

www.parvizshahbazi.com

برنامه

۹۶۳

آنگ
حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۴۰۲/۳/۳



📖 مولانا سه معنای مهم زندگی را به ما یادآوری می‌کند و منظورش این است که ما باید به این سه خاصیت عملاً و عیناً زنده شویم:

۱- خداوند یکتاست. ما هم از جنس او یکتا و یگانه هستیم.

۲- خداوند بی‌نیاز است. این خاصیت در ما هم وجود دارد.

۳- خداوند از جنس بی‌نهایت و ابدیت است. ما هم باید به این لحظه ابدی بیاویم، از گذشته و آینده جدا شده و در این لحظه ساکن شویم.

این صحبت با آن چیزی که ما در من‌ذهنی هستیم مغایرت دارد. چراکه ما الآن فقط جسم هستیم و با آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد همانیده شده‌ایم.

📖 مولانا می‌گوید، ما باید به این لحظه ابدی بیاویم و در آن‌جا ساکن شویم، در این حالت ما زوال‌ناپذیر و نامیرا هستیم. نامیرایی اشاره به اصل ما دارد.

چون اصل ما از جنس زندگی یا خداوند است. گاهی اوقات با اصطلاح «آلست» این موضوع را بیان می‌کنیم که ما از جنس زندگی و نامیرا هستیم و این نامیرایی را باید عملاً در این لحظه تجربه کنیم، نه این‌که ذهناً به صورت یک واژه قید کنیم یا به صورت باور در بیاوریم و در من‌ذهنی از باوری به باور دیگر برویم.

📖 زندگی یا خداوند به مخلوقات یا به آن چیزی که ذهن ما نشان می‌دهد وابسته نیست، پس ما هم به آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد وابسته نیستیم، چون هر خاصیتی که خداوند دارد ما هم داریم، چراکه ما هم از جنس او هستیم. گاهی اوقات می‌گوییم خداوند از جنس بی‌نهایت است، پس ما هم از جنس بی‌نهایت هستیم و باید به آن زنده شویم.

👉 انسان در ذهنش، با من‌ذهنی در زمان مجازی گذشته و آینده زندگی می‌کند، این جور زندگی برای خداوند و انسان‌های زنده‌شده به خدا قابل‌قبول نیست، اگر این‌گونه باشد، درواقع ما غلط زندگی می‌کنیم و هزینه‌اش را هم می‌پردازیم. هزینه‌اش دردهایی است که در من‌ذهنی می‌کشیم.

👉 خداوند بی‌نیاز است و ما باید بی‌نیازی او را تجربه کنیم. اگر قرار باشد به او زنده شویم، باید بی‌نیاز از دنیا شده و یا از چیزهایی که ذهنمان نشان می‌دهد زندگی نخواهیم و به آن‌ها توجه نکنیم.

البته این بدان معنا نیست که ما نباید غذا بخوریم یا مسکن نداشته باشیم، این‌ها نیازهای حقیقی هستند. ما نباید به نیازهای مجازی یا روان‌شناختی خود توجه کنیم و آن‌ها را مهم بدانیم.

به بیان دیگر اگر ما با چیزها همانیده شویم و آن‌ها به مرکز ما بیایند، به نظر می‌آید که ما به آن‌ها نیاز داریم، درحالی‌که چنین نیست.

مردم درحقیقت ناراحتِ نیازهای مجازی خود هستند و معمولاً نیازهای مجازی آن‌ها را رها نمی‌کنند.

👉 نیازهای مجازی چیست؟

نیازهایی مثل خشم، نگرانی، اضطراب، ترس، افسوس خوردن، غیبت و بدگویی، تحقیر دیگران، این‌ها نیازهای مجازی هستند. این‌که ما می‌خواهیم دیده شویم یا گاهی اوقات شهوتِ یاد دادن به مردم و استاد شدن را داریم، این‌ها نیازهای واقعی ما نیستند. لزومی ندارد وقتی ما وارد مجلسی می‌شویم حتماً دیده شویم، این دیده شدن نیاز مجازی است.

یا این‌که ما خودمان را با دیگران مقایسه کنیم. با این کارها مرکز ما تبدیل به جسم می‌شود. وقتی خودمان را مقایسه می‌کنیم حتماً باید از دیگران برتر دربیاییم، اگر غیر از این باشد حسادت می‌کنیم، آرزو می‌کنیم مثلاً یکی وضعیتش خراب شود ما بالاتر برویم، درحالی‌که لزومی به این کارها نیست.

حقیقتاً لزومی ندارد من کسی را راهنمایی کنم که چطور زندگی کند و اگر آن‌طور که من می‌گویم زندگی نکند، من ناراحت شوم! این‌ها نیازهای مجازی هستند، نه نیاز حقیقی.

خداوند نیاز مجازی ندارد، البته نیاز حقیقی هم ندارد. ما هم باید آن‌گونه باشیم.

ما باید لامپ‌های روشن‌شده براساس «می‌دانم» را در ذهن خود خاموش کنیم، تمرکزمان فقط باید روی خودمان باشد، می‌توانیم فقط یک لامپ را در ذهن خود روشن نگه داریم که من چه کسی هستم؟ من یکتایی خداوند هستم که بی‌نهایت ریشه‌دار است. من بی‌نیازی خداوند هستم، به چیزی که ذهنم نشان می‌دهد نیاز ندارم. نباید چیزی به مرکزم بیاید، اگر این‌طور باشد، دیگر در زمان مجازی نیستم، بلکه به این لحظه ابدی می‌آیم و خداوند مالک این لحظه ابدی است. من هم چون از جنس او هستم، پس در این لحظه، جاودانه و نامیرا هستم و باید در این جهان آن جاودانگی را تجربه کنم.

من جز احدِ صمد نخواهم
من جز مَلِكِ ابد نخواهم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۸

هرچیزی که به مرکز ما بیاید، ما آن را می‌پرستیم. قبل از ورود به این جهان مرکز ما عدم بود، ما هم خود زندگی یا خدا را می‌پرستیدیم، الآن در اثر همانیده شدن با چیزهای مختلف مرکز ما جسم شده و ما اجسام را می‌پرستیم. مثلاً ما باورپرست می‌شویم، باورهای مختلفی وجود دارد مانند باورهای مذهبی، سیاسی، شخصی و اجتماعی.

ما این باورها را در مرکزمان گذاشته‌ایم و فکر می‌کنیم این‌ها حقیقت را نشان می‌دهند، درحالی‌که باورها جسم هستند، در نتیجه مرکز ما جسم شده و هشیاری جسمی پیدا کرده‌ایم، به همین دلیل خودمان و همچنین خداوند را به صورت جسم و یک تصویر ذهنی می‌بینیم.

تسلیم یعنی پذیرش بی‌قیدوشرط اتفاق این لحظه، یعنی ما باید قبل از رفتن به ذهن، بدون استدلال ذهنی، چیزی را که ذهن به صورت اتفاق این لحظه نشان می‌دهد بپذیریم. تسلیم مرکزمان را دوباره عدم می‌کند و ما تبدیل به جنس اولیّه خود می‌شویم.

📌 من ذهنی چگونه تشکیل می‌شود؟

من ذهنی از تغییر سریع فکرهايمان یعنی پریدن از یک باور به باور دیگر، از فکری به فکر دیگر ساخته می‌شود، در زمان مجازی کار می‌کند و نیازهای مجازی دارد؛ در واقع وقتی مرکز ما پُر از انباشتگی است، با رفتن از فکری به فکر دیگر یک تصویر ذهنی پویا می‌سازیم که اسمش من ذهنی است.

📌 مرکز ما این لحظه با بی‌اهمیت کردن آن‌چه را که ذهن نشان می‌دهد، عدم می‌شود یعنی مقداری از وجود اصلی ما که با زندگی یکی است، از جذب شدن به ذهن آزاد می‌شود، این کار فضاگشایی یا فضای گشوده‌شده نام دارد.

📌 وقتی که مرکز شما با بی‌اهمیت کردن آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد عدم شود، شما متوجه می‌شوید ذهنتان ساکت شده و از جنس یکتایی شدید. مثلاً شما در خودتان زندگی را تجربه می‌کنید که از جنس خدا، از جنس «آلست» هستید. در آن لحظه متوجه می‌شوید به چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد بی‌نیاز هستید. چون اگر شما این بی‌نیازی را حس نمی‌کردید، فضای درونتان باز نمی‌شد.

📌 اشکال ما این است که فکر می‌کنیم به هر چیزی که ذهن نشان می‌دهد نیازمند هستیم، اگر آن چیز نباشد، نمی‌توانیم زندگی کنیم، پس ما ذهناً با آن چیز کار داریم، این یک نوع مقاومت درونی است.

همین کار سبب جذب شدن ما به ذهن می‌شود و من ذهنی را به وجود می‌آورد، به این کار مقاومت کردن می‌گوییم.

📌 ما این‌قدر به صورت حضور ناظر به ذهنمان نگاه می‌کنیم و می‌گوییم ذهن ما مهم نیست تا تمام همانیدگی‌ها بریزند، مرکز ما خالی شود و هیچ همانیدگی در مرکز ما نماند. در این حالت ما بی‌زوال و نامیرا می‌شویم. ترس از بین می‌رود، چون ترس از تغییر همانیدگی‌ها به وجود می‌آید. وقتی مرکز ما همانیده است و چیزها شروع به ریختن یا کم شدن می‌کنند، ما می‌ترسیم.

یکی از اشتباهاتی که مردم می‌کنند این است که همانندگی‌ها را نگه می‌دارند و می‌خواهند به وسیله سبب‌سازی ذهن، یعنی فکر کردن در ذهن و بودن در زمان مجازی، خودشان را تغییر بدهند. مثلاً مرتب خودشان را ارزیابی ذهنی می‌کنند، می‌گویند بینم من پیشرفت کرده‌ام یا خیر؟ این ارزیابی‌ها ذهنی است. تا زمانی که شما فکرهای علت و معلولی و سبب‌سازی می‌کنید در ذهن هستید.

وقتی چیزهای آفل و گذرا در مرکزمان هستند، ما مقاومت و قضاوت داریم. ترکیب این سه چیز منجر به «می‌دانم» می‌شود، ما فکر می‌کنیم بر حسب ذهن می‌دانیم و با می‌دانم‌های خود همانند می‌شویم. عامل این می‌دانم در مرکز ماست و ما خودمان را در من‌ذهنی بسیار خردمند دانسته، درحالی‌که عقل پوچ من‌ذهنی را داریم.

همین می‌دانم تبدیل به پندار کمال، ناموس یعنی حیثیت بدلی من‌ذهنی و درد می‌شود.

وقتی ما پندار کمال، ناموس و درد را ادامه می‌دهیم، زندگی را در این لحظه تبدیل به مسئله، مانع و دشمن می‌کنیم، نتیجه این‌ها باز هم منجر به درد شده و دوباره درد در مرکز ما انباشته می‌گردد.

مولانا می‌گوید ای انسان، من‌ذهنی را کنار بگذار، چون درد ایجاد می‌کند و عاشق شو، یعنی هر لحظه با بی‌اهمیت کردن آن چیزی که ذهنت نشان می‌دهد مرکزت را عدم کن. عاشق شو، یعنی از جنس زندگی شو و با زندگی به وحدت برس و این دردسازی را کنار بگذار. تو از جنس خداوند هستی، چقدر می‌خواهی اسیر همانندگی‌ها شوی؟

عاشق شو، و عاشق شو، بگذار زحیری
سلطان‌بچه‌ای آخر، تا چند اسیری؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۷

زحیری: دل‌پیچه، ناله

سلطان‌بچه: شاهزاده

👉 شما می‌گویید من از جنس خدا، از جنس یکتایی، از جنس بی‌نهایت ریشه‌داری هستم، بی‌نهایت ریشه‌داری یعنی عکس‌العمل و واکنش نشان ندادن به فرم این لحظه و بی‌نیاز بودن از دنیا و مردم. به‌راستی اگر شما بی‌نیاز بودید یا بی‌نیازی خداوند را تجربه می‌کردید، این همه رنجش نداشتید. مولانا می‌گوید تو نیازمند هیچ‌کس نیستی، پس از کسی چیزی نخواه.

گفت پیغمبر که جنت از اله
گر همی‌خواهی، ز گس چیزی خواه

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳

👉 ما باید دو چیز را در خودمان بازبینی کنیم و از خودمان بپرسیم:

آیا من اسیر چیزهای این جهان هستم؟
آیا من درد دارم و درد پخش می‌کنم؟

اگر این‌ها را در خودمان می‌بینیم، باید یک کاری در این لحظه انجام بدهیم و آن این است که این لحظه بگوییم چیزی که ذهنم نشان می‌دهد مهم نیست، چون مربوط به دنیاست، ولی من از جنس یکتایی و بی‌نیازی هستم. اگر این بی‌نیازی را تجربه کنیم، خواهید دید که فضا خودبه‌خود در درونمان باز می‌شود، این فضای باز شده بلافاصله به‌صورت عدم در مرکزمان تجربه می‌شود و برحسب زندگی می‌بینیم.

ما از جنس خدا، بی‌نهایت ریشه‌داری و بی‌نیازی هستیم. من‌ذهنی ما را در زمان نگه می‌دارد، در صورتی‌که ما پادشاه این لحظه هستیم.

👉 صنوع از دیدگاه مولانا:

صنوع یعنی آفرینندگی خداوند در این لحظه که یک چیز جدیدی را می‌آفریند. ما این را کاملاً درک کرده‌ایم که خداوند در این لحظه در کار جدیدی است که ذهن نمی‌تواند آن را تشخیص دهد، چون ذهن فقط با کهنگی‌ها کار می‌کند.

صنع یعنی این لحظه زندگی در ما برای وضعیت فعلی مان یک فکر جدید خلق می‌کند. ما انسان‌ها به این جهان آمده‌ایم با خاصیت صنع خدا کار کنیم، یعنی فضا را در اطراف وضعیت‌های زندگی مان بگشاییم تا خداوند از طریق ما فکر و عمل کند، نه این‌که مرتب فکرهای همانیده کهنه و پوسیده را در ذهن خود تکرار کنیم، برای خودمان و دیگران درد ایجاد کرده و جهان را هم خراب کنیم.

✍️ اگر فضای درونمان باز شده باشد، می‌خواهیم عیناً بی‌نیازی، بی‌نهایت و ابدیت خداوند که پادشاهی این لحظه ابدی است را تجربه کنیم، در این صورت دائماً صنع خداوند در زندگی ما کار می‌کند. در این حالت ما انسانی هستیم که زندگی در نظر داشته خلق کند، نه انسانی که با چندتا فکر و باور همانیده شود، براساس آن‌ها فکر کند، تفاوت‌ها را جدی بگیرد، با هم‌نوعش به صورت فردی و جمعی به ستیزه برخیزد و در نتیجه بین او و بقیه مردم دائماً بر سر درستی یا نادرستی باورها جنگ باشد. این طرح آفرینش خداوند نبوده، ما این را در من‌ذهنی درست کردیم.

✍️ درد بدتر از فکر همانیده است، دردهایی مثل: توقع، رنجش، کینه، خشم، ترس، این‌ها دردهای من‌ذهنی هستند. وقتی ما به چشم‌های بعضی از آدم‌ها نگاه می‌کنیم همه‌اش می‌خواهند دعا کنند، مثل این‌که یک فضای دردمند می‌خواهد خودش را بیان کند.

باید توجه داشته باشیم کسی که پر از درد است نمی‌تواند اتفاق این لحظه را بپذیرد، نمی‌تواند اتفاق را بی‌اثر کند تا مرکزش عدم شود. او می‌خواهد خودش با فکرهای همانیده اتفاقات را درست کند، در نتیجه با این کار درد و مسئله درست می‌کند.

✍️ من‌ذهنی پر از درد در هرکسی نشانه این است که او دنیا را جدی گرفته و آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد را مهم می‌داند، بنابراین آن چیز هر لحظه به مرکزش می‌آید. این شخص باید تسلیم شود، در پیشگاه خداوند سر فرود آورد، او باید منیتش را صفر کند تا فضای درونش باز شود و این را بدانیم تا ما من‌ذهنی را صفر نکنیم و کوچک نشویم فضای درونمان باز نمی‌شود، در نتیجه درد ایجاد می‌کنیم.

اکنون به زندگی‌مان نگاه کنیم، اگر در زندگی‌مان دردی وجود دارد، نشانه این است که تسلیم نمی‌شویم. زندگی سعی می‌کند ما را اصلاح کند ولی نمی‌تواند، چون ما اجازه نمی‌دهیم.

📌 وفا و جفا از دیدگاه مولانا:

ما قبل از ورود به این جهان از جنس خداوند بودیم، الآن هم هستیم، منتها مرکزمان عوض شده است. اگر در این لحظه فضا را باز کنیم، یعنی آن چیزی را که ذهنمان نشان می‌دهد بی‌اهمیت کنیم و فضای درونمان گشوده شود، این عمل «وفا» نام دارد یعنی ما دوباره اقرار می‌کنیم که از جنس آلت و از جنس خداوند هستیم.

اگر وفا نکنیم و اجازه دهیم یک چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد به مرکزمان بیاید، این جفاست. با هر جفایی، خداوند گوشمان را می‌پیچاند، تنبیه‌مان می‌کند تا بفهمیم یک عیب یا اشکال داریم و بعد از پذیرش این نقصان دوباره به سوی کمال برویم.

چون جفا آری، فرستد گوشمال
تا ز نقصان واژوی سوی کمال

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۸

📌 ما هر لحظه منقبض می‌شویم.

مولانا می‌گوید ای انسان، تو در زندگی روزمره یک لحظه عدم را به مرکزت نیاوردی، به جای آن دائماً جسم‌ها را می‌آوری، در نتیجه فوراً منقبض می‌شوی.

اگر مرکز انسان حتی یک بار جسم شود، او منقبض می‌شود؛ این قانون زندگی است، پس ما که یک عمر جسم‌ها را به مرکزمان آورده‌ایم، نباید تعجب کنیم که هم‌اکنون پر از درد و در حالت انقباض هستیم.

📌 طبق قانون الست ما باید بی‌نیازی، بی‌نهایت و ابدیت خداوند را در این لحظه تجربه کنیم، ولی ما

با رفتن به زمان مجازی و درست کردن من‌ذهنی و تبدیل شدن به یک جسم مجازی این قانون را اجرا نمی‌کنیم، بنابراین خداوند ما را تنبیه خواهد کرد، زیرا این تخطی از قانون است.

چگونه می‌توانیم به عهد الست وفا کنیم؟

ما می‌دانیم از جنس زندگی هستیم نه از جنس جسم، پس هرچه زودتر باید در این جهان به خداوند زنده شویم، یعنی باید دوباره مرکز ما عدم شده و اندازه ما بی‌نهایت شود، به این لحظه ابدی بیاییم و در این جا ساکن شویم، دیگر به زمان مجازی گذشته و آینده نرویم. ما بدین ترتیب به عهد الست وفا می‌کنیم و از جنس خدا می‌شویم.

مولانا دین حقیقی را به ما می‌شناساند:

دین حقیقی یعنی انسان در این لحظه به خدا زنده شود فضای درونش گشوده شده و بتواند یکتایی، بی‌نیازی و ابدیت خداوند را در این لحظه ابدی تجربه کند؛ درحالی‌که ما بت‌های آفل یعنی باورهایمان را می‌پرستیم. باورها جسم و مصنوع هستند. ما برحسب باورها دین‌داری می‌کنیم و این درست نیست.

کسانی که باورها و همانیدگی‌ها را به مرکزشان نیاورند، عدم یا خداوند را در مرکزشان بگذارند و ایمان واقعی داشته باشند، یعنی به خدا تبدیل شوند و برحسب خرد زندگی با مرکز عدم فکر و عمل کنند، آن موقع خدا هشیاری‌شان را از گناهانشان که همانیدگی‌ها هستند، آزاد خواهد کرد.

خداوند ما را ادب می‌کند.

وقتی مرکزمان را جسم می‌کنیم، خداوند گوشمان را می‌پیچاند یعنی ما را ادب می‌کند، ما منقبض شده و به درد می‌افتیم، او به وسیله قبض به ما نشان می‌دهد که اشتباه کردیم، به جای عدم جسم را در مرکزمان گذاشتیم.

حال که درک کردیم زندگی می‌خواهد به صورت فضای گشوده‌شده به مرکزمان بیاید، عقل من‌ذهنی را کنار بگذاریم و لحظه‌به‌لحظه با فضاگشایی عقل او را بگیریم و آن چیزی را که ذهنمان با من‌ذهنی نشان می‌دهد، بی‌اهمیت کنیم. اگر ما آن‌چه را که ذهن نشان می‌دهد بی‌اهمیت نکنیم و آن را جدی و مهم بگیریم، برحسب آن چیز فکر کنیم، این بی‌ادبی است، نباید این‌طور عمل کنیم. ما باید با فضاگشایی از جنس‌الست، از جنس زندگی باشیم قبل از این‌که خداوند ما را ادب کند و کار بدتر شود.

آن ادب کردن بُود یعنی: مَکُن
هیچ تحویلی از آن عهدِ کهن

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵۰

📖 زندگی دائماً با هزاران روش دنبال کمک به ماست، ولی ما نمی‌گذاریم. ما مرتب ناله می‌کنیم، می‌گوییم خداوند ما را به این روز انداخته، در صورتی‌که خداوند به هزاران طریق می‌خواهد زندگی ما را درست کند، ولی ما نمی‌پذیریم، ما چیزهایی را که ذهنمان نشان می‌دهد مهم دانسته و جذب فکرهایمان می‌شویم. با آوردن همانیدگی‌ها به مرکزمان و دیدن برحسب آن‌ها اجازه نمی‌دهیم خداوند زندگی‌مان را درست کند.

تمام بی‌مرادی‌های ما فرصت‌های فضاگشایی و رساندن کمک خدا به ما هستند، اما ما نمی‌فهمیم و در من‌ذهنی خوی‌قدردانی و سپاس‌گزاری نداریم.

به صد دستان به کارِ توست این باد
تو را خود نیست خویِ حق‌گزاری

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۶

📖 ما سپاس‌گزار نیستیم:

ما سپاس‌گزار این نیستیم که می‌توانیم مرکزمان را عدم کنیم، فکر می‌کنیم دنیایی که به وسیله ذهن

نشان داده می‌شود و برحسب آن فکر می‌کنیم علاج دردهای ماست، درحالی‌که چیزهایی که ذهنمان نشان می‌دهد زندگی ندارند.

ما به غلط فکر می‌کنیم از انباشتن چیزهایی که ذهنمان نشان می‌دهد و ما نسبت به آن‌ها حرص می‌ورزیم و شهوت داشتن آن‌ها را داریم، علاج دردهایمان را به دست می‌آوریم، در صورتی‌که این‌طور نیست.

مرکز عدم، فضاگشایی و تسلیم شفای دردهای ماست، بنابراین از ناسپاسی ما روزن دل بسته می‌شود.

ز ناسپاسی ما بسته است روزن دل
خداي گفت که انسان لِرَبِّه لَكَنُود
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۱۴

قرآن کریم، سوره عادیات (۱۰۰)، آیه ۶
«إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُودٌ.»

«همانا آدمی نسبت به پروردگارش بسیار ناسپاس است.»

هرکسی که فضای درونش در اثر فضاگشایی‌های پی‌درپی گشوده شده و فضاگشا باشد، دائماً حالش خوب است، چون چیزهای بیرونی و کم و زیاد شدن آن‌ها حالش را خراب نمی‌کند. هرچه فضای درونمان باز می‌شود، قدرت شناسایی، میزان هشیاری، تشخیص و عقلمان زیادتر می‌شود و حالمان هم همیشه خوب است، اما در من‌ذهنی ما این شادی، هشیاری و حال خوب را از چیزها می‌خواهیم.

اگر به خودمان نگاه کنیم، می‌بینیم که هر لحظه یک چیز ذهنی به مرکزمان می‌آید، برحسب آن فکر می‌کنیم، در نتیجه به سبب‌سازی ذهن می‌افتیم و از شادی بی‌سبب و زندگی این لحظه برخوردار نمی‌شویم.

ای انسان، آیا می‌دانی که صنوع خداوند هر لحظه در کاری است تا زندگی‌ات را درست کند؟! پس مرکزت را عدم کن تا خداوند دست به کار شود، مرکزت باید کارگاه او شود، برای این‌که مرکزت کارگاه خداوند شود، تو هم باید آگاهانه کاری انجام دهی.

مولانا می‌گوید باید دنیا و هرچیزی را که ذهنت نشان می‌دهد جدی نگیری. تو نباید در برابر چیزی مقاومت کنی. باید به صورت حضور ناظر باشی تا صنع و صانع یعنی قدرت آفرینش و آفریننده را با هم ببینی، به عبارتی در این لحظه، هم خود خدا را ببینی و هم آفرینش او را در خودت مشاهده کنی.

پس در آ در کارگه، یعنی عدم
تا ببینی صنوع و صانع را به هم
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۶۲

وقتی انسان من‌ذهنی درست می‌کند، مشغول سبب‌سازی در ذهن می‌شود و سبب‌سازی در ذهن یعنی آوردن اجسام به مرکز. هر موقع مرکز ما جسم می‌شود دچار انقباض می‌شویم. از نظر زندگی حتی یک بار جسم شدن مرکز مؤاخذه دارد. ما باید حداکثر تا ده‌سالگی جدایی را یاد بگیریم. بعد از آن باید از ذهنمان متولد شویم، مانند زایمان که ما بیشتر از نه ماه نمی‌توانیم در شکم مادرمان بمانیم، در شکم ذهنمان هم شاید بیشتر از نه سال، ده سال نباید بمانیم و بعد از آن وقتی مرکز ما جسم می‌شود، زندگی ما را مؤاخذه می‌کند.

اگر با چیزهای این‌جهانی همانیده هستی و آن‌ها در شما حرص و شهوت ایجاد می‌کنند، توجه شما را می‌دزدند و دائماً حول محور بعضی از آن‌ها می‌گردید، در این صورت شما نقص دارید. هرکسی نقص خودش را بفهمد، در رفع آن کوشش می‌کند تا به کمال برسد. شناسایی مرض همانیدگی و اقرار به این‌که ادامه دادن به همانیدگی‌ها سبب ایجاد درد می‌شود و همچنین قبول این واقعیت که همه دردهایم را خودم درست کرده‌ام، اعتراف بزرگی است، آن‌گاه شخص زیر بار مسئولیت می‌رود و می‌گوید بعد از این نمی‌خواهم درد درست کنم. دیگر نمی‌خواهم مرکزم جسم شود و اگر شد، از زندگی عذر می‌خواهم و فضا را باز می‌کنم. عذرخواهی از زندگی یعنی باز کردن فضا و آوردن زندگی به مرکز.

هرکه نقص خویش را دید و شناخت
اندر استکمال خود، دواسبه تاخت
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲

هرکسی که به یکتایی و بی‌نهایت خداوند زنده می‌شود، به مردم کاری ندارد. هرکسی باید تبدیل شدن به بی‌نیازی و بی‌نهایت خداوند و آگاهی از این لحظه ابدی، بی‌زوالی و جاودانگی را به تنهایی انجام دهد. کسی که می‌خواهد بقیه مردم را با خودش ببرد، شهوت یاد دادن دارد. مولانا می‌گوید این یاد دادن که من ذهنی با پندار کمالش دارد، شهوت است، اگر می‌گویید عجب چیز خوبی است، باید این را به مردم یاد بدهم، دارید شهوت‌رانی می‌کنید.

ای عاشق تنها که برای این منظور خلق شدی که به صورت انسان به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شوی، تو در بین تمام عاشقان کائنات انتخاب شده هستی. هر آفریده‌ای به نوعی عاشق است، ولی این عشق در انسان، چیز دیگری است؛ زیرا انسان به خود زندگی زنده می‌شود. مولانا می‌گوید ای عاشق تنها از آفریده، از چیزی که ذهنت نشان می‌دهد بگذر و به صنع و آفریدن در این لحظه بنگر. برای این کار باید مرکزت عدم و فضاگشا باشی و به بی‌نیازی خداوند دست بزنی. شما از خودتان بپرسید آیا من به چیزی که ذهنم نشان می‌دهد، نیازمند هستم؟ آیا اکنون زمان پریدن من از روی همانیدگی‌ها نرسیده؟ آیا این موضوع را می‌دانم که در کائنات بر همه موجودات گزیده و انتخاب شده هستم؟ آیا متوجه شده‌ام که تا حالا در سبب‌سازی ذهن بوده و این همه غم درست کرده‌ام؟ پس اکنون باید این نواقص را رفع کنی و به آفریدن مشغول شوی.

ای عاشق جَریده، بر عاشقان گزیده

بگذر ز آفریده، بنگر در آفریدن

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۹

جَریده: یگانه، تنها

«هر لحظه» و «هر ساعت»، یعنی این لحظه و تمام دوران زندگی، خداوند یک شیوه نو دارد که ما با ذهن نمی‌توانیم حدس بزنی. این لحظه شیرین‌تر از لحظه قبل است، چرا؟ برای این که ما مدام فضاگشا هستیم. خودمان شیرین‌تر می‌شویم، بی‌نیازتر می‌شویم، عمقمان هم بیشتر می‌شود.

زندگی این لحظه و هر لحظه در حال صنع و کار جدیدی است و یک شیوه نو دارد. ذهن فقط چیزهایی را که حفظ کرده و یاد گرفته می‌داند. ما در ذهنمان فقط الگوهای شرطی شده را بلد هستیم. صنع و آفریدن یعنی ما در این لحظه به فکر لحظه قبل متکی نیستیم. کار ما با صنع و آفریدن درست خواهد شد، نه با سبب‌سازی ذهن.

هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرد
شیرین‌تر و نادرتر زآن شیوه پیشینش

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۲۷

👉 در ما دو جور کشت هست، یکی روز آلت که خداوند کاشته‌است. چه چیزی را کاشته؟ خودش را. دومی همانیدگی‌هاست که کاشت ماست و براساس چیزهای آفل است، پس پوسیده می‌شود. آن‌چه که مانع رشد و آفرینندگی ما می‌شود، کشت‌های ثانویه ماست. اما آن کشت اولیه که خود خداوند کاشته، خود زندگی جاودانه، بی‌نهایت و بی‌نیاز، آن خودش در ما زنده هست، فقط این همانیدگی‌ها که کشت دوم است، رویش را گرفته‌است. شما آرام‌آرام به این فکر می‌افتید که من دیگر با چیزی یا کسی همانیده نشوم و بگذارم همانیدگی‌های قبلی که خودشان می‌پوسند، بی‌پوسند.

کشت ثانویه براساس چیزهای گذرا، فانی و پوسیده است. کشت اول کامل است، نیازی نیست ما چیزی به آن اضافه کنیم. نگویید من با ذهنم به آن کشت اول که خداوند است، باید یک چیزی اضافه کنم، خداوند خودش رشد نمی‌کند من باید کوشش کنم، نه نمی‌خواهد کوشش کنی، آن کامل و بگزیده است، اما این چیزی که تو می‌کاری، کمک‌هایی که با من‌ذهنی‌ات می‌کنی، بی‌اثر و فاسد و پوسیده هستند.

هرموقع شما فضاگشایی می‌کنید چشمتان به کشت اول است، یعنی در هر انسانی زندگی را می‌بینید، نه همانیدگی‌هایش را.

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

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

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۸-۱۰۵۹

📖 می‌دانید زخم و دردهای روحی مثل رنجش را چه چیزی شفا می‌دهد؟ رنجش شما چگونه می‌افتد؟ وقتی فضا را باز می‌کنید، نیروی زندگی به کار می‌افتد، آرام‌آرام رنجش‌ها را می‌بینید، می‌فهمید که انباشتن رنجش‌ها چقدر بی‌بهره و بی‌حاصل بوده، رنجیدن من به این دلیل بوده که توقع داشتم و به خاطر توقع خودم رنجیدم. اکنون یاد گرفته‌ام که از هیچ‌کس هیچ توقعی نداشته باشم. چه کسی این شناسایی‌ها را می‌کند؟ فرّ ایزدی، برکت ایزدی، دانش ایزدی.

📖 اگر شما در این لحظه به درد افتادید، باید خم شوید، تسلیم شوید، هشیار باشید که چیزی را به مرکزتان نیاورید. چه موقع به مرکزتان نمی‌آید؟ وقتی مقاومت نمی‌کنید و می‌پذیرید. پذیرش اتفاق این لحظه، یعنی اتفاق این لحظه برای من مهم نیست، خرد زندگی مهم است.

📖 خداوند با هزار ترفند می‌خواهد خودش را در ما بالا بیاورد و دائماً دنبال راه می‌گردد تا به ما بفهماند که من می‌خواهم به شما کمک کنم، می‌خواهم کارتان را درست کنم، هم فرداً و هم جمعاً، ولی ما پیغام را نمی‌گیریم و زندگی را در همانیدگی‌ها جست‌وجو می‌کنیم و برحسب آن‌ها می‌خواهیم شکوفا شویم، می‌خواهیم خودمان را به جامعه ارائه کنیم، بگوییم من را ببینید، در مقایسه دیده شویم که از همه بالاتریم، احترام جلب کنیم، ناموس داشته باشیم، مردم به ما بگویند تو می‌دانی، تو از ما بهتری. همه این‌ها غلط است، نباید این کارها را بکنیم.

✍ ما از آن جا که دائماً در ذهن هستیم و با سبب‌سازی ذهن می‌خواهیم از آن بیرون بپریم، موفق نمی‌شویم.

شما فضا را باز کنید، خودتان را رها کنید، ارزیابی نکنید که آیا بهتر شده‌ام؟ بهتر شدن را با ذهنتان نمی‌توانید بفهمید. چه‌بسا پیشرفت معنوی زیادی کرده‌اید و ذهنتان نشان نمی‌دهد، چون نمی‌تواند نشان بدهد.

مولانا با وضعیت فعلی ما کاری ندارد، می‌گوید درمان تو این است که روی خودت کار کنی. تو فعلاً من ذهنی داری، همانندگی داری، زندگی را از دنیا و همانندگی‌هایت می‌خواهی. اگر همانندگی به مرکزت بیاید، مرکز عدمت را می‌پوشاند، از صنع و آفریدگاری خداوند غافل خواهی شد، پس آن خاصیت و جنس اولیئات را به کار بینداز. کی جنس اولیئه ما کار می‌کند؟ وقتی به او توجه می‌کنیم. بنابراین بررسی کنیم که الآن چشم ما به مرکز عدم است یا به سبب‌سازی ذهن؟ احتمالاً به سبب‌سازی ذهن است.

✍ ما به‌عنوان انسان تحمل دردهای همانندگی را نداریم، چون بدن ما را خراب می‌کند، فکر ما را خراب می‌کند، گرفتارمان می‌کند؛ مثل این‌که به پای ما یک وزنه بزرگی بسته‌اند که نمی‌توانیم حرکت کنیم.

در من ذهنی هرچیزی به ما برمی‌خورد. حس می‌کنیم که دانشمند هستیم، از همه جدا می‌افتیم، اصلاً رغبت نمی‌کنیم با مردم حرف بزنیم، چون تصور می‌کنیم آن‌ها در سطح ما نیستند. تمام این‌ها ممکن است توهم باشد. ما باید از این توهم فرار کنیم.

✍ این‌که ما برای دیگران نقشه می‌کشیم و تکلیف تعیین می‌کنیم، آن‌ها را راهنمایی و نصیحت می‌کنیم، می‌گوییم از من بپرسید من می‌دانم، این‌ها سبب می‌شود که منقبض شویم، زندگی نداشته باشیم. آن‌هایی که می‌گویند من می‌دانم از من بپرسید، خودشان زندگی ندارند! اگر خوب دقت کنید، می‌بینید گرفتار هستند.

ما نیز در این برنامه به شما روش زندگی نشان نمی‌دهیم، بلکه می‌گوییم یک انسان بزرگی این مطالب را گفته، شما بخوانید ببینید از آن چه می‌فهمید؟ این راه درست است. همه ما از یک بزرگی یاد می‌گیریم و به‌تنهایی روی خودمان اعمال می‌کنیم.

✍ اگر من بدون حضور خداوند، بدون مرکز عدم و فضاگشایی، درحالی که منقبض باشم، اندیشه کنم؛ این سبب‌سازی ذهن است و باعث می‌شود از فکر یک چیز همانیده به فکر چیز همانیده دیگر بپریم، یعنی اگر زیاد برحسب چیزها بیندیشم، در بیرون آثار درد و تخریبش را می‌بینم و ممکن است زندگی درون و بیرون من خراب بشود که شده است!

همه ما تا قبل از آشنایی با آموزه‌های مولانا اندیشه بدون حضور خداوند داشته‌ایم و با خوشی‌های من‌ذهنی که دنبال تأیید، توجه و دیده شدن بوده فکر می‌کردیم، در نتیجه زندگی‌مان را با دست خودمان خراب کرده‌ایم.

اندیشه عیش بی‌حضورش
ترسم که بدو رسد، نخواهم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۸

✍ من‌ذهنی همیشه می‌خواهد و به خواستن زنده است. همانش با چیزهای آفل، جدایی و خواستن، از خصوصیات من‌ذهنی هستند. شما از این سه خاصیت پرهیز کنید. ابیات مولانا موتور خواستن من‌ذهنی را کند و بالاخره متوقفش می‌کند. شما بگویید من فضا را باز می‌کنم و از این مرکز همانیده چیزی نمی‌خواهم، تا بالاخره خود زندگی مرا تبدیل کند و هیچ‌چیز در مرکز نماند.

✍ وقتی چیزی به شما برمی‌خورد، این یک پیغامی از طرف زندگی است که تو ناموس داری، این ناموس را باید صفر کنی، فضا را باز کنی. ناموس یعنی ما «می‌دانیم» و اگر غیر از این باشد به ما برمی‌خورد و بسیار مخرب است، هم برای فرد ما، هم اگر مقامی داشته باشیم، برای همه جهان یا مردمی که ما حاکمش هستیم.

کرده حق ناموس را صد من حدید

ای بسی بسته به بند ناپدید

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰

هرکسی در افسانه من‌ذهنی زندگی کند حتماً پندار کمال دارد، با این‌که در درد است، خودش را دانشمند می‌داند و ناموسش اجازه نمی‌دهد قبول کند که تقصیر خودش است، شما دیگر می‌دانید که ما خودمان این جهنم افسانه من‌ذهنی را به‌وجود آورده‌ایم.

اما یک راه‌علاجی هست که همان عذرخواهی واقعی است، این‌که آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، یعنی دنیا را مهم ندانیم و خدا را مهم‌تر بدانیم، با این کار عملاً او را به مرکزمان می‌آوریم. همان موقع که مرکزمان عدم می‌شود متوجه می‌شویم که یکتا و بی‌نیاز از آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد، هستیم، اگر این بی‌نیازی را حس نمی‌کردیم، اصلاً عدم به مرکزمان نمی‌آمد.

بلافاصله متوجه می‌شویم که تبدیل ما به صبر احتیاج دارد و به‌وسیله قضا و کُن‌فکان و خرد زندگی صورت می‌گیرد. باید صبر و شکر داشته باشیم که بتوانیم دوباره مرکزمان را عدم کنیم. خاصیت اصلی این عدم در مرکز ما پرهیز از همانیدگی بیشتر است و عذرخواهی از همانیدگی‌های قبلی؛ اگر این کار را ادامه بدهیم، متوجه می‌شویم که این لحظه را با پذیرش شروع می‌کنیم و یواش‌یواش شادی بی‌سبب از اعماق وجود ما می‌جوشد بالا می‌آید، و دوباره ما به صنع و آفرینندگی دست می‌زنیم.

شما بگویید خداوند بی‌نیاز است، من هم بی‌نیاز هستم.

اگر من‌ذهنی‌تان مزاحم شد گفت که فلان چیز چه؟ بگویید فلان چیز را که به‌نظر شما خیلی چیز مهمی است، حالا هرچه هست، من آن را نیاز دارم، ولی می‌خواهم این نیازم را زیر اداره خرد زندگی بگذارم. بله آن را می‌خواهم، ولی می‌خواهم اندازه‌اش را زندگی بسنجد.

ممکن است من‌ذهنی بگوید اگر زندگی نیاز شما را بسنجد، ممکن است کم برسد، مردم را نگاه کن این‌همه می‌خورند، تو محروم می‌شوی، و می‌رود به مقایسه، ولی شما خودتان را مقایسه نکنید. تمرکزتان را روی خودتان نگه دارید. ما تنها به او زنده می‌شویم و به دیگران کاری نداریم. اگر ما به یکتای بی‌نیاز زنده نشویم، نمی‌توانیم زندگی کنیم.

نگذارید من‌ذهنی شما را متقاعد کند که ما بسیار نیازمندیم، حتی گدا هستیم. شما نگاه کنید چقدر ما گدای تأیید، مقام این دنیا و گدای به‌دست آوردن بعضی چیزها هستیم که برای رسیدن به آن‌ها

واقعاً حیثیت اصلی مان را زیر پا می‌گذاریم و له می‌کنیم، درحالی‌که وقتی آن چیزها به مرکز ما می‌آیند، ما را می‌سوزانند.

🔥 درست است که ما انسان‌ها از نظر ظاهر، فکر و من‌ذهنی با هم متفاوت هستیم، اما همه ما نماد یک بی‌نهایت بی‌نیاز هستیم که در این لحظه ساکن است.

اکنون که ما به خداوند زنده شدیم، صلاح است بینش من‌ذهنی را که براساس جدایی است، از دست بدهیم و همه را به صورت یکتایی ببینیم. این نشان می‌دهد که ما وقتی به انسان‌های دیگر نگاه می‌کنیم، باید آن‌ها را از جنس خودمان ببینیم، درواقع خودمان را در دیگران ببینیم.

🔥 ما باید به «احد صمد» یعنی یکتای بی‌نهایت بی‌نیاز که خاصیت خداوند است زنده شویم و آن را واقعاً، عملاً و عیناً تجربه کنیم، نه فقط ذهناً معتقد شویم و به صورت کلمات و جملات دربیاوریم. «احد صمد» باورمندی نیست، بلکه زنده شدن به بی‌نهایت خداوند است.

🔥 وفا چیست؟

وفا این است که ما در هیچ لحظه‌ای شکایت نکنیم.
وفا کردن یعنی از جنس خدا شدن.

همین‌که از جنس او شویم و مرکز ما عدم شود، امکان این را به وجود می‌آوریم که زندگی یا خداوند به ما کمک کند.

🔥 یاری خداوند در فضای گشوده‌شده برای هر انسانی کافی است، منتها ما این دانش و این تشخیص را در من‌ذهنی نداریم، اما اکنون با ابیات مولانا یاد می‌گیریم که واقعاً این فضای گشوده‌شده با مرکز عدم برای ما کافی است و لزومی ندارد به ذهن برویم و بگوییم این برای من و دیگران مجاز است و این مجاز نیست.

همچنین چراغ‌های مربوط به دیگران را که براساس «می‌دانم» توهمی بنا شده خاموش می‌کنیم.

👉 از خودمان بپرسیم آیا در این مسیر معنوی راه من درست است؟ اگر راهم درست است و کوشش می‌کنم پس چرا مزد نمی‌گیرم؟!

یک عده‌ای می‌گویند ما قانون جبران را رعایت می‌کنیم، برنامه را گوش می‌کنیم و کار هم می‌کنیم، اما پیشرفت نمی‌کنیم! باید بدانیم حتماً راهمان درست نیست که مزد نمی‌گیریم، با من ذهنی‌مان کار می‌کنیم و الگوهای ذهنی «می‌دانم» و «مجاز است و مجاز نیست» در مرکزمان هست، همه این‌ها را باید دور بیندازیم، تمرکزمان را از روی دیگران برداریم؛ بگوییم قطعاً خداوند برای راهنمایی بندگانش کافی است، بنابراین به ما ربطی ندارد که به دیگران بگوییم چگونه زندگی کنند و تمرکز را فقط روی خودمان نگه می‌داریم.

👉 خداوند حتی یک دفعه فضاگشایی یا فضابندی را می‌بیند؛ انقباض، انبساط و یا کوچک‌ترین حرکت شما را به حساب می‌آورد.

وقتی شما یک چیز ذهنی را به مرکزتان می‌آورید و برحسب آن فکر می‌کنید و به سبب‌سازی می‌افتید، این را به حساب می‌آورد و زندگی‌تان خراب می‌شود، این قانون زندگی است.

اگر مرکزتان جسم شود، آسیب می‌بینید، تخریب می‌کنید، بد فکر می‌کنید و در نهایت تصمیماتتان به نتیجه نمی‌رسد.

👉 اگر شما نگذارید آن چیزی که ذهنتان مهم نشان می‌دهد به مرکزتان بیاید و مرکزتان عدم شود، در این صورت در زندگی شما گشایش به‌وجود می‌آید. تنتان سالم‌تر می‌شود، کارتان راه می‌افتد، مسئله‌تان حل می‌شود.

👉 ما هر روز روی خودمان کار نمی‌کنیم، بنابراین در کار معنوی مزد نمی‌گیریم و هر لحظه در حال فضاگشایی نیستیم، بلکه گه‌گاهی فضاگشایی می‌کنیم.

اگر فقط گاهی وقت‌ها فضاگشایی کنیم و بیشتر مواقع مرکزمان جسم باشد، مزد نخواهیم گرفت.

زان مزد کار می‌نرسد مر تو را که تو
پیوسته نیستی تو درین کار، گه‌گهی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۸۱

📌 آیا کسی که کاری انجام نداده دستمزدی دارد؟ مسلماً ندارد، این همان قانون جبران است.

«وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى.»

«و این که برای مردم پاداشی جز آن چه خود کرده‌اند نیست.»

قرآن کریم، سوره نجم (۵۳)، آیه ۳۹

📌 رضا:

رضا یعنی شما در این لحظه با من ذهنی، نسبت به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد اظهار نارضایتی نکرده، ناله و شکایت نمی‌کنید، بلکه هرچور هست با فضاگشایی به صنع خداوند دست می‌زنید، البته با من ذهنی نمی‌توانید راضی باشید. رضا پریدن از من ذهنی به مرکز عدم است. ابیات مولانا را باید آن قدر بخوانید تا به وسیله شما درک و باز شوند تا بتوانید در خودتان تجربه کنید که آیا رهبر من در این لحظه رضا با مرکز عدم است؟ یا نارضایتی و شکایت و ناله من ذهنی است؟ اگر ناله من ذهنی است، پس من در ذهن هستم. ولی اگر رضاست، پس مرکز من واقعاً عدم است و فضا را گشوده‌ام.

📌 نیازهای مصنوعی و مجازی:

اگر درست دقت کنیم، ناراحتی ما به خاطر چیزهایی است که اصلاً به آنها احتیاج نداریم. این نیازها مصنوعی و مجازی هستند که خودشان را به صورت نیاز به ما عرضه می‌کنند؛ درواقع این من ذهنی ماست که به این چیزها نیاز دارد، مثل نیاز به ایرادگیری، انتقاد، عیب‌جویی، نیاز به این که به مردم

ضرر برسد، موفق نشوند، حقیر شوند، آسیب ببینند، خوشبخت نشوند، نیاز به حسادت، مقایسه، نیاز به گدایی و انباشتن چیزها که اگر این‌ها را انباشته کنم، زندگی‌ام زیادت‌ر می‌شود. نیاز به زیادت‌ر کردن زندگی به صورت مصنوعی، نیاز به پندار کمال یا من‌ذهنی بزرگ همه‌چیزدان که خودمان آن را درست می‌کنیم.

نیاز به ناموس، حیثیت بدلی، نیاز به این‌که چیزی به ما بربخورد واکنش نشان بدهیم، نیاز به ایجاد ترس، رعب، نیاز به ایجاد همه دردها. نیاز به این‌که از کنار یکی رد می‌شویم حتماً من‌ذهنی‌اش را بالا بیاوریم، او را خشمگین کنیم. نیاز به انتقام‌جویی، به این‌که انسان‌ها را جسم ببینیم و زندگی نبینیم؛ این‌ها همه نیازهای مصنوعی هستند.

👉 مولانا می‌گوید خداوند از مُرده من‌ذهنی، زنده را بیرون می‌کند.

ما باید دانسته فضا را باز کنیم نسبت به من‌ذهنی بمیریم. از طرف دیگر خداوند از زنده، مُرده بیرون می‌کند، یعنی ما امتداد و خود او هستیم، من‌ذهنی را که مُرده هست مرتب از ما بیرون می‌کند، در نتیجه من‌ذهنی به دنبال خودکشی و آسیب زدن به خود است.

چون ز مُرده زنده بیرون می‌کشد
هرکه مُرده گشت، او دارد رَشَد

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند
نفس زنده سوی مرگی می‌تَنَد

مُرده شو تا مُخْرِجُ الْحَيِّ الصَّمَد
زنده‌ای زین مُرده بیرون آورَد

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۹-۵۵۱

رَشَد: به راه راست رفتن

می‌تَنَد: می‌گراید

مُخْرِجُ الْحَيِّ: بیرون‌آورنده زنده

این ابیات بسیار مهم هستند، چرا؟ برای این که شما می‌دانید من ذهنی لحظه به لحظه برای این که مرکزش جسم است به خودش و دیگران آسیب می‌زند، در نتیجه زندگی‌اش درست نمی‌شود. مثل این است که یک نفر به تدریج در حال خودکشی باشد. مولانا می‌گوید کسی که می‌رود در ذهن، روز به روز، به تدریج خودش را می‌گذد.

«مُخْرِجُ الْحَيِّ الصَّمَدِ» یعنی خارج‌کننده زنده بی‌نیاز. همین که ما به آن احتیاج داریم و دنبالش هستیم، بنابراین ما باید با آگاهی و دانسته فضا را باز کنیم، نسبت به من ذهنی بمیریم تا خارج‌کننده زندگی بی‌نیاز که خود خداوند است، چیزی شبیه خودش را از مردگی ما یعنی از من ذهنی ما بیرون بیاورد.

👉 در مسیر معنوی و زنده شدن به خدا ترازو وجود دارد، اگر شما روز به روز ترازوی فضاگشایی و حضور را زیادتر کرده و ترازوی هشیاری جسمی را کم می‌کنید، زندگی شما بهتر می‌شود، اما اگر برعکس عمل کنید، ترازوی من ذهنی و حس وجود در ذهن را بزرگ‌تر کنید و هشیاری خدایی یا عدم کردن مرکز را کمتر کنید، زندگی‌تان خراب‌تر می‌شود.

از ترازو کم کنی، من کم کنم
تا تو با من روشنی، من روشنم

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰

👉 خداوند همیشه در این لحظه یک وضعیتی را برای ما به وجود می‌آورد و می‌گوید به این وضعیت دست نزن، مرکز را عدم کن و من را در مرکزت بگذار، ولی ما غفلت کرده، آن را به مرکزمان می‌آوریم. لحظه بعد هم همین است؛ یک وضعیت را نشان می‌دهد می‌گوید با این وضعیت کاری نداشته باش، آن را به مرکزت نیاور، چون می‌خواهم به اندازه این اتفاق زندگی‌ات را آزاد کنم، اما ما با من ذهنی عمل می‌کنیم و اتفاق را به مرکزمان می‌آوریم، در نتیجه هشیاری‌مان آزاد نمی‌شود.

این که ما از نظر مادی در رفاه باشیم، معنی‌اش این نیست که واقعاً زندگی‌مان خوب است. الآن به این نتیجه می‌رسیم که انباشته کردن همانیدگی‌ها در مرکزمان و دیدن برحسب آن‌ها ممکن است ما را از نظر مادی یک مقدار مرفه کند، ولی به زندگی نمی‌رساند.

این که فضا گشوده نشده باشد و من به خداوند تبدیل نشده باشم و روی خوش او را نبینم، پس یعنی در من ذهنی زندگی می‌کنم که این مرگ است.

عشق یعنی با فضاگشایی با خداوند یکی شدن. عشق یعنی ما جنس اصلی و اولیۀمان را تجربه می‌کنیم.

هر لحظه‌ای که شما حس کردید که به آن چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد واقعاً نیازمند نیستید، دارید عشق را تجربه می‌کنید.

خداوند، قبل از این که بمیرم، مرا از علم و عمل من ذهنی که با سبب‌سازی ایجاد می‌شود رها کن. مخصوصاً علم کتابی که به صحبت درمی‌آید، من از کتاب‌ها می‌خوانم و با آن‌ها همانیده می‌شوم که فقط به صورت ذهنی است و در دهان‌ها می‌آید.

یا رب، مرا پیش از اجل فارغ کن از علم و عمل
خاصه ز علم منطقی در جمله افواه آمده

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۷۹

«وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ.»

«و نه هیچ‌کس همتای اوست.»

قرآن کریم، سوره اخلاص (۱۱۲)، آیه ۴

نمی‌دانم ما تا حالا این آیه را درست معنی کرده‌ایم یا نه، ولی بشریت درست معنی نکرده. عبارت «هیچ‌کس همتای او نیست» که مردم در نمازشان می‌خوانند، آیا آن موقع مرکزشان جسم نیست؟

شما وقتی نماز می‌خوانید مرکزتان جسم نیست؟

در این جهان چیزی حق دارد به مرکز شما بیاید یا فقط اوست؟

اگر هیچ‌کس همتای او نیست، چطور شما حتی موقع عبادت برحسب چیزها فکر می‌کنید؟! باید برحسب او زندگی کنید.

👉 یک نفر مست چیزهایی که در مرکزش هست می‌شود و برحسب آن‌ها می‌بیند و در نتیجه خرابکاری و جنایت می‌کند. آخرسر زندگی‌اش در چهل‌سالگی، پنجاه‌سالگی خراب شده، ولی می‌گوید من معذورم، من نمی‌دانستم، مست بودم، مست غرور جوانی بودم.

ولی به او می‌گویند که ای زشتکار، اختیار این‌که هر لحظه مرکزت را عدم کنی یا جسم کنی، با تو بود. این‌که این اختیار را از دست دادی و این چیزها مرتب به مرکزت آمدند، مقصرش خودت بودی که از شراب بیرون خوردی.

همچو مستی، کاو جنایت‌ها کند
گوید او: معذور بودم من ز خود

گویدش لیکن سبب ای زشتکار
از تو بُد در رفتن آن اختیار

بیخودی نآمد به خود، توش خواندی
اختیارت خود نشد، توش راندی

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵-۴۱۰۷

✍️ تعظیم خداوند همان رعایت ادب است که در این لحظه می‌گوییم عقل من ذهنی من بسیار کوچک است، ولی عقل خداوند که همه کائنات را اداره می‌کند بسیار مقتدر و توانا است. باید آگاه باشیم که منظور از آمدن ما به این جهان این است که آن خردی که همه جهان و کائنات را اداره می‌کند، من را هم اداره می‌کند، بنابراین در این لحظه آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد را به مرکزمان نمی‌آوریم، بلکه فضا را باز و از طریق فضای گشوده‌شده و مرکز عدم، خرد زندگی را به فکر و عملمان می‌ریزیم، اگر این کار را نکنیم، به خداوند زنده نمی‌شویم.

✍️ وقتی ما با من ذهنی از یک فکر به فکر دیگر می‌پریم، یقین نداریم، بنابراین دین و ایمان هم نداریم. هرکسی یقین ندارد، مرکزش جسم است، به این ترتیب ایمان ندارد. یقین پیدا کردن برای ما موقعی پیش می‌آید که فضا را باز و مرکز را عدم کنیم و عیناً به خداوند زنده شویم. هر موقع حس بی‌نیازی نسبت به جهان کردیم، حتماً به این که از جنس زندگی و شادی هستیم، یقین پیدا می‌کنیم، شادی از ما می‌جوشد و دیگر نیازی نیست چیزی از بیرون به ما شادی بدهد.

✍️ یک نکته بسیار مهم این است که ما در این لحظه قدرت انتخاب داریم، اگر درد انباشته کرده‌ایم، اگر مرکزمان را عدم نکرده‌ایم، مسئولیتش با ما بوده، ما اشتباه کرده‌ایم و قبول این اشتباه ما را به کارگاه خداوند تبدیل می‌کند، یعنی داریم نقص خودمان را می‌شناسیم که ما مسئولیت قبول نکردیم، پس ما در عدم کردن مرکز مختار هستیم؛ نباید این اختیار را از دست بدهیم و بگوییم که کار خداست و خداوند هر بلایی بخواهد سر آدم می‌آورد! چنین چیزی نیست.

✍️ همه عالم، همه انسان‌ها به این علت راه را گم کرده‌اند که از مرکز عدم و فضاگشایی می‌ترسند، درحالی‌که تنها راه و پناه ما همین مرکز عدم است.

جمله عالم زین غلط کردند راه

کز عدم ترسند و، آن آمد پناه

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۲

📌 لحظه به لحظه شما از خودتان بپرسید این چیزی که الآن اصرار دارد به مرکز من بیاید و من زیر تلقین هستم که به این احتیاج دارم و اگر نباشد نمی‌توانم زندگی کنم، به من چه می‌دهد؟ چرا به آن نیاز دارم؟ چرا نتوانم بدون آن زندگی کنم؟

توجه کنید شاید بیشتر از نود درصد چیزهایی که ما الآن برایشان ناراحت هستیم، اصلاً به آن‌ها احتیاج نداریم! و اگر آن‌ها را نداشته باشیم برایمان بهتر است، ولی ما داریم غصه می‌خوریم که این‌ها را نداریم، یا کم داریم! هرکسی باید به خودش بگوید، آخر این به چه درد من می‌خورد؟! حالا این زیاد شود، چه اتفاقی می‌افتد!

📌 ابراز بی‌نیازی از خداوند از سبب‌سازی ذهن می‌آید، شما می‌گویید من می‌توانم مشکلاتم را با این من‌ذهنی و فکرهایش حل کنم و احتیاجی به عدم کردن مرکز و کمک خداوند ندارم! این کار را نکنید. مهم‌ترین چیز این است که نشانه‌هایی که زندگی برای شما می‌فرستد را ببینید، خداوند نشانه می‌فرستد که تو به من نیاز داری، الآن مرکزت را عدم کن، و هر لحظه این کار را انجام بده، ولی ما این نشانه‌ها را نمی‌گیریم، چون جذب ذهن شده و در ذهن گردن‌کش و دردمند هستیم و باز هم به صورت ناله و شکایت و درد بالا می‌آییم، اگر با مرکز عدم نگاه می‌کردیم می‌فهمیدیم چطور داریم به وسیله خداوند خوار می‌شویم؛ هرچه خوارتر می‌شویم، بیشتر ناله می‌کنیم.

اگر خوار و پست و بی‌مراد شدید، نباید به درد بیفتید و اعتراض کنید، بلکه باید نیازمندی‌تان را به مرکز عدم و زندگی اعتراف کنید و بگویید من واقعاً اشتباه کردم، از حالا به بعد فضا را باز و مرکز را عدم می‌کنم.

📌 وقتی می‌خواهیم به احد بی‌نیاز زنده شویم، نباید وسط راه بگوییم به اندازه کافی زنده شده‌ام یا کی زنده می‌شوم؟ چقدر زنده شده‌ام؟

دارید زنده می‌شوید. تا کی؟ تا الی‌الابد! شما اصلاً سؤال نکنید چقدر زنده شدم؟ شما باید فضا را باز کنید، لحظه به لحظه مواظب باشید چیزی به مرکزتان نیاید و بگویید این راه بی‌نهایت است و صدر من راه است، همیشه این راه را می‌روم و ادامه می‌دهم.

بیشتر مردم در این جا به تله می‌افتند. می‌گویند چرا زنده نمی‌شویم؟ ارزیابی و قضاوت مال ذهن است.

شما همین‌طور پیش بروید، تنها حواستان به خودتان باشد، به دیگران کاری نداشته باشید، فقط مواظب باشید آن چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد به مرکزتان نیاید، همین.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

صدر را بگذار، صدرِ توست راه

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

📌 شما توجه کنید چگونه من ذهنی دستاوردهای معنوی شما را غصب کرده، براساس آن‌ها من درست می‌کند. هرکسی می‌گوید که چرا حالم خراب شد؟ چرا دیروز عصبانی شدم؟ به من نمی‌آید، چرا این بلا سر من آمد؟

بلا سرت آمد برای این‌که من داری، برای این‌که خودت را خیلی زیبا می‌دانی.

ایجاد درد نباید شما را به پندار کمال بکشاند، و بگویید من دیگر کامل شده بودم، این اتفاق چه بود که برای من پیش آمد؟ چرا من دیروز یک جا این قدر خشمگین شدم؟

یک کسی یک چیزی گفته، به شما برخورده، زندگی دارد نشان می‌دهد که هنوز ناموس دارید، همانیدگی دارید، درحالی‌که می‌گفتیم ما حیثیت بدلی نداریم و دیگر به خداوند زنده شده‌ایم.

خیلی‌ها فکر می‌کنند باید حالشان همیشه خوب باشد، پس زندگی آن همانیدگی‌ها و دردهای قدیمی و قسمت‌های ناخالص شما را چطوری نشان بدهد؟ باید آن‌ها را بالا بیاورد تا شما ببینید؛ وقتی بالا

آورد تعجب نکنید، نگویید ده سال است دارم روی خودم کار می‌کنم، پس چه شد؟

درواقع زندگی آرام‌آرام انبوه دردهای انباشته‌شده را به ما نشان می‌دهد. اگر نشان ندهد، چگونه دردها را شناسایی کنیم و بیندازیم؟ بنابراین باید برای این کمک زندگی که دردها و همانیدگی‌هایمان را نشان

می‌دهد، خوشحال و شکرگزار باشیم.

📌 بعضی‌ها می‌گویند از من بهتر دیگر خانم یا آقا پیدا نمی‌شود همه‌چیز دارم دیگر، از من بالاتر کسی نمی‌شود. یک دفعه می‌بینید یکی به او خیانت کرده. چنین چیزی چطور ممکن است؟ زندگی دارد به

شما نشان می‌دهد که شما «من» داری. این پدیده‌ها پیش می‌آید که ما بفهمیم ما «من» داریم. شما ناراحت نشوید، خوشحال شوید، خدا را شکر کنید و بگویید من فهمیدم که براساس زیبایی‌ام، هیکلم،

پولم، دانشم «من» ساخته بودم.

✍ بسیار مهم است که شما مسئولیت به‌عهده بگیرید و بگویید من دردمند هستم، من اشکال دارم، همه دردها را من خودم ایجاد کردم، الآن هم مسئولیت کیفیت هشیاری‌ام را به‌عهده می‌گیرم. دیگر نمی‌خواهم درد ایجاد کنم. من از مولانا از زندگی کمک می‌خواهم. من هستم و زندگی. من هستم و ابیات مولانا و تمرکز روی خودم، دیگر با کسی کاری ندارم.

✍ شما از من ذهنی خودتان یا از من ذهنی یکی دیگر که براساس جدایی و همانیدگی و نیاز به بیرون درست شده‌است، می‌خواهید شما را خوشبخت کند؟! آخر این درست است؟ تاج پادشاهی خداوند بر سرتان است و بی‌نهایت فراوانی با شماست.

✍ ما در من ذهنی با عینک هشیاری جسمی، انسان‌ها را جدا می‌بینیم. مولانا همه انسان‌ها را یک هشیاری می‌بیند، آیا ما هم می‌توانیم همه آدم‌ها را یک هشیاری ببینیم؟ از نظر ما آدم‌ها متفاوت هستند و چون من ذهنی داریم تفاوت را می‌بینیم.

کار درست این است که به زندگی زنده شویم و یک زندگی را در همه ببینیم، بفهمیم همه انسان‌ها از یک هشیاری درست شده‌اند، بنابراین ما باید در راه زنده شدن به خداوند به هم کمک کنیم.

✍ ما برای زندگی به چیزهایی که ذهنمان نشان می‌دهد نیاز نداریم. درست است که ذهنمان داشتن خانه را نشان می‌دهد و ما نیاز واقعی داریم که خانه داشته باشیم. بعضی از نیازهای جسمی مثل غذا و غیره، این‌ها را هم ذهن نشان می‌دهد، و ما به این‌ها نیاز حقیقی داریم، اما صحبت ما راجع به نیازها براساس همانش است که با آن‌ها همانیده شده‌ایم. لزومی ندارد که ما با یک چیزی همانیده شویم، آن را در مرکزمان بگذاریم، برحسب آن نیاز پیدا کنیم، رهایش نکنیم و از آن زندگی بخواهیم؛ این کار غلط است و فهم این مطلب خیلی آسان است.

✍ اگر شما دیدید که در مرکزتان منقبض شده‌اید، چاره‌اش فضاگشایی و شناسایی آن چیزی است که الآن توانسته به مرکز شما بیاید؛ چاره‌اش ناله کردن نیست، بلکه فضاگشایی، شناسایی و شکر

است که زندگی دارد شما را از جسم بودن مرکزتان آگاه می‌کند و اگر آن جسم در مرکز شما بماند، ریشه و منشأ فکر و هیجان‌های مخرب می‌شود که درد ایجاد خواهد کرد. اگر شما در مرکزتان بسط دیدید، در این صورت فضاگشایی و فضا‌داری به شما میوه می‌دهد، بنابراین میوه‌اش را با دوستانتان و کسانی که در این راه کار می‌کنند تقسیم کنید.

قبض دیدی چاره آن قبض کن
زآنکه سرها جمله می‌روید ز بُن

بسط دیدی، بسط خود را آب ده
چون برآید میوه، با اصحاب ده
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲-۳۶۳

یکی از راه‌های مسئله‌سازی تندتند حرف زدن و گم شدن در حرف‌های خودمان است. ما با ذهنمان تندتند حرف می‌زنیم و مسئله درست می‌کنیم و فکر می‌کنیم که داریم مسئله را حل می‌کنیم. شما همین یک کار را یاد بگیرید، با تندتند حرف زدن مسئله درست نکنید و مسئله حل نکنید، خواهید دید که خیلی از مسائلتان کم می‌شود. خداوند می‌گوید شما حرف نزنید، اول گوش بدهید تا از من حرف زدن یاد بگیرید.

پس شما خاموش باشید اَنْصِتُوا
تا زبان‌تان من شوم در گفت‌وگو
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲

چون تو گوش‌ی، او زبان، نی جنس تو
گوش‌ها را حق بفرمود: اَنْصِتُوا
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲

📖 مؤدب بودن در حضور خداوند و مولانا این است که من‌ذهنی را خاموش کرده، به حرف‌های آن گوش ندهیم و سخنان بزرگانی چون مولانا را در زندگی‌مان به‌کار بگیریم و با من‌ذهنی آن‌ها را مورد ارزیابی قرار ندهیم.

📖 قرین مهم ما در این لحظه خداوند است که نباید در حرف زدن بر او پیشی بگیریم، پس یواش‌یواش حرف زدندان را کم می‌کنیم، سرعتش را پایین می‌آوریم تا خداوند هم بتواند یک چیزی به گوش ما بگوید.

تمام من‌های ذهنی به این علّت من‌ذهنی هستند که اجازه نمی‌دهند خداوند از طریق آن‌ها حرف بزند. آن‌ها خودشان حرف می‌زنند و براساس آن فکر و عمل می‌کنند که این کار در ادامه سبب جدایی از خداوند و حتی انسان‌ها می‌شود.

بر قرین خویش مَفْزَا در صِفَت

کَانَ فِرَاقِ آرد یَقِینِ در عَاقِبَتِ

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۴