی‌ات را آبادان کنی، بگو من به خداوند با فضاگشایی احتیاج دارم. من این ناز کردن را کنار می‌گذارم. البته راه سختی است، گاهی در فضاگشایی رفوزه می‌شویم و مدام شکست می‌خوریم، اما بالاخره موفق می‌شویم.

ناز کردن خوش‌تر آید از شگر  
لیک، کم خایش، که دارد صد خطر

ایمن‌آبادست آن راه نیاز  
ترک نازش گیر و با آن ره بساز

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۴-۵۴۵

👉 عاشقان یعنی کسانی که فضا را باز کردند، از طریق بی‌مرادی‌های خود، از خدای خود باخبر گشتند. بی‌مرادی راهنمای بهشت است، چون باعث می‌شود ما فضا را باز کنیم. بهشت در چیزهایی که برای ذهن ناخوشایند است و باعث فضاگشایی شما می‌شود پوشیده شده است و دوزخ در شهوات، یعنی چیزهایی که برای من ذهنی خوشایند است. اگر چیزی را در مرکز بگذاریم، حتی اگر به دست آید و اتفاق بیفتد، چون در مرکزمان جسم گذاشته‌ایم، به سوی جهنم می‌رویم. اگر همان‌بده شویم، حتماً بی‌مراد خواهیم شد. وقتی بی‌مراد شدیم، نیاز به خداوند داریم، باید فضا را باز کنیم و پیغام را بگیریم. در غیر این صورت در هیروت، پندار کمال و باب صغیر باقی می‌مانیم و جهنم را ادامه می‌دهیم.

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش  
باخبر گشتند از مولای خویش

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت  
حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُو اِیْ خُوشِ سَرِشْت

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶-۴۴۶۷



قلاووز: پیش‌آهنگ، پیش‌رُو لشکر

«حُقَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَحُقَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ.»

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

👉 در داستان انسان کوهی آمده که او تصمیم می‌گیرد، فقط از میوه‌ای که باد می‌اندازد، بخورد. یعنی همیشه محصول فضاگشایی را بخورد. ولی نمی‌گوید که من همیشه فضا را باز می‌کنم تا زندگی به من کمک کند، به عبارت دیگر ان‌شاءالله نمی‌گوید. نمی‌گوید به کمک خداوند با فضاگشایی، بلکه خودش تصمیم می‌گیرد.

ما توبه می‌کنیم، از جنس آلت شده و مدتی مرکز را عدم نگه می‌داریم، ولی قضا یعنی فکر و تصمیم خداوند، ما را امتحان می‌کند.

امتحانات قضا می‌آید، برای این که عدم کردن را با من‌ذهنی و با سبب‌سازی فهمیده‌ایم و خداوند می‌خواهد همانندگی‌هایمان را به ما نشان دهد، می‌خواهد ببیند ما واقعاً فضا را باز می‌کنیم؟ یا به‌طور خودکار و شرطی‌شده، چیزهای ذهنی به مرکزمان می‌آید؟

مدتی بر نذر خود بودش وفا

تا درآمد امتحانات قضا

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۳۷

👉 خداوند فرموده شما هر کاری می‌کنید، «ان‌شاءالله» بگویید، یعنی به‌نام زندگی و با فضاگشایی، لحظه‌به‌لحظه حواستان به خودتان باشد. این فضاگشایی همان «اگر خدا بخواهد» گفتن است و با «قضا و کُنْ فِکَان» جور درمی‌آید، دراین صورت ما به پیمانی که با خدا بستیم عمل می‌کنیم.

زین سبب فرمود: استثنا کنید

گر خدا خواهد به پیمان بر زنید

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۳۸

استثنا کنید: ان شاء الله بگویید، اگر خدا بخواهد بگویید.

پایان بخش دوم - قسمت سوم

شروع قسمت اول - بخش سوم

👉 شما بدانید اگر حتی یک چیز کوچک به مرکزتان بیاید، به سوی آن جذب می‌شوید و برحسب آن فکر می‌کنید، بنابراین آن چیز دل شما را کور و کر می‌کند، نه درست می‌بینید و نه درست می‌شنوید، به طوری که فکر می‌کنید من ذهنی خداییت شماست. دید من ذهنی درست نیست، چون آتش یا درد را به ما نور نشان می‌دهد. هر لحظه ما را به اشتباه می‌اندازد، تا درد، جنگ و خرابکاری ایجاد کنیم، ولی به نظرمان می‌آید که به این جهان، نور، هشیاری، خرد و صلح می‌آوریم.

ای بسا سرمستِ نار و نارجو  
خویشتن را نورِ مطلق داند او

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۶

👉 وقتی ذهن به مرکز ما می‌آید، لحظه به لحظه منقبض می‌شویم، می‌میریم، پژمرده می‌شویم، اما با تکرار ابیات پشت سرهم و تأمل کردن روی خود، می‌بینیم که آرام آرام این افسردگی از بین می‌رود و جان می‌گیریم.

👉 هر زمان این جان اصلی ما فعال است، در واقع این خود خداوند است که به سوی خودش می‌رود، چون ما خودش هستیم، اکنون در ذهن افتاده‌ایم، اما زندگی لحظه به لحظه دارد خودش را جذب می‌کند که ما به سوی اصلمان برویم. ما با تکرار ابیات به صورت ذکر به خودمان کمک می‌کنیم.

چون به من زنده شود این مُرده‌تن  
جان من باشد که رو آرد به من

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸

👉 شما از خودتان بپرسید داستان زندگی ما چه بوده؟ کجا اشتباه کرده‌ایم؟ و اگر بخواهیم جلوی این اشتباه را بگیریم باید چکاری انجام دهیم؟

وقتی ما با چیزها و با دردها همانیده شدیم، اگر می‌دانستیم همه همانیدگی‌ها که در مرکزمان گذاشتیم، از بین می‌روند و آفل هستند، زندگی شروع می‌کند به زنده کردن خودش و چون ما امتداد خودش هستیم، در ما خودش، خودش را جذب می‌کند و حرکت می‌کند، به سوی بی‌نهایت و ابدیت او می‌رفتیم، یک جانی در ما تولید می‌شد که زندگی خودش را به ما نشان می‌داد، می‌توانستیم بخشش خداوند را در خودمان ببینیم و جان ما مقام پیدا می‌کرد؛ اکنون به خود بنگریم مقام ما چیست؟

👉 شما به همانیدگی‌هایی که می‌خواهند به مرکزتان بیایند یا نسبت به کسی که ارتعاش درد می‌کند، می‌خواهد دردهای شما را به ارتعاش در بیاورد، سخت‌گیر باشید، نه این که با او بجنگید، فقط قرین او نشوید، من ذهنی‌اش را بشناسید، حواستان به خودتان باشد، وقتی پیش او می‌روید تمام تمرکز روی خودتان باشد که این شخص اگر به درد ارتعاش کرد و خواست من را عصبانی کند، من می‌دانم که ضعف دارم، همانیدگی دارم، ناموس و حیثیت بدلی دارم، چیزها به من برمی‌خورد، پس باید خیلی مراقب باشم.

👉 وقتی که غمگین می‌شویم، آیا درست است از شخصی که با او همانیده هستیم بخواهیم ما را دلداری دهد؟

مولانا می‌گوید شما دلداری خداوند را رها نکنید و دلداری غیر را که ذهن نشان می‌دهد نخواهید. اجازه دهید زندگی از شما دلجویی کند.

👉 ما در راه رسیدن به حضور باید راستین و شجاع باشیم. باید به غیرت زندگی زنده شویم. غیرت زندگی یعنی تا زمانی که من ذهنی یا همانیدگی داریم، نمی‌توانیم وارد فضای یکتایی این لحظه شویم، نمی‌توانیم با خداوند یکی شویم، نمی‌توانیم به عشق برسیم، به منظور آمدنمان که زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداوند است، نائل نمی‌شویم، این غیرت زندگی است، این قانون است.

✍️ اگر شما با عقل من ذهنی زندگی کنید، بعضی مواقع پیروز و بعضی مواقع سرنگون می‌شوید، اما وقتی فضا را باز کنید و با آن عقلی که تمام کائنات را اداره می‌کند زندگی کنید، دیگر خداوند شما را اداره می‌کند، در این صورت از حوادث ناگوار مصون خواهید ماند.

عقل جزوی گاه چیره، گه نگون  
عقل کلی ایمن از ریب المنون

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۴۵

ریب المنون: حوادث ناگوار روزگار.

✍️ هر وقت با صداقت بگویید من اشتباه کردم، پس شما دارید پیشرفت می‌کنید، اما هر موقع بگویید دیگران مقصر هستند، آن‌ها این وضع را برای من درست کردند، بدانید که از جنس شیطان هستید.

گفت آدم که ظلمنا نفسنا  
او ز فعل حق نبد غافل چو ما

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۹

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

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

قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۲۳

پایان قسمت اول - بخش سوم

شروع قسمت دوم - بخش سوم

👉 آیا شما پتانسیل یا قوه رنجیدن دارید؟ وقتی می‌رنجید یک گره در زندگی خود می‌زنید، به این معنا که زندگی زنده خود را به زندان ذهن می‌اندازید و یک گره می‌شود.

مردم گره‌ها و رنجش‌های خودشان را زنده نگه می‌دارند، بنابراین من‌ذهنی‌شان نوکر شیطان است. دائماً برحسب همانیدگی‌ها و دردها فکر و عمل می‌کنند، خرابکاری می‌کنند، آبروی مصنوعی من‌ذهنی دارند، اگر به آن‌ها بگویند اشتباه می‌کنید، به آن‌ها برمی‌خورد، پندار کمال دارند، فکر می‌کنند عاقل‌تر از همه هستند، اما لحظه‌به‌لحظه با دردهایشان زندگی را تبدیل به مانع، مسئله و دشمن می‌کنند، کارافزایی می‌کنند، درواقع در ذهن گیر افتاده‌اند.

👉 اشکال ما این است که وقتی یک چیز ذهنی را که صورت است، نقش است، نقش ذهنی آن را به دلمان راه می‌دهیم، در آخر پشیمان می‌شویم و حالت انزجار به ما دست می‌دهد. شما مطمئن باشید هر چیزی را که در مرکزتان بگذارید، آخرسر بدتان می‌آید، چون وقتی شما یک صورت ذهنی را به دلتان راه بدهید، لحظه‌به‌لحظه شیطان موفق می‌شود چیزهای دیگر هم به مرکزتان بفرستد، در آخر هم شما را پشیمان می‌کند و از آن چیز یا شخص منجر می‌شوید. مرتب از خودتان سؤال کنید که آیا اکنون من دارم چیزی را به دلم راه می‌دهم و برحسب آن فکر می‌کنم؟

صورتی را چون به دل ره می‌دهند  
از ندامت آخرش ده می‌دهند

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۴

👉 شما این سؤال را هر لحظه و هر ساعت از خودتان بپرسید من با چه چیزی همانیده هستم؟ انکار نکنید. اگر شما با هیچ‌چیز همانیده نباشید، از جنس احد شده و تبدیل به آئینه می‌شوید. دیگر کسی نمی‌تواند شما را عصبانی کند، زیرا کسی که آئینه شود، دچار هیجانات من‌ذهنی نمی‌شود.

👉 شما هر چیزی را در مرکزتان بگذارید شهوت آن را پیدا می‌کنید، می‌خواهد مال و مقام این دنیا باشد، می‌خواهد نان و خوردنی باشد. هر کدام از این‌ها به مرکزتان بیاید شما مست آن می‌شوید. اگر آن چیزی را که مستش شده‌اید پیدا نکنید حال شما گرفته می‌شود، در این صورت بی‌حال و پژمرده هستید، چون به آن چیز معتاد شده‌اید و اکنون که آن چیز موجود نیست خمارش هستید، اگر مست زندگی بودید حال شما گرفته نمی‌شد، پژمرده نمی‌شدید، پس سعی کنید که چیزها را به مرکزتان نیاورید.

همچنین هر شهوتی اندر جهان  
خواه مال و، خواه جاه و، خواه نان

هریکی زین‌ها تو را مستی کند  
چون نیابی آن، خُمارت می‌زند

این خُمارِ غمِ دلیلِ آن شده‌ست  
که بدان مفقودِ مستی‌ات بده‌ست

جز به اندازهٔ ضرورت، زین مگیر  
تا نگردد غالب و، بر تو امیر

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۷-۲۲۶۰

👉 به چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد نگاه نکنید، اگر هم نگاه می‌کنید بگویید ای زندگی او بهانه‌ای است برای این‌که با فضاگشایی تو را بینم.

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹  
مَنظَرَم: جای نگریستن و نظر انداختن



📌 وقتی ما چیزهای ذهنی را به مرکزمان نیاوریم، این سخاوتمندی است. خیلی جالب است که اگر ما برحسب چیزهای ذهنی فکر نکنیم، فضا باز می‌شود و به بی‌نهایت زندگی زنده می‌شویم و فراوانی زندگی را حس می‌کنیم، بخشنده می‌شویم، اما هر کس چیزهای ذهنی را دائماً به مرکزش بیاورد و در شهوت آن‌ها غرق شود، مرتب زمین می‌خورد.

ترک شهوت‌ها و لذت‌ها، سخاست  
هرکه در شهوت فروشد، برنخاست

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۲

📌 بیشتر مردم در من‌ذهنی فکر می‌کنند که اگر همانیدگی‌هایی مثل پول و خوردن و خوابیدن را زیاد داشته باشند، دیگر حرصش را ندارند و می‌گویند بالاخره چشم و دلمان سیر می‌شود. مولانا می‌گوید نه! این‌طور نیست.

فقط با فضاگشایی و زنده شدن به خدا و پرهیز است که حرصِ شما کم می‌شود، چاره دیگری نیست. شما دیده‌اید بعضی از انسان‌ها میلیاردها دلار پول دارند، اما باز هم پول بیشتری می‌خواهند، یا مقام و قدرت دارند، ولی سیر نمی‌شوند اصلاً فکر نمی‌کنند که این‌ها را برای چه می‌خواهند.

شروع قسمت اول - بخش چهارم

📌 زمینی که ما انسان‌ها روی آن زندگی می‌کنیم باید طوری باشد که بهشت آرزو کند مثل آن شود، چرا واقعاً این‌طوری نیست؟ مولانا به این سؤال پاسخ می‌دهد؛ برای این‌که ما فکر می‌کنیم من‌ذهنی هستیم و باید عقل من‌ذهنی را داشته باشیم و با آن خودمان و دنیا را اداره کنیم. این عقلِ عقل نیست و همین‌که آن را در زندگی‌مان به‌کار بگیریم، ضرر می‌کنیم، تخریب و جنگ به‌وجود می‌آید، حتی با عقل من‌ذهنی با نزدیک‌ترین افراد که حامی و دوست ما هستند، مثل همسر و فرزندمان نمی‌توانیم درست زندگی کنیم.

👉 ما باید تمرکزمان روی خودمان باشد و لحظه به لحظه بدانیم که مرکزمان در دست چه چیزی است و شهوت چه چیزی را داریم. شهوت در این جا به معنی شهوت جنسی نیست، هر چیزی که در مرکزمان قرار بگیرد، ما دچار جاذبه آن می شویم و به سوی آن حرکت می کنیم، بدون این که حس کنیم اختیاری داریم. جذب شدن بدون کنترل به طرف آن چیزی که در مرکز ما است، شهوت نامیده می شود.

👉 خاصیت من ذهنی هم هویت شدن و چسبیدن به چیزها است، این خوی انسانی ما نیست، خوی مخرب من ذهنی است که در میان ما رواج پیدا کرده. ما از همدیگر خوی من ذهنی را یاد می گیریم؛ مثلاً یاد می گیریم به همدیگر روا نداشته باشیم؛ اگر کسی خوشبخت و موفق است، ما ناراحت می شویم!

وقتی آفتاب زندگی از درون ما طلوع می کند، باید فرق بین خوی من ذهنی و خوی ذات اصلی مان را بدانیم؛ مثلاً اگر هنوز یکی از خاصیت های من ذهنی مثل خست در ما هست، نشان می دهد هنوز هشیاری مان کاملاً تبدیل نشده، اما اگر مضایقه نمی کنید، به همه روا می دارید و می بخشید، هم خوی خدا شده اید.

👉 مولانا به ما سفارش می کند شهوت تعلیم نداشته باشید؛ به دیگران نگوید چگونه زندگی کنند. ما وظیفه داریم بدون این که دیگران را حَبْر و سَنی کنیم، تمرکزمان فقط روی خودمان باشد. این جهان را ببینید، هر موجودی در کائنات فقط روی خودش تمرکز کرده است.

منصبِ تعلیم، نوعِ شهوت است  
هر خیالِ شهوتی در ره بُت است

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶-۳۳۱۷

👉 در میان تمام مخلوقات فقط برای انسان این امکان و افتخار فراهم شده که به خدا زنده شود. افتخار انسان زنده شدن به خداست؛ نه این که من ذهنی ظالم بسازد، جهان را تخریب کند و این تصویر ذهنی را ایجاد کند که من قدرتمندتر از بقیه هستم، این بی قدرتی است. قدرت اصلی و حقیقی از فضاگشایی می آید.

👉 پذیرفتن اشتباه و قبول مسئولیت برای من ذهنی سخت و دردناک است، زیرا پندار کمال و ناموس دارد و همیشه در توهم «می‌دانم» است. وقتی متوجه شود یک نفر بهتر از او می‌داند، دردش می‌آید، نمی‌تواند بپذیرد و تصور می‌کند آبرویش می‌رود، زیرا تا کنون مردم گمان می‌کردند او همه چیز را می‌داند، یک دفعه بگوید من «نمی‌دانم» برایش گران تمام می‌شود. می‌گوید من صدها مُرید دارم چطور بگویم نمی‌دانم؟! این‌ها از اطراف من پراکنده می‌شوند!

کسی که زیر بار می‌رود، مسئولیت قبول می‌کند، می‌گوید نمی‌دانم، و درد هشیارانه می‌کشد، چنین شخصی دارد به زندگی زنده می‌شود.

👉 برای ما درد دارد که به‌عنوان پدر یا مادر چهل‌ساله به نوجوان پانزده‌ساله‌مان بگوییم ببخشید من اشتباه کردم. من ذهنی نمی‌گذارد، درد می‌کشد.

کسانی که مقامات بالا دارند، خودشان را دانشمند می‌دانند، هیچ‌گاه نمی‌گویند اشتباه کردیم، اما اگر در معرض ارتعاش آموزش‌های مولانا قرار بگیرند، می‌فهمند که آبروی مصنوعی‌شان آبرو نبوده. اگر ما بفهمیم که تنها آبروی واقعی و ارزش واقعی که وجود دارد، زنده شدن به بی‌نهایت خداست، دیگر این موضوع که من بین مردم چگونه جلوه می‌کنم، ارزشش را از دست می‌دهد.

👉 ما تاکنون در من ذهنی هشیاری جسمی داشتیم، زیرا چیزهای ذهنی را به مرکزمان آوردیم، با دید جسمی به سوی جسم رفتیم، حتی خدا را هم که جست‌وجو می‌کردیم به دنبال یک خدای جسمی بودیم، این غلط بوده. اکنون باید فضا را باز کنیم، با هشیاری نظر، براساس مرکز عدم جست‌وجو کنیم و این عدم، عدم بزرگتر یعنی خدا را جست‌وجو می‌کند، این چیز ذهنی نیست، دانستنی نیست، نمی‌شود به حرف گفت، فقط باید عمل کرد.

باید فضا را باز کنید، از جنس زندگی شوید تا زندگی را جست‌وجو کند.

جست و جویی از ورای جست‌وجو  
من نمی‌دانم، تو می‌دانی، بگو

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۱۱

✍️ عدم و فضای گشوده شده اقرار به این است که من اِشکال دارم. برای این که تغییر کنیم، باید کارگاه خداوند شویم. اولین شرط کارگاه ایزدی بودن این است که شما به نیست بودن خود اقرار و اعتراف کنید؛ البته اعتراف به خودتان، نه به دیگران.

اعتراف کنید که ایراد دارید، همانیدگی دارید، با حرف و فکر و عملتان دارید تخریب می کنید. کسی که هر لحظه به عنوان من ذهنی بلند می شود، مغرور حس وجود در ذهن و پندار کمال است، نمی داند «نیستی» چیست. «نیست» از آن جا شروع می شود که شما بگویید من ایراد دارم.

کارگاه و گنج حق در نیستیست  
غَرّه هستی، چه دانی نیست چیست؟

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۵۱۶

✍️ اگر به خودتان اقرار کنید که کلی همانیدگی و درد دارید، آن گاه زندگی به شما کمک می کند، اما اگر هر لحظه بلند می شوید، می گوئید کامل هستم، زندگی به شما کمک نمی کند.

✍️ اگر می خواهید آب رحمت را دریافت کنید، نسبت به من ذهنی تان بمیرید، آن را پیش خود و دیگران پست و کوچک کنید و همه جا به عنوان من ذهنی بلند نشوید، آن موقع شراب رحمت الهی را که از طرف خداوند می آید، بنوشید و از برکاتش مست شوید. باید همواره به همانیدگی ها و دردهای خود اعتراف کنید و به یک یا دو بار رحمت گرفتن بسنده نکنید و بگویید تمام شد، من درست شدم! نه، هنوز درست نشده اید.

آبِ رحمت بایدت، رُو پست شو  
وآنگهان خور خَمَرِ رحمت، مست شو

رحمت اندر رحمت آمد تا به سر

بر یکی رحمت فرو ما ای پسر

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۰-۱۹۴۱

فرو ما: نایست

👉 مال و جاه و مقامی که انسان با آن همانیده شود، مانند مار و اژدها است. همانیدگی با مال، جاه، مقام و قدرت روی انسان‌های زنده به حضور و کسانی که مولانا می‌خوانند اثر ندارد، چون سایه مولانا و خداوند مانند زمرد بالای سرشان است.

مال، چون مارست و آن جاه اژدها  
سایه مردان، زُمرد این دو را

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۹۵۱

👉 انسان به این دلیل سرنگون می‌شود که از سر زندگی دور می‌ماند. من‌ذهنی‌اش را سر و عقل می‌نامد و تنها با آن پیش می‌رود. مولانا می‌گوید مراقب باشید سرنگون نشوید. اگر با من‌ذهنی در هر مقامی تنها پیش روید سرنگون خواهید شد و اصلاً امکان ندارد جلو بروید.

سرنگون زآن شد، که از سر دور ماند  
خویش را سر ساخت و تنها پیش راند

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۱

👉 اگر ما در این لحظه یک چیزی را از ذهن به مرکزمان می‌آوریم و از طریق آن می‌بینیم، لحظه بعد هم همین‌طور، پس در سبب‌سازی و توهم‌ذهن هستیم. در مقابل خداوند ترک ادب کرده‌ایم. خداوند به ما می‌گوید از این توهم بیرون بیا، به این لحظه بیا، بگذار من فکر و عمل تو را تعیین کنم. ما می‌گوییم نه! با سبب‌سازی تعیین می‌کنیم و بی‌ادب می‌شویم.

وآنکه اندر و هم او ترک ادب  
بی‌ادب را سرنگونی داد رب

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۵

👉 در من‌ذهنی ما با سبب‌سازی عمل می‌کنیم، خدا را امتحان می‌کنیم، می‌گوییم خدایا تو باید فکر و عملت را به گونه‌ای تنظیم کنی که با فکر و عمل من‌ذهنی من جور دربیاید، اگر نیاید یا نیستی، یا شکایت می‌کنم، عصبانی می‌شوم. اگر به این‌صورت فکر و عمل کنیم، بیشتر از خدا دور می‌شویم و فقط خودمان ضرر می‌کنیم.

حال آن‌که خداوند می‌خواهد لحظه‌به‌لحظه برای ما پیغام جدیدی بفرستد. می‌گوید حرف نزن، فقط گوش کن تا پیغام را بگیری. مدت‌ها باید گوش شویم. هر کسی که گوش نیست، حرف می‌زند، بی‌ادب است و سرنگون می‌شود.

چون تو گوش‌ی، او زبان، نی جنس تو  
گوش‌ها را حق بفرمود: اَنْصِتُوا

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲

👉 زندگی ما برحسب علت و معلولِ ذهنی ما درست نمی‌شود، بلکه در این لحظه با فضاگشایی، دم زندگی به ما جان می‌دهد و کار آن با قضا و کن‌فکان که می‌گوید بشو و می‌شود صورت می‌گیرد و موقوف سبب‌سازی و علت و معلولِ ذهنی ما نیست.

دمِ او جان دهدت رو ز نَفْحَتْ بپذیر  
کارِ او کُنْ فَيَكُونُ است، نه موقوفِ علل

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

نَفْحَتْ: دمیدم

👉 ما از خودمان باید بپرسیم که در حال چه کاری هستیم؟ برای چه ما را می‌خرند؟ واقعاً در کاری که می‌کنیم آیا خرد وجود دارد یا داریم با من‌ذهنی کار می‌کنیم؟ آیا به هرکسی که می‌رسیم مستش می‌کنیم، زندگی را در او بیدار می‌کنیم؟ از خودمان بپرسیم من در حال انجام چه کاری هستم؟ چه نیازی از مردم را برآورده می‌کنم؟

در چه کاری تو، و بهر چه خرنند؟  
تو چه مرغی و، تو را با چه خورند؟

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۶۴

---

کتاب  
حضور