

برنامه

۹۵۴

گلچین
حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۴۰۱ / ۱۲ / ۲۵

www.parvizshahbazi.com



✍ مولانا در این برنامه مقصودش تغییر دادنِ یک فکر و عمل، یا یک دید و یک نوع باشندگی در انسان است که غلط می‌بیند و غلط فکر می‌کند. او می‌خواهد ما این موضوع را متوجه شویم و خودمان را تغییر بدهیم و این را بدانیم که انسان قبل از ورود به این جهان از جنس آلت، خدا، یا هشیاری بوده، بعداً یک بافتی به نام من‌ذهنی درست کرده که فکر می‌کند اصل انسان همان من‌ذهنی است.

✍ انسان قبل از ورود به این جهان، از جنس آلت، یعنی از جنس خداوند است، وقتی وارد این جهان می‌شود، مرکز عدمش که از جنس زندگی است، عوض می‌شود. چرا عوض می‌شود؟ برای این‌که پس از ورود به این جهان، یک استعدادی به نام فکر کردن و همین‌طور پنج حس، مثل دیدن، شنیدن و غیره دارد. پنج حس به علاوه فکر کردن، دست‌به‌دست هم می‌دهند و چیزهای مهم را می‌شناسند.

ذهن چیزهای مهم که برای بقای ما لازم است را تجسم کرده و به آن حس وجود تزریق می‌کند، در این حالت بلافاصله مرکز ما از عدم، به جسم تبدیل می‌شود.

✍ انسان در من‌ذهنی یک عقل دیگری پیدا می‌کند که دیگر عقل خدا نیست. حس امنیت، هدایت و قدرتش را دیگر از خدا نمی‌گیرد؛ علاوه بر این‌ها با باورهای مذهبی، سیاسی، اجتماعی، شخصی و هر باوری که خودش ایجاد می‌کند، از جمله پول که مهم‌ترین آن‌هاست، هم‌هویت یا همانیده می‌شود.

✍ در این جهان برای ما چه اتفاقی افتاده؟

وقتی به این جهان آمديم، با چیزها همانیده شدیم و زیر نفوذ و کنترل من‌ذهنی قرار گرفتیم.

من‌ذهنی به ما ثابت کرده که من‌ذهنی هستیم، چیزی غیر از او وجود ندارد، و به ما می‌گوید تو من هستی، من تو هستم، چیزی به نام خدا یا مرکز عدم، یا من اصلی وجود ندارد و ما هم قبول کرده‌ایم.

ولی نفوذ من‌ذهنی از آن‌جا شروع می‌شود که در این لحظه ما را وادار به مقاومت می‌کند.

✍ مقاومت یکی از عمده‌ترین یا بزرگترین خاصیت من‌ذهنی است، و چندین معنا دارد؛ یکی از مهم‌ترین آن‌ها این است که اتفاق این لحظه برای من مهم است، پس باید مرکز من بشود و ما این را قبول کرده‌ایم، بنابراین من‌ذهنی سلطه و نفوذش را روی ما اعمال می‌کند.

وقتی این لحظه مقاومت می‌کنیم نتیجه‌اش این است که آن چیزی که ذهنم نشان می‌دهد برای من مهم است.

هرچیزی که مهم باشد مرکز ما قرار گرفته و عینک دید ما می‌شود، پس من‌ذهنی ما را مجبور می‌کند برحسب او و با دید همانیدگی‌ها ببینیم.

✍ من‌ذهنی در عالم ذهن تعدادی ابزار و حالت‌هایی از بودن را برای ما ساخته و آن‌ها را به ما تحمیل کرده‌است.

یکی از این ابزار ملامت است، ابزار ملامت به‌تنهایی کافی است تا من‌ذهنی را زنده نگه دارد.

✍ من‌ذهنی باشنده‌ای است که مقدار زیادی درد دارد. پندار کمال دارد که من از همه بهتر می‌دانم، مقاومت و قضاوت دارد و چیزهای آفل و گذرا را مرکزش گذاشته‌است.

زندگی خداوند می‌گوید، من تو را خلق کردم پس از مدتی همانیدگی با چیزها من را در مرکزت بگذاری تا تو را تغییر دهم و به بی‌نهایت و ابدیت خودم زنده کنم؛ زیرا که تو از جنس من هستی.

✍ خداوند در آلت به تکتک ما گفته ای انسان، تو از جنس من هستی، پس منظور از آلت یعنی ما از جنس خدا یا زندگی هستیم و لازم نیست برای از جنس خدا بودن، شاهی از بیرون بیاوریم، خداوند ما را شاهد خودمان قرار داده؛ ما به این جهان آمدم تا از جنس بی‌نهایت و ابدیت خداوند بشویم، لزومی ندارد به یک‌سری چیزها متکی باشیم که ذهنمان نشان می‌دهد، چون ذهن ما فقط جهان را نشان می‌دهد.

ما به عنوان هشیاری در این لحظه متوجه می‌شویم در اصل آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد مهم نیست، بلکه فضاگشایی در اطراف آن مهم است؛ یعنی با فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه شما نفوذ و قدرت من‌ذهنی را می‌شکنید، چرا؟ چون فضا را باز و مرکزتان را دوباره عدم می‌کنید، دیدتان را عوض کرده و دید من‌ذهنی را که می‌گوید مطابق این الگوها و همانیدگی‌ها باید ببینی، کور می‌کنید؛ ولی تقریباً هیچ‌کس این چیزها را رعایت نمی‌کند، بنابراین خداوند ما را بی‌مراد می‌کند تا متوجه شویم.

شما هیچ من‌ذهنی را نمی‌بینید که زیر بار برود بگوید وضعیت زندگی‌ام که این‌طوری است، خودم کرده‌ام! می‌گویند نه، پدر و مادرم یا دیگران کرده‌اند، من اشتباه نمی‌کنم، اگر بی‌مراد شده‌ام، دشمنانم کرده‌اند! این وضعیت سبب می‌شود تا ما مانع، دشمن و مسئله بسازیم که هر سه این‌ها دردآور است و اگر درد ایجاد شده، به راحتی گردن دیگران می‌اندازیم؛ تمام این‌ها را من‌ذهنی به ما تحمیل کرده، ما باید دید من‌ذهنی را بشکنیم.

مولانا می‌گوید، فقط یک کس در جهان وجود دارد، آن هم خدا یا زندگی است. آن کسانی را که ذهن نشان می‌دهد این‌ها کس من هستند، این‌ها اصلاً کس نیستند؛ فقط یک کس در جهان وجود دارد آن هم خود زندگی است، من هم از جنس او هستم و باید به او زنده شوم.

کس تویی، دیگر کسان را برشکن

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۱۱

فرض می‌کنیم من‌ذهنی بفهمد خدایی وجود دارد که ما باید به او زنده بشویم و با فضاگشایی مرکزمان را باید دوباره عدم کنیم، به بی‌نهایت و ابدیت او زنده بشویم، حالا با دید من‌ذهنی می‌گویند که خیلی خُب خدایا تو بلد هستی من را تبدیل کن! من کنار می‌کشم، تو مرا تبدیل کن! خداوند می‌گوید نه! تو باید تبدیل کنی، من به وسیله خود تو کار می‌کنم، تو باید فضا را باز کنی، باید حواست به خودت باشد. من فقط از طریق خودت تو را می‌توانم تبدیل کنم.

نگویید من‌ذهنی مرا بدبخت کرده؛ من‌ذهنی را شما درست کرده‌اید و زیر فرمان او رفتید، حالا قدرت را از او بگیرید.

آیا امکان دارد انسان چیزی به نام بت درست کند، بعد اسیرش بشود؟! که الآن برای ما اتفاق افتاده، و دارد جهان را به سوی نابودی می برد.

چرا ما نمی توانیم به صورت فردی و جمعی دیدمان را درست کنیم و قدرت پوشالی من ذهنی را بشکنیم؟! شما با همین روشی که مولانا آموزش می دهد، حداقل در خودتان می توانید این کار را بکنید، همین که فضا را باز کنید دیدتان عوض می شود و از زیر نفوذ من ذهنی بیرون می آیید.

من ذهنی دیدش را به ما تحمیل کرده، مثل این که یک نفر آدم مستبد یک تعداد عینک به ما داده گفته فقط به وسیله این عینک ها باید ببینی، یکی را درآوردی آن یکی را باید بزنی، بدون عینک نمی توانی ببینی؛ در نتیجه وقتی عینک ها را می زنیم، مطابق میل او می بینیم.

وقتی مرکز عدم می شود شما بی عینک می شوید و به محض این که دیدتان را عوض کنید می فهمید، دیگر جذب ذهن نمی شوید.

چقدر من های ذهنی هر روز دعا می کنند، خدایا، زندگی ما را درست کن! ولی در عین حال که دعا می کنند، با دید و رفتارهای من ذهنی که از همین دید غلط می آید، زندگی خودشان را خراب می کنند. از آن ور دعا می کنند، از این ور خودشان خراب می کنند و فکر می کنند دارند درست می کنند.

ما از طرف زندگی آمدیم از جنس او هستیم. در این جهان برای باقی ماندن، من ذهنی درست کردیم.

مولانا می گوید خدایا، ای زندگی، اول تو بودی! یعنی ما از جنس تو بودیم پس از رهایی از من ذهنی هم تو هستی، این وسط در من ذهنی که هیچ هیچ است گیر افتاده ایم، ما فکر می کنیم من ذهنی همه چیز است، ولی اصلاً به بیان نمی آید و ارزش بیان ندارد.

اول و آخر تویی، ما در میان

هیچ هیچی، که نیاید در بیان

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱

ما با چرب‌زبانی و ریا در ذهن مردم یک تصویر عالی از خودمان مطابق پندار کمال‌مان درست می‌کنیم، تا زمانی که این روش زندگی را ادامه می‌دهیم مسلمان نخواهیم شد.

مسلمان هم یعنی انسان تسلیم‌شده، انسانی که قدرت معنوی دارد. اما من ذهنی تسلیم نمی‌شود، من ذهنی اتفاق این لحظه را مهم می‌داند و ما را زیر نفوذش می‌گیرد. تا زمانی که خدا را مرکزمان نگذاریم، فضا را باز نکنیم تسلیم نشویم، مسلمان یعنی از جنس زندگی نخواهیم شد.

تسلیم یعنی چه؟

تسلیم پذیرش اتفاق این لحظه است، قبل از قضاوت و رفتن به ذهن بدون قید و شرط.

تسلیم همان فضاگشایی است؛ یعنی از کار انداختن نیروی من‌ذهنی، به این صورت که این چیزی که الآن تو نشان می‌دهی، برای من مهم نیست، مبنای تصمیم من نیست، مقاومت نمی‌کنم؛ برای این که اگر مقاومت کنم این چیز به مرکز می‌آید و قربانی آن می‌شوم.

چرا من‌ذهنی روی ما قدرت دارد؟

برای این که هر لحظه ما را از جنس خودش می‌کند، یک چیزی مرکز ما می‌گذارد، ما از جنس جسم می‌شویم، مجبوریم مطابق میل او فکر کنیم و بگوییم که اتفاق این لحظه مهم است.

گوهر و اصل ما پاک است، چگونه به آن دست پیدا کنیم؟ با فضاگشایی.

باید مرکزمان را عدم کنیم تا این لحظه گوهر ما پاک بشود، پس انسان باید فضا را باز و مرکزش را عدم کند که خداوند بتواند یک کاری رویش انجام دهد، نه این که به صورت جسم بایستد، جسمیت را نگه دارد، از آن ور هم دعا کند خدایا زندگی من را درست کن!

نمی شود شما لحظه به لحظه در تخریب زندگی تان بکوشید، بعد به یک خدای توهمی بگویید که زندگی مرا درست کن! زندگی شما با دید غلط شما خراب شده است.

هیچ انسانی نباید بگوید که من بدبخت و بیچاره ام و با نظر حقیرانه به خودش نگاه کند. باید بگوید من از جنس الست هستم، اگرچه اکنون وضعم خراب است و خودم را کوچک می بینم.

این کوچک دیدن هم یکی از دیدهای من ذهنی است که به ما تحمیل کرده، چون از زندگی قطع است، دائماً یک فرم و یک تصویر ذهنی دارد و مبنایش مقایسه است.

وقتی ما همانیدگی ها را نداریم یا کم داریم، خودمان را با کسانی که این ها را زیاد دارند مقایسه می کنیم، احساس کوچکی می کنیم و فکر می کنیم حالا که این همانیدگی ها را نداریم، پس به خداوند هم نمی توانیم زنده بشویم، این طور نیست، این دید غلط است.

شما باید اول آگاه بشوید که زیر نفوذ یک بافت ذهنی هستید که خودتان آن را درست کرده اید و کارش هم قضاوت است و با اتفاق این لحظه کار دارد، خوب و بد می کند، از دید من ذهنی خوب چیزی است که همانیدگی را زیاد، بد چیزی است که همانیدگی را کم می کند؛ این گونه زندگی کردن ابلهانه است، اما من ذهنی این سبک و دیدش را به ما تحمیل کرده و مدت ها است به صورت فردی و جمعی با این روش زندگی می کنیم.

یکی از جنبه های آبروی مصنوعی من ذهنی این است که ما از خودمان یک دید دروغین در ذهن مردم درست کرده ایم. دوست داریم مردم فکر کنند خیلی مهم هستیم، مثلاً خیلی می دانیم، دانشمند هستیم، یا اوضاع ما همه جور خوب است.

در صورتی که آبروی واقعی این است که به خداوند، به حضور زنده شویم. آبروی واقعی این است که نفوذ من‌ذهنی را بشکنیم و وحدت را یاد بگیریم، تعظیم خدا را یاد بگیریم که طبق آموزش مولانا این است که من‌ذهنی را صفر کرده، بگوییم این زندگی است که همه وضعیتهای من را اداره می‌کند.

چيست تعظیم خدا افراشتن؟

خویشتن را خوار و خاکی داشتن

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۸

تعظیم: بزرگداشت، به عظمت خداوند پی بردن

وقتی فضاگشایی می‌کنیم، ناگهان متوجه می‌شویم به لحاظ من‌ذهنی نمی‌دانیم و این لحظه باید زندگی بگوید که چکار کنیم، چه فکر و عملی داشته باشیم.

واقعاً بگویید نمی‌دانم، نه این‌که ریا باشد. نمی‌دانم ستیزه نمی‌کند. نمی‌دانم فضا را باز می‌کند.

فضاگشایی خاصیت اصلی ماست. یعنی اگر شما بگویید ما از چه جنسی هستیم؟ ما از جنس باز شدن و فضاگشایی هستیم.

انسان‌ها با سبب‌سازی ذهن دارند خدا را امتحان می‌کنند و نباید این کار را بکنند، یعنی زندگی مطابق فکرهای من‌ذهنی شما کار نمی‌کند.

زندگی براساس قضا و کن‌فکان کار می‌کند. شما هرچه مرکز را بیشتر عدم کنید، با زندگی موازی‌تر می‌شوید، در نتیجه زندگی درون و بیرون شما را درست می‌کند.

وقتی چیزهای آفل به مرکز ما می‌آیند، به ذهن می‌افتیم و اتفاق این لحظه برای ما مهم می‌شود، مقاومت در مقابل اتفاق این لحظه ما را جسم می‌کند، و این جسمیت من‌ذهنی همین‌طور ادامه پیدا می‌کند تا این‌که به‌مرور خواهیم دید که نیروی زندگی را زندگی نمی‌کنیم، بلکه تبدیل به مانع می‌کنیم.

موانع ذهنی درواقع فرم‌هایی هستند که به ما می‌گویند به این علت، به آن علت، تو نمی‌توانی زندگی کنی، زندگی تو خوب نمی‌شود؛ این‌ها موانع ذهنی هستند.

✍ ای انسان، جان اصلی تو خدایت است، تصویری که از خودت در ذهن ساخته‌ای و سبک زندگی که با دید دوییِ ذهن داری و خود را کامل می‌پنداری اشتباه است.

در این سبک زندگی برای حفظ اعتبار و هویت دروغینت حاضر هستی برای خود و دیگران هرگونه درد و غمی را ایجاد کنی و همواره در فکر هرچه بیشتر بهتر و برای مهم و بزرگ جلوه دادن و متمایز ساختن خود از دیگران هستی، نه برای خیر رساندن به دیگر انسان‌ها.

✍ ما در من‌ذهنی و دید دوییِ ذهن، محکوم به جهنمی خودساخته و رنج‌هایش هستیم؛ ولیکن قادریم به نیروی شفاف‌بخش زندگی، از من‌ذهنی و از بینش غلط ذهنمان رها شده و به جانِ حقیقی خویش زنده شویم.

✍ تنها کس ما در این جهان، خود زندگی است. اما در دیدِ ذهن، ما از دیگر کسان و چیزها زندگی می‌خواهیم و توقع سعادت و خوشبختی داریم. در این سبکِ زندگی و دیدنِ براساسِ من‌ذهنی، همواره ما بی‌مراد می‌شویم، درحالی‌که ذات ما سعادت و شادی ابدی زندگی است، ولیکن همواره در غم و رنجی خودساخته زندگی می‌کنیم.

✍ مرکز عدم در برابر چالش‌های بیرونی با آرامش، صبر و ثبات عمل می‌کند، فارغ از بد و خوب کردنِ اتفاقات همواره تسلیم، راضی و شاکر است؛ پرهیز دارد یعنی جذبِ دردها، اتفاقاتِ سطحی، افراد و چیزهای این‌جهانی نمی‌شود.

✍ بعد از مدتی که مرکز ما عدم شد و عدم باقی ماند، چشمه شادی بی‌سبب از اعماق وجودمان می‌جوشد و ذوق آفرینندگی پیدا می‌کنیم؛ یعنی فکرهایمان را نوبه‌نو در این لحظه می‌آفرینیم؛

متوجه می‌شویم آفتاب زندگی همواره به ما عنایت داشته و در پی جذب ما بوده‌است، ولیکن ما با گذاشتن جسم‌ها در مرکز وجودمان دائماً در حال پرستش چیزها بوده و به‌جای یکتاپرستی، بت‌پرست بوده‌ایم.

✍ برای این‌که مرکز ما همواره عدم باشد و زندگی از طریق ما بیان شود، باید به اولین قدم نیک در زندگی روزمره‌مان متعهد باشیم، یعنی همواره در مواجهه با اتفاقات بیرون، تسلیم و فضاگشا باشیم، تا هر زمان جسمی از بیرون به مرکزمان آمد، جذب اتفاقات و دردهای جهان شدیم، فوراً فضا را باز کنیم، تسلیم زندگی شویم و به شناسایی منیت‌های ذهنی خویش بپردازیم، با مداومت در فضاگشایی، عقل و سلطه من‌ذهنی ما از بین رفته و فرایند تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری حضور صورت می‌پذیرد.

چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهی قَدَم را؟

نگر اولین قَدَم را که تو بس نکو نهادی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲

✍ یکی از دیدهای اشتباه من‌ذهنی این است که پیوسته تمرکز و حواسمان را از روی خودمان برداشته، روی دیگران می‌گذاریم. با پندار کمال خود را کامل می‌دانیم و در پی انتقاد، عیب‌جویی و اصلاح دیگران هستیم؛ با این کار ناآگاهانه با لحظه حال می‌ستیزیم، دیگران را در ذهنمان قضاوت می‌کنیم، پس از فضای حضور در لحظه حال خارج می‌شویم.

ما باید مراقب هم‌نشین‌های خویش باشیم، چراکه فوراً می‌توانند چیز بیرونی را به مرکز ما بیاورند، بنابراین از انتقاد کردن و نصیحت دیگران پرهیز می‌کنیم و با خاموشی ذهن، قرین زندگی می‌شویم.

✍ سرنوشت آدمی این است که در مدت زندگی‌اش در این جهان به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده شود.

ما نیامده‌ایم که فقط انباشته کنیم و همه را بگذاریم و دست خالی از این دنیا برویم.

ثروت حقیقی ما گوهر حضور ماست که در هردو عالم همواره با ماست.

ما در هر مقامی که هستیم با توهم دانایی و پندار کمال، زندگی خود و دیگران را خراب می‌کنیم و گردن دیگران می‌اندازیم، چون خردمند نیستیم و در اتصال با خداوند نیستیم.

طبق آموزه‌های معنوی مولانا نباید اتفاقات برای ما مهم باشند، اگر به اتفاقات بیرون توجه می‌کنیم فضا را باز کنیم و پیغام زندگی را بگیریم، نگاه ما به جهان بهانه‌ای باشد که خداوند را در همه انسان‌ها ببینیم و بی‌قضاوت به مشاهده جنبه‌های مختلف زندگی در بیرون پردازیم، با پرهیز از حرص و طمع داشتن چیزها، از عقل و هدایت زندگی بهره‌مند شویم.

حقیقت وجودی ما چون آفتابی است که در ذره ذهن پنهان است. اگر به صورت مداوم فضاگشایی کنیم و از همانیدگی‌ها رها شویم، ناگهان به صورت آفتابی در دل ذره طلوع می‌کنیم؛ مرکز ما عدم شده و به بی‌نهایت خداوند زنده می‌شویم، دید ما تغییر می‌کند، بنابراین فکر و عمل‌مان از فضای حضور سرچشمه می‌گیرد.

آفتابی در یکی ذره نهان

ناگهان آن ذره بگشاید دهان

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰

انسانی که با دید درد و هم‌هویتی‌هایش می‌بیند، عیب‌دان است. ذهنش پر از عیب است هر لحظه عیبی عینک دیدش می‌شود و برحسب آن می‌بیند. فردی که عیب‌بین است همواره در حال پخش درد برای خود و دیگران است.

عده بسیاری از مردم همواره در حال عیب‌جویی از دیگران هستند و با پندار کمالشان خود را بدون عیب و بدی می‌بینند. هر وقت دیدیم جهان را با عینک عیب‌بینی می‌بینیم بیدار شویم، فضا را بازکنیم و با عذرخواهی از زندگی به لحظه حال بازگردیم.

✍ انسان با مرکزِ عدمِ حالش همیشه خوب است. عدم که چگونگی ندارد، فضای عدم شادی زندگی است.

زمانی که موج سیاه درد می‌آید و فکرهای ما را تسخیر می‌کند و هشیاری ما پایین می‌آید، پس به خودمان می‌گوییم که ما از جنس بی‌فرمی و بی‌نشانی هستیم. هر همانیدگی، عیب و دردی که در مرکز خود می‌بینیم، بایستی آن‌ها را رها کنیم و به این ترتیب شبِ تاریکِ ذهن ما به روشنایی حضور تبدیل شود.

وقتی چشم‌های ما با نور نافذ عدم ببیند، انسان‌ها را از جنس خدا می‌بینیم، ولی دید من‌ذهنی همواره عیب می‌بیند و انتقاد می‌کند، ارزش مردم را پایین می‌آورد آن‌ها را کوچک می‌کند چون خودش حقیر است.

انسان‌هایی مثل مولانا مردم را به‌صورت زندگی می‌بینند، چون با نور مرکز عدم به‌جای پرداختن به عیب‌ها و تفاوت‌های ظاهری انسان‌ها، حضور را در مرکز همه انسان‌ها می‌بینند.

✍ ما در من‌ذهنی از خداوند می‌خواهیم که عقل کل را کنار بگذارد و مطابق عقل من‌ذهنی ما کار کند، یعنی می‌خواهیم سبب‌سازی ذهن با خرد زندگی جور دربیايد و به این طریق می‌خواهیم خداوند را امتحان کنیم، این طرز فکر درست نیست.

✍ اگر اتفاق این لحظه را می‌بینید و مقاومت می‌کنید، مغلوب من‌ذهنی یا بهتر است بگوییم مغلوب ستیزه من‌ذهنی خودتان هستید، اما اگر در برابر اتفاق این لحظه مقاومت نکنید و فضا را باز کنید، شما مغلوب خداوند هستید.

✍ ما باید بینش من‌ذهنی را کنار بگذاریم یعنی با من‌ذهنی استدلال نکنیم. آن‌قدر باید فضاگشایی و مرکزمان را عدم کنیم که به یقین واقعی برسیم، یعنی دوباره باید از جنس خداوند شویم، تا از طریق خداوند ببینیم.

✍ ما با حرف، بیان و رفتارمان، هم خودمان و هم انسان‌های دیگر را به نابودی می‌کشیم، یعنی به ذهن می‌کشیم.

آیا شما در روز که راه می‌روید مردم را بیشتر تشویق می‌کنید که به حضور، به زندگی زنده شوند؟ یا نه، مردم را عصبانی می‌کنید و من‌ذهنی‌شان را بالا می‌آورید، تا من‌ذهنی بزرگ‌تری بسازند؟

✍ اگر شما همیشه مرکزتان را عدم نگه دارید، پس می‌توانید عظمت خداوند را درک کنید، به این نتیجه می‌رسید که اوست زندگی شما را اداره می‌کند، بنابراین من‌ذهنی شما صفر و یا نزدیک به صفر شده و می‌شکند، در نتیجه نمی‌تواند بینش و سبک زندگی‌اش را به شما تحمیل کند.

✍ مولانا می‌گوید اگر کسی بقا را در فنا پیدا کرده باشد یعنی از جنس خدا شده باشد، در این صورت همه هشیاری‌ها، همه روح‌های انسان‌ها از او تدبیر می‌گیرند، کما این‌که در سطوح نسبتاً پایین می‌بینید که اعضای گنج حضور مرکزشان را عدم می‌کنند و از همدیگر راهنمایی می‌گیرند، ما از همدیگر یاد می‌گیریم. همه هشیاری‌ها از آن شخص تدبیر می‌گیرند. ما هم از مولانا تدبیر می‌گیریم.

✍ انسانی که به درجه‌ای به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده شده، به روح‌های بیدار کمک می‌کند تا باز هم بازتر شوند و روی من‌های ذهنی اثر مثبت می‌گذارد، چرا؟ چون زندگی را در آن‌ها می‌بیند. وقتی زندگی را در آن‌ها به ارتعاش درمی‌آورد، آن افراد متوجه می‌شوند که اکنون یک حالت دیگری برایشان پیش آمد که در آن درد نیست، برای همین دائماً از خودشان سؤال می‌کنند که این حالت چه بود؟

✍ مولانا می‌گوید لذت‌های معنوی بسیار پسندیده‌تر، مهم‌تر، راضی‌کننده‌تر و خوشایندتر از لذت‌هایی است که من‌ذهنی به ما نشان می‌دهد. من‌ذهنی خودش و لذتش مصنوعی است، این لذت‌های فرعی که ذهن نشان می‌دهد براساس جدایی است.

✍ همه وضعیت‌هایی که ما در بیرون ایجاد می‌کنیم، مثل گرفتن تأیید و توجه، دیده شدن و انتظار قدردانی که در مقایسه با دیگران مهم‌تر جلوه‌گر شویم؛ این‌ها همه لذت‌های فرعی و به‌دردنخور هستند.

✍ بین انسان‌ها فرقی نیست و چون انسان‌ها از جنس خدا هستند، فرقی نمی‌کند که پیغام از درون چه کسی بیان بشود، همه باید خوشحال باشند و به همدیگر کمک کنند که ما البته این کار را نمی‌کنیم!

✍ اگر ما من‌ذهنی داشته باشیم، با یک من‌ذهنی دیگر نمی‌توانیم متحد و یکی شویم، مثلاً به صورت من‌ذهنی ازدواج می‌کنیم، و می‌خواهیم عشق را تجربه کنیم، ولی ما دونفر هیچ‌موقع نمی‌توانیم یکی شویم مگر هردوی ما روی خودمان کار کنیم و به حضور زنده شویم، تا از طریق آن یک نور باهم یکی شویم.

✍ ابیات مولانا نشان می‌دهد که ما در من‌ذهنی نسبت به هم حس دلسوزی نداریم، همدیگر را دوست نداریم، بلکه حسود هستیم، اگر یکی بمیرد، دیگری شادی می‌کند، من‌ذهنی اگر ببیند کار دیگران رونق پیدا کرده، از حسادت می‌میرد؛ ما این چیزها را تجربه کرده‌ایم البته پنهان می‌کنیم، اما اگر هنوز این چیزها را در زندگی شخصی تجربه می‌کنیم، بهتر است که بیشتر روی خودمان کار کنیم.

✍ ما انسان‌ها باید یک نور زنده‌شده به خدا باشیم و مقصود همه‌مان این است.

اگر ما من‌ذهنی را نگه داریم نمی‌توانیم با دیگران متحد شویم، نمی‌توانیم در دنیا به همدیگر کمک کنیم تا آدم‌های دیگر زندگی‌شان را درست کنند، ما می‌خوریم سیر می‌شویم و از گرسنه هم خبر نداریم، این‌ها خاصیت هشپاری جسمی است.

✍ تفاوت‌های سطحی سبب ستیزه می‌شود، نمی‌توانیم بفهمیم که دراصل همه ما یکی هستیم.

✍ مولانا به ما می‌گوید، شما وقتی فضا را باز می‌کنید، این توانایی را دارید که نظر زندگی را بگیرید، یعنی حقیقت را بشناسید.

✍ انسان‌ها فقط موقعی می‌توانند مؤثر باشند و در همه زمینه‌ها درست عمل کنند که به زندگی زنده شده باشند و با هم از طریق آن یک نور واحد ببینند، همچنین افراد یک خانواده نمی‌توانند من‌ذهنی را نگه دارند و در کنار هم زندگی کنند، بلکه باید در فضای یکتایی با هم متحد شده و با خرد زندگی عمل کنند.

✍ هرکسی باید روی خودش کار کند، اگر خانواده تشکیل داده‌ایم باید زن و شوهر جداگانه روی خودشان کار کنند و با هم مبادله عشقی داشته باشند. آن‌ها نمی‌توانند من‌ذهنی را نگه دارند و به همدیگر عشق‌ورزی کنند، این عشق‌ورزی‌ها همه سطحی است.

شما در روابط با دیگران و در عالم من‌ذهنی از همدیگر چیزهای می‌خواهید که ذهناً با آن‌ها همانیده هستید، اگر آن‌ها را به همدیگر ندهید، طرف مقابل خشمگین می‌شود، واکنش نشان می‌دهد، توجه داشته باشید که این‌ها عشق نیست.

✍ من‌ذهنی هشیاری جسمی دارد، براساس جدایی تشکیل شده‌است، همانیدگی‌ها و دیدن برحسب آن‌ها را دوست دارد، آن‌ها را به ما تحمیل کرده و جدایی را می‌پرستد، دائماً از جدایی دم می‌زند. ما هر لحظه براساس جدایی و هم‌هویت شدن با چیزها «من» درست می‌کنیم و از این طریق جدایی را تثبیت می‌کنیم، در صورتی‌که به خداوند یا به مردم می‌گوییم حرف از جدایی نزنید، من بدم می‌آید.

✍ بینش من‌ذهنی ما را به‌سوی مرگ، نابودی، ضرر و ناخوشبختی می‌برد.

همه بینش‌های ما و هیجانات مربوط به آن‌ها که به وسیله همانیدگی‌ها حاصل شده، گذراست و دوام ندارد، برای این‌که وقتی ما به او زنده می‌شویم، این‌ها دیگر دیده نمی‌شوند، محو می‌شوند، نمی‌مانند.

شما نباید من‌ذهنی را ادامه بدهید. تا آن‌جا که قدرت دارید، هرچقدر که می‌توانید کوشش کنید، تا هرچه زودتر از شرش راحت شوید.

اگر انسان در این لحظه به زندگی زنده شود، هرچه زنده‌تر می‌شود، بینش حاصل از همانیدگی‌ها هم از بین می‌رود، بنابراین نباید فکر کنیم که اگر کسی به زندگی زنده شود، به‌طور کلی از بین می‌رود و هیچ‌چیزی از او باقی نمی‌ماند، پس برای ما لازم است که خودی نشان بدهیم و یا حتماً در مقایسه باشیم که دیده بشویم تا به ما احترام بگذارند، نه، این‌گونه نیست، این دید من‌ذهنی است، ما هرچه به خدا زنده‌تر شویم، آثار من‌ذهنی نیز کمتر می‌شود و دید و بینش خداوند جایگزین این دید من‌ذهنی در ما می‌شود.

وقتی مقصود زندگی به وسیله خودش اجرا می‌شود، ما دیگر این دردهای ذهنی را باید رها کنیم، اگر این کار را نکنیم، واقعاً خودمان را به حساب نیاورده‌ایم.

مولانا به ما می‌گوید با ذکر خدا یا فضاگشایی پی‌درپی باید دمِ حضور و عدم را نگه دارید تا زندگی روی شما کار کند، یعنی ما نمی‌توانیم از دست زندگی که این لحظه می‌خواهد به ما بفهماند که قیامت ماست، و باید به او زنده بشویم، دربرویم.

چرا دردهای من‌ذهنی مرتب شدیدتر می‌شود؟ تا بدون مقاومت و قضاوت تسلیم زندگی شویم و با عدم کردن مرکز، لحظه‌به‌لحظه فضاگشایی کنیم.

وقتی فکرهای پی‌درپی هجوم می‌آورند، به‌طور مثال یادِ فلان مسئله، فلان چیز یا فلان کس می‌افتید، و می‌بینید که مرتب ذهنتان این مسائل را به شما یادآوری می‌کند؛ مولانا می‌گوید اگر می‌خواهی از دستِ این مسائل راحت شوی، باید این لحظه فضا را باز کنی، به فضای یکتایی بروی.

وسواس یعنی ما مرتب از فکری به فکر دیگر بپریم. این وسواس را ما به ارث برده‌ایم، و یک باور کهنه است که بر بشریت چیره است، در هرکدام از ما هست، مرتب مسائل بسیار دردزا را به یاد ما می‌آورند و فقط از راه زنده شدن به خداوند است که یک نفر می‌تواند این رشته افکار و دردها را از بین ببرد.

اگر شما فضا را باز و مرکز را عدم کنید، درحالی‌که از جنس خدا می‌شوید، دل شما با یاد او آرامش می‌یابد و تنها این آرامش است که می‌تواند شما را نجات بدهد و دیگر یادِ این چیز و آن چیز نیستید.

درواقع هنر ما این است که همین الآن که در این بدن زندگی می‌کنیم با فضاگشایی لا بشویم. این قدر لا بشویم که تبدیل به هشیاری خالص بشویم و مانند یک ستاره که وقتی آفتاب طلوع می‌کند، دیده نمی‌شود، اصلاً دیده نشویم، ولی بدانیم اگر دیده نشویم، نمردیم!

هیچ انسانی نیست که بالاخره به حضور خداوند، به هشیاری خالص نرسد، هیچ‌کس نمی‌تواند فرار کند، هیچ‌کس نمی‌تواند در من‌ذهنی بماند، هیچ‌کس نمی‌تواند «من» ایجاد کند، حس وجود کند، بیاید بالا بگوید من و این منیت را حفظ کند.

کسانی که فضا را باز نکرده‌اند و وصل به خداوند نیستند، همیشه در عذاب هستند، پس من‌های ذهنی همیشه در عذابند. همیشه در مرکزشان چیزی هست که آفل است و از بین می‌رود.

اما آن‌هایی که خداوند زنده‌اند، دیگر حجاب ندارند، یعنی از طریق همانیدگی‌ها نمی‌بینند.

✍ شما فکر نکنید که اگر نسبت به من ذهنی کوچک می شوید، دارید می میرید، از بین می روید، دیگر این زندگی چه فایده دارد؟ نه، این طوری نیست، این مطالب را خوب باید بخوانیم.

✍ مولانا تأکید می کند، ما هم متأسفانه گوش نمی کنیم، ما من ذهنی را نگه داشته ایم، به وسیله آن فکر می کنیم می خواهیم با خدا، با آدم های دیگر متحد شویم. با خدا که نمی توانیم متحد بشویم، ضررش را می بینیم، با همدیگر هم که داریم می جنگیم. این جنگ بین انسان ها هم قسمتی از عذاب زندگی است.

✍ ما باید روح خودمان را با فضاگشایی به خداوند متصل کنیم، چجوری؟ ما هرکسی هستیم، فرقی نمی کند، با تمرکز و تأمل روی ابیات مولانا هرچه زودتر خودمان را به روح پاک مولانا یا سالکان دیگر متصل کنیم.

✍ ما با صد جور همانندگی در من ذهنی، جدا از هم زندگی می کنیم؛ برای همین همه آدم های دور و بر ما جدا هستند، یگانه نیستند. این در مورد ما هم صادق است.

خداوند به انسان می گوید، مواظب باش به مقصود من پی ببری، با هشیاری جسمی حیوانی دنبال اتحاد با دیگران و متحد شدن با من نگرد!

✍ ما در واقع پیرو یک دین خاصی هستیم، با هم می جنگیم، در حالی که تا حالا هیچ پیغمبری با پیغمبر دیگری نجنگیده. این مطالب و تأمل روی آن ها مهم است.

اگر پیغمبران با هم نمی جنگند، پس آن ها از یک نور هستند. اصلاً برای چه با هم بجنگند؟ آیا یک قسمت از خداوند با قسمت دیگری از خداوند می جنگد؟ ما که می جنگیم و همدیگر را می کشیم، پس حتماً از جنس آن نور نیستیم.

✍ پیغمبران با هم جنگ ندارند. چرا ما که پیروان آنها هستیم باهم در جنگ هستیم؟ برای این که از جنس روح حیوانی هستیم. حس جدایی می‌کنیم. تفاوت‌های سطحی را پایه قرار داده‌ایم، نه آن نور اصلی را.

خداوند مرتب می‌گوید مراد من این است که تو با هشیاری حیوانی دنبال اتحاد نباشی، ما هم در زندگی‌مان با هشیاری جسمی، دنبال اتحاد هستیم. موفق هم نمی‌شویم.

✍ معیار ما باید آن نور اصلی باشد. برای این که تک‌به‌تک سعی نمی‌کنیم که به آن نور زنده شویم. ما به هم کمک نمی‌کنیم که به آن نور زنده شویم. نمی‌دانیم مقصود اصلی ما، قبل از خروج از این جهان، زنده شدن به آن نور است.

✍ در این لحظه آیا این جهان مهم است یا خدا؟ شما با قضاوت نکردن و مقاومت نکردن، به ذهن می‌گویید که تو مهم نیستی، اگر فضا را باز می‌کنید زیر فکرها می‌روید، پس خداوند مهم است، این جهان مهم نیست.

اگر آن چیز که ذهنمان نشان می‌دهد آن مهم است، مهم‌تر از زندگی است، در این صورت کار خراب است. شما می‌خواهید از او غذا بگیرید و بنابراین با خوبی‌اش خوشحال می‌شوید، با بدی‌اش غمگین می‌شوید. با این سبک زندگی هم نمی‌توانید با کسی متحد شوید.

✍ اگر لحظه‌به‌لحظه مقاومت کنیم، و زیر نفوذ من‌ذهنی دربیاییم، با وضعیت این لحظه ستیزه می‌کنیم و به آن «بله» نمی‌گوییم، برای این که فضا را باز نمی‌کنیم، پس نتیجه چه می‌شود؟ یک من‌ذهنی بی‌ناظر خواهیم داشت.

✍ درست است که پروردگار ما رؤف و مهربان است، ولی ما با صبر و درد هشیارانه است که از این من‌ذهنی می‌توانیم رها بشویم. فقط با درد هشیارانه می‌توانیم همانیدگی‌هایمان را به پیش خدا ببریم.