

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



برنامه

۹۶۷

گنج
حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۴۰۲ / ۴ / ۷

www.parvizshahbazi.com

خلاصه ابیات غزل برنامه ۹۶۷، گنج حضور، پرویز شهبازی

متن ابیات غزل اصلی

چو شیر و انگبین جانا، چه باشد گر در آمیزی؟
عسل از شیر نگریزد، تو هم باید که نگریزی

اگر نالایقم جانا، شوم لایق به فرّ تو
وگر ناچیز و معدومم، بیابم از تو من چیزی

یکی قطره شود گوهر، چو یابد او علف از تو
که قافی شود ذره، چو در بندی و بستیزی

همه خاکیم روینده، ز آب ذکر و باد دم
گلی که خندد و گرید، کزو فکری بینگیزی

گلستانی کنش خندان و فرمانی به دستش ده
که ای گلشن شدی ایمن، ز آفت‌های پاییزی

گهی در صورت آبی، بیایی جان دهی گل را
گهی در صورت بادی، به هر شاخی درآویزی

درختی بیخ او بالا، نگونه شاخه‌های او
به عکس آن درختانی که سعدی‌اند و شونیزی

گهی گویی به گوش دل، که در دوغ من افتادی
منم جان همه عالم، تو چون از جان بپرهیزی؟

گهی زانوت بر بندم چو اُشتر تا فروخُسی
گهی زانوت بگشایم، که تا از جای برخیزی

مَنال ای اُشتر و خامُش، به من بنگر به چشم هُش
که تمییزِ نواتِ بخشم، اگرچه کانِ تمییزی

تویی شمع و منم آتش، چو اُفتم در دماغت خوش
یکی نیمه فروسوزی، یکی نیمه فروریزی

به هر سوزی چو پروانه مشو قانع، بسوزان سر
به پیشِ شمع چون لافی، از این سودایِ دهلیزی؟

اگر داری سرِ مستان، کُله بگذار و سرِ بستان
کُله دارند و سرها نی، کُله دارانِ پالیزی

سر آن‌ها راست که با او درآوردند سر با سر
کم از خاری که زد با گل ز چالاکی و سرتیزی؟

تو هرچیزی که می‌جویی، مجویش جز ز کانِ او
که از زر هم زری یابند و از آرزیز آرزیزی

خمش کن، قصهٔ عمری به روزی کی توان گفتن؟
کجا آید ز یک خشتک، گریبانی و تیریزی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۲۵۴۰)

چو شیر و انگبین جانا، چه باشد گر درآمیزی؟

عسل از شیر نگریزد، تو هم باید که نگریزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

«شیر» منظور همان ماده خوراکی است که در این جا مولانا اصل انسان را به آن تشبیه کرده است. «انگبین» یعنی عسل که در این بیت خداوند یا زندگی به آن تشبیه شده. وقتی هردوی اینها باهم ترکیب می‌شوند یک ماده غذایی بسیار مقوی را تشکیل می‌دهند.

چو شیر و انگبین جانا، چه باشد گر درآمیزی؟:

ای خداوند، من همچون «شیر» و تو نیز مانند «انگبین» هستی که باید باهم آمیخته شده و یکی شویم. در این آمیختن و یکی شدن از دست من به عنوان من ذهنی کاری بر نمی‌آید. این امر باید توسط خود تو، ای زندگی و نیروی کُن فکانت صورت بگیرد و من باید دخالت خود را صفر کنم تا تو بتوانی به من کمک کنی.

عسل از شیر نگریزد،

عسل از شیر فرار نمی‌کند، یعنی خداوند از انسان نمی‌گریزد؛ به عبارت دیگر خداوند هر لحظه می‌خواهد انسان به این درک برسد که باید به او زنده شود. اما این انسان است که از زنده شدن به خداوند می‌گریزد. زیرا آن چیزی را که ذهنش نشان می‌دهد هر لحظه به مرکزش می‌آورد، مرکزش از عدم خارج شده و تبدیل به جسم می‌شود.

تو هم باید که نگریزی:

ای خداوند، طبق قانون خودت که من و تو باید باهم یکی شویم، نباید از من بگریزی. در حقیقت این من هستم که به خاطر یک عیب در درونم از تو می‌گریزم. باید عیب خودم را شناسایی کنم تا متوجه شوم که چرا از این لحظه و از تو به سوی زمان مجازی گذشته و آینده و به سوی یک جسم می‌گریزم، آن را در مرکزم می‌گذارم و برحسب آن می‌بینم.

نکته ۱:

مولانا به طور ضمنی در این بیت لزوم یکی شدن با زندگی را به ما یادآوری می‌کند و می‌گوید ما هنوز کاملاً با زندگی درنیامیخته‌ایم و همچنان از خداوند جدا هستیم. باید دوباره با او یکی شویم. برای این کار باید هر چیزی را که در مرکزمان گذاشته‌ایم و از آن زندگی خواسته‌ایم، برداریم و از آوردن هر چیز جدید دیگری به مرکز که ذهنمان در این لحظه نشان می‌دهد با بی‌اهمیت کردن آن، پرهیز کنیم. به تدریج خواهیم دید که جنس اصلی و هشاری خداگونه ما از همانیدگی‌ها جدا شده و فضاگشایی صورت می‌گیرد.

نکته ۲:

من‌ذهنی براساس جدایی تشکیل شده‌است. یعنی از خداوند، زندگی و همه انسان‌ها جداست. ما انسان‌ها در من‌ذهنی باشندگان جدا از هم هستیم؛ برای همین نمی‌توانیم با یکدیگر به وحدت برسیم و حس یگانگی و یکی بودن کنیم. زیرا اتحاد از طریق عشق و جنس خدائیت ما صورت می‌پذیرد. هرچه بخواهیم با من‌ذهنی به این اتحاد برسیم امکانش نیست و نتیجه آن درد است.

**اگر نالایقم جانا، شوم لایق به فرّ تو
وگر ناچیز و معدومم، بیابم از تو من چیزی**
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

اگر نالایقم جانا، شوم لایق به فرّ تو:

خداوندا، اگر من به این دلیل نالایق هستم که تبدیل به من‌ذهنی و یک تصویر مجازی شده‌ام که از فکر ساخته شده‌است، هنگامی فرّ و شکوه و عظمت تو من را لایق و تبدیل به تو خواهد کرد که فضای درون من باز شده، مرکز عدم شود و تبدیل به کارگاه صنع تو شوم.

وگر ناچیز و معدومم، بیابم از تو من چیزی:

اگر در من‌ذهنی ناچیز و بی‌ارزش بوده و گدای جهان بیرون و همانیدگی‌ها هستم، اما با عدم کردن مرکز و فضاگشایی فقط از تو می‌توانم زندگی بگیرم و از جنس بی‌نیازی تو شوم.

**یکی قطره شود گوهر، چو یابد او علف از تو
که قافی شود ذره، چو در بندی و بستیزی**
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

«**علف**» در این‌جا به معنی غذاست و کنایه از غذا گرفتن و زندگی خواستن از جهان بیرون است. «**که قاف**» نماد انسان کامل است. انسان کاملی که به لحاظ همانیده نبودن با چیزهای این‌جهانی آن‌قدر بالا رفته که هیچ چیزی در جهان نمی‌تواند او را به پایین و به ذهن بکشاند. آن‌قدر به عنوان هشیاری حضور ریشه‌دار است که از این لحظه تکان نمی‌خورد.

یکی قطره شود گوهر، چو یابد او علف از تو:

خداوندا، یک قطره باران وقتی در دهان یک صدف بیفتد، با نیروی کن‌فکان تو تبدیل به گوهر می‌شود. ما انسان‌ها نیز مانند آن صدفی هستیم که اگر دهان خود را ببندیم، ذهن خود را ساکت کرده، فضا را باز کنیم، از جهان بیرون و همانیدگی‌ها غذا نخواهیم و فقط از تو و فضای

گشوده شده هدایت و عقل بگیریم، من ذهنی و هشیاری جسمی ما نیز تبدیل به گوهر و هشیاری حضور خواهد شد.

کُه قافی شود ذرّه، چو در بندی و بستیزی:

ای زندگی، یک ذره تبدیل به کوه قاف می شود اگر تو با نیروی کن فکان خود روی آن کار کنی. ما هم که به عنوان انسان، ذره هستیم اگر به تو اجازه دهیم، دهان خود را ببندیم و انصتوا را رعایت کنیم که با قانون «قضا و کُن فکان» خود روی ما کار کنی، تبدیل به انسان کاملی خواهیم شد که هیچ همانیدگی ای در مرکزش باقی نمی ماند.

همه خاکیم روینده، ز آب ذکر و باد دم

گلی که خندد و گرید، کزو فکری بینگیزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

«ذکر» یعنی از جنس خداوند شدن.

«آب ذکر» یعنی فضاگشایی.

«باد دم» یعنی نیروی رویندگی و به حرکت درآورنده زندگی.

همه خاکیم روینده، ز آب ذکر و باد دم:

همه ما انسانها بالقوه مانند خاک حاصلخیز هستیم و توانایی بالندگی داریم اما این استعداد، با نیرو و برکات فضاگشایی می روید و شکوفا می شود.

گلی که خندد و گرید، کزو فکری بینگیزی:

این بالندگی برای انسانی اتفاق می افتد که با فضاگشایی مانند گل هم می خندد و هم می گرید، یعنی در فضای گشوده شده خداوند را بیان می کند. و تو ای خداوند، شادی و برکت خودت را از طریق او پخش می کنی و در چنین انسانی فکر، قدرت عمل، هدایت، آفرینندگی و هزاران لطف دیگر خود را برمی انگیزی.

گلستانی کُنش خندان و فرمانی به دستش ده

که ای گلشن، شدی ایمن ز آفت های پاییزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

«فرمان» اشاره دارد به بیدار شدن انسان از خواب ذهن و بیدار ماندن او. اداره شدن زندگی انسان به وسیله خرد کل.

«آفت‌های پاییزی» منظور خسارات و دردهای حاصل از انباشتن همانیدگی‌ها و تیر قضای الهی‌ست.

گلستانی‌کنش خندان و فرمانی به دستش ده:

تو چنین انسان بالنده‌ای را تبدیل به یک گلستان پرگل و شاداب می‌کنی، گلستانی که جاودان و نامیراست و ساختارهای بیرون برای او پربرتک و شادی‌بخش می‌شوند. یک فرمان ایزدی به دست او می‌دهی؛ فرمان شادی و فرمان امنیت.

که ای گلشن، شدی ایمن ز آفت‌های پاییزی:

که ای انسان، تو به‌وسیله این فرمان از خطرات و آفات نگه داشتن همانیدگی‌ها در مرکزت، ایمن شدی؛ زیرا وضعیت‌های زندگی تو را خرد کل اداره می‌کند.

گهی در صورتِ آبی، بیایی جان دهی گل را

گهی در صورتِ بادی، به هر شاخی درآویزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

«گل» در این‌جا منظور انسان است.

گهی در صورتِ آبی، بیایی جان دهی گل را:

خداوندا، گاهی به‌صورت آب می‌آیی و به انسان جان دوباره می‌بخشی. اگر انسان فضا را باز کند، نیروی شفادهنده و آب حیات تو بدون آن‌که موقوف علل و سبب‌سازی ذهن باشد به او جان می‌دهد و هشیاری نظر را در او عمیق‌تر می‌کند.

گهی در صورتِ بادی، به هر شاخی درآویزی:

گاهی هم به‌صورت نیرویی جنباننده به هر انسانی مانند یک شاخه گل درمی‌آویزی و او را به حرکت درمی‌آوری. به شرطی که انسان گل حضورش بشکفد، از من‌ذهنی دست بردارد و توسط نیروی مخرب و هیجانان منفی آن مثل خشم و ترس به حرکت و جنبش و واکنش نیفتد.

درختی بیخ او بالا، نگونه شاخه‌های او به عکس آن درختانی که سعدی‌اند و شونیزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

نگونه: سرنگون، سرازیر

سُعد: نباتی است که ریشه گیاهی دارد به رنگ سیاه.

شونیز: گیاهی از تیره آلله‌ها که دانه‌های سیاه‌رنگ دارد.

درختی بیخ او بالا، نگونه شاخه‌های او:

درخت انسان هر چقدر رشد می‌کند شاخه‌های آن با تواضع و فروتنی بیشتری به سوی زمین می‌رود و ریشه آن در بالا و به سمت خداوند حرکت می‌کند. به عبارتی دیگر هر چقدر انسان به لحاظ معنوی بالغ‌تر می‌شود و رشد می‌کند، به لحاظ ذهنی کوچک‌تر شده و منیت و حس وجودی در ذهنش ندارد. او با عقل زندگی و قدرت عمل خود دنیا را گلستان می‌کند، اما نمی‌گوید من این کار را کرده‌ام بلکه می‌گوید خداوند کرده‌است.

به عکس آن درختانی که سعدی‌اند و شونیزی:

برعکس آن درختانی که به صورت من‌ذهنی ریشه کوتاه و میوه‌های سیاه‌رنگ دارند، در اوج نادانی و بی‌عقلی پندار کمال دارند و زیر بار اشتباهات و خرابکاری‌های خود نمی‌روند.

گهی گویی به گوشِ دل که در دوغِ من افتادی منم جانِ همه عالم، تو چون از جانِ بپرهیزی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

«دوغ» در اینجا کنایه از یک چیز بی‌مصرف است و اشاره به هشیاری جسمی، ذهن و عقل من‌ذهنی دارد.

گهی گویی به گوشِ دل که در دوغِ من افتادی:

خداوندا، گاهی تو با بی‌مرادی‌ها و انقباض‌ها به گوش من می‌گویی که در ذهن و عقل جزوی گیر افتاده‌ای که آن هم در ید قدرت و تحت اداره من است. تو به جان من وصل نیستی، به هشیاری جسمی، تله همانیدگی‌ها و توهم آن‌ها وصل شده‌ای.

منم جانِ همه عالم، تو چون از جانِ بپرهیزی؟:

فضا را باز کن، من را ببین. به چه دلیل از من که جان همه عالم هستم، می‌پرهیزی؟ چرا از جان اصلی خود به سوی جسم می‌گریزی؟

گهی زانوت بر بندم چو اُشتر تا فروخُسی گهی زانوت بگشایم، که تا از جای برخیزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

گهی زانوت بر بندم چو اُشتر تا فروخُسی:

ای انسان، من گاهی اوقات زانوهای تو را مانند شتر می بندم، به طوری که نتوانی حرکتی کنی و با ذهن، خودت را نجات دهی. بدین معنی که تو را دچار انقباض و بی‌مرادی‌های پی‌درپی می‌کنم تا به‌عنوان من‌ذهنی پست شوی و اجازه ندهی که ذهنت به مرکزت بیاید.

گهی زانوت بگشایم، که تا از جای برخیزی:

گاهی زانوهای تو را باز می‌کنم، به‌صورت عدم و فضای گشوده‌شده به مرکز تو می‌آیم تا به‌عنوان امتداد خدا و هشیاری حضور از جا برخیزی.

مَنال ای اُشتر و خامش، به من بنگر به چشم هُش که تمییزِ نوآتِ بخشم، اگرچه کانِ تمییزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

«تمییز» یعنی قوه شناسایی این‌که ما بدانیم فکر ما در این لحظه از من‌ذهنی می‌آید یا از فضای گشوده‌شده. ما این «تمییز نو» را فقط از طریق فضاگشایی می‌توانیم به‌دست آوریم.

مَنال ای اُشتر و خامش، به من بنگر به چشم هُش:

ای شتر، ای انسان، چه هنگامی که بی‌مراد می‌شوی و زانوهای تو بسته شده و چه زمانی که فضای درونت باز است، ناله و شکایت نکن، برای خودت و دیگران درد پخش نکن، ذهنت را خاموش کن، با سبب‌سازی ذهن تعبیر و تفسیر نکن، مسئولیت هشیاری خود را بپذیر، توجهت روی خودت باشد و با چشم هشیاری نظر و مرکز عدم مرا ببین.

که تمییزِ نوآتِ بخشم، اگرچه کانِ تمییزی:

در آن حالت من یک قدرت شناسایی و قوه تشخیص جدیدی به تو خواهم بخشید، اگرچه در من‌ذهنی و سبب‌سازی آن خودت را معدن دانایی، تمییز و تشخیص می‌دانی.

تویی شمع و منم آتش، چو افتم در دماغت خوش

یکی نیمه فروسوزی، یکی نیمه فروریزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

تویی شمع و منم آتش، چو افتم در دماغت خوش:

ای انسان، تو همچون شمع هستی و من مانند آتش تو را روشن خواهم کرد، اگر که عقل و خرد من در سر و مغز تو بیفتد. اگر فضا را بگشایی و شادی بی سبب در درون تو زنده شود، من با یک جرعه، شمع حضور تو را روشن می کنم تا مرکزت عدم شود و دیگر به خواب ذهن نروی.

یکی نیمه فروسوزی، یکی نیمه فروریزی:

یکی نیمه تو روشن می شود وقتی از من ذهنی و ذهن جدا شده و به صورت من اصلی از خواب ذهن بیدار می شوی. در همان هنگام نیم دیگر فرومی ریزد وقتی دردها و همانندگی هایت یکی یکی می افتند.

به هر سوزی چو پروانه مشو قانع، بسوزان سر

به پیش شمع چون لافی، از این سودای دهلیزی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

دهلیزی: مجازاً بی اصل و اساس

«سودای دهلیزی» اشاره دارد به محدودیت دانش و سبب سازی ذهنی و همچنین عقل ناقص من ذهنی.

به هر سوزی چو پروانه مشو قانع، بسوزان سر:

ای انسان، پروانه وار که بر گرد شمع حضور خود می چرخد به یک سوختن جزئی اکتفا نکن، نباید به انداختن یک همانندگی قانع شوی. بلکه باید سر خود را، همه دردها، همانندگی ها و عقل من ذهنی خود را با شعله شمع حضور بسوزانی.

به پیش شمع چون لافی، از این سودای دهلیزی؟

در پیشگاه شمع زندگی و نور عقل آن که جهان و کل کائنات را اداره می کند، چرا براساس دانش مجازی و معلومات محدود و بسته ذهن خود لاف می زنی و ادعا داری؟ چرا عقل ذهنی خود را نگه می داری و اجازه نمی دهی خداوند شمع خودش را در تو روشن کند؟

اگر داری سرِ مستان، کُله بگذار و سرِ بستان کُله دارند و سرها نی، کُله‌دارانِ پالیزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

مولانا در این جا «کُله» را به صورت کلاهی برای سر اصلی یا خرد کل می‌داند.

اگر داری سرِ مستان، کُله بگذار و سرِ بستان:

اگر تصمیم گرفته‌ای که مست شده و با خدا یکی شوی، در این صورت این عقل ذهنی خود را که مانند کلاهی بر سر عقل کل گذاشته‌ای بردار. فضا را باز کن، همانندگی با دردها و فکرها، و کل من‌ذهنی را بینداز و سر زندگی را بگیر.

کُله دارند و سرها نی، کُله‌دارانِ پالیزی:

مترسک‌ها کلاه دارند ولی در کلاهشان سری وجود ندارد، درست شبیه من‌های ذهنی که دارای دانش ظاهری و عقل جزوی هستند، برحسب آن زندگی کرده و به آن افتخار می‌کنند ولی از سر زندگی و خرد کل بی‌بهره‌اند.

سر آنها راست که با او درآوردند سر با سر کم از خاری که زد با گل ز چالاکي و سرتیزی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

«سرتیزی» یعنی هشیاری حضور تیز در این لحظه که اجازه نمی‌دهد چیزی را که ذهن نشان می‌دهد به مرکز ما بیاید. صفت «سرتیزی» بیانگر قدرت تشخیص و قدرت عمل هشیاری ما در این لحظه است.

سر آنها راست که با او درآوردند سر با سر:

کسانی سر دارند که سرشان به سر خداوند وصل باشد. تا خداوند سرش را بالا نیاورد، خردش را به جان آنها نریزد و حرفی نزند، آنها نیز به‌عنوان من‌ذهنی سر خود را بالا نمی‌آورند و برحسب عقل همانندگی‌ها فکر و عمل نمی‌کنند.

کم از خاری که زد با گل ز چالاکي و سرتیزی؟

تو در سرتیزی و چابکی از آن خار کنار گل کمتر هستی که با هشیاری تیز و عملکرد سریع خود در این لحظه، اجازه ندهی چیزی که ذهنت نشان می‌دهد به مرکزت بیاید؟

به عبارت دیگر به محض این که متوجه شدی در این لحظه هشیاری جسمی داری و علائم من ذهنی را در خودت دیدی، باید بدون تعلل و به سرعت از آن بیرون بپری، تبدیل به حضور ناظر شوی و در آن وضعیت باقی نمایی.

تو هر چیزی که می جویی، مجویش جز ز کان او که از زر هم زری یابند و از ارزیز ارزیزی (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

زری: زر بودن

ارزیز: قلع (نوعی فلز)، ارزیزی: قلع بودن

«زر» در این جا منظور برکات زندگی و فضای گشوده شده است.

«ارزیز» اشاره دارد به هر آن چیزی که ذهن نشان می دهد.

تو هر چیزی که می جویی، مجویش جز ز کان او:

تو هر چیزی را که در این جهان جست و جو می کنی، از معدن آن جست و جو کن.

که از زر هم زری یابند و از ارزیز ارزیزی:

چنان که از خداوند و فضای گشوده شده زندگی را جست و جو می کنند و از هر آن چیزی که ذهن نشان می دهد، چیزهای این جهانی می خواهند. چیزهای این جهانی نمی توانند به ما کیفیت زندگی بدهند. معدن زندگی فضای گشوده شده در درون ماست.

خمش کن، قصه عمری به روزی کی توان گفتن؟

کجا آید ز یک خشتک، گریبانی و تیریزی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴۰)

خشتک: پارچه ای که میان دو پاچه شلوار دوزند.

تیریز: دامن

«روز» نماد عمر کوتاه است.

«عمر» نماد عمر جاودانه ما در یکی شدن با خداوند است.

خمش کن، قصه عمری به روزی کی توان گفتن؟

ذهنت را خاموش کن، زیرا با ذهن که عمر کوتاه این جهانی ما و زمان مجازی در من ذهنی را نشان می دهد، نمی توان قصه یکتایی و ابدیت انسان را توصیف کرد. بلکه فقط باید به آن جاودانگی، زنده شد.

کجا آید ز یک خشتک، گریبانی و تیریزی؟

همان‌طور که از پارچه خشتک نمی‌شود برای یک لباس یقه و دامن درست کرد، نمی‌توان به‌وسیله من‌ذهنی که برحسب سبب‌سازی کار می‌کند، خصوصیات زندگی را تجربه کرد. چنین ابزار محدود و ناقصی برای زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداوند، هرگز مناسب نیست. سر و صدای ناهنجاری که من‌ذهنی مرتب با حرف زدن در ذهن ایجاد می‌کند، اصلاً نمی‌تواند شبیه خلاقیت خداوند در فضای بی‌نهایت گشوده‌شده سینه ما باشد.

متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۹۶۷

آن دل که گم شده‌ست، هم از جان خویش جوی

آرام جان خویش، ز جانان خویش جوی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۰۵)

دل گمشده‌ات را که خداوند است و من‌ذهنی جای آن را گرفته، از مرکز عدم و فضای گشوده‌شده درونت جست‌وجو کن، نه از چیزی که ذهنت نشان می‌دهد. آرامش جانت را از چیزهای ذهنی نخواه، زیرا آن‌ها جانت را ناآرام می‌کنند. فقط فضا را باز کن و آرامشت را از خدا و زندگی بطلب.

اندر شکر نیابی ذوق نبات غیب

آن ذوق را هم از لب و دندان خویش جوی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۰۵)

گرچه چیزی که ذهنت نشان می‌دهد در ظاهر مانند شکر شیرین است و به تو زندگی می‌دهد، اما هرگز نمی‌توانی در آن ذوق شیرینی خدا را پیدا کنی. آن ذوق را باید از لب و دندان خودِ اصلیات بجویی که به‌صورت فضای گشوده‌شده از همانیدگی‌ها جدا می‌شود.

دو چشم را تو ناظرِ هر بی‌نظر مکن در ناظری گریز و ازو آن خویش جوی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۰۵)

چشمِ عدمت را ناظرِ چیزی که بی‌نظر است و ذهنت نشانش می‌دهد، نکن. به عبارت دیگر ذهنت را به مرکزت نیاور، زیرا هشیاریات را مبدل به هشیاری جسمی خواهد کرد. به فضای گشوده‌شده پناه ببر که از جنس هشیاری نظر است و به صورت ناظر ذهنت را نگاه می‌کند. جنس اصلی خود و این لحظه خودت را از فضای بازشده درونت بخواه.

نکته: ما چون می‌خواهیم با سبب‌سازی ذهن به حضور برسیم، هشیاری ناظر را که ترکیبی از ما و خداست پیدا نمی‌کنیم.

ره آسمان درون است پرِ عشق را بجنبان پرِ عشق چون قوی شد غم نردبان نماند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۷۱)

راه رسیدن به آسمان یکتایی در درون تو و فضای گشوده‌شده است. پرِ عشق و فضاگشایی را بجنبان و از جنس خدا شو تا جاری شدن از همانیدگی‌ها و ترک آن‌ها، فضای بی‌نهایت بزرگ آسمان درونت را برای تو باز کند. اگر به اندازه کافی فضا باز شود و از جنس عدم شوی، دیگر نیازی نیست با سبب‌سازی ذهنی در غم نردبان جسمی و چگونگی رسیدن به حضور باشی.

نکته: پرِ عشق سبب می‌شود که ما از موانع بپریم، زیرا دیگر در سبب‌سازی ذهنی نخواهیم بود. رسیدن به این نتیجه با تکرار ابیات میسر می‌شود.

فِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ نَشْنِيدهَاي؟ اندرین پستی چه برچفسیده‌ای؟ (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۶)

چفسیده‌ای: چسبیده‌ای

مگر نشنیده‌ای که خداوند می‌فرماید: «رزق شما و هرچه به شما وعده داده شده در آسمان‌هاست.» و روزی شما یعنی زنده شدن به بی‌نهایت خداوند در آسمان فضای گشوده‌شده در درونتان است؟ پس چرا به این پستی من‌ذهنی چسبیده‌ای و آن را دوست خود قرار داده‌ای؟

نکته: ما در سبب‌سازی ذهن بودیم و هرچه ذهنمان نشان می‌داد به مرکزمان آوردیم. پنداشتیم زیاد کردن همانیدگی‌ها عقل است و غذای ما را تأمین می‌کند، اما باید بدانیم غذای ما در آسمان گسترده درونمان است و مربوط به جهان بیرون نیست.

(قرآن کریم، سوره الذاریات (۵۱)، آیه ۲۲)

«وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ»

«و رزقِ شما و هرچه به شما وعده شده در آسمان است.»

رزق جویی را ز بالا خوگرم

تو ز بالا برگشودستی درم

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۸۰۳)

خوگر: انیس، انس‌گیرنده

[مولانا از زبان انسان خطاب به خدا می‌گوید] من عادت کرده‌ام که روزی را از بالا یعنی از آسمان گشوده‌شده درونم بجویم، چراکه تو خودت درهای رزق، خوشبختی، شادی، آرامش، خرد، قدرت و هدایت را به‌سوی من گشودی و راهنمایی‌ام کردی که این برکات را از ذهنم نخواهم.

ای نموده تو مکان از لامکان

فِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ كَرِهَ عِيَان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۸۰۴)

ای خدایی که مکان و جسم را از لامکان به‌وجود آورده‌ای و به انسان یاد داده‌ای که به لامکان برود. تو آشکارا فرمودی: «در آسمان است روزی شما» و امر کردی که به آن عمل کنیم. **نکته:** برای عمل به این آیه کافی است همین لحظه فضا را باز کنیم و از آسمان گشوده‌شده درونمان روزی بگیریم، نه از ذهنمان.

می‌زند جان در جهان آبگون

نعره یا لیت قومی یَعْلَمُونَ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۴۰)

انسان فضاگشا که خورشید زندگی از درونش بالا آمده‌است، در جهان بی‌رنگ و فضای

گشوده شده فریاد برمی آورد: «ای کاش قوم من می دانستند که برای زنده شدن به زندگی باید سبب سازی ذهن را رها و مرکزشان را از چیزهای ذهنی خالی کنند. در چنین صورتی می توانند حتی بدون این جسم در فضای گشوده شده زنده باشند و جهان آنگون و عدم را تجربه کنند.»

نکته ۱: هرکس به فضای گشوده شده زنده می شود درمی یابد مردم در سبب سازی ذهن هستند و به سادگی آن را رها نمی کنند.

نکته ۲: حفظ بودن تمام ابیات مولانا و حتی درس دادن آنها، مادامی که بر مبنای سبب سازی ذهن باشد سبب تبدیل شدن به زندگی نمی شود.

نکته ۳: باید انتخاب کنیم که آیا با خواندن ابیات فقط می خواهیم انباشتگی ذهنی و سبب سازی ایجاد کنیم، یا خودمان را به آن بسپاریم و اجازه دهیم روی ما کار کند؟

(قرآن کریم، سوره یس (۳۶)، آیه ۲۶)

«قِيلَ ادْخُلِ الْجَنَّةَ قَالَ يَا لَيْتَ قَوْمِي يَعْلَمُونَ.»

«گفته شد: «به بهشت در آی.» گفت: «ای کاش قوم من می دانستند.»»

گر نخواهد زیست جان بی این بدن

پس فلک ایوان کی خواهد بدن؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۴۱)

اگر جان زندگی و خدایت ما نتواند بدون این جسم و بدن زندگی کند، پس آسمان گشوده شده و فضای بی نهایت یکتایی، ایوان و تماشاگه و محل زندگی چه کسی خواهد بود؟

نکته ۱: باید به جایی برسیم که بدون نیاز به محصور بودن در بدن، از فضای بلند آنگون با هشیاری ناظر به کائنات بنگریم.

نکته ۲: در حال حاضر ما به سبب سازی ذهنی عادت کرده ایم، پس قادر نیستیم با عینک عدم ببینیم. کافی است سبک زندگی مان عوض شود، از سبب سازی ذهن بیرون بیاییم و بر حسب همانندگی ها زندگی نکنیم تا دید عدم را بیابیم.

نکته ۳: سبب سازی این است که انسان شرطی شده وضعیت ها را پشت سر هم می چیند و به طور خودکار از یکی به دیگری می رود، بی آنکه بفهمد در زندان همانندگی ها اسیر شده است.

گر نخواهد بی بدن جان تو زیست فِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ رَوْزِي كَيْسْتُ؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۴۲)

ای انسان، اگر جان تو و خدایت تو نخواهد بدون این تن و بدن زندگی کند، پس آیه «روزی شما در آسمانهاست.» به غذا و روزی چه کسی اشاره دارد و مال کیست؟
نکته ۱: اگر قرار باشد ما دائماً از جهان بیرون و چیزهای ذهنی که به مرکزمان آورده‌ایم غذا بخوریم، پس این غذای آسمانی مال چه کسی است؟
نکته ۲: راه استفاده از روزی آسمانی این است که فضا را باز و سبب‌سازی ذهن را رها کنیم. عقل خود را عقل کل ندانیم و برحسب فضای گشوده‌شده زندگی کنیم، نه برحسب من‌ذهنی.

ننگرم کس را وگر هم بنگرم او بهانه باشد و تو منظرَم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

خداوندا، من به کسی یا چیزی که ذهنم نشان می‌دهد نگاه نمی‌کنم. اگر فرضاً به آن نگاه کنم فقط بهانه‌ای است که فضا را باز کنم، هشیاری نظر را به زندگی‌ام بیاورم و تو را ببینم.
نکته ۱: هرچه ذهن ما نشان می‌دهد بهانه‌ای است برای جدا شدن از سبب‌سازی ذهن و تبدیل شدن به زندگی.
نکته ۲: تکرار ابیات مولانا ابزار ماست برای این‌که خودمان را به بالا هل دهیم، من‌ذهنی جذمان نکند، توقعاتمان صفر شود و خلاقیت زندگی در ما ایجاد گردد.

عاشقِ صنَعِ توأم در شکر و صبر عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

شکر و صبر: در این‌جا کنایه از نعمت و بلاست.

گبر: کافر

خداوندا، من در هر وضعیتی که ذهنم نشان می‌دهد عاشق آفریدگاری و صنَع تو هستم، چه در اتفاقات خوب که سبب شکرگزاری من هستند و چه در وضعیت‌های بد که صبر مرا می‌طلبند.

در هردو حالت با فضاگشایی در اطراف اتفاق، مرکز را عدم می‌کنم تا صنع تو کار کند و از طریق من بیافرینی. من عاشق چیزی که ذهنم نشان می‌دهد و آفریده شده و مصنوع است، نمی‌شوم زیرا اگر بشوم، به مرکز می‌آید و در این صورت من کافر و گبر خواهم بود.

نکته: زندگی با صنع خود در این لحظه از طریق مرکز عدم و فضای گشوده شده فکر جدیدی می‌آفریند. در نقطه مقابل، انسان در سبب‌سازی ذهنی براساس فکرهای گذشته، پیش‌ساخته و کهنه کار می‌کند.

عاشقِ صنَعِ خدا با فر بُود
عاشقِ مصنوعِ او کافر بُود
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

صنع: آفرینش

مصنوع: آفریده، مخلوق

کسی که عاشق صنع و آفریدگاری خداست چیزی را که ذهنش نشان می‌دهد به مرکزش نمی‌آورد و همواره دارای برکت و فرّ و شکوه ایزدی است، اما کسی که عاشق مصنوع و آفریده خداوند است، ذهنش را به مرکزش آورده و با آن همانیده می‌شود. او درکی از فرّ ایزدی ندارد و دائماً زندگی را می‌پوشاند.

نکته ۱: هرچه ذهنمان نشان می‌دهد بهانه‌ای است برای گشودن فضای درون و تبدیل شدن به بی‌نهایت خدا.

نکته ۲: یادمان باشد هر جنس و خاصیتی که خداوند دارد، مانند از جنس بی‌نهایت و ابدیت بودن، آگاه بودن از این لحظه ابدی، صمد بودن یا بی‌نیازی به چیزهای جهان بیرون، و احدیت یا یکتایی، ما هم آن را داریم.

چيست تعظیم خدا افراشتن؟
خويشتن را خوار و خاکی داشتن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۸)

تعظیم: بزرگ‌داشت، به عظمت خداوند پی بردن

تعظیم و بزرگداشت خداوند، تسلیم و فضاگشایی چیست؟ تعظیم خداوند کنار گذاشتن چیزی است که ذهن انسان نشان می‌دهد و با سبب‌سازی به مرکز او می‌آورد. او برای تعظیم

لحظه به لحظه، باید با پذیرش اتفاق این لحظه تسلیم شود و عقل خدا را بگیرد. بدین ترتیب از همانیدگی‌ها خارج شده و در آسمان یکتایی بزرگ و افراشته می‌شود. با این کار من‌ذهنی او نیز کوچک‌تر و خوارتر می‌شود، تا زمانی که کاملاً صفر شود.

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 خاصیت توحید و یکتایی خداوند را بشناسد و با فضاگشایی به سوی یکتا شدن و بی‌نیازی پیش رود. بدین ترتیب من‌ذهنی توهمی خود را در پیشگاه خدای واحد خواهد سوزاند و دیگر اتکایی به جهان بیرون نخواهد داشت.

گر همی خواهی 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 با فضاگشایی هم‌هویت‌شدگی با چیزهای ذهنی را از وجودت خارج کن و من‌ذهنی موهوم خود را که همچون شبِ تیره و تار است، پیش خداوند هستی‌بخش بسوزان تا هیچ اثری از آن باقی نماند.

من جز احدِ صمد نخواهم من جز ملکِ ابد نخواهم (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۸)

[مولانا می‌فرماید] من به جز خداوند یکتا و بی‌نیاز، شخص دیگر یا چیز دیگری را نمی‌خواهم، یعنی به آنچه ذهنم نشان می‌دهد توجه نمی‌کنم و اهمیت نمی‌دهم. من جز ساکن شدن در این لحظه ابدی و زنده شدن به خداوندی که بی‌نهایت عمق و ریشه‌داری است، چیز دیگری نمی‌طلبم.

نکته: یکتایی، بی‌نیازی و ساکن بودن در این لحظه ابدی، از خصوصیات خداوند است و هر سه باید همزمان توسط ما که امتداد خداییم تجربه شوند. پس اگر ذهن را به مرکزمان آورده و

هشیاری جسمی پیدا کنیم، تا بد در زمان مجازی گذشته و آینده باقی مانده و در ذهن زندانی خواهیم شد. در این صورت بدون شک جریمه شده و هزینه آن را پرداخت خواهیم کرد؛ کما این که از ابتدای زندگی مان نیز این هزینه را مدام پرداخت کرده ایم.

از سخن‌گویی مجوید ارتفاع منتظر را به ز گفتن، استماع

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶)

ارتفاع: بالا رفتن، والایی و رفعت جُستن

استماع: شنیدن

[ای انسان‌ها، حال که می‌دانید از جنس یکتایی و بی‌نیازی هستید] هرگز نخواهید از طریق هشیاری جسمی، آوردن چیزها به مرکزتان و فکر بعد از فکر، به‌عنوان من‌ذهنی بلند شوید و ارتفاع بگیرید، زیرا برای کسی که فضا را می‌گشاید و منتظر است که زندگی از طریق او سخن بگوید، گوش دادن بهتر از حرف زدن به‌عنوان من‌ذهنی است.

نکته ۱: این بیت را باید هر روز بخوانیم تا ابزاری برای تعطیل کردن سبب‌سازی ذهن شود و هرچه ذهنمان نشان می‌دهد به مرکزمان نیاید. به تدریج درمی‌یابیم که دیگر چیزی را به درون راه نمی‌دهیم و ارتفاع نمی‌گیریم.

نکته ۲: اگر قرار است «آنصیتوا» را رعایت و ذهن را ساکت کنیم، نباید چیزهای ذهنی به مرکزمان بیایند، چون ما را تسخیر کرده و وادار به حرف زدن می‌کنند.

نکته ۳: اگر منتظر باشیم و به‌جای حرف زدن گوش دهیم و ابیات مولانا را تکرار کنیم، خواهیم دید قدرت تبدیل شدن به زندگی در وجودمان کار خواهد کرد.

منصبِ تعلیمِ نوعِ شهوت است

هر خیالِ شهوتی در ره بُت است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۷)

چیزی یا کسی که ذهن انسان به‌عنوان معلم یا استاد نشان می‌دهد، در واقع یک منصب و وضعیت است. این وضعیت در مرکز انسان نوعی شهوت محسوب می‌شود. هر فکر و خیال شهوت‌انگیز هم مانند بُتی است که انسان را بت‌پرست و با خود همانیده می‌کند و به پرستش وامی‌دارد.

نکته: با این بیت ما در واقع می‌گوییم که نمی‌خواهیم به کسی چیزی یاد بدهیم. ابیات را می‌خوانیم تا ببینیم چه می‌گویند و با هم تلاش می‌کنیم تا آن‌ها را روی خودمان اعمال کنیم.

خواجه بجه از جهان، قفل بنه بر دهان پنجه گشا چون کلید، قفل‌گشا یافتی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۰۸)

ای انسان، آنچه را که ذهنت نشان می‌دهد به مرکزت نیاور و بدین ترتیب از جهان بیرون بپر. دهانت را ببند و خاموش باش، و فضا را باز کن. اصل تو فضای گشوده‌شده است که کلید همه چیز است. بدان که همانندگی و سبب‌سازی، قفل زندگی تو را بسته نگه می‌دارد، اما با فضاگشایی قادر می‌شوی این قفل را که من‌ذهنی است باز کنی.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

صدر را بگذار، صدرِ توست راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

مراتب باز شدن فضای درون و طلب حضور نهایی ندارد، صدی نداریم و رسیدن و مقصدی در کار نیست. همیشه باید فضاگشا باشیم، بنابراین صدر مجلس و آن مرتبه عالی عرفانی را که ذهنت نشان می‌دهد رها کن. برای رسیدن به مرتبه عالی در این لحظه اولین قدم را با فضاگشایی بردار و همواره با حفظ طلب، روی خودت کار کن و در راه سلوک باش.

نکته ۱: نباید برحسب سبب‌سازی و همانندگی بگوییم این کار را می‌کنم و به این مرحله که برسم دیگر بس است و زندگی‌ام درست شده است.

نکته ۲: تأیید مردم از بزرگ‌ترین موانعی است که پیشرفت ما را متوقف می‌کند و به صورت یک الگوی ذهنی در مرکزمان جای می‌گیرد.

نفس و شیطان هر دو یک تن بوده‌اند

در دو صورت خویش را بنموده‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳)

نفس و شیطان هر دو دراصل از یک جنس بوده‌اند، اما در ظاهر به دو صورت متفاوت نمایان شده‌اند، یکی به صورت من‌ذهنی در انسان و دیگری هم به صورت شیطان که نیروی همانندگی و

درد این جهان است.

نکته: ما اگرچه با همانیده شدن با چیزها گناه می‌کنیم، اما گناه کردن ما را از جنس شیطان نمی‌کند. تنها زمانی از جنس شیطان می‌شویم که مسئولیت اشتباهاتمان را قبول نکنیم و آن‌ها را به گردن دیگران بیندازیم.

چون فرشته و عقل کایشان یک بُدند

بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴)

همچون فرشته و عقل که از یک جوهر بوده‌اند و به دلیل حکمت‌های الهی به دو صورت جلوه کرده‌اند.

نکته ۱: درواقع فرشته حالت حضور انسان است و عقل نماد خداوند یا عقل کل است.

نکته ۲: اگرچه همانیدگی و اشتباهات این جهانی گناه محسوب می‌شود، اما انسان از طریق ارتکاب این گناهان از جنس شیطان نمی‌شود، بلکه از طریق عدم قبول مسئولیت و مقصر دانستن دیگران است که از جنس شیطان می‌گردد. درحالی‌که اگر اقرار کند تقصیر خودش است، فضا را بگشاید و اجازه دهد خداوند روی او کار کند از جنس فرشته می‌شود. اکنون تقصیر چه کسی است اگر ما هنوز از جنس شیطان هستیم؟

نکته ۳: اجرای قوانین خداوند بر روی تمام انسان‌ها یکسان است. همان‌طور که اگر هر انسانی با هر جایگاه و مقامی از ارتفاع بسیار بلندی به پایین بیفتد، خواهد مرد، هرکسی نیز که از جایگاه یکی بودن با فضای یکتایی به من‌ذهنی بیفتد و عقلش به کمترین حالت خود برسد، نسبت به جنس فرشتگی و آدمیت خواهد مرد.

گفت شیطان که بِمَا آغَوَيْتَنِي

کرد فعل خود نهان دیو دنی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)

دنی: فرومایه، پست

شیطان به خداوند گفت که تو مرا گمراه کردی. او گمراهی خود را به حضرت حق، نسبت داد و آن دیو فرومایه، کار خود را پنهان داشت.

نکته: انسان طی سالها زندگی با مرکز جسمی زندگی‌اش را به درد تبدیل کرده، اما زیر بار مسئولیت نمی‌رود و خداوند را مقصر می‌داند.

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۱۶)

«قَالَ فَبِمَا أَغْوَيْتَنِي لَأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ»

«ابلیس گفت: «پروردگارا، به عوض آنکه مرا گمراه کردی، من نیز بر راه بندگانت به کمین می‌نشینم و آنان را از راه مستقیم تو باز می‌دارم.»»

[همان‌طور که شیطان مسئولیت اشتباه خود را نپذیرفت و به خداوند گفت چون مرا گمراه کردی بنابراین دیگر بندگانت را گمراه خواهم کرد، ما نیز از طریق قانون «ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند» با ارتعاش منفی قرین‌های خود را به‌سوی درد سوق می‌دهیم، بدون آنکه زیر بار مسئولیت رویم.]

گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا

او ز فعل حق نَبُدْ غافل چو ما

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۹)

حضرت آدم گفت: «پروردگارا، ما به خود ستم کردیم»، [چراکه تو از ابتدا همراهان بوده‌ای و ما می‌توانستیم با فضاگشایی تو را به مرکزمان بیاوریم، درحالی‌که با چیزها همانیده شده و مرکزمان را از جنس جسم کرده‌ایم، برحسب آن فکر و عمل کرده و در نتیجه به خود لطمه وارد کرده‌ایم. اکنون آگاهیم که عیب داریم، دائماً عذرخواه هستیم و مرکزمان را عدم نگه می‌داریم.] بنابراین او همچون ما از حکمت کار حق بی‌خبر نبود و به‌جای مقصر دانستن خداوند، زیر بار مسئولیت اشتباهات رفت.

نکته ۱: ما انسان‌ها نیز باید نسبت به آنچه ذهنمان نشان می‌دهد بی‌اهمیت باشیم و از زیر جبر من‌ذهنی خارج شویم؛ به‌جای آنکه پدر و مادر، جامعه و خداوند را مقصر بدانیم و در جهل من‌ذهنی باقی بمانیم مسئولیت کار خود را قبول کنیم تا ما نیز از جنس حضرت آدم شویم.

نکته ۲: هر لحظه باید هشیار باشیم که من‌ذهنی‌مان تا چه اندازه دخالت می‌کند و سبب خرابی می‌شود؟

در گنه او از ادب پنهانش کرد ز آن گنه بر خود زدن او بر بخورد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۹۰)

بر بخورد: برخوردار و کامیاب شد.

با آنکه حضرت آدم می دانست همه کارها توسط «قضا و کُن فکان» خداوند ترتیب داده می شود، اما با استفاده از قدرت انتخاب در این لحظه و از روی ادب آن را بر زبان نیاورد و با نسبت دادن گناه بر خود و پذیرش مسئولیت، از میوه فضل و رحمت خداوند برخوردار شد.

نکته: این بیت نشان می دهد، با وجود این که اجرای قوانین خداوند ما را دچار «قضا و کُن فکان» می کند، اما ما انسانها قدرت انتخاب داریم و این نقطه برتری ما نسبت به حیوان است که با شعور خود می توانیم یک مشکل را درونمان شناسایی کرده و اصلاح کنیم، به این ترتیب ادب را رعایت می کنیم.

بعد توبه گفتش: ای آدم نه من

آفریدم در تو آن جرم و محن؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۹۱)

مِحْن: محنتها، رنجها، سختیها

پس از آنکه حضرت آدم زیر بار مسئولیت رفت، فضا را گشود و با بیرون پریدن از سبب سازی من ذهنی به سوی فضای گشوده شده توبه کرد، خداوند به او گفت: «ای آدم مگر نه این است که جرم و درد تو توسط قوانین من به وجود آمده و من تو را به این جهان آورده و همانیده کرده ام؟»

نکته ۱: توبه یعنی از جنس اصلی خود که بی نهایت و ابدیت خداوند است آگاه شویم و بدون این که خود را ملامت کنیم فضا را باز کرده و از عقل و خلاقیت زندگی استفاده کنیم.

نکته ۲: تأسف یک هیجان شیطانی است و به دنبال آن ملامت و سبب سازی ذهن و بهانه تراشی می آید.

نکته ۳: اگر ما به جبر من ذهنی بیفتیم و فکر کنیم هیچ راهی به غیر از نگه داشتن من ذهنی نداریم یعنی از کمک و خلاقیت زندگی نمی خواهیم استفاده کنیم.

نه که تقدیر و قضای من بُد آن؟ چون به وقتِ عذرِ کردی آن نهان؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۹۲)

[مولانا از زبان زندگی می‌گوید:] مگر تقدیر و قضای من سبب آن گناه و رنج نشد؟ پس چرا هنگام عذرخواهی بدون این‌که هیچ اشاره‌ای به این موضوع کنی آن را پنهان کردی؟
نکته: درست است که همه‌چیز را قضاو قدر خداوند تعیین می‌کند، اما انسان نیز در زمان همانندگی خطاهای زیادی مرتکب شده بود. به همین خاطر زیر بار مسئولیت رفت و تمام خطاهایش را گردن گرفت.

گفت: ترسیدم ادب نگذاشتم گفت: هم من پاسِ آنت داشتم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۹۳)

حضرت آدم گفت: «ترسیدم مبدا بی‌ادبی کنم، پس با فضاگشایی عقل من‌ذهنی و سبب‌سازی‌هایش را رها کردم و دیگر فریب او را نخوردم تا خداوند با خرد کل از طریق من فکر کند. بدین ترتیب ادب را رعایت کردم. همچنین دیگر هیچ‌یک از تجلیات من‌ذهنی را بروز ندادم، زیرا پی بردم تمام دردها و مشکلاتم به‌خاطر من‌ذهنی است. زندگی هم در پاسخ به او گفت: من هم به پاسِ ادب ملاحظه کردم و تو را بخشیدم.»

نکته ۱: این خاصیت شیطانی که با استفاده از سبب‌سازیِ ذهن، زندگی و دیگران را مقصر می‌دانیم و در وضعیت‌های مختلف حق را به خود می‌دهیم، دائماً در کار است. اما باید بدانیم حتی اگر ذهن با استدلال و فرمول ثابت کرد که ما هیچ تقصیری نداریم، صددرصد ما مقصریم.
نکته ۲: ادب بدین معناست که ما فریبِ ذهن را نخوریم و اگرچه با سبب‌سازی ما را متقاعد می‌کند که زندگی مقصر است، هشیار باشیم که خودمان مقصر هستیم. هرگز نباید به سبب‌سازیِ ذهن اعتماد کنیم.

هرکه آرد حرمت او حرمت برَد هرکه آرد قند لوزینه برَد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۹۴)

لوزینه: نوعی شیرینی

هرکس به خداوند احترام بگذارد، زیر بار مسئولیت رود و خود را مقصر بداند که با استفاده از

عقل جزوی زندگی خودش و دیگران را خراب کرده، در عوض این کار، مورد احترام زندگی قرار گرفته و زندگی به او کمک می‌کند. و مثلاً هرکس قند بیاورد، حلواي بادام نصیبش می‌شود. [به عبارت دیگر کسی که شکایت نکند و فضا را بگشاید، شادی بی‌سبب را تجربه خواهد کرد.]

عَلَّتِي بَتَّرَ زِ پِنْدَارِ کِمَالِ نِیست اندر جانِ تو ای دُودَلالِ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

دُودَلال: صاحبِ ناز و کرشمه

ای من ذهنی عشوه‌گر که هم خود و هم دیگران را فریب می‌دهی، در جان تو هیچ مرضی بدتر از پندار کمال و «می‌دانم» من ذهنی وجود ندارد.
نکته: اگر ما با مرکز همانیده پندار کمال درست کنیم، حتماً ناموس و درد هم داریم.

در تَگِ جو هست سِرگینِ ای فَتِی گرچه جو صافی نماید مر تو را (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)

فَتِی: جوان، جوان‌مرد

ای جوانمرد، در اعماق جوی ظاهر آرامت انبوهی از دردهای من‌ذهنی وجود دارد که با کمترین واکنش بالا می‌آیند. هرچند به دلیل داشتن پندار کمال و حیثیت بدلی من‌ذهنی این جوی صاف و آرام به نظر می‌رسد.

کرده حق ناموس را صد من حَدیدِ ای بسی بسته به بندِ ناپدیدِ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰)

حَدید: آهن

خداوند آبرو و حیثیت بدلی من‌ذهنی را که ناشی از پندار کمال اوست، همانند صد من آهن سنگین کرده و به صورت زنجیری نامرئی بر دست‌وپای هشیری انسان بسته‌است. چه بسیارند کسانی که به وسیله این زنجیر پنهانی در ذهن اسیرند، به طوری که نمی‌توانند به اشتباهشان اقرار کرده و درد هشیارانه بکشند، در نتیجه نمی‌توانند از ذهن آزاد شوند.

نکته ۱: ما از ترس آنکه چیزی به ما برنخورد و در جمع کوچک نشویم، بسیار محدود عمل می‌کنیم و از مردم گریزانیم در نتیجه پیشرفتی نمی‌کنیم، درحالی‌که این یک چیز توهمی ساخته‌شده از ذهن است.

نکته ۲: از بین بردن ناموس فقط کار زندگی‌ست، چراکه ما نمی‌توانیم از طریق پندار کمال و سبب‌سازی ذهن ناموس را از بین ببریم.

چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهی قدم را؟ نگر اولین قدم را که تو بس نکو نهادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲)

قدم: دیرینگی، قدیم (مقابل حدوث)

ای انسان، چرا سعی در فهمیدن چگونگی عدم داری و می‌خواهی خودت را از طریق سبب‌سازی ذهن توصیف کنی؟ چرا با آوردن ذهن به مرکزت الستی را نشان‌دار می‌کنی؟ هشیار باش و خوب نگاه کن تا این لحظه که اولین قدم زندگی‌توست، با فضاگشایی به‌درستی برداری، نه با انقباض و فضا‌بندی.

نکته: با توجه به این بیت حال ما به‌عنوان امتداد خداوند چگونگی ندارد. پس اگر در این لحظه درحال توصیف چگونگی خود هستیم، درواقع داریم حال من‌ذهنی‌مان را براساس کم و یا زیاد شدن همانیدگی‌ها تعیین می‌کنیم.

از پدر آموز، کآدم در گناه خوش فرودآمد به سوی پایگاه (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۴)

پایگاه: درگاه، کفش‌کن، جای ستوران

ای انسان، از پدرت حضرت آدم بیاموز که وقتی با مرکز همانیده مرتکب گناه شد، با شادی و فروتنی زیر بار مسئولیت رفته و تسلیم شد؛ سپس لحظه‌به‌لحظه عذرخواهی کرد تا نهایتاً به‌سوی پایگاه یا همان پای‌ماچان که به معنای پایین‌ترین جای مجلس است فرود آمد و من‌ذهنی‌اش را صفر کرد.

نکته: ما باید بیاموزیم که هرگاه به آنچه ذهن نشان می‌دهد توجه کنیم، باید هزینه پردازیم.

چون بَدید آن عالمِ الْأَسْرارِ را بَر دو پا اِستادِ اسْتِغْفارِ را

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۵)

وقتی حضرت آدم در اثر فضاگشایی‌های پی‌درپی خداوند را دید و از درون به او آگاه شد که او سراسر لطف و رحمت است، متوجه شد هر دردی که او کشیده به‌خاطر داشتنِ من‌ذهنی بوده، بنابراین ذهن را خاموش کرد و در پایین‌ترین جایگاه من‌ذهنی روی دو پایش ایستاد. در این حالت به تمام دردهایی که با من‌ذهنی ایجاد کرده، اقرار کرد و از این‌که زندگی را مقصر می‌دانست عذرخواهی کرد.

نکته: انسان با من‌ذهنیِ سطحی، به اعمال خودش آگاه نیست و زیر بار مسئولیت آن نمی‌رود، به‌طوری که خداوند را مقصر تمام دردهایش می‌داند. درحالی‌که باید تمام حواسش را روی خودش جمع کند تا هر لحظه با عذرخواهی و فضاگشایی مرکزش را عدم کند و با من‌ذهنی فکر و عمل نکند.

بَر سِرِ خَاکِستَرِ آندَه نَشست از بَهانه شاخ تا شاخِ نَجَسْت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۶)

وقتی حضرت آدم آگاه شد که هرچه به‌عنوان من‌ذهنی بلند شود زندگی‌اش خراب‌تر خواهد شد، از خوشی‌های ذهن دست کشید و تمام تمرکزش را روی شناسایی و رفع عیب‌ها و ایرادات خود گذاشت چنان‌که به‌هیچ‌عنوان به ذهنش اجازه نداد تا از طریق بهانه‌تراشی و سبب‌سازی از یک شاخه به شاخه دیگر بپرد و حواس او را پرت کند.

نکته: اگر هر لحظه به‌عنوان من‌ذهنی بلند شویم، با سبب‌سازیِ ذهن زندگی کنیم و همانندگی داشته باشیم، زندگی‌مان خراب‌تر خواهد شد. پس باید هر لحظه با فضاگشایی و عذرخواهی در این لحظه ابدی ساکن باشیم.

رَبَّنَا اِنَّا ظَلَمْنَا كَفْت و بس چون‌که جانداران بَدید او پیش و پس

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۷)

جاندار: سلاح‌دار، محافظ، نگهبان

حضرت آدم فقط همین مطلب را گفت که: «پروردگارا همانا ما بر خود ستم کردیم.» زیرا او

خود را در محاصره فرشتگان یا نیروهای پنهانی دید. این فرشتگان به محض آنکه جسمی در مرکز حضرت آدم قرار می‌گرفت و با چیزی همانیده می‌شد، زندگی‌اش را خراب می‌کردند تا او را آگاه کنند باید همواره مرکز را عدم نگه داشته و فضا را بگشاید.

نکته ۱: در هر لحظه دو راه وجود دارد:

۱- با فضاگشایی زیر بار مسئولیت رفتن و باز کردن فضا در اطراف اتفاقات، که انسان را از جنس حضور می‌کند.

۲- فضا بندی و استفاده از ابزارهای من‌ذهنی همچون ملامت و از زیر بار مسئولیت در رفتن که انسان را از جنس شیطان می‌کند.

نکته ۲: هرگاه اتفاق بدی می‌افتد و بلایی بر سر انسان می‌آید، تنها وظیفه‌اش این است که فقط و فقط سهم خودش را در آن اتفاق ببیند و اشتباهش را اصلاح کند. او هرگز نباید به سبب‌سازی ذهن تن دهد و زندگی یا دیگران را مقصر بداند. ولو این‌که ذهن صددرصد به او این اطمینان را بدهد که خودش هیچ تقصیری ندارد.

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۲۳)

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

«گفتند: ای پروردگار ما، به خود ستم کردیم و اگر ما را نیامرزی و بر ما رحمت نیاوری، از زیان‌دیدگان خواهیم بود.»

دید جانداران پنهان همچو جان

دورباش هر یکی تا آسمان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۸)

دورباش: نیزه دوشاخه‌داری دارای چوبی مَرصَع که در قدیم پیشاپیش شاهان می‌برده‌اند تا مردم بدانند که پادشاه می‌آید و خود را به کنار کشند.

حضرت آدم وقتی فضا را باز کرد، نیروهای نگهبانی را دید که مانند روح و جان پنهان بودند و نیزه‌های دورباش هر یک از آنها تا آسمان می‌رسید.

که هلا پیش سلیمان مور باش

تا بنشکافد تو را این دورباش

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۹)

[این فرشتگان یا نیروهای پنهانی می‌گفتند:] به‌هوش باش و در پیشگاه سلیمان که نماد خداوند

است، مانند مورچه کوچک و فانی باش، یعنی هر لحظه براساس من‌ذهنی، ناموس و پندارِ کمال بلند نشو و خداوند را امتحان نکن و فکرهای خود را بر خرد زندگی غالب و چیره ندان تا این نیزهٔ ما تو را نشکافد و به تو آسیب نرساند.

گفت: جُرم چيست ای دانای راز

که مرا گویی که مسجد را مساز؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۹۱)

[این بیت اشاره به داستان حضرت داود دارد که قصد داشت مسجدالاقصی را بنا کند اما از بارگاه الهی به او وحی رسید که از این مقصود منصرف شو. پس حضرت داود از خداوند پرسید:] ای خداوند عالم به اسرار نهان، من چه گناهی مرتکب شده‌ام که می‌گویی آن مسجد را نسازم؟

[در اینجا ساختن مسجد همان باز کردن فضای درون است. در واقع مولانا از طریق این داستان می‌خواهد به ما بگوید دلیل این‌که نمی‌توانیم فضا را بگشاییم این است که زیر بار مسئولیت نرفته و اقرار نمی‌کنیم که هنوز من‌ذهنی داریم و در حال آسیب رساندن به خود و دیگران هستیم. پس برای آن‌که فضاگشایی کنیم ابتدا باید بتوانیم به اشتباهاتمان اقرار کنیم.]

گفت: بی جُرمی تو خون‌ها کرده‌ای

خونِ مظلومان به گردن بُرده‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۹۲)

خداوند در پاسخ گفت: «تو افراد بسیاری را بدون این‌که گناهی مرتکب شده باشی کشته‌ای و خونِ مظلومان به گردن توست.»

[ما نیز به‌عنوان من‌ذهنی با قضاوت، مقاومت و واکنش در برابر آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، انرژی زندهٔ زندگی را می‌کشیم و تبدیل به درد می‌کنیم.]

که ز آوازِ تو خلقی بی‌شمار

جان بدادند و شدند آن را شکار

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۹۳)

چه انسان‌های بسیاری که در اثر شنیدن آواز من‌ذهنی تو و تحت تأثیر ارتعاش آن، از پا درآمده و

شکار شده‌اند. در واقع صدایی که از من ذهنیات برمی‌خیزد، موجب ایجاد هیجان‌ات مخرب شده و تمام کسانی را که در معرض آن قرار می‌گیرند، نیز به هیجان‌ات مخرب و درد مرتعش می‌کند.

خون بسی رفته‌ست بر آوازِ تو

بر صدایِ خوبِ جان‌پردازِ تو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۹۴)

جان‌پرداز: جان‌ستان، جان‌بخش

دراثر گوش دادن به آوازِ تو که با صدای جان‌گیرنده من ذهنی خوانده شده، خون‌های فراوانی ریخته شده‌است.

نکته: موضوع بسیار مهمی که مولانا به آن اشاره می‌کند این است که ما متوجه نیستیم وقتی فضا را نمی‌کشاییم و از جنس ذهن باقی می‌مانیم، با هر فکر و عملمان به دیگران لطمه می‌زنیم.

گفت: مغلوبِ تو بودم، مستِ تو

دستِ من بر بسته بود از دستِ تو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۹۵)

حضرت داوود گفت: «خداوندا، من مغلوب و شیفته و مست تو بودم. دست مشیت تو دست اراده مرا بسته بود و از خود اختیاری نداشتم.»

ما نیز تحت تأثیر فریب من‌ذهنی مانند داوود مسئولیت نمی‌پذیریم و خداوند را مسئول اتفاقات و کم‌کاری خود می‌دانیم، در حالی که می‌توانیم با تمرکز روی خود فضا را باز کرده و اجازه ندهیم آنچه ذهن نشان می‌دهد به مرکزمان بیاید.

نه که هر مغلوبِ شه مرحوم بود؟

نه که الْمَغْلُوبُ كَالْمَعْدُومِ بود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۹۶)

مرحوم: کسی که مورد رحمت و شفقت قرار گیرد.

«مگر نه این است که هرکه مقهور شاه حقیقت شود مورد رحمت قرار می‌گیرد؟ و مگر نه این است که هرکه مغلوب شود گویی معدوم شده‌است؟»

نکته ۱: ما در من‌ذهنی و با سبب‌سازی مغلوب اتفاقات شده و با نسبت دادن آن به خداوند از خودمان سلب مسئولیت می‌کنیم و خداوند را عامل ایجاد دردهایمان می‌دانیم. درحالی‌که باید بدانیم با هشیاری جسمی و آوردن چیزها به مرکزمان باعث ایجاد درد برای خود شده‌ایم.

نکته ۲: خداوند در انسان به بی‌نهایت خودش زنده شد و از شیطان خواست تا به او سجده کند. اما شیطان به دلیل داشتن هشیاری جسمی قادر به دیدن بی‌نهایت خداوند نبوده و از فرمان خدا تمرد کرد. ما نیز با این دید غلط مانند شیطان هستیم، چراکه هر لحظه با آوردن آنچه ذهن نشان می‌دهد به مرکزمان از تسلیم و سجده در برابر خداوند سرپیچی کرده و مغلوب شیطان یا همان من‌ذهنی می‌شویم.

گفت: این مغلوب معدومی‌ست کاو

جز به نسبت نیست معدوم، آیقنوا

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۹۷)

آیقنوا: یقین پیدا کنید.

«حضرت حق به داوود (ع) جواب فرمود: درست است که تو مغلوب و مقهور من بودی، اما هر مغلوبی، معدوم مطلق نیست؛ یقین پیدا کنید.»

[ما در من‌ذهنی با آوردن آنچه ذهن مهم نشان می‌دهد به مرکزمان، خود را مغلوب اتفاقات می‌پنداریم، درحالی‌که این مغلوب بودن از روی نسبت است، یعنی به‌طور مثال خود را از لحاظ قدرت و بزرگی با خداوند مقایسه کرده و می‌گوییم ما در برابر او کوچک هستیم، پس مغلوب و در نتیجه معدوم قدرت خدا خواهیم بود. درست است که نسبت به خدا کوچک و حقیر هستیم ولی این بدین معنا نیست که در برابر من‌ذهنی هم ناتوان باشیم. ما به نیروی فضاگشایی مجهزیم. پس خداوند می‌گوید این نسبت را کنار بگذار، تو باید یقین داشته باشی که با فضاگشایی می‌توانی نسبت به من‌ذهنی معدوم شوی.]

(قرآن کریم، سوره حجر (۱۵)، آیه ۹۹)

«وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّىٰ يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ.»

«و پروردگارت را پرستش کن، تا یقین [مرگ] تو را دررسد.»

[پروردگارت را با فضاگشایی و عدم کردن مرکز پرستش کن و از روی سبب‌سازی ذهن کوچکی خود و بزرگی خدا را تعریف نکن تا هیچ همانندگی در مرکزت نماند و مرگ تو نسبت به من‌ذهنی فرارسد.]

خلق را طاق و طُرم عاریتست

امر را طاق و طُرم ماهیتیست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۰۳)

طاق و طُرم: جلال و شکوه ظاهری

مردم وقتی من‌ذهنی دارند و با آوردن همانندگی به مرکزشان فضای درون را می‌بندند، دراصل جلال و شکوه و ارزش‌های ظاهری را از دنیا قرض می‌گیرند. اما انسان‌های فضاگشا که دائم تلاش می‌کنند تا مرکز عدم را حفظ کنند جلال و شکوه و ارزش را از ماهیت خود که از جنس خداست دریافت می‌کنند.

نکته: با این بیت باید به خودم نگاه کنم و ببینم آیا ارزش و آبروی من از چیزهای این‌جهانی که دائم درحال به‌دست آوردنشان هستم می‌آید و یا فضا را باز کرده‌ام و در تلاش برای زنده شدن به خدا، ارزشم را از درون و ماهیت خدایی خود دریافت می‌کنم؟

یُسِرُ با عُسْر است، هین آیسِ مَبَاش

راه داری زین مَمَات اندر معاش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۱)

یُسِرُ: آسانی

عُسْرُ: سختی

آیسِ: ناامید

مَمَات: مرگ

آسانی با سختی همراه است یعنی زنده‌شدن به خدا، قبول مسئولیت هشیاری، اقرار به اشتباه، فضاگشایی و مهم ندانستن چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد، نیاوردن آن‌ها به مرکز و شکایت نکردن از اتفاقات به‌آسودگی به‌دست نمی‌آید. با سختی پرهیز و کشیدن درد هشیارانه همراه است. آگاه باش مبادا ناامید شوی. بدان‌که با فضاگشایی از این مُردگی من‌ذهنی به فضای گشوده‌شده و زندگی راه پیدا خواهی کرد.

(قرآن کریم، سوره انشراح (۹۴)، آیه ۵)

«فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا.»

«پس بی‌تردید با دشواری آسانی است.»

چاره آن دل عطای مُبدلی است داد او را قابلیت شرط نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۳۷)

مُبدل: بدَل‌کننده، تغییردهنده

چاره و درمان این دل همانیده بخششی است که با فضاگشایی از جانب تبدیل‌کننده یا خداوند می‌آید. این بخشش و عطای خدا بستگی به قابلیت انسان ندارد. قابلیت که با ذهن همانیده و سبب‌سازی سنجیده می‌شود و خود را لایق دریافت برکات الهی نمی‌داند، معیار سنجش خداوند برای بخشیدن نیست.

نکته: بنابراین نباید با سبب‌سازی ذهن خود را بسنجیم که آیا لایق دریافت بخشش خداوند هستیم یا نه؟ نباید اجازه دهیم آنچه ذهن نشان می‌دهد به مرکزمان بیاید و برحسب آن فکر کنیم، بلکه با تکرار ابیات و استمرار در فضاگشایی می‌توانیم به موانعی که ذهن نشان می‌دهد غلبه کنیم.

بلکه شرطِ قابلیتِ دادِ اوست داد لبّ و قابلیتِ هست پوست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۳۸)

داد: عطا، بخشش

پس شرط قابل بودن انسان بخشش خداوند است که با فضاگشایی به همه انسان‌ها می‌رسد. درواقع لطف و بخشش ایزدی مانند مغز است و قابلیت که با ذهن تجسم می‌شود مانند پوست است.

نکته: سبب‌سازی ذهن برای قابلیت و عدم قابلیت دریافت برکات ایزدی دلایلی می‌تراشد. گاهی به دلیل گناه زیاد یا کارهای بد خود را لایق نمی‌بیند و گاهی نیز خود را به‌خاطر کارهای خیری که انجام داده مستحق دریافت عطای خداوند می‌داند.

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

من ذهنی را از تن خارج کنم و مرکزم را عدم سازم. به این ترتیب فضا را باز کرده و 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 حقارت و حس کوچکی نسبت به خدای ذهنی هستی، بیا که من پرده شرم و حیای ذهنی‌ام را دریدم و دیگر با سبب‌سازی ذهن که خود را پست و حقیر دانسته و لایق تبدیل شدن به زندگی نمی‌دیدم، پیش نمی‌روم.

نکته: از بین بردن این سیستم شرم به این معنی نیست که ما حیای زندگی را نداشته باشیم و هر کاری دلمان خواست انجام دهیم، بلکه وقتی فضاگشا می‌شویم یک سبک خاص از زندگی را انتخاب کرده و دارای اخلاق و حیای زندگی می‌شویم.

حدیث

«الْحَيَاءُ يَمْنَعُ الْإِيمَانَ.»

«شرم بازدارنده ایمان است.»

[کوچک یا بزرگ شمردن خود در مقابل خداوند با سبب‌سازی و ساختن یک خدای ذهنی همان «شرم» بوده و یک ساختار اشتباه است که مانع رسیدن به ایمان می‌شود.]

آن عصای حزم و استدلال را

چون نداری دید، می‌کن پیشوا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۷)

اگر در ذهن هستی و نمی‌توانی فضا را باز کنی، اگر دید عدم‌بینت باز نشده و هنوز چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد به مرکزت می‌آید، می‌توانی با تأمل و دوراندیشی حتی به وسیله ذهن تمرکز کرده و به خودت شک کنی و خود را مورد ارزیابی قرار دهی.

نکته: اگر هنوز با دید من‌ذهنی می‌بینیم و به حضور نرسیده‌ایم، حداقل می‌توانیم به ابیات مولانا پناه برده و آن را راهنمای خود سازیم. بنابراین با ارزیابی خود ببینیم که آیا مدام چیزهای ذهنی و دردها را به مرکزمان می‌آوریم و یا ساکت و آرام به صورت حضور ناظر به خود نگاه کرده و مراقبیم تا من‌ذهنی مسائل را به مرکزمان نیاورد.

چشم اگر داری تو، کورانه میا ور نداری چشم، دست آور عصا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۶)

پس اگر چشم عدم بین داری، چشم‌هایت را نبند و مانند انسان نابینا حرکت نکن. اما اگر من‌ذهنی داری و چشم عدمت هنوز قادر به دیدن نیست، پس به دنبال عصایی باش تا تو را برای یافتن مسیر یاری کند.

آن عصای حَزْم و استدلال را چون نداری دید، می‌کن پیشوا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۷)

اگر در ذهن هستی و نمی‌توانی فضا را باز کنی، اگر دید عدم‌بینت باز نشده و هنوز چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد به مرکزت می‌آید، می‌توانی با تأمل و دوراندیشی حتی به وسیله ذهن تمرکز کرده و به خودت شک کنی و خود را مورد ارزیابی قرار دهی.

ور عصای حَزْم و استدلال نیست بی عصاکش بر سر هر ره مایست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۸)

اگر عصای تأمل و دوراندیشی در مسائلی که ذهن نشان می‌دهد نداری و قادر به فضاگشایی نیستی، پس بدون عصاکش بر سر راه نایست، یعنی از کمک و هدایت بزرگانی چون مولانا استفاده کن تا تو را در مسیر درست قرار دهند.

نکته ۱: ما در ابتدا خود را به ابیات مولانا می‌سپاریم و آن قدر تکرار می‌کنیم تا چشم عدم در ما باز شود. این ابیات قابلیت این را دارند که ما را از روی موانع ذهنی عبور دهند.

نکته ۲: من‌ذهنی با ایجاد مسائلی از جمله توقع و حسادت مانع‌سازی می‌کند. پس وقتی این موارد را در خود مشاهده کردیم، باید ابیات مربوط به آن را بخوانیم و تکرار کنیم تا از فکر حسادت و ضرر زدن به دیگران خارج شویم. با این کار درواقع اعتراف می‌کنیم که قدرت دیدن نداریم و نیاز به عصای حزم و استدلال داریم. بنابراین با استفاده از راهنمایی مولانا به خرد دست یافته و از فکر و عمل برحسب من‌ذهنی پرهیز می‌کنیم.

گام زان سان نه که نابینا نهد تا که پا از چاه و از سگ وارهد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۹)

پس تا زمانی که چشم عدمت باز نشده و هنوز من‌ذهنی داری، پای خود را مانند انسان نابینا طوری با احتیاط بگذار که مبادا در چاه بیفتی و یا از حمله سگ در امان باشی.

لرلرزان و به ترس و احتیاط می‌نهد پا تا نیفتد در خُباط

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۰)

خُباط: پریشانی مغز، پری‌زدگی.

در این‌جا: تباهی و هلاکت

شخصی که قدرت بینایی ندارد گام‌هایش را همیشه با احتیاط و ترس برمی‌دارد که مبادا در دام و گرفتاری بیفتد.

ای ز دودی جسته در ناری شده لقمه جسته، لقمه ماری شده

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۱)

ای کسی که در پی‌گریختن از دود، گرفتار آتش شده‌ای، حواست باشد که با زیاد شدن دردها و درمان نکردن آن‌ها به تدریج به اعماق ذهن فرومی‌روی. وقتی چیزی را که ذهن نشان می‌دهد به مرکزت آورده و از آن لقمه زندگی می‌خواهی، درواقع مشغول ساختن یک من‌ذهنی همچون مار هستی که سرانجام تو را به‌عنوان لقمه می‌بلعد.

خُنک آنکه که کند حق، گنهد طاعتِ مطلق خُنک آن دم که جنایات، عنایات خدا شد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶۰)

خوشا آن لحظه‌ای که خداوند گناهان و همانیدگی‌هایت را در اثر پذیرش مسئولیت و فضاگشایی به طاعتِ مطلق تبدیل کند و تو به‌عنوان امتداد خداوند از درون آن همانیدگی‌ها بیرون بیایی.

چه خوش است آن وقتی که فضا را باز کردی و با مرکز عدم متوجه شدی که همه آن جنایات و همانیده شدن‌ها درواقع توجه و عنایت خداوند بوده تا تو را به خودش تبدیل کند.

نکته ۱: قبول مسئولیت و زیر بار رفتن که این کارها را من انجام دادم و موجب درد و رنج برای خود شدم باعث می‌شود که درون ما کارگاه خداوند شود.

نکته ۲: با توجه به این بیت می‌فهمیم که دراصل این گناه کردن و همانیده شدن نیست که اشکال دارد، بلکه اشکال اساسی در «جبر» فرورفتن است. به بیان دیگر وقتی از خودمان سلب مسئولیت کرده و می‌گوییم: «من نمی‌توانم تغییر کنم و مسئول نیستم» و در من‌ذهنی با سبب‌سازی خود را تبرئه می‌کنیم، مرتکب گناه شده و از جنس شیطان می‌شویم.

سیئاتم چون وسیلت شد به حق

پس مزن بر سیئاتم هیچ دق

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۰۵)

دق: کوفتن، طعنه زدن، نکوهش کردن

وقتی گناهان من باعث شد تا زیر بار مسئولیت بروم و بدانم که خطا کرده‌ام، پس باید فضا را باز کرده، کارگاه خداوند شوم و به او برسیم، بنابراین بر گناهان من طعنه نزن و نگو چرا این‌قدر همانیده شده‌ای.

نکته ۱: با این ابیات درمی‌یابیم که باید مسئولیتِ خطا و همانیدگی خود را بپذیریم. به‌جای این‌که مدام یک سیستم و یا جماعت را ملامت کنیم، در پی پیدا کردن دردها و مشکلات درونی خود باشیم.

نکته ۲: اگر مسئولیت خطاهای خود را نمی‌پذیریم، باید بدانیم که نمی‌توانیم از من‌ذهنی خلاص شده و خودمان را اصلاح کنیم.

(قرآن کریم، سوره فرقان (۲۵)، آیه ۷۰)

«إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا فَأُولَئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ ۗ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا.»

«مگر آن کسان که توبه کنند و ایمان آورند و کارهای شایسته کنند. خدا گناهانشان را به نیکی‌ها بدل می‌کند و خدا آمرزنده و مهربان است.»

گفت: مُفتیِ ضرورت هم تویی
بی ضرورت گر خوری، مُجرم شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

مُفتی: فتوا دهنده

گفت تو فتوا دهنده ضرورت هستی، یعنی این لحظه از خودت می‌پرسی آیا ضرورت دارد چیزی را که ذهن نشان می‌دهد به مرکزم بیاورم؟ چرا که من از جنس خدای بی‌نیاز و صمد هستم. اگر چیزی به مرکزم بیاید، به من ذهنی تبدیل شده و به سبب‌سازیِ ذهن می‌افتم، من از جنس این دویی نیستم. پس با قبول مسئولیت می‌دانی که اگر بدون ضرورت جسم را به مرکزت بیاوری، مجرم شناخته می‌شوی.

ور ضرورت هست، هم پرهیز به
ور خوری، باری ضَمان آن بده

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۱)

ضَمان: تعهد کردن، به‌عهده گرفتن

اگر ذهن با سبب‌سازی دلایلی را در نظرت جلوه داد که براساس آنها باید این کار اشتباه را انجام دهی، در این شرایط نیز پرهیز بهترین کار است. چرا که اگر آن‌چه ذهن نشان می‌دهد را به مرکز بیاوری و برحسب آن فکر و عمل کنی، مؤاخذه شده و تاوانش را پرداخت می‌کنی.

چون نباشد قوتی، پرهیز به
در فرار لا یطاق آسان بجه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۹۶)

لا یطاق: که تاب نتوان آوردن

آسان بجه: به‌آسانی فرار کن

اگر در برابر آن‌چه ذهن به‌صورت سبب‌سازی نشان می‌دهد و می‌خواهد آن را به مرکزت بیاورد قدرت و توانایی نداری و از عهده آن بر نمی‌آیی، بهترین کار این است که پرهیز کنی و از آن‌چه تاب و تاوانش را نداری با فضاگشایی به‌آسانی بجهی.

قوتِ اصلیِ بشرِ نورِ خداست
قوتِ حیوانیِ مر او را ناسزاست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۳)

غذای اصلی بشر نوریست که با فضاگشایی از جانب فضای یکتایی می‌آید. قوت حیوانی یا همان انرژی گرفتن از همانیدگی‌ها، آوردن چیزها به مرکز، برحسب آن‌ها فکر و عمل کردن و درکل زندگی خواستن از آن‌ها برای انسان ناگوار است و با مزاج او سازگار نیست.

من جز احدِ صمد نخواهم
من جز ملکِ ابد نخواهم
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۸)

[مولانا می‌گوید:] من به‌جز خداوند یکتا و بی‌نیاز، شخص دیگر یا چیز دیگری را نمی‌خواهم، یعنی به آنچه ذهنم نشان می‌دهد توجه نمی‌کنم و اهمیت نمی‌دهم. من جز ساکن شدن در این لحظه ابدی و زنده شدن به خداوندی که بی‌نهایت عمق و ریشه‌داری است چیز دیگری نمی‌طلبم.

نکته: یکتایی، بی‌نیازی و ساکن بودن در این لحظه ابدی، از خصوصیات خداوند هستند و هر سه باید همزمان توسط ما که امتداد خداییم تجربه شوند. پس اگر ذهن را به مرکزمان آورده و هشیاری جسمی پیدا کنیم، تا ابد در زمان مجازی گذشته و آینده باقی مانده و در ذهن زندانی خواهیم شد. در این صورت بدون شک جریمه شده و هزینه آن را پرداخت خواهیم کرد؛ کما این‌که از ابتدای زندگی‌مان نیز این هزینه را مدام پرداخت کرده‌ایم.

هرکسی در عجبی و عجبِ من این است
کاو نگنجد به میان، چون به میان می‌آید؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۰۶)

[مولانا می‌گوید:] هر کسی از چیزی شگفت‌زده می‌شود، اما شگفتی من از این حقیقت است که چگونه بی‌نهایت خدا در محدودیت ذهن جا شده‌است؟
نکته: ما از جنس خداوند و بی‌نهایت او هستیم و اگرچه که الآن در محدودیت ذهن به‌سر می‌بریم، اما به شرط فضاگشایی، خداوند ما را جذب می‌کند و از ذهن بیرون می‌کشد.

آفتابی در یکی ذره نهران ناگهان آن ذره بگشاید دهان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰)

هشیاری انسان به‌عنوان امتداد خداوند، همچون آفتابی بی‌نهایت، درون ذره نهران پنهان شده‌است. حال اگر او با فضاگشایی و انداختن همانیدگی‌ها مرکزش را عدم کند و به آنچه ذهن نشان می‌دهد اهمیت ندهد، ناگهان این ذره نهران، دهان باز می‌کند، فضا گشوده می‌شود و هشیاری‌اش به‌صورت آفتاب بی‌نهایت از درون آن ذره طلوع می‌کند و او به مقصود اصلی آمدن خود به این جهان که زنده شدن به زندگی است، نائل می‌شود.

ذره ذره گردد افلاک و زمین پیش آن خورشید، چون جست از کمین

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۱)

کمین: نهران‌گاه، کمین‌گاه

اگر در اثر فضاگشایی و عدم مقاومت در برابر آنچه ذهن نشان می‌دهد، هشیاری انسان به‌عنوان آفتاب زندگی که بی‌نهایت است از نهران‌گاه ذهنش طلوع کند، زمین و هر آنچه در آسمان‌هاست، در برابر وسعت او به‌صورت ذره دیده می‌شود و او همه کائنات را دربرمی‌گیرد.

پس در آ در کارگه، یعنی عدم تا ببینی صنع و صانع را به هم

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۶۲)

صنع: آفرینش

صانع: آفریدگار

پس ای انسان، با کنار گذاشتن قضاوت و مقاومت و اهمیت ندادن به آنچه ذهن نشان می‌دهد، فضا را باز و مرکزت را عدم کن و در نتیجه وارد کارگاه خداوند شو، تا صنع، آفریدگاری و آفریدگار را با هم ببینی.

کارگه چون جای روشن دیدگی ست

پس برون کارگه پوشیدگی ست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۶۳)

روشن دیدگی: روشن بینی

از آنجا که کارگاه خداوند، فضای گشوده شده و دیدن با مرکز عدم جای روشن دیدن است و انسان می تواند مثل روز ببیند و همانندگی ها را شناسایی کند، بنابراین بیرون از این کارگاه یعنی دیدن برحسب ذهن، جای پوشیدگی ست، انسان جذب ذهن شده و در نتیجه نمی تواند درست ببیند.

رو به هستی داشت فرعون عنود

لاجرم از کارگاهش کور بود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۶۴)

چون فرعون ستمگر که نماد منذهنی است، با هشیاری جسمی عمل کرد و آنچه را که ذهن نشان می داد، به مرکزش راه یافت، پس به ناچار مرکزش عدم و کارگاه خداوند نشد و نسبت بدان کور و بی خبر بود. یعنی چون مرکزش عدم نشده بود خداوند نیز روی او کار نمی کرد. **نکته:** ما باید در خود بازبینی کنیم که آیا کارگاه خداوند در درونمان با مرکز عدم باز شده یا نه؟

جهد فرعونی چو بی توفیق بود

هرچه او می دوخت، آن تفتیق بود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۴۰)

تفتیق: شکافتن

از آنجا که جهد فرعون، تلاش و کوشش با مرکز همانیده و سبب سازی ذهن، امری بدون موفقیت است، بنابراین انعکاس آن در بیرون نیز بیهوده و بی حاصل است و در نهایت توسط «قضا و کنفکان» الهی شکافته و تباه خواهد شد.

آینه هستی چه باشد؟ نیستی

نیستی بر، گر تو ابله نیستی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۰۱)

آینه هستی واقعی یا آینه خداوند چیست؟ خارج شدن از عقل من‌ذهنی و اعتراف به همانندگی‌ها. پس اگر ابله نیستی، این لحظه فضا را باز و همانندگی‌هایت را شناسایی کن و آن‌ها را از مرکزت بران.

نکته ۱: ما باید در اولین قدم به اشکالات و دردهای خود اعتراف کرده و بگوییم خودمان با من‌ذهنی آن‌ها را ایجاد کرده‌ایم، نه خداوند که همه کائنات را اداره می‌کند.

نکته ۲: ابلهی این است که بگوییم: «من هیچ اشکالی ندارم، مردم بد هستند. خداوند هم اصلاً به من توجه نمی‌کند و به همین علت تمام کارهایم خراب می‌شود.»

نکته ۳: اگر من‌ذهنی‌مان، ما را متقاعد می‌کند که تقصیر ما نیست، باید فضا را باز کنیم و جلوی بایستیم و بگوییم مقصر من هستیم، الآن مسئولیت را پذیرفته، فضا را باز می‌کنم و از جنس عدم می‌شوم.

حیله کرد انسان و حیله‌اش دام بود

آن‌که جان پنداشت، خون‌آشام بود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۸)

انسان به‌جای فضاگشایی و عدم کردن مرکز هر لحظه با آوردن آنچه ذهن مهم نشان می‌دهد به مرکزش و فکر کردن برحسب همانندگی‌ها حیله کرد، و این طرز فکر و عمل کردن برای او دام شد. من‌ذهنی را تشکیل داد و فکر کرد من‌ذهنی جان اوست، اما درواقع دشمن خون‌آشام بود.

نکته: افسانه من‌ذهنی این است که انسان چیزها را به مرکزش آورده، جنسیت اصلی‌اش را که «آلست» است، فراموش می‌کند و از دست می‌دهد. همچنین لحظه‌به‌لحظه از جنس جسم و درد می‌شود و در نتیجه هر چیزی که درست می‌کند، خراب می‌شود و این خرابی را به گردن مردم و خدا می‌اندازد.

در ببست و دشمن اندر خانه بود

حیله فرعون، زین افسانه بود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۹)

انسان من‌ذهنی برای محافظت خود از گزند دشمن در خانه را به‌روی مردم می‌بندد. یعنی اجازه

نمی‌دهد کسی مانند مولانا به او آگاهی دهد و باورها، افکار و خاصیت‌هایی چون کاهلیِ ذهن و پندارِ کمال را در او عوض کند. غافل از این‌که دشمن یعنی من‌ذهنی درون خانه اوست. درست مانند حیلۀ فرعون که همه درها را بست، درحالی‌که حضرت موسی در خانه خود او رشد کرد.

نکته ۱: انسان براساس من‌ذهنی، پندار کمال می‌سازد و فکر می‌کند مردم نمی‌دانند و فقط او می‌داند، بنابراین از آموزش‌های بزرگانی چون مولانا احساس بی‌نیازی می‌کند و در را به‌روی این آموزش‌ها می‌بندد.

نکته ۲: نوع دیگری از در بستن وجود دارد که ما فضا را باز می‌کنیم و در را به‌روی مزاحمان بیرونی، من‌های ذهنی که می‌خواهند روی ما با ارتعاش بد اثر منفی بگذارند، می‌بندیم و کارگاه خداوند می‌شویم.

کارگاهِ صُنْعِ حَقِ چُونِ نِیْسْتِیْسْت

پَسِ بُرُونِ کَارِگِهِ بِیْ قِیْمَتِیْسْت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۰)

صُنْع: آفرینش، آفریدن

از آن‌جا که کارگاه آفریدگاری خداوند، مرکز عدم و من‌ذهنی صفر است، پس داشتن من‌ذهنی و برحسب هشیاری جسمی و سبب‌سازی ذهن فکر و عمل کردن ارزشی ندارد.

جَمَلِه اسْتادانِ پِیِ اَظْهَارِ کَار

نِیْسْتِی جَوینْد و جَایِ اِنْکَسارِ

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۸)

اِنْکَسار: شکسته شدن، شکستگی، مجازاً خضوع و فروتنی

همه استادان جهان برای نشان دادن حرفه و هنر خود، دنبال جایی هستند که در آن‌جا کمبود و یا شکستگی‌ای وجود داشته باشد تا با درست کردن آن، هنر و مهارت خود را نشان بدهند. [به‌طور مثال نجار برای ساختن میز یک گنده درخت را پیدا می‌کند، پزشک نیز برای این‌که استادی‌اش را نشان دهد یک مریض پیدا کرده و او را درمان می‌کند. بنابراین ما نیز باید شکسته شویم و شناسایی کنیم که دید ما در من‌ذهنی اشتباه بوده و وضعیت کنونی ما تقصیر خودمان است، تا خداوند ما را درمان کند.]

لاجرَمِ استادِ استادانِ صَمَدِ کارگاهش نیستی و لا بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۹)

صَمَد: بی‌نیاز و پاینده، از صفاتِ خداوند

به ناچار کارگاه استادِ استادان، خداوند بی‌نیاز، نیستی و مرکز عدم است. [به بیانی دیگر کارگاه خداوند زمانی برقرار می‌شود که ما به آنچه ذهن نشان می‌دهد اهمیت ندهیم، به نقص‌هایمان اقرار کرده، فضا را باز و عقل من‌ذهنی‌مان را صفر کنیم و هیچ جسمی را در مرکز خود قرار ندهیم.]

هر کجا این نیستی افزون‌تر است کارِ حق و کارگاهش آن سر است

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۰)

هر کسی که این نیستی در او بیشتر است، یعنی بیشتر فضا را می‌گشاید، من‌ذهنی‌اش را صفر می‌کند و با عقل ذهنی فکر و عمل نمی‌کند، تبدیل به کارگاه خداوند شده و خداوند بهتر می‌تواند روی او کار کند.

خوش برانیم سویِ بیشهٔ شیرانِ سیاه شیرگیرانه ز شیرانِ سیه نگریم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۶۴۳)

در روشنایی و نور فضای گشوده‌شده و مرکز عدم که زندگی بر زندگی قائم است و هشیاری از هشیاری آگاه، با شادی و میل و رغبت و بدون درد، به سوی همانیدگی‌های تیره و تار که در ذهن قابل دیدن نیستند می‌رویم و آن‌ها را شناسایی می‌کنیم. زندگی خود را از آن‌ها بیرون می‌کشیم و هیچ‌گاه از آن‌ها نمی‌گیریم.

اگر گلی بدهام، زین بهار باغ شوم وگر یکی بدهام، زین وصال صد گُردم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۷۳۶)

[من از تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری حضور نمی‌ترسم، چراکه] اگر با عقل من‌ذهنی و

به وسیله سبب‌سازی ذهن در نظر مردم مانند گلی زیبا بوده‌ام، اکنون با بهارِ فضاگشایی و مرکز عدم چون باغی زیبا می‌شوم. همچنین اگر در جدایی بوده و به صورت یک «من» خود را با دیگران مقایسه کرده و از آن‌ها برتر درآمده‌ام، اکنون با اتصال به مرکز عدم، مقام وحدت و یکی شدن با زندگی را تجربه کرده، با تمام انسان‌ها در یک سطح همسان شده و صد می‌شوم.

نکته: این بیت به ما می‌گوید: «با فضاگشایی و تبدیل شدن به زندگی چیزی از تو کم نخواهد شد.»

اُذْکُرُوا اللّٰهَ کَرِهُوا

اِرْجِعِیْ بِرِیاءٍ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۲)

قَلاش: بیکاره، ولگرد، مُفلس

ذکر خداوند یعنی فضاگشایی، عدم کردن مرکز، عذرخواهی از اشتباهات و قبول مسئولیت، کار هر من‌ذهنی بی‌سروپایی نیست. همچنین هر لحظه با فضاگشایی به سوی خداوند رفتن و به صورت ناظر و منظور یکی شدن، کار هر من‌ذهنی حقه‌بازی نیست.

(قرآن کریم، سوره احزاب (۳۳)، آیه ۴۱)

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا.»

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خدا را فراوان یاد کنید.»

[ذکر خدا بدین معنی نیست که ما من‌ذهنی داشته باشیم و به زبان خدا، خدا بگوییم.]

لیک تو آیس مشو، هم پیل باش

ور نه پیلی، در پی تبدیل باش

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۳)

[همه انسان‌ها به خطاب «اِرْجِعِیْ» که می‌گوید «این لحظه به سوی من بازگردید» عمل نمی‌کنند و فضاگشایی نمی‌کنند] اما تو ناامید نشو و دست از طلب بردار، مانند فیل قوی باش و از جنس زندگی شو. هر لحظه فضا را بگشا و مرکزت را عدم کن. اگر هم فیل یعنی از جنس زندگی نیستی، در این صورت همچنان طلب زنده شدن به زندگی را داشته باش و به کار کردن روی خود ادامه بده تا با فضاگشایی این تبدیل صورت پذیرد.

آبِ ذِکْرِ حَقِّ و، زنبور این زمان هست یاد آن فلانه و آن فلان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۳۷)

هنگامی که زنبورهای فکر و مسائل ذهنی که یاد فلان مسئله و فلان چیز و فلان کس است مرتب شدیدتر شده و به انسان حمله می‌کنند، در این هنگام ذکر حق کردن که همان تسلیم، گشودن فضا و عدم کردن مرکز است، مانند آبی است که او را از شرّ این زنبورها در امان می‌دارد.

(قرآن کریم، سوره رعد (۱۳)، آیه ۲۸)

«...أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ.»

«...آگاه باشید که دل‌ها به یاد خدا آرامش می‌یابد.»

دَمِ بخور در آبِ ذکر و صبر کن تا رهی از فکر و وسواسِ کهن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۳۸)

با فضاگشایی در آب ذکر حق برو، ذهن را خاموش کن، نفس خود را نگه دار، صبر کن و همان‌جا بمان تا از شرّ فکرهای مسلسل‌وار همانیده که یکی پس از دیگری به مرکزت می‌آیند، رها شوی.

نکته: من‌ذهنی فکر می‌کند اگر خاموش شود و پشت‌سرهم فکر نکند، می‌میرد.

دَمِ او جان دَهَدَت، رو ز نَفَخْتُ بپذیر کارِ او کُنْ فیکون‌ست، نه موقوفِ علل

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم

هرگاه فضا را در برابر افکار همانیده باز کرده و سبب‌سازی‌های ذهن را بی‌اعتبار می‌سازی، دَمِ زنده‌کننده زندگی با قانون «قضا و کُنْ فکان» وارد وجودت می‌شود و تو را به حضور زنده می‌کند؛ این را از آیه «نَفَخْتُ»، «از روح خود در تو دمیدم» بپذیر، زیرا کار خداوند این است که بگوید «بشو و می‌شود» و موقوفِ علل و اسباب ذهنی نیست.

این قدر گفتیم، باقی فکر کن
فکر اگر جامد بود، رو ذکر کن
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۵)

ما همین مقدار گفتیم، حال برو با فضاگشایی باقی مطلب را خودت در درون اندیشه کن. اگر هشیاری جسمی داری و فکرت جامد است، برو ذکر کن یعنی به فضاگشایی و یا تکرار ابیات مولانا پرداز.

ذکر آرد فکر را در اهتزاز
ذکر را خورشید این افسرده ساز
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۶)

اهتزاز: جنبیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود

ذکر یا فضاگشایی، فکر سازنده‌ای را که از طرف زندگی می‌آید، به جنب و جوش درآورده و یک فکر عالی را از مرکز عدم بیرون می‌آورد. پس ذکر یعنی فضاگشایی لحظه به لحظه یا تکرار ابیات را مانند خورشید بر این من‌ذهنی افسرده بتابان تا درد و همانندگی‌هایت ذوب شود و به زندگی زنده شوی.

خاصه تقلید چنین بی‌حاصلان
کآبرو را ریختند از بهر نان
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱-۵۶۴)

به‌خصوص تقلید از من‌های ذهنی بی‌حاصل که هم درون و هم بیرونشان خراب است و آبروی زندگی، خداوند و آلت را به‌خاطر چیزی که ذهنشان نشان می‌دهد و آن را در مرکزشان گذاشته‌اند، ریخته‌اند. بر این گروه خشم بگیر، مانند خشم ابراهیم بر چیزهای آفل که همه را «لا» کرد و از آن‌ها دوری گزید.

نکته: شما از خودتان بپرسید آیا من آبروی زنده زندگی، خداوند و آلت را به‌خاطر چیزهایی که ذهنم نشان می‌دهد و آن‌ها را به مرکزم آورده‌ام، ریخته‌ام؟

عکس چندان باید از یاران خوش که شوی از بحر بی عکس، آب گش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۶)

از انعکاس و ارتعاش انرژی یاران عاشق و زنده شده به حضور، آن قدر باید ذوق و معانی در روح و جان و مرکز تو منعکس شود که دیگر به مرحله بی نیازی برسی و بدون واسطه و تقلید، از بحر بدون انعکاس یعنی از دریای یکتایی و عدم، آب رحمت و برکت را بکشی و مستقیم به زندگی وصل شوی.

عکس کاؤل زد، تو آن تقلید دان چون پیایی شد، شود تحقیق آن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۷)

در ابتدای کار روی خود اگر حال خوب و شادی و ذوقی با خواندن ابیات مولانا در تو منعکس شد، آن را مرتبه تقلید بدان. هنگامی که آن حال و ذوق با فضاگشایی پیایی و قرین شدن با مولانا به طور دائمی به تو رسید، آن دیگر مرتبه تحقیق و وصل به زندگی است و تو در بحر یکتایی و مرکز عدم ریشه دوانده ای و از رحمت خدا بهره مند خواهی بود.

تا نشد تحقیق، از یاران مبر از صدف مگسل، نگشت آن قطره در

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۸)

تا وقتی که با صبر و فضاگشایی، بی واسطه به مرتبه تحقیق نرسیده ای و به دریای بی عکس یکتایی وصل نشده ای، از مولانا و یاران معنوی خود که روی خودشان کار می کنند جدا نشو، زیرا قطره باران تا زمانی که به مروارید تبدیل نشده نباید صدف را ترک کند.

خوش برانیم سوی بیشه شیران سیاه شیرگیرانه ز شیران سیه نگریزیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۴۳)

در روشنایی و نور فضای گشوده شده و مرکز عدم که زندگی بر زندگی قائم است و هشیاری از هشیاری آگاه، با شادی و میل و رغبت و بدون درد، به سوی همانیدگی های تیره و تار که در

ذهن قابل دیدن نیستند می‌رویم و آن‌ها را شناسایی می‌کنیم. زندگی خود را از آن‌ها بیرون می‌کشیم و هیچ‌گاه با مقاومت و قضاوت از آن‌ها نمی‌گریزیم.

فکر آن باشد که بگشاید رهی
راه آن باشد که پیش آید شهی
 (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۰۷)

فکر حقیقی فکری است که از فضای گشوده‌شده و مرکز عدم بیاید و به وسیلهٔ صنع ایزدی راه را به سوی زندگی نشان دهد و باز کند. راه حقیقی نیز راهی است که تو را به شاه یعنی خداوند متصل گرداند، و به ذات و اصل خویش قائم شوی.

شاه آن باشد که از خود شه بود
نه به مخزن‌ها و لشکر شه شود
 (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۰۸)

شاه حقیقی، آن شاهی است که ذاتاً شاه باشد، نه این‌که با تکیه بر سپاهیان همانندگی‌ها خود را شاه بیندارد.

نکته ۱: وقتی که ما روی ذات خودمان قائم شویم شاه می‌شویم و این شاه بودن ما به خاطر همانندگی‌ها و قرض‌هایی که از جهان می‌گیریم و به مرکزمان می‌آوریم نیست.

نکته ۲: این لحظه از خودمان بپرسیم آیا ما بر حسب همانندگی‌ها شاه هستیم یا به اصل خودمان زنده شده و شاه زندگی خودمان شده‌ایم؟

لحد چه باشد؟ در آسمان نگنجد جان
ز پنج و شش گذرم، زود بر احد گذرم
 (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۳۶)

من‌ذهنی که مثل قبر است چیست؟ جان خدایی و اصل ما آن‌قدر بزرگ و بی‌نهایت است که حتی در آسمان هم نمی‌گنجد، چه برسد به گور کوچک و محدود ذهن.

از «پنج و شش» که نماد عالم محدودیت در ذهن است می‌گذرم و خیلی زود، قبل از آن‌که دیر شود و دردها و گرفتاری‌های زیادی در زندگی‌ام ایجاد کنم، فضا را می‌گشایم، به سوی خداوند

یکتا برمی‌گردم تا از جنس او شوم. بنابراین هر چیزی که ذهنم نشان می‌دهد را مهم و جدی نمی‌دانم.

مرا عهدی‌ست با شادی که شادی آن من باشد
مرا قولی‌ست با جانان که جانان جان من باشد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۷۸)

من در روز آلت با خداوند عهد و قراردادی بسته‌ام و متعهد شده‌ام که از جنس او باشم. او نیز گفته اگر از جنس من شوی و این جنسیت را نگه داری، همیشه دارای شادی بی‌سبب خواهی بود، زیرا شادی ذات و اصل توست. بنابراین به محض این‌که پا را از ذهن بیرون بگذاری به آن شادی بی‌سبب دست خواهی یافت.

به خطِ خویشتن فرمان به دستم داد آن سلطان
که تا تخت است و تا بخت است، او سلطان من باشد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۷۸)

آن سلطان، خداوند، با دستِ خویش فرمانی به دستم داد، که تا تخت و بخت او برقرار است یعنی تا اِلِی‌الابد، او پادشاه من باشد. من از همان اول از جنس او بوده‌ام و اکنون با فضاگشایی این جانِ فکری را می‌اندازم تا خداوند جانان من شود و کاملاً به او زنده شوم.

کسی که او لحدِ سینه را چو باغی کرد
روا نداشت که من بسته لحدِ گرم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۳۶)

لحد: گور، آرام‌گاه

خداوندی که می‌تواند مرکز همانیده انسان را که به علت آمدن چیزها در آن مثل قبر شده، تبدیل به گلستان و باغی زیبا و دل‌باز کند، عدل و لطفش روا نمی‌دارد که من در قبرِ ذهن بمانم، هر چیزی را که ذهنم نشان می‌دهد به مرکزم بیاورم و با سبب‌سازی آن از یک فکر همانیده به فکرِ همانیده دیگر بروم.

نکته ۱: خداوند روا نمی‌دارد که ما در قبر ذهن بمانیم، این ما هستیم که با انتخاب خودمان در آنجا مانده‌ایم، پس بهتر است با فضاگشایی از قبر ذهن بیرون بیاییم.

نکته ۲: این مهم است که ما بگوییم عقل محدود من ذهنی خودمان ما را به این روز انداخته، نه خداوندی که «رحمت اندر رحمت» است.

نکته ۳: درست است که کار ما انسان‌ها «رُدُّوا لَعَادُوا» است و ما عهدمان را زیر پا گذاشته و به ذهن می‌رویم، سرکش می‌شویم و می‌گوییم خدا همه بلاها را بر سر ما آورده و وقتی که وضعمان به علت رفتن به ذهن خراب شد به یاد خدا می‌افتیم، ولی مولانا از زبان خداوند می‌گوید که من «رحمتم پُر است بر رحمت تنم». پس اگر فضا را بگشاییم، او به عهدشکنی ما نگاه نمی‌کند و به ما رحمت می‌کند.

گل‌رخان روی نمایند، چو رو بنماییم

که بهاریم در آن باغ، نه ما پاییزیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۴۳)

اگر ما فضا را باز کنیم و روی اصلی‌مان را که همان فضای گشوده‌شده به صورت خداوند است نشان دهیم، زیبارویان، هم انسان‌ها و هم چیزهای بیرونی زیبای دیگر، خودشان را به ما نشان می‌دهند.

که ما در باغ یکتایی خداوند، بهار هستیم نه پاییز، بلکه در من‌ذهنی پاییز هستیم؛ زیرا از آن وقتی که با چیزهای بیرونی همانیده شدیم و درگیر شهوت و حرص زیاد کردن آن‌ها شدیم، روزبه‌روز ناشادتر، بیمارتر و بیچاره‌تر گشتیم. هرکسی که من‌ذهنی را نگه دارد از پاییز به سوی زمستان می‌رود و بدبختی و دردهایش بیشتر می‌شود.

نکته: اگر ما مولانا بخوانیم و فضای درونمان را باز کنیم، می‌بینیم دوستانی از جنس خودمان که زیبارو و عاشق هستند خودشان را به ما نشان می‌دهند.

وز سرِ ناز بگوییم چه چیزید شما

سجده آرند که ما پیش شما ناچیزیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۴۳)

هرچیزی که به نظر ما زیبا می‌رسید، به مرکز ما می‌آمد و ما هم برحسب آن می‌دیدیم، حالا که صمد بودن و بی‌نیازی خداوند در ما تجربه می‌شود، از سرِ تفاخر و بی‌نیازی به آن چیزهای زیبا

می‌گوییم شما چه چیزی هستید؟
 آن‌ها دیگر به مرکز ما نمی‌آیند و کنترل و اداره ما را در دست نمی‌گیرند، بلکه به ما سجده می‌کنند و می‌گویند ما در برابر کرامت شما به‌عنوان امتداد خداوند، حقیر و ناچیزیم.

گل‌عذاریم، ولی پیش رخ خوب شما روی ناشسته و آلوده و بی‌تمیزیم (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۴۳)

گل‌عذار: آن‌که چهره‌ای مانند گل دارد، گل‌رو، گل‌چهره، زیبارو

[آن انسان‌ها یا چیزهای زیبا می‌گویند] هرچند صورت ما مثل گل زیبا است، ولی پیش رخ زیبای شما که ارتعاش عشقی دارید و به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده شده‌اید، ما همانیده و آلوده به هشیاری جسمی هستیم. مثل شما به خداوند زنده نیستیم، قوه تمیز و خرد خداوندی نداریم. ما به شما نیازمند بوده و از شما ارتعاش عشقی می‌گیریم تا خودمان را بشناسیم و بدانیم ما هم از جنس زندگی هستیم.

نکته ۱: این بیت نشان می‌دهد که ما باید روی اصلی‌مان را از همانیدگی‌ها بشوئیم، در غیر این صورت اگر آلوده به همانیدگی و درد باشیم و مرکز ما جسم باشد، قوه تشخیص و تمیزمان عقل من‌ذهنی ماست که تشخیص و تمیز حقیقی نیست.

نکته ۲: غیر از انسان که می‌تواند به خدا زنده شود، بقیه چیزها درگیر جسم هستند. مثلاً فلزی مثل آهن نمی‌تواند غیر از آهن باشد، یا حیوان نمی‌تواند غیر از حیوان باشد. پس طبق گفته مولانا غیر از انسان تمام موجودات جهان، هنوز صورتشان را نشسته‌اند و به مادیات آلوده‌اند و از طریق انسان زنده‌به‌خدا می‌توانند خودشان را شناسایی کنند.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

خداوندا، من به کسی یا چیزی که ذهنم نشان می‌دهد نگاه نمی‌کنم. اگر فرضاً به آن نگاه کنم فقط بهانه‌ای است که فضا را باز کنم، هشیاری نظر را به زندگی‌ام بیاورم و تو را ببینم.

باد را دیدی که می‌جُنبد، بدان بادجُنَبانیست این جا بادران

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۲۵)

ای انسان، وقتی که دیدی باد در حال حرکت و جنبش است بدان که آن باد، محرک و جُنَباننده‌ای دارد. به عبارتی وقتی که دیدی نیروی جنباننده‌ای در تو در حال حرکت و جنبش است، بدان که قدرت و نیروی خداوند این حرکت و جنبش را به وجود می‌آورد و از سبب‌سازی ذهن نیست.

مِرْوَحَهُ تَصْرِيفِ صُنْعِ ایزدش زد بر این باد و همی‌جُنَباندش

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۲۶)

مِرْوَحَه: بادبزن

بادبزن قدرت تصرف و صُنْع الهی به این باد می‌خورد و آن را می‌جنباند. به عبارت دیگر صُنْع ایزدی گرداننده تمام زندگی ماست، پس اگر فضا را بگشاییم زیر نیروی تصرف او قرار می‌گیریم که ما را اداره می‌کند و به حرکت درمی‌آورد.

نکته: اگر فضا را باز کنیم، این فضای گشوده شده زندگی ما را اداره می‌کند. بنابراین زیر سلطه بادهایی که از بیرون می‌آیند نیستیم. مثلاً زیر سلطه قرین و ارتعاش درد من‌های ذهنی دردمند نیستیم و به خاطر نیازمان زیر سلطه انسان‌ها قرار نمی‌گیریم که زندگی ما را اداره کنند.

بازگونه ای اسیر این جهان نام خود کردی امیر این جهان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۵۱)

بازگونه: واژگونه

[مولانا خطاب به من‌های ذهنی می‌گوید] ای کسی که در اثر همانیده شدن با چیزهایی مثل قدرت اسیر این جهان هستی، تو به این خاطر که با دید من‌ذهنی برعکس می‌بینی خودت را امیر این جهان نامیده‌ای. وگرنه در حقیقت تو در اسارت این جهانی، نه صاحب آن.

ای تو بندهٔ این جهان، محبوس جان چند گویی خویش را خواجهٔ جهان؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۵۲)

ای کسی که بندهٔ خدا نیستی بلکه با پرستش همانیدگی‌ها بندهٔ این جهان شده‌ای و جانت اسیر همانیدگی‌هاست، چطور با داشتن این همه همانیدگی خودت را آقای این جهان می‌نامی؟ تا کی می‌خواهی همانیدگی‌ها را در مرکز قرار داده و اسیر آن‌ها باشی؟
نکته: ما باید از خودمان بپرسیم آیا درحالی‌که محبوس همانیدگی‌ها هستیم، خودمان را آقای این جهان می‌دانیم؟ آیا ما واقعاً ریشه در عمق بی‌نهایت داریم و به خدا زنده هستیم؟ آیا مرتب ریشهٔ اتصال ما به خدا عمیق‌تر شده و من‌ذهنی‌مان در بین مردم کوچک می‌شود؟

این درخت تن عصای موسی است کامرش آمد که بیندازش ز دست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۷۶)

ای انسان، این درخت تن، هستی توهمی من‌ذهنی‌ات، همچون عصای بی‌جان موسی است که به او وحی شد که عصا را بینداز، و او آن را انداخت و تبدیل به اژدها شد.
پس تو نیز مثل موسی، من‌ذهنی‌ات را به زمین فنا آفکن، یعنی خودت را از آن جدا کرده، همانیدگی‌هایت را شناسایی کن و بینداز تا صاحب اژدهای حضور شده و به بی‌نهایت خدا زنده شوی.

فی السَّماءِ رِزْقُكُمْ نشنیده‌ای؟ اندرین پستی چه برچفسیده‌ای؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۶)

چفسیده‌ای: چسبیده‌ای

مگر نشنیده‌ای که خداوند می‌فرماید: «رزق شما و هرچه به شما وعده داده شده در آسمان‌هاست.» و روزی شما یعنی زنده شدن به بی‌نهایت خداوند در آسمان فضای گشوده‌شده در درونتان است؟ پس چرا به این پستی من‌ذهنی چسبیده‌ای و آن را دوست خود قرار داده‌ای؟

(قرآن کریم، سوره الذاریات (۵۱)، آیه ۲۲)

«وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ»

«و رزق شما و هرچه به شما وعده شده در آسمان است.»

چو فرموده‌ست رزقت ز آسمان است

زمین شوریدن ای فلاح تا کی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۵۴)

فلاح: کشاورز، باغبان

[ای کسی که باغبان زندگی خودت هستی] وقتی خداوند در قرآن فرموده است که روزی و نیاز تو، این لحظه از فضای گشوده شده می آید، چرا دیگر زمین ذهن و همانیدگی‌ها را شخم می‌زنی؟ یعنی چرا مدام دنبال چیزهایی که از نظر ذهنت خوب هستند می‌گرددی تا با آن‌ها همانیده شده و به مرکزت بیاوری؟

گاو در بغداد آید ناگهان

بگذرد او زین سران تا آن سران

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۷۷)

انسانی که من‌ذهنی دارد و بدون هشیاری حضور در این جهان به این طرف و آن طرف می‌رود، شبیه گاوی است که وارد شهری آباد شده و در خیابان‌ها سرگردان است.

از همه عیش و خوشی‌ها و مزه

او نبیند جز که قشر خربزه

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۷۸)

چنین شخصی که در خواب ذهن است فقط به پوست خربزه، یعنی آنچه ذهن معتبر و باارزش می‌داند مشغول است و از عمق و مزه زندگی واقعی که از مرکز عدم و فضای گشوده شده می‌آید، خبری ندارد.

جان شیرین تو در قبضه و در دست من است تن بی جان چه کند، گر تو ز تن بگریزی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۸)

قبضه کردن: به دست آوردن، تصرف کردن

[مولانا از زبان زندگی می گوید] ای انسان،

جان شیرین تو و تمام وجودت در دست من است. تو از جنس و امتداد زندگی هستی. پس اگر از من که همه چیز هستم بگریزی و به فضای توهمی ذهن که به هیچ جا بند نیست بروی، این تن و فکر بی جان چه کاری می تواند انجام دهد؟

جان مردان همه از جان تو بیزار شوند چون مخنث اگر از خوب ختن بگریزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۸)

مُخَنَّث: ترسو

وقتی تو مثل مُخَنَّث از خداوند بگریزی، یعنی آن چیزی که ذهنت نشان می دهد را به مرکز بیاوری، در این لحظه ابدی ثبات نداشته باشی و مرتب به زمان مجازی گذشته و آینده بروی و در من ذهنی زندگی کنی، جان انسان های عاشق و زنده به حضور مثل مولانا از جان تو بیزار می شود.

نکته ۱: منظور از «مُخَنَّث» مردی است که ضعف جنسی دارد. اگر مرد جوانی از زنان زیبارو می گریزد پس اشکال دارد. ما هم اگر به عنوان هشیاری از خداوند می گریزیم اشکال داریم.

نکته ۲: ما باید در این لحظه مسئولیت قبول کنیم و زیر بار اشتباهات خود برویم، با دیگران کاری نداشته باشیم و روی خودمان تمرکز کنیم و بگوییم من با من ذهنی ام خودم را به این جا رساندم، دردهایم را خودم ایجاد کرده ام؛ ولی اکنون می توانم فضا را باز کنم و کارگاه زندگی شوم تا انسان های عاشقی مثل مولانا از جان من بیزار نشوند.

جان جان چون واگشدد پا را ز جان

جان چنان گردد که بی جان تن، بدان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۷۴)

وقتی با سبب سازی و رفتن به ذهن، جان جان یعنی زندگی یا عارف زنده شده به خدا، پایش را

از جان ما عقب کشیده و اتصالش را با ما قطع کند، ما جان ذهنی پیدا می‌کنیم که این جان مانند تنی مرده است. به عبارتی ما در من‌ذهنی جان نداریم.

در آن زمان که در این دوغ می‌فُتی چو مگس عجب که توبه و عقل و رایت تو کجاست؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۳)

ای انسان، وقتی مانند مگس در دوغ سبب‌سازی ذهن، هشیاری جسمی و در زمان روان‌شناختی گذشته و آینده می‌افتی، جای بسی تعجب است و باید از خود بررسی پس قدرت توبه، بازگشت به این لحظه ابدی، عقل زندگی، دید عدم‌بین و قدرت تشخیص تو کجاست؟!

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

ای خداوند، وقتی تو روح مرا که مانند سیمرغ می‌تواند اوج بگیرد و به سوی عدم پرواز کند، لحظه‌به‌لحظه امتحان می‌کنی که آیا من آنچه ذهنم نشان می‌دهد را به مرکز می‌آورم یا نه، در این هنگام مانند مگس در دوغ تو، یعنی در من‌ذهنی و زمان روان‌شناختی گذشته و آینده می‌افتم و در امتحان قبول نمی‌شوم.

نکته: زندگی منتظر آن دل خاص انسان است که از جنس خود زندگی‌ست، بنابراین لحظه‌به‌لحظه او را امتحان می‌کند تا ببیند تصویری که ذهن نشان می‌دهد را به مرکز آورده و دل جسمی به خدا ارائه می‌کند؟ که در این صورت رفوزه می‌شود. ولی اگر از قدرت سیمرغ بودن روح خود استفاده کرده و از ذهن و آنچه نشان می‌دهد بپرد و اوج بگیرد به سوی عدم، در امتحان قبول شده و لایق هدیه حضور خداوند می‌شود.

هست مهمان‌خانه این تن ای جوان هر صباحی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

ضیف: مهمان

ای جوان، مرکز تو مانند مهمان‌خانه‌ای است که هر لحظه مهمانی تازه‌وارد به صورت فکر و یا

اتفاقی که ذهن نشان می‌دهد و مورد احتیاج توست، از طریق «قضا و کُنْ فِکَانَ» دوان دوان به آنجا قدم می‌گذارد تا پیغامی را از طرف زندگی به تو برساند.

هین، مگو کاین ماند اندر گردنم

که هم‌اکنون باز پَرَد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

مبادا از اتفاق این لحظه که ذهن نشان می‌دهد، خشمگین شده و گله و شکایت کنی و بگویی این اتفاق در گردنم ماند و حالم را بد کرد. در این صورت بدون این‌که پیغامش را دریافت کنی به دیار عدم و نیستی بازمی‌گردد.

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 کُنْ فِکَانَ» به مرکزت می‌آید، فارغ از این‌که ذهن آن را با قضاوت خوب و بد کند، مهمانی است از طرف زندگی. بنابراین فضا را در اطرافش بگشا و با احترام از آن پذیرایی کن، تا پیغامش را که در واقع کمک برای شناسایی یک همانیدگی‌ست بگیری و بدانی چه چیزی را باید در خود تغییر دهی.

نکته: زندگی لحظه‌به‌لحظه پیغام داده و ما را امتحان می‌کند. همین که منقبض شویم یعنی در امتحان قبول نشده‌ایم. بنابراین انقباض یک پیغامی دارد که باید فضا را بگشاییم تا در فضای گشوده‌شده، درس و پیغامش را دریافت کنیم و از زندگی قدردانی کنیم که همانیدگی جدید را به ما نشان داده‌است.

هر کجا دردی، دوا آنجا رَوَد

هر کجا پستی‌ست، آب آنجا دَوَد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۹)

هرکجا درد وجود داشته باشد، دارو و درمان نیز همانجا می‌رود. و هرکجا که پستی و سرایشی وجود داشته باشد، آب هم به همان سمت سرازیر می‌شود.

نکته ۱: هر کسی به دردها و اشکالات من‌ذهنی‌اش اقرار کند، مسئولیت دردهای گذشته‌اش را بپذیرد و فضا را بگشاید، در این صورت تبدیل به کارگاه زندگی شده و آماده دریافت شفا و دوی زندگی می‌گردد.

نکته ۲: هرگاه انسان فضا را در اطراف چالش‌ها بگشاید و دیگر با عقل من‌ذهنی فکر و عمل نکند، به آب حیات و خرد زندگی دست می‌یابد.

آبِ رحمت بایدت، رو پست شو و آنگهان خور خمرِ رحمت، مست شو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۰)

اگر واقعاً آب لطف و رحمت زندگی را می‌خواهی تا جایی که می‌توانی نسبت به من‌ذهنی کوچک شو و به اشکالات اقرار کن. سپس شراب رحمت الهی را بنوش و از آن مست شو.

نکته: هر چقدر نسبت به من‌ذهنی کوچک‌تر شویم، هشیاری جسمی پایین می‌آید و هشیاری حضور بالا می‌رود. در این حالت لطف ایزدی بیشتر شده و درمان ما بهتر صورت می‌گیرد.

رحمت اندر رحمت آمد تا به سر بر یکی رحمت فرو ما ای پسر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۱)

فرو ما: نایست

لحظه‌به‌لحظه با فضاگشایی و عدم کردن مرکز، کمک و رحمت بیکران ایزدی سراسر وجودت را فرامی‌گیرد. پس ای پسر، با اندک رحمت و بخشش خداوند قانع نشو و دست از فضاگشایی بردار و به کار روی خود ادامه بده، چراکه حضرت حق سراپا رحمت است.

نکته ۱: ما معمولاً پس از چند بار برخورداری از رحمت ایزدی سرکش شده و به عقل من‌ذهنی بسنده می‌کنیم، فکرهای تکراری، باورهای پوسیده و الگوهای شرطی‌شده را به‌کار می‌گیریم، صنع ایزدی را فراموش کرده و فکر می‌کنیم خودمان می‌توانیم با عقل من‌ذهنی زندگی‌مان را اداره کنیم. درحالی‌که ما باید لحظه‌به‌لحظه فضاگشایی کنیم تا هیچ همانندگی در مرکز ما نماند. بعد از آن هم باید زیر تصریف صنع ایزدی باشیم، یعنی باید اجازه دهیم خداوند از طریق ما فکر و عمل کند و زندگی ما را اداره نماید.

نکته ۲: بعضی مواقع سبب‌سازیِ ذهن در جهان مادی کار می‌کند، ولی معنی‌اش این نیست که این سبب‌سازی‌ها ما را به خدا هم می‌رساند. انسان باید در برخورد با رویدادها، با فضاگشایی و براساس صنوع و نیروی آفرینندگی زندگی کار کند.

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، دوباره به آنچه که از آن نهی شده‌اند، بازگردند.

خداوند به او می‌گوید: «ای کسی که در توبه یعنی بازگشت از ذهن به سوی فضای گشوده‌شده و «بله» گفتن به اتفاق این لحظه، پذیرش مسئولیت، عذرخواهی و بازگشت به این لحظه ابدی بسیار توبه‌شکن و سست‌عهد هستی، اگر به تو یاری رسانم و مرکزت را عدم کنم، به محض بازگشت به ذهن، باز مجذوب همان کارها و سبب‌های ذهنی می‌شوی و مرا از یاد می‌بری.»

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم

رحمتم پُرسست، بر رحمت تنم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

[خداوند می‌گوید] ای انسان، من سست‌عهدی تو را که مرتب به ذهن رفته و مرا فراموش می‌کنی در نظر نمی‌گیرم، بلکه رحمت ایزدی را که پیوسته و پُر و کامل است بر جانت می‌ریزم تا به بی‌نهایت من زنده شوی.

نکته: خداوند لحظه‌به‌لحظه با قانون «قضا و کُنْ فَکَانَ» در حال کمک کردن به ماست، ولی ما به جای فضاگشایی و استفاده از خرد زندگی، در برابر اتفاق این لحظه مقاومت کرده، با عقل من‌ذهنی فکر و عمل می‌کنیم.

ننگرم عهد بدت، بدهم عطا

از گرم، این دم چو می‌خوانی مرا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)

[خداوند می‌گوید] من به عهد بدت تو که تسلیم نمی‌شوی، اتفاق این لحظه را نمی‌پذیری و من را به مرکزت نمی‌آوری نگاه نمی‌کنم، اگر این لحظه با فضاگشایی مرا بخوانی، از روی بخشش و گرم

بی‌نهایت به تو کمک می‌کنم.

نکته ۱: خواندن خدا معادل عدم کردن مرکز و فضاگشایی است. نمی‌شود مرکز ما جسم باشد، درد باشد، اما ما به زبان بگوییم خدایا کمک کن؛ این‌گونه خدا را صدا کردن مورد قبول او نیست.

نکته ۲: اگر ما با فضاگشایی خداوند را بخوانیم و از او یاری بگیریم، او به گذشته ما نگاه نمی‌کند بلکه در همین لحظه به ما کمک می‌کند.

هر کجا دردی، دوا آن‌جا رَوَد

هر کجا فقری، نوا آن‌جا رَوَد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۲۱۰)

هر جا درد باشد دوا نیز همان‌جا می‌رود. به بیان دیگر هر کسی هشیارانه به دردهای مرکز همانیده‌اش اعتراف کند، عیب‌ها و نقص‌های من‌ذهنی‌اش را ببیند و خود را نیازمند کمک خدا بداند تبدیل به کارگاه خدا شده، فضا را می‌گشاید، عقل من‌ذهنی را کنار می‌گذارد تا دوا و شفای زندگی را دریافت کند.

و هر جا که فقر و نیستی باشد، برگ و نوای زندگی نیز همان‌جا می‌رود. به عبارتی هرکس که مرکزش عدم بوده و بی‌نیاز از همانیدگی‌ها باشد آب حیات، لطف، بخشش، کمک و رحمت ایزدی را می‌گیرد.

تو از خواری همی‌نالی، نمی‌بینی عنایت‌ها

مخواه از حق عنایت‌ها و یا کم کن شکایت‌ها

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹)

تو از خوار و ذلیل شدن در ذهن می‌نالی و با فضابندی عنایت‌های خداوند را نمی‌بینی و هر لحظه از فرم و اتفاق این لحظه شکایت می‌کنی و درعین‌حال عنایت و توجه زندگی را هم می‌خواهی. یا از خدا کمک نخواه و یا اصلاً شکایت نکن، چراکه با شکایت کردن و منقبض شدن من‌ذهنی را می‌سازی و جلوی عنایت و جذبۀ خدا را می‌گیری.

نکته: اگر ما از خداوند می‌خواهیم که به ما توجه کند و کار ما را در درون و بیرون درست کند، در این صورت اصلاً نباید شکایت کنیم. با شکایت کردن مرکز انسان تبدیل به جسم شده و از کارگاه خداوند خارج می‌گردد، و عنایت و جذبۀ او بر ما بی‌اثر می‌شود.

چون که قسام اوست، کفر آمد گله

صبر باید، صبر مِفْتاحُ الصِّلَه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۵۸)

قسام: قسمت‌کننده

مِفْتاحُ الصِّلَه: کلید بخشایش‌ها

صِلَه: پاداش، انعام، جایزه

وقتی که قسمت‌کننده خداوند است و او براساس مرکز ما تعیین می‌کند که چه چیزی در این لحظه قسمت ما باشد و چه اتفاقی برایمان بیفتد، بنابراین شکایت و گله کردن و ستیزه با اتفاق و وضعیت این لحظه کفر است و روی مرکز عدم و خدا را می‌پوشاند. بنابراین انسان باید صبر داشته باشد و در اطراف وضعیت‌های زندگی‌اش فضاگشایی کند، چراکه صبر کلید بخشش، لطف و پاداش زندگی است.

نکته: اگر شما از اتفاق و فرم این لحظه گله می‌کنید، معنی‌اش این است که به عقل خداوند اعتماد ندارید.

غیر حق جمله عدوئند، اوست دوست

با عدو از دوست شکوت، کی نکوست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۵۹)

شکوت: شکایت کردن، گله کردن

به‌جز حضرت حق که مرکز عدم و فضای گشوده‌شده است، هرچیزی که ذهن نشان می‌دهد غیر و دشمن است، بنابراین نباید به مرکز ما بیاید و ما حول محور آن‌ها حرف بزنیم. فقط خداوند دوست ماست. شکایت کردن از دوست نزد دشمن، کی کار خوبی‌ست؟

تا دهد دوغم، نخواهم آنگبین

زان‌که هر نعمت غمی دارد قرین

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۶۰)

تا وقتی که ذهن شکایت کرده و می‌گوید اتفاقات به درد نمی‌خورد و درواقع خداوند به من دوغ می‌دهد، دراین‌صورت من در اطراف اتفاقات به‌ظاهر بد فضاگشایی کرده و صبر می‌کنم و هرگز میل به عسل و چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد نمی‌کنم، چراکه انسان با هر نعمتی که همانیده می‌شود، دچار درد و غم خواهد شد.

[دوغ در این جا کنایه از اتفاقات ناگوار و مصیبت‌هایی است که بر اثر همانیده شدن اتفاق می‌افتند.]

یُسْر با عُسْر است، هین آیسِ مَبَاش راه داری زین مَمَات اندر معاش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۱)

یُسْر: آسانی

عُسْر: سختی

آیسِ: ناامید

مَمَات: مرگ

آسانی با سختی همراه است یعنی زنده‌شدن به خدا، قبول مسئولیت هشیاری، اقرار به اشتباه، فضاگشایی و مهم ندانستن چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد، نیاوردن آن‌ها به مرکز و شکایت نکردن از اتفاقات به آسودگی به دست نمی‌آید، با سختی پرهیز و کشیدن درد هشیارانه همراه است. آگاه باش مبادا ناامید شوی. بدان که با فضاگشایی از این مردگی من‌ذهنی به فضای گشوده‌شده و زندگی راه پیدا خواهی کرد.

(قرآن کریم، سوره انشراح (۹۴)، آیه ۵)

«فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا.»

«پس بی‌تردید با دشواری آسانی است.»

عزم‌ها و قصدها در ماجرا

گاه‌گاهی راست می‌آید تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۲)

قصد و نیت تو برای انجام کارها یا به دست آوردن چیزهای این‌جهانی، گاه‌گاهی درست از آب درمی‌آید و با هدف‌گذاری به آن می‌رسی.

تا به طَمَعِ آن دلت نیت کند بارِ دیگر نیتت را بشکند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۳)

طَمَع: زیاده‌خواهی، حرص، آز

تا همین که دیدی با سبب‌سازی ذهن به اهداف مادیات رسیدی، طمع کنی و به خیال آن‌که تمام تصمیمات ذهن صحیح است، صنع خداوند را نادیده بگیری و دوباره با من‌ذهنی نیت دیگری کنی و زندگی بار دیگر نیت تو را درهم شکنند و تو را بی‌مراد کرده، و به تو بفهماند نیروی دیگری پشت ماجرای جهان و سبب‌سازی‌های ذهن وجود دارد.

ور به‌کلی بی‌مرادت داشتی دل شدی نومید، اَمَلِ کی کاشتی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۴)

اَمَل: آرزو

اگر قرار بر این بود که از همان ابتدا به‌کلی تو را بی‌مراد کند و در هر مرحله از زندگی هر تصمیمی می‌گرفتی به نتیجه نمی‌رسید، در این صورت قطعاً ناامید می‌شدی و دیگر نمی‌توانستی بذری هیچ آرزو و امیدی را در دلت بکاری.

نکته: ما باید آگاه شویم که نیروی برتری غیر از سبب‌سازی ذهن وجود دارد که زندگی ما را اداره می‌کند. ما به‌جای تصمیم‌گیری براساس من‌ذهنی، باید با فضاگشایی به عقل و نظم زندگی دست یابیم.

لذتِ بی‌کرانه‌ای‌ست، عشق شده‌ست نام او قاعده خود شکایت است، ورنه جفا چرا بُود؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰)

عشق یعنی فضاگشایی و زنده شدن به زندگی، شادی و لذت بی‌انتهایی‌ست که این لحظه زندگی در اختیارمان گذاشته و هرکس به نسبت فضای گشوده‌شده مرکزش از آن بهره‌مند می‌شود. ولی انسان در من‌ذهنی که اساس وجودش بر درد و شکایت استوار است، همواره جفا کرده و با همانیده شدن با چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد، هشیاری جسمی پیدا کرده، مرکزش جسم شده و از جنس خدا نمی‌شود. بنابراین به خودش جفا کرده و از آن شادی محروم می‌ماند، و گرنه چرا زندگی باید جفا کند؟

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

پایان