





(دریچه ای برای شناخت خود)

مجتبی کولانی

سرشناسه	: کولانی، مجتبی، ۱۳۵۴-
عنوان و نام پدیدآور	: پنجره ۲۵: دریچه‌ای برای شناخت خود/ مجتبی کولانی.
مشخصات نشر	: تهران: ناریا مهر، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۷۲ص: ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۹۴۰۲۹-۰
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: خودشناسی
موضوع	: Self-perception
رده بندی کنگره	: BF۷۲۴/۳
رده بندی دیویی	: ۱۵۵/۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۱۲۳۱۹۲

■ ناشر: ناریا مهر

■ نام کتاب: پنجره ۲۵

■ مؤلف: مجتبی کولانی

■ نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹

■ شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

■ شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۹۴۰-۲۹-۰

■ ویراستار ادبی: محجوبه شاهمرادی

■ طراح جلد: ابراهیم قدردان

■ قیمت: ۲۰۰,۰۰۰ ریال



■ دفتر انتشارات: شهر قدس، بلوار ۴۵ متری انقلاب، خیابان شاهد، پلاک ۷

■ تلفن: ۴۶۸۶۷۵۴۶، ۴۶۸۰۲۰۲۶

تقديم به: يك فرشته

خواهر بزرگ و معلم عزيزم.

پیشگفتار:

همیشه وقتی در ادبیات به بحث ضمائر می‌رسیدیم برایم جالب بود که ضمائر تو و او را خیلی راحت تکرار می‌کردم، ولی من در درونم یک قلقلک ریز ایجاد می‌کرد و من را همیشه آشنا، ثابت و بدون گذشت زمان حس می‌نمودم.

از ابتدای خلقت، ذهن بسیاری از انسانها را سؤالات زیادی درباره من و خود واقعی درگیر ساخته و دانشمندان زیادی در این موارد پاسخ گفته‌اند، سؤالاتی نظیر:

بعد از مرگ چه اتفاقی برایمان خواهد افتاد؟

کسانی که مرده‌اند، چگونه در خواب ما زنده می‌شوند و ما آنها را می‌بینیم؟

وقتی برای خواب آماده می‌شویم و اندام را بی‌حرکت می‌کنیم، خودمان در درون همچنان فعال بوده و از جنبش باز نمی‌ایستد! آنکه همچنان در سیر و حرکت است چه کسی است؟

وقتی می‌گوییم من، زمانی را حس نمی‌کنم و انگار من زمانی را نمی‌گذرانم.

من چه کسی هستم و جایگاه واقعی من کجای این جهان است؟

و ده‌ها بلکه هزاران سؤال دیگر...

اکثر کتابها و متونی که در جهت خودشناسی نوشته شده‌اند مربوط به زمان گذشته و با کلامی سخت و سنگین و در صفحات زیاد نوشته شده‌اند و برای فهم خوانندگان آنها، هم نامفهوم و هم زمان بر می‌باشند لذا بر آن شدم تا در جهت پاسخ به سؤالات و ابهامات فرزندان، نزدیکان و دوستان، با کلامی ساده و در حداقل زمان کتاب کوچکی را در مبحث شناخت خود به نگارش درآورم.

امیدوارم مورد استفاده و عنایت عزیزان قرار گرفته و کمک کوچکی در جهت شناختن خود نموده باشم.

از شما خواهمندم پنجره‌ای را بسته نگذارده و همه را به ترتیب باز و مطالعه فرمایید.

پنجره اول



بدون شک و در تمام اعصار، یکی از مهمترین گرایش های انسان در زندگی گرایش به امور دینی است.

بسیاری از مردم، آرامش و سعادت خود را در مذهب و دین جستجو می کنند و بر این باورند که دستورات دین همه از جانب خداست پس حتماً مایه آرامش و خوشبختی آنان خواهد بود ...

این اطمینان و تمسک به دین باعث شده که بسیاری از قدرت طلبان و سود جویان نیز به این مسئله پرداخته و دین و مذهب را عاملی در جهت قدرت و سلطه بر مردم نمایند.

عده ی بسیار دیگری نیز بر اثر جهل و پیروی از این سود جویان به تمام فرامین و دستوراتی که به نام دین به آنها دیکته می گردد عمل نموده و فسادهایی را ایجاد می کنند که شاید از هیچ جاندار دیگری سر نزنند.

اما

دین چیست؟ و کدام دین را باید اختیار کرد؟

و آیا اصولاً دین در جامعه ی کنونی می تواند کاربردی داشته باشد؟

در این پنجره، سعی داریم تا دید تازه ای از دین ارائه دهیم.

برداشت اکثریت مردم از دین، سلسله قوانین و کلامی است که از

طریق عاملی به نام وحی از معبود و خالق به اشخاص خاص و پاکی به نام

پیامبران و سپس بر مردم ابلاغ می‌شد. با کمی تأمل و نظر در سخن اکثر کسانی که از دین گفته و می‌گویند سه عامل مشترک و اصلی به چشم می‌خورد:

خدا (معبود)، پیامبر (نبی) و بازگشت (قیامت) که از آنها با نام‌های توحید، نبوت و معاد یاد کرده و آنها را اصول دین می‌نامند.

توحید

توحید را اکثریت دینداران و پیروان مذهب، اقرار به وجود خدا می‌دانند اما توحید، در معنی احد بودن حضرت خالق است؛ و جاری بودن موجودات و اتصال به احدیت است. دیدن حضرت وجود در کل موجودات است.

آنکه خالق و معبود را در تمام اجزای آفرینش دیده و حس می‌نماید، بدون شک توحید را دریافته و به هر زبانی که از خدا سخن بگوید، اقرار به توحید نموده است.

نبوت:

نبی حامل خبری است و پیامبر یعنی پیام‌آور. آنچه مشهود است، به واسطه وجود توحید و وحدت در وجود هر آنچه موجود است، حامل خبری از توحید است.

آنکه از بندبند وجود، پیامی می‌شنود و صدای خالق را در اجزای وجود درک می‌نماید، صدای نبوت را شنیده است. آنکه از درخت، آسمان، آب، ابر، نور و ... صدای خالق را می‌شنود، بدون شک متصل به نبوت شده و پیام را درک نموده است.

پیامبران ظاهر و جسمانی مانند نوح، ابراهیم و ... نیز بخشی از این نبوت بوده و هستند.

معاد:

معاد و یا بازگشت نیز امری بدیهی است. هر چیزی به اصل خود بازمی‌گردد و تمایل به بازگشت دارد.

مثال: آهن را از زمین استخراج و به آن عناصری مانند کربن افزوده و با آن فولاد می‌سازند و از آن فولاد ابزار مختلف ساخته و استفاده می‌نمایند.

پس از مدتی، آرام و به تدریج فولاد اکسید شده و پوسیده می‌گردد و در طول ایام به خاک بازگشت می‌نماید.

حال انسان که ترکیبی از اجزای مختلف مانند جسم خاکی، روح الهی و ... است نیز از این اصل مستثنا نبوده و نیست.

تک تک اعضای وجودی او تمایل به بازگشت به اصل خود رادارند.

خاک آن به خاک و روح او به اصل خود یعنی خدا بازگشت می نمایند و دلیل آن آشوبی است که در دل پدید می آید و کششی است که گاهی از عمق وجود شعله ور شده و تمایل به خدا و حضرت خالق پیدا می کند. این معاد از دل آشکار شده و ما را به سوی اصل خود کشانده و به او باز می گرداند. بهشت و جهنم نیز مظهر و تمثیلی از همین معاد است. به دین باز می گردیم.

این سؤال مطرح شود: پس تفاوت ادیان در چیست؟

اگر دین را به ماه تشبیه کنیم، تفاوت ماه شب نخست با ماه شب چهارده صرفاً در نقص دید ما و سیر تکاملی بشر است. هر عاقلی بر این باور است که بشر در حال حرکت به سمت کمال می باشد و راز به روزرسانی دین در گذشت زمان همین سیر تکاملی بوده و در اصل دین هیچ تفاوتی وجود نداشته و ندارد.

خداوند در قرآن، سوره بقره و آیه ۶۳ می فرماید: کسانی که ایمان آوردند و کسانی که آیین یهود و مسیحیت و صابئین را برگزیدند، اگر به خدا و روز بازپسین ایمان داشته باشند و عمل صالح به جای آورند، خدا به آن ها پاداش نیک می دهد و نه بیمناک شوند و نه غمگین گردند. در این آیه به روشنی مشخص است که تفاوتی در ادیان الهی نبوده و دین یکی است و فقط نوع عملکرد ملاک پاداش از دید الهی است.

دستورالعمل این عملکردها شرع و قانون نامیده می‌شوند.

در کلام زیبای دیگری از قرآن آمده است که: بگو: ما به خدا و آنچه بر ما نازل شده و آنچه بر ابراهیم و اسماعیل و اسحاق و یعقوب و نوادگان فرود آمده و آنچه به موسی و عیسی و پیامبران از سوی پروردگارشان داده شده ایمان آوردیم و میان هیچ‌یک از آنان فرق نمی‌گذاریم و ما در برابر او تسلیم هستیم.

❖ و هر که جز اسلام، دینی طلب کند، هرگز از او پذیرفته نمی‌شود و او در آخرت از زیانکاران است. (۸۴-۸۵ آل عمران) دیدیم که خداوند می‌فرماید بین ادیان الهی فرق نگذاریم و همه آنها را یکی بدانیم یعنی دین تسلیم در برابر خدا که همان اسلام می‌باشد.

پس دین یکی است و تفاوت در قوانین، شرع و عملکردها می‌باشد.



از آنچه بیان شد می توان اینگونه استنباط کرد که: عشق به خدا و مخلوقات ایشان در توحید مستتر بوده و عاملی ذاتی است.

به واسطه توحید و وحدت در وجود، احترام به اجزای این وجود در تمام موجودات جاری خواهد شد و دیگر نمی توان به هیچ موجودی به چشم حقارت نظر کرد.

هر موجودی، تار مویی از حضرت معبود و رشته نوری از حضرت وجود است.

اما قوانین و آداب:

اگر انسان با تکیه بر اختیار خود بخواهد آزادانه هر عمل و مسیری را برای خودش انتخاب نموده و به آنها عمل نماید.

بسیاری از این راهها، نگرشها و عملکردها ممکن است در تضاد باهم قرار گرفته وزندگیها و جوامع را دچار اختلال و اشکال نماید،

از این رو باید که انسانها، خود را مکلف به رعایت قوانین و آدابی نمایند تا در اثر این تفاوت نگرش و عملکردها حقوق فردی و اجتماعی موجودات دیگر آسیب نبینند.

هیچ دیندار بدون قانون و هیچ قانونمندی بدون عشق، نمی تواند راه
را به سلامت طی نماید و باعث آرامش خود و دیگران شود.

دلیل زندگانی را
تماشای تو می دانم.
وضو باعشق می گیرم
نماز عشق می خوانم.
به دین دیدن رویت
تشهد می کنم هر دم
که دائم نام من انسان
هرازگاهی مسلمانم.

"مولف"

پنجره سوم



برای ایجاد قوانین در روابط انسانی باید به یک شناخت نسبی از انسان و ابعاد وجودی او رسید.

انسان دارای ابعاد مختلفی است.

از لحاظ جسمی، انسان دارای حس‌های ظاهری و قوای باطنی است. حس‌های ظاهری مانند شنوایی، بینایی و... اما در باطن هم قوایی در درون انسان موجود است که عبارتند از: غضب، شهوت، وهم (به خیال آن را می‌شناسند) و عقل.

حس‌های ظاهری عوامل درک اطلاعات محیطی انسان و قوای باطنی عوامل کشش‌ها و رفتارهای انسان می‌باشند.

این قوا باید که تحت کنترل کامل انسان قرار گرفته و در تعادل باهم باشند چرا که در تعادل آفریده شده‌اند. این قوا، عامل و موتور حرکت و زندگی انسان هستند.

هرگونه عدم تعادل در این قوا باعث برهم خوردن طبیعت جسم و روان آدمی خواهد بود.

پنجره
چهارم

انسان علاوه بر بُعد جسمانی و طبیعی خود دارای روح الهی و جسم عالی است.

روح که عامل کشش‌های روحانی و خداجویی ذاتی انسان است، در یک جسم عالی لطیف قرار گرفته است؛ وجود این کشش‌های روحانی در بطن قوای جسمانی باعث ایجاد یک دوگانگی و کشش دو وجهی در انسان شده است. به این کشش‌ها در اصطلاح نفس گفته می‌شود.

عامل حیات و زندگی، روح است زیرا

در صورت خارج شدن کامل روح از جسم، سریعاً جسم به اصل خود یعنی خاک بازگشت می‌نماید، پس زندگی متعلق به جسم عالی انسان یعنی حامل اصلی روح است.

این جسم عالی که حامل روح الهی است، خود واقعی ما است. همین خودی که آن را بدون زمان احساس می‌کنیم.

کافی است که در آلبوم عکس‌ها نگاهی بیاندازیم. رشد جسمانی خود را خواهیم دید؛ اما وقتی که چشم‌ها را می‌بندیم به خوبی می‌فهمیم که من هیچ تغییری نکرده‌ام.

دیگران می‌گویند، چقدر تغییر کرده‌ای، چقدر پیر شده‌ای، چقدر بزرگ شده‌ای و ... اما من می‌دانم که هیچ تغییری نکرده‌ام و خود من، همان خود قدیم و آینده است.

چنانچه کسی دچار نقص عضو شود فقط خود او می‌داند که هیچ تغییری ننموده است.

اگر انسان (خود واقعی) به سمت روح متمایل شود، کشش‌های انسان (نفس) به سمت روح الهی و عشق متمایل خواهد شد.

و در صورتی که انسان به سمت لذایذ جسمانی و خاکی متمایل شود، نفس جسمانی شده و عقل تحت تسلط لذایذ طبیعی درآمده و نمی‌تواند بالاتر و صعود به عالم روحانی را درک نماید.

یکی از دلایلی که می‌توان توسط آن، خود واقعی و جسم عالی را درک نمود، خواب است.

در زندگی اکثر افراد، مسئله‌ی خواب دیدن یک امر بدیهی و طبیعی است. انسان گاهی در خواب یکی از گذشتگان را می‌بیند که به او خبری را می‌دهد، مثلاً خبر فوت یکی از نزدیکان را در آینده‌ی نزدیک و آن خبر به حقیقت تبدیل می‌شود.

پس آن شخص را که در خواب دیده‌ایم یک شخص حقیقی بوده است؛ اما او که فوت نموده و جسم او در خاک دفن و به خاک بازگردیده، پس ما چه کسی را در خواب دیده‌ایم؟!

بله آن همان جسم عالی و لطیف است که برای درک و شناخته شدن توسط شخص معمولاً به آخرین شکل جسم خاکی ظاهر می‌گردد.

پس چرا در خواب دیده می شود و معمولاً در بیداری نمی توان آن را

دید؟

زیرا در خواب، جسم خاکی و حواس پنجگانه از کار افتاده و جسم

عالی آزاد می شود. این جسم عالی و خود واقعی انسان است که قابلیت درک

و دیدن جسم عالی دیگری را دارد.

فقط عده ای خاص و گروهی محدود از افراد هستند که کاملاً خود

واقعی آنها بر جسم مسلط بوده و در بیداری هم می توانند، حقایق خارج از

جسم خاکی را مشاهده نمایند.

پنجره پنجم



برای همه جای تعجب دارد که کسی خود را شناسد در صورتی که بسیاری از انسان‌ها هستند که در زندگی خود، خود را نشناخته و صرفاً خود را همین جسم خاکی می‌دانند. لذا انسان باید سعی در شناخت خود نماید. این کار مشکل نبوده و می‌توان با اندکی ارزش و احترام به خود، به شناخت خود برسد.

کافی است انسان گاه‌گاهی با خود تنها شود، چشم‌ها را بسته و به‌دوراز هیاهوی درک شونده توسط حس‌های ظاهری به خود فکر کند. به خودی که هرگز تغییر نکرده و هیچ زمانی در او راه ندارد.

هرچند شخصی پیر و سالخورده شده باشد، اما او تغییر نکرده و در خود هیچ پیری حس نکرده، همان‌طور که جوان و خردسال نیز نیست. او فارغ از زمان و مکان است.

این خلوت نشستن در شب که اوقات آزاد و فارغ از مشاغل و دیگران است، بسیار بهتر خواهد بود.

پنجره ششم



عقل را بسیاری از مردم با مغز اشتباه می‌گیرند. مغز قسمتی از بدن جسمانی خاکی است که کار آن، تفکر و برنامه‌ریزی بر اساس ایجاد رابط‌های منطقی بین داده‌های طبیعی است.

اما عقل بسیار وسیع‌تر از مغز و تفکر است. علامه حسن زاده آملی در معرفت نفس ثابت می‌نماید که ظرف گرفتن علم، جسم خاکی نبوده و جان است که علم را دریافت می‌نماید و نیروی جذب علم را عقل می‌داند.

در قرآن، بارها و بارها به انسان‌هایی اشاره می‌نماید که آنان را دل‌هایی است که به آن تعقل نمی‌کنند؛ یعنی ارتباط آنها با خود واقعی قطع است. دل‌هایی دارند که با آن نمی‌فهمند. (سوره اعراف آیه ۱۷۹). یا در زمین گردش نکرده اند تا برای آنان دل‌هایی پیدا شود که با آن تعقل کنند یا گوش‌هایی که با آن بشنوند؟ حقیقت این است که دیده‌ها کور نیست بلکه دل‌هایی که در سینه‌هاست، کور است. (سوره حج آیه ۴۶).

بر این اساس، مغز واسطه‌ای برای دریافت علم و حقایق و در کل دریافت عقل از دل و آشکار نمودن آن به زبان ظاهر و روش جسمانی است. به همین دلیل، قوه عقل، وظیفه هدایت و کنترل قوای دیگر را بر عهده دارد.

پنجره هفتم



انسان دارای قوه ای است که از آن به قوه وهم (خیال) یاد می‌شود. این قوه و این مکان می‌تواند انسان را به خود واقعی و عالم روح (ملکوت) متصل نماید و یا انسان را دچار گمراهی و زوال فکر کند. همان‌طوری که بیشتر علوم جدید، اختراعات و نوآوری‌های فکری از خیال شروع می‌شوند، اکثر فسادها و جنایات نیز از خیال شروع می‌شوند. چنانچه انسان بر اثر احترام گذاشتن به خود و قراردادن اوقاتی برای تعقل و پیدا نمودن خود واقعی، به خود واقعی پی برده و خود را برتر از کشش‌های جسمانی بیابد و با پاکی تفکر و آلوده نساختن آن به تفکرات پست و حیوانی، عالم خیال و قوه وهمیه را پاک سازد. به حقایق و علوم جدیدی دست خواهد یافت و در عالم بیداری هم حقایقی از عالم حقیقی و خود واقعی را درک خواهد نمود.

اما گذشتن از قوه وهم و پاکسازی آن به ممارست و اراده بالایی احتیاج دارد و در صورت عدم کنترل این قوه (کنترل با عقل پاک، دل روشن و تفکر کنترل‌شده) شخص دچار گمراهی و تفکر دچار اشکال و اختلالاتی خواهد شد.



خاک تمایل به بازگشت به خاک و کشش‌های خاکی را دارد. جسم خاکی و فانی انسان مانند تمام موجودات خاکی دیگر، تحت کشش‌های غریزی است که در جسم قرارداده شده‌اند و بقای خاکی انسان را تأمین می‌کنند.

اما

روح هم تمایل به اتصال به منبع خود را دارد و انسان می‌خواهد که از جسم خاکی جدا شده و به حضرت وجود و منبع روح متصل شود. از آنجاکه تصمیم‌گیرنده و خود واقعی ما حامل این روح است، پس این کشش‌ها را دوست داشته و با تمام وجود سعی در پیوستن به آن می‌نماید. چنانچه انسان در پی این کشش حرکت کند و به روح الهی متصل گردد این کشش تمام وجود او را گرفته و تمام وجود انسان پر از آن روح و آن کشش می‌گردد.

پر از عشق الهی

و در این حال، تمام موجودات که حاصل قدرت و علم حضرت حق هستند، صورت و آثار حضرت وجود می‌گردند. پس عاشقانه به هستی نظر افکنده و مست از صورت معشوق می‌شود.

هیچ کس نمی‌تواند بدون نظربازی عاشقانه در هستی و وجود مطلق، صحبت از عشق به حضرت خالق نماید.



در جهان و در میان تمام مخلوقات خاکی تنها موجودی که قدرت اختیار داشته و می‌تواند غریزه طبیعی را کنترل نماید، انسان است. تمام حیوانات و گیاهان برای ادامه حیات و مطابق با قوانین طبیعت و غریزه ذاتی خویش، سعی و تلاش، زادوولد و زندگی کرده و درنهایت، عمر آنها تمام و به خاک باز می‌گردند.

اما انسان می‌تواند بر غریزه و طبیعت چیره شده و زندگی خاص و کنترل‌شده‌ای را انتخاب نماید. عاشق شود و دم از عشق خالق خود بزند. پس بدون شک این موجود، خلق نشده که فقط مانند دیگر موجودات زندگی طبیعی نموده و درنهایت خاک گردد.

این‌همه پیچیدگی و تنوع قوا در او خبر از وظیفه‌ای برتر برای او می‌دهد. انسان باید که خود را شناخته و از قالب خاک و فانی بودن خارج شود. عشق ورزیده و با معشوق کل یکی گردد. باید که هدف او عالی و سعی در بازگشت به خود عالی نماید. این هدف و این سعی و تلاش در جهت رسیدن به خود و عاشق شدن، حاصل شناخت خود و ابعاد وجود است. بر همین اساس گفته‌اند که خودشناسی، همان خداشناسی است.



خلقت انسان مانند پدیدار شدن سایه است که از نور حاصل می‌شود. یک حجاب نورانی زیبا در جلوی نور مطلق باعث ایجاد این سایه شده است. سایه‌ای که از اصل نور است. یک سایه‌ی نورانی که هر چه به منبع نور نزدیک‌تر می‌شود اصیل‌تر می‌گردد.

انتهای این سایه و در کم‌رنگ‌ترین حالت، جسم خاکی است و پس‌از آن، خود واقعی و جسم عالی و در نزدیک‌ترین حالت روح قرار گرفته است.

جسم خاکی و کشش‌های مربوط به آن چون زندان و حصارى ما را از رسیدن به اصل مانع می‌شود؛ اما چون به اصل خود رسیدیم، جسم خاکی هم در برگرفته و دیگر آن را مانع نخواهیم دانست. چون حجاب‌ها برداشته شود نور می‌ماند و نور بر نور.

پنجره
یازده

خطوطی که یک زندانی بر دیوار رسم می‌نماید فقط دانستن حساب و تقویم روزانه نیست بلکه یادآوری روزها است. عدم فراموشی آزادی و یادآوری حصار است و اینکه باید از آن خارج شد.

یادآوری آزادی، آسمانی آبی، درختان، گلها، خانواده و ... است. اکنون من نیز که در حصار تن خاکی مانده‌ام، هرروز و هرلحظه، خطوطی را رسم می‌نمایم تا خود، روح و عشق را فراموش نسازم.

آزادی و پرواز را فراموش نسازم.

ابدیت و بی‌نهایت را فراموش نسازم.

درگیر تاریکی‌ها و حصار تن نشده و دل به خاک نسپرم.

خطی به نیاز می‌نگارم خطی به نماز می‌نگارم

خطی چو سیه زلف نگارم با عشق به روی خاک می‌نگارم

و چه زیبا سروده آن شاعر توانا (نظامی) که:

دید مجنون را یکی صحرانورد در میان بادیه بنشسته فرد

کرده صفحه ریگ و انگشتان قلم می‌زند بر لوح خونین این رقم

گفت ای مجنون شیدا چیست این می‌نویسی نامه بهر کیست این

گفت مشق نام لیلی می‌کنم خاطر خود را تسلی می‌کنم

چون میسر نیست ما را کام او عشق‌بازی می‌کنم با نام او

پنجره دوازده



متخصصان ورزشی، عاقلان و محققان همیشه توصیه می‌نمایند که ورزش باید در برنامه روزانه و در اوقات منظم انجام شود. ایشان عقیده دارند که وقفه بین آنها، علاوه بر سستی و تنبلی جسم، باعث آسیب‌دیدگی به اندام و اجزای بدن می‌شود.

اعمال و عبادات فردی مانند نماز، ذکر و ... مانند خطوط رسم شده توسط زندانی، باید همیشه و مرتب انجام شوند تا یادمان نرود که از کجا آمده‌ایم و هدف چیست.

باید که به‌صورت مرتب و منظم به مراقبه از اعمال و رفتار و حالات خود پردازیم.

باید که در روز، اوقاتی را هرچند بسیار اندک به خلوت و تعقل در خود اختصاص داد.

باید که به‌صورت منظم اوقاتی را برای معاشقه با حضرت عشق و وجود کل قرارداد تا دچار یکنواختی نشده و دیوارهای حصار باعث نشوند که خود را تاریک و جایگاه خود را تاریکی بدانیم.

این نظم و ترتیب را نمی‌توان برای کسی واجب نمود، بلکه هرکسی باید برای سلامتی و آزادی خود آن را منظم انجام دهد و این نمی‌شود مگر به‌شرط اندیشیدن در وجود و خود و هرگز به‌زور میسر نخواهد شد.

پنجره
سیزده

در زندگی و بر اثر عواملی چون جذبه معشوق و... گاهی و در لحظات خاصی، اتفاقاتی می‌افتد که ناگهان اتصال روح به منبع خود ایجاد شده و انسان به روح خود وصل می‌شود. در این زمان‌ها، حال انسان دگرگون شده و دل هوای وصل به معبود می‌نماید: "هان ای نفس آرام یافته و مطمئن. به سوی پروردگارت بازگرد که تو از او خشنود و او از تو خرسند است. پس در جرگه بندگان من در آی. (سوره فجر آیات ۲۷ - ۲۹).

از آنجا که هدف خلقت هم بر عشق‌بازی قرار یافته، گاه‌گاهی معشوق ازل رخ نموده و انسان را دچار جذباتی می‌نماید. گروهی این جذبات را دریافت و با اشتیاق و قدرت به‌سوی او حرکت می‌نمایند.

اما عده بسیاری هم هستند که چنان در عالم خاک و فانی غرق شده‌اند که آن جذبه‌ها را فراموش ساخته و به آنها اعتنا نمی‌کنند.

اینان حصار تن را جایگاه واقعی خود دانسته و به آن دل بسته شده‌اند. اتاق تاریک زندان را همان بهشت خود می‌دانند و آرام‌آرام در تاریکی‌ها محو می‌شوند.

عاشقان منتظر یک جذبه از معشوق یا یک نظر از اویند و این است که عاشقان در هو و هویند و فارغ از هیاهویند.

پنجره چهارده



در عالم عشق و در عشقبازی زمان همیشه حال است و همیشه در حال قرار داریم. هیچ طریق و هیچ حالی یکسان نبوده و هر عاشقی رابطه‌ای کاملاً شخصی با معشوق خود دارد.

هیچ کس را برتری بر شخص دیگری نیست.

هیچ کس نمی‌تواند به تقلید از دیگری عشقبازی نماید. بازی‌های معشوق کل منحصربه‌فرد بوده و تکراری ندارد، لذا باید که راه خود را برگزیده و از طریق دل و روح، آنچه موردپسند اوست انجام داد.

حکایت: نقل است که پادشاهی چون پای در سرای ندیمان خود گذاشت، همه ایستاده بودند، مرتب و جام در دست. ناگهان جام از دست یک ندیم افتاد و او حیران بر زمین افتاد. ندیمان دیگر همگی به ملامت او پرداختند اما شاه چون این واقعه را دید، آن افتاده را بلند کرد و روبروی خود نشانده و در حقش مهربانی فراوانی نمود. در مراسمی دیگر، چون پادشاه وارد شد، همه‌ی ندیمان و خادمان جام‌ها را انداخته و بر زمین افتادند. شاه دستور داد تا هرکدام را چند تازیانه بزنند. وزیر از پادشاه علت را جویا شد. شاه فرمودند:

آن نخستین چون ما را بدید، حیران شد و چنان عاشق بود که جام از دست و عنان و اختیار را از کف بداد؛ اما دیگران، فقط به قصد تشویق و انعام از آن عمل تقلید نمودند و این علت تازیانه خوردن آنها بود.

پنجره پانزده



در عالم عشق

هر عاشقی، حیران و عاشق معشوق خود است.

تمام عشاق مانند موهای سر معشوق بوده و هر کس اتصال خود را دارد. چنانچه حواس و اتصال این موها از سر، متوجه موهای دیگر شود و در آنها گره بخورد، دچار اختلال شده و ممکن است حتی قیچی شوند. هر کس راه و طریق خود را در اتصال با معبود دارد. هیچ کس نمی تواند در این مسیر باطنی راه تعیین کرده و دیگران را مکلف به اجرای راه خود نماید.

حتی دو زوج نمی توانند در مسیر باطنی هم قرار و یا فرزندان و پدر و مادرشان نمی توانند درراه هم رفته و از هم تبعیت و تقلید نمایند چه رسد به اجبار یکدیگر برای هدایت دیگران.

در این راه، زن و مرد و جنسیت هیچ جایگاهی نداشته و آنکه عاشق تر است، به معشوق نزدیک تر است. این وادی عشق است و حرکت از درون انجام می گیرد. این حرکت خود است، خود عالی پس منتظر دیگران نشستن کاری به دوراز عشق بوده و باید در مسیر معشوق گام برداریم و به سویش با سرعت عشق حرکت نماییم.

پنجره شانزده



مابین کشش‌های جسمانی، حس‌های ظاهری جسم و قوای انسانی، جایی بین فکر، دل، عقل و وهم، راه‌ها و کشش‌ها آنقدر باهم می‌آمیزند که گاهی انسان، راه را از بیراهه گم کرده و امر بر او مشتبه و حتی دچار تزلزل می‌گردد.

معمولاً در این وادی، در صورت صلاحدید حضرت حق، لطف او شامل انسان مخلص شده و طیبی حاذق و باتجربه و پیری ره طی کرده، انسان را از آن وادی سرگشتگی به سلامت عبور می‌دهد تا راه را به سلامت طی نماید.

این پیر راه طی کرده، سفیر آن معشوق کل است تا ما را به او برساند. کسی که از برون بخشنده، مهربان، پوشاننده عیب‌ها، با سخاوت، صاف و به رنگ خداست و از درون نور است بر نور. دستانش گرم و پرمهر و چشمان او پدران‌ه می‌نگرند.

چون هادی مبارزه و استاد غلبه بر نفس جسمانی است، در ابتدا کشش‌ها و لذایذ جسم مسافر باعث پس زدن فکر و سعی در رد ایشان می‌نماید. باید که مسافر به دل خود اعتماد کرده و ایشان را از دل قبول نماید. اما عاشق و مسافر نباید منتظر چنین شخصی شود و باید که عاشقانه نظر از معشوق خود برداشته و از او کمک بخواهد.

پنجره هفده



در عالم جسم و در سطح زندگی خاکی و فانی، انسانها باید برای امنیت، آسایش، آرامش و سعادت خود و برای کنترل رفتارهای اجتماعی و جهت اینکه آزادی نفرات باعث نقض آزادی فردی دیگری نشود. تحت قوانینی قرار بگیرند. این قوانین باید بر مبنای احترام به حقوق افراد و با توجه به حقوق کل اجتماع و توسط نخبه‌ها و متخصصان عرصه‌های علمی مختلف و نمایندگان کل مردم مصوب شوند.

تمام اعضای جامعه باید که در اجرا و احترام به آنها به صورت جدی کوشش نمایند. این قوانین، ضمن آنکه باید حقوق و آزادی فرد فرد جامعه را در نظر بگیرند، باید که حقوق اجتماع را نیز مدنظر داشته و مانع شود که آسایش یک نفر مانع آرامش و آسایش دیگر افراد شود.

به صورتی که آرامش تمام افراد را تأمین کرده تا اشخاص بتوانند در کمال آرامش جسمانی به مکاشفه درون پرداخته و راه عشق را بیمایند و در کل باعث رشد و تعالی انسان شوند.

مادامی که آرامش جسم و ذهن تأمین نشوند، معمولاً اتصال روح برقرار نخواهد شد و انسان فرصتی برای خلوت با معشوق پیدا نخواهد نمود. هرچند که اگر انسانها در مقام عشق قرار گیرند خود مرجع و مصداق احترام به دیگران و حقوق آنها خواهند شد.

پنجره هجده



هر انسانی در ابتدای زندگی خود و آغاز سفر خاکی، قبل از هرجایی در جسم خود قرار می گیرد.

اولین اطلاعات خود را از زمان تشکیل جسم در رحم و داخل بطن مادر دریافت می نماید. لذا آرامش مادر و هر آنچه ایشان دریافت می نماید، مهم ترین و ماندگارترین اطلاعات، عادات و اخلاق انسان می باشند.

در آغاز شکل گیری مغز و در رحم مادر به دلیل تسلط کامل روح بر جسم، انسان موجودی کاملاً روحانی و عاشق است.

این موجود در پاک ترین مکان دنیای خاکی قرار گرفته و به همین دلیل است که آن مکان، رحم یعنی یکی از اسامی خداوند نام گذاری شده است.

مادر یعنی عشق، آرامش و پاکی. هر چه بیشتر مادر دارای آرامش بوده و با عشق زندگی نماید، فرزند او یعنی این موجود پاک و روحانی کمتر دچار فراموشی خواهد شد و عشق بر آن جسم مسلط تر خواهد بود.

پنجره
نورده

انسان پس از خروج از مکان پاک خود یعنی وجود سرشار از عشق مادر، پای در میان انسان‌های دیگر می‌گذارد. اولین جامعه‌ای که در آن قرار می‌گیرد خانواده است. خانواده باید مأمن و مکان آرامش و عشق باشد تا بتواند این موجود پاک را پذیرا باشد.

آرام آرام که اطلاعات طبیعت پیرامون انسان در مغز انباشته می‌شود، ارتباط انسان با دل او کمرنگ‌تر شده و خود واقعی خود را به فراموشی می‌سپارد.

دچار عادات جسمانی شده و برای او خروج از تفکرات و کشش‌های جسمانی سخت می‌گردد.

پر از اطلاعات دیگران شده و بسیاری از قیود بر تفکر او زده می‌شود. خانواده می‌تواند با همپوشانی و رفع عیوب، آزادی تفکر، عشق به هم و آرامش موجب سریع‌تر شدن حرکت خودشناسی و سعادت این مسافر تازه‌رسیده شود.

حتی اگر تعدادی از اعضای این جامعه کوچک نخواهند که برمدار عشق حرکت نمایند، هرکسی باید مسافرت با عشق و آرامش خود را انجام داده و چشم توقع از دیگران بردارد زیرا هرکسی مسافر مسیر خود است.

پنجره بیست



هر انسانی پس از خروج از جسم مادر و شکل‌گیری اولیه در خانواده پای در میان جامعه‌ی انسانی می‌گذارد.

جامعه تشکیل‌شده از تعداد زیادی مسافر که بسیاری از آنان بدون توجه به درون و ابعاد درونی و حتی با رد نمودن تمام عوامل درونی و عدم اعتقاد به خود درونی و ... مشغول به زندگی در عرصه‌های مختلف و صرفاً جسمانی هستند.

کاروانسرای شلوغ با درهای بسیار و جهات مختلف. آنکه در وجود مادر و خانواده جهت خوبی برای زندگی خود انتخاب نموده باشد، در جامعه‌ی بزرگ انسانی کار بر او آسان‌تر و سهل‌تر خواهد بود.

اما باید بدانیم که هر کس مسافر تنهایی در مسیر خود و متصل به رشته عشق خویش است.

در این جامعه دو چیز می‌تواند موجب آرامش تک‌تک اعضا را فراهم آورد. یکی عشق و دیگری قانون.

قانونی بر مبنای احترام به حقوق تمام افراد. این قانون باید بر مبنای عدالت و همچون آفتاب بر همه یکسان بتابد.

پنجره بیست و یک



باید بدانیم که نمی‌توان از همه عشق را توقع داشت اما باید بدانیم که در نبود قانون و احترام به حقوق دیگران دو حالت اتفاق می‌افتد: یا برای داشتن حقوق باید با دیگران وارد جنگ شد؛ و یا برای عدم درگیری و جنگ، از خودگذشتگی نمود و از حق خود در بسیاری موارد گذشت کرد.

در هر صورت، جامعه‌ی عاری از قانون و احترام به حقوق افراد دچار تشویش و بی‌نظمی خواهد بود؛ و این، کار را برای تفکر نمودن سخت خواهد کرد.

در این جامعه، تعداد کمتری می‌توانند به شناخت درون، آرامش و عشق بپردازند.

پنجره بیست و دو



بر اساس نوع تفکرات و اندیشه‌ها، گروه‌های مختلف و متنوعی از جوامع به وجود آمده‌اند.

عده‌ای احترام به حقوق افراد را کافی دانسته و گروهی منافع اجتماع را در اولویت قرار می‌دهند. جوامع و گروه‌هایی نیز قوانین دینی را کافی دانسته و به آن عمل می‌نمایند و خلاصه در این دنیای زندگی خاکی هر جامعه و گروهی بر اساس نوع اندیشه و دیدگاه‌های خود مشغول همزیستی می‌باشند اما باید بدانیم که تمام این قوانین برای تأمین آرامش و آسایش انسان در زندگی هستند.

باید بدانیم که هر انسانی صاحب احترام و حقوق است و هیچ‌کس نباید خود را اشرف انسان‌های دیگر خوانده و برای دیگران تصمیم‌گیری نماید. باید بدانیم که هر تفکری باید همراه صداقت و عشق باشد و گرنه دچار تزلزل خواهد شد.

باید بدانیم که انسان به واسطه‌ی اختیاری که دارد باید جهت حفظ آرامش خود، انسان‌های دیگر و سایر مخلوقات قوانینی را وضع نماید اما این قوانین برای آرامش و سعادت انسان بوده و نباید فراموش کرد که انسان متعلق به قوانین نیست.

برای مثال در این پنجره به بررسی سطحی تعدادی از قوانین فردی و اجتماعی می‌پردازیم.

قوانین راهنمایی و رانندگی

مانند ایستادن در پشت چراغ قرمز باعث ایجاد نظم و ترتیب در تردد بوده و نتیجه آن سلامتی و آرامش فرد فرد جامعه است. این قوانین در تمام جوامع پذیرفته شده و مورد استفاده قرار می گیرد.

نوشیدن مشروبات الکلی

این مشروبات دارای منافع و مضراتی است. وجود الکل و جذب سریع آن در بدن همچنین خاصیت ضد عفونی کردن آن و ... بدون شک خواص مفیدی را در پی خواهد داشت اما بخش هایی از مغز را دچار اشکال و موجب پایین آمدن ضریب هوشیاری و در صورت بیشتر شدن مصرف آن باعث اختلال در کارایی مغز و عدم تصمیم گیری فکری می شود.

در جوامعی عقیده دارند که مصرف آن باید آزاد باشد و شخص حق دارد که در هر جایی از این مشروبات استفاده نماید اما در بسیاری از جوامع و افکار نظر بر این است که هر چند اشخاص آزاد هستند اما اگر کسی در حین رانندگی از این مشروبات استفاده نماید در اکثر موارد باعث ایجاد خسارت هایی برای خود و دیگران خواهد شد که بعضی از آنها قابل جبران نخواهد بود؛ بنابراین مصرف این مشروبات را در مکانهای عمومی ممنوع می دانند.

در دین اسلام مصرف این مشروبات را اکیداً ممنوع می‌دانند زیرا پایین آمدن ضریب هوشیاری عقلانی انسان معمولاً جامعه و اشخاص را دچار تزلزل و فساد می‌نماید.

در مورد پوشش اندام و اجزای بدن

از ابتدای خلقت، انسان جهت جلوگیری از خطراتی مانند گرما، سرما، حشرات و صدمات و ... سعی در پوشاندن اندام خود می‌نمود بخصوص در مورد اندام تناسلی همیشه انسان سعی در پوشاندن آنها داشته است.

در خانم‌ها به دلیل زیبایی بیشتر ظاهر و ضعف جسمانی و برای مقابله با متعرضین، این پوشش بیشتر اعمال می‌شده است.

در جوامع مذهبی معمولاً اعتقاد به پوشش برای مردان و یک پوشش کامل حتی بر روی موهای سر در زنان دارد.

در دین معمولاً قوانین مرجعی وجود دارد مانند قرآن در آیین اسلام. این قوانین معمولاً همان کتابهای آسمانی هستند که توسط پیامبران برای مردم آورده شده‌اند.

در قرآن راجع به حجاب و پوشش خانم‌ها آمده است که:

« ای پیامبر به زنان مؤمنه و زنان پیامبر بگو که سر و سینه خود را با پوششی بپوشانند ».



یکی از چیزهای مشترک و اعمال دائمی انسانها خواب است که در آن، سطح فعالیت جسمانی و بخصوص تفکر به کمترین مقدار خود می‌رسند. بسیاری از افراد بر اثر کمبود خواب دچار مریضی، افسردگی و خستگی فکری می‌شوند.

در بسیاری از انسانها شاهد آن هستیم که لحظاتی را با استفاده از ابزارهای مختلف، می‌خواهند که از تفکر بگریزند.

عده‌ای با مشروبات الکلی و گروهی با مواد مخدر و یا توهم‌زا و حتی تعدادی با خودکشی. گروهی هم با انجام حرکتهای ریسک‌پذیر مانند پرش از نقاط بسیار بلند.

اینها نشان از آن دارد که خود واقعی ما گاهی از فکر خسته شده و احتیاج به آزاد شدن از تمام قیود را دارد.

خود ما از کودکی تحت تسلط و طلسم فکر و افکار شده و به فراموشی سپرده می‌شود. برای جلوگیری از این فاجعه هر انسانی باید لحظاتی و حتی ساعاتی را فقط به خود اختصاص داده و با خود خلوت نماید. بهترین این اوقات شب است.

در شب علاوه بر اینکه نفوس و افکار دیگران و امواج به کمترین مقدار خود می‌رسند، وظیفه‌های روزمره از اشخاص برداشته شده و انسان می‌تواند تمرکز بیشتری پیدا نماید.

در این اوقات، حتی برای لحظاتی محدود، انسان باید با بستن چشم‌ها، گوش‌ها و ... ابتدا به آرامش جسمی نزدیک و خود را از قید تمام افکار مانند مشکلات برنامه‌های آینده، رنگ، نژاد، زبان و ... آزاد، فکر را به سمت دل معطوف داشته و آرام با خود تنها شود. خود واقعی که هیچ زمانی را طی نکرده و هیچ تغییری ننموده است.

ما خودمان هستیم، خودی عالی و کامل.

کنترل تمام حواس و قوا به دست خودمان خواهد بود و تسلط ما بر جسم، ظاهر خواهد شد. چنین شخصی حتی اگر به دنبال عشق و اتصال به معبود هم نرود در زندگی یک شخص موفق و دارای آرامش و تمرکز خواهد بود.

گیرم که هزار مصحف از بر داری
با آن چه کنم که نفس کافر داری
سر را به زمین چه مینهی بهر نماز
آنرا به زمین بنه که در سر داری

"خواجه عبدالله انصاری"

**پنجره
بیست و چهار**

دارایی انسان در این دنیای جسمانی خاکی فانی عبارتند از: آنچه از آن لذت برده و با آنها به آرامش می‌رسد.

اگر از خانه خود، اموال، فرزندان، خانواده خود و ... لذت برده و با آنها به آرامش می‌رسیم دارایی ما محسوب می‌شوند و گرنه هیچ کدام دارایی ما نخواهد بود.

اگر از آسمان، هوا، گیاهان، ابرها، کوه‌ها، درختان، حیوانات و ... لذت می‌بریم و آرامش می‌یابیم پس اموال ما هستند و دارایی ما می‌باشند اما اگر حتی از لباس تملک لذت نبرده و آرامش نمی‌یابیم پس آنها متعلق به ما نمی‌باشند.

اگر از دارایی دیگران، سلامتی آنها و ... لذت برده و با آرامش دیگران آرام می‌شویم پس همه آنها متعلق به ما هستند و جهان از آن ما خواهد بود اما اگر تمام دنیا را به کسی بدهند که اصلاً از آنها لذت نمی‌برد و با آنها به آرامش نمی‌رسد، پس هیچ کدام از آنها متعلق به او نخواهد بود و او فقیری بی‌چیز خواهد بود.

بر این اساس، دنیا متعلق و به کام عاشقان خواهد بود. انسان فقیری که وابسته به مادیات و خاک می‌گردد برای از دست دادن قسمتی از این خاک فانی به شدت اندوهگین خواهد شد.

وقتی که کسی سهمی بیشتر از او از این خاک را دارا می‌شود،
اندوهگین شده، حرص خورده و حسودی می‌کند.

انسان آزاد، ثروتمند و والایی که به خود حقیقی رسیده و دل او
رها شده و از کل مخلوقات و آثار معشوق لذت می‌برد، هرگاه انسان دیگری
را می‌بیند که از هر لحاظی موفق و داراست، قدرت و سخاوت معشوق خود
را دیده و بیشتر شاد خواهد شد.

اصولاً حرص، طمع، حسادت، عصبیت، کینه و ... افعال کسانی است
که خود را فراموش کرده و عشق را از زندگی خود حذف نموده‌اند.
همچنین بخشش، آرامش، مهر، خوشرویی و ... کردار کسانی است که
با عشق می‌نگرند و با معشوق کل و حضرت وجود در ارتباط هستند. در هر
شرایطی او را دیده، صدایش را می‌شنوند و به‌سوی او گام برمی‌دارند.

منگر به هر گدایی که تو خاص از آن مایی
مفروش خویش ارزان که تو بس گران بهایی
به عصا شکاف دریا که تو موسی زمانی
بدران قبای مه را که ز نور مصطفایی
بشکن سبوی خوبان که تو یوسف جمالی
چو مسیح دم روان کن که تو نیز از آن هوایی
به صف اندرآی تنها که سفندیار وقتی
در خیبر است برکن که علی مرتضایی
تو به روح بی‌زوالی ز درونه باجمالی
تو از آن ذوالجلالی تو ز پرتو خدایی
تو ز خاک سر برآور که درخت سربلندی
تو پیر به قاف قربت که شریفتر همایی
ز غلاف خود برون آ که تو تیغ آبداری
ز کمین کان برون آ که تو نقد بس روایی

مولوی



از شما تشکر می‌نمایم که تا این پنجره جلو آمده و مطالب را مطالعه نمودید.

حال خواهشی دارم:

هرکدام از ما، زمانهایی را در طول روز جلوی آینه ایستاده و به وضعیت ظاهرمان اعم از مو، پوست، لباس و ... دقت می‌نماییم.

این بار که جلوی آینه ایستادی
از فاصله نزدیک و به صورتی عمیق و آزاد در خود و چشمان خود
نگاه کن.

چنانچه.

در

تصویر

خود

بخشش، مهربانی، شادی، آشنایی، سخاوت و ... و درنهایت عشق به

موجودات و حضرت وجود را احساس کردی

پس این خود تویی که در آینه می‌نگری.

در غیر این صورت

به دنبال خود جستجو را آغاز نما.