

أعوذُ باللهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
وَصَلَّى اللَّهُ عَلَى سَيِّدِنَا وَنَبِيِّنَا أَبِي الْقَاسِمِ مُحَمَّدٍ
وَعَلَى آلِهِ الطَّيِّبِينَ الطَّاهِرِينَ وَاللَّعْنَةَ عَلَى أَعْدَائِهِمْ أَجْمَعِينَ

فَقَالَ: أَمَّا اللَّوَاتِي فِي الرِّيَاضَةِ: فَإِيَّاكَ أَنْ تَأْكُلَ مَا لَا تَشْتَهِيهِ، فَإِنَّهُ يورثُ الحَمَاقَةَ وَالبَلَهَ؛ وَ لَا تَأْكُلْ
إِلَّا عِنْدَ الجُوعِ؛ وَ إِذَا أَكَلْتَ فَكُلْ حَلَالًا وَ سَمَّ اللَّهِ وَ اذْكُرْ حَدِيثَ الرَّسُولِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ ءَالِهِ: مَا مَلَأَ
ءَادَمِيَّ وَ عَاءًا شَرًّا مِنْ بَطْنِهِ؛ فَإِنْ كَانَ وَ لَا بُدَّ ففُتِلْ لِطَعَامِهِ وَ ثُلْثْ لِشَرَابِهِ وَ ثُلْثْ لِنَفْسِهِ.

راجع به این فقرات در هفته گذشته مطالبی خدمت دوستان عرض شد و گفتیم که سخن در این فقرات از حدیث شریف خیلی طولانی شده و بهتر است که به مطالب دیگر برسیم، چون معمولاً راجع به این گونه مطالب دوستان و رفقا، مطالبی در زمان مرحوم آقا رضوان الله علیه از خودشان شنیده‌اند و نحوه سلوک ایشان و کیفیت تصرفات ایشان و ارتباط ایشان با افراد، خود نمایانگر مبانی و آن اصولی است که مورد توجه اولیاء و بزرگان در این قضیه بوده است.

البته در همان زمان مطالبی و مسائلی هم بوده که گاهی از اوقات افراد یا به دید تفریط و یا به دید افراط نسبت به آن مطالب نظر داشتند و برداشتهای خلاف از مسائل ایشان و مطالب ایشان به نظر می‌رسید در حالی که مطلب به این کیفیت نبود، چون خودمان بیشتر با سخنان ایشان و کیفیت تصرفات ایشان آشنا بودیم متوجه می‌شدیم که خیلی از این مسائل جنبه افراطی دارد و مورد نظر ایشان نیست. راجع به کیفیت تغذیه امام صادق علیه السلام مطالبی به عنوان می‌فرمایند: یکی اینکه تا وقتی که احساس گرسنگی، به نحوی که موجب اشتغال فکری بشود برای تو پیدا نشده غذا نخور، البته منظور

از غذا در اینجا نه فقط غذای رسمی که همان صبحانه و ناهار و شام باشد بلکه مطلق خوردنی و هر چیزی که انسان به عنوان تغذیه از آن استفاده می کند. این مسئله امروزه به طور کلی فراموش شده ولی دأب بزرگان بر این مسئله نبوده است.

مثلاً ما امروز صبح وقتی که از خواب بلند می شویم اول صبحانه می خوریم دو ساعت بعد در منزل یا در یک جایی دیگر میوه ای آوردند، یا جایی مهمانی می رویم آجیلی یا چیزی بود می خوریم، یک ساعت بعدش فرض کنید یک بستنی برایمان آوردند یا رفتیم در خیابان هوس کردیم این را هم بخوریم، نزدیک ظهر همین طور تا موقع خوابیدن، هی می خوریم، این که همه اش در حال خوردن هستیم، ظاهراً هیچ وقت احساس گرسنگی با این کیفیت دست نخواهد داد و همیشه معده در حال هضم است.

این قسم قطعاً مورد نظر امام علیه السلام نیست و جهتش را هم در جلسات قبل خدمت رفقا عرض کردم. وقتی معده مشغول هضم غذاست آن حالت زیرکی و حالت فطانت و حالت حدت و حالت توجه خاص، طبعاً از انسان سلب می شود، بخواهید یا نخواهید مسئله این است، حالا یک وقتی آدم یک ذره می خورد، مثلاً یک دانه خرما می خورد خیلی مختصر، این به حساب نمی آید، ولی نه! وقتی صبح از خواب

بلند می‌شود یک ساعت بعد یک چیزی می‌خورد، می‌رود خانه رفیقش میوه و شیرینی می‌آورند آنجا هم می‌خورد، در منزل خود، وارد اطاق می‌شود می‌بیند که خوراکی روی زمین است، مشغول آن هم می‌شود، این نحو تغذیه صرف نظر از مضراتی که برای بدن و جهاز هاضمه دارد و فشاری که روی کبد می‌آورد غیر از این بحثها، آن چیزی که برای سالک مهم است، آن توجه خاص اوست و فکر خاص اوست و نظر اوست و ذهن آماده اوست برای تلقی مطالب، در یک چنین فضایی این مطلب حاصل نمی‌شود. خداوند اینطور قرار داده و دست انسان نیست.

به همین جهت است که در روزه و در صوم و در کف نفس در طول روز در ایام ماه مبارک یا در اوقاتی که انسان در سایر ایام روزه می‌گیرد، می‌بینید که مسئله توجه در انسان فرق می‌کند، این فرق از کجاست؟ این به خاطر این است که در یک چنین شرائطی روح و نفس در فراغت به سر می‌برند و درگیر ارتباط با بدن و هضم و اشتغال جهاز هاضمه و ارتباط این اشتغال با نفس و با روح نیستند، خواهی نخواهی این مسئله هضم و اشتغال دستگاه هاضمه با فکر مرتبط خواهد شد، با نفس مرتبط خواهد شد، با روح مرتبط خواهد شد، با ذهن مرتبط خواهد شد.

ما در رفتار بزرگان مشاهده می‌کردیم، مرحوم والد رضوان‌الله‌علیه یا مرحوم استاد ایشان وقتی که فرض بکنید که یک جایی می‌رفتند، خیلی به مختصر [خوردنی] اکتفا می‌کردند، البته این مطلب را بارها خدمت رفقا عرض شده که این مسائلی که ما مطرح می‌کنیم مربوط به شرائط عادی سلامت و یک صحت انسان است نه مربوط به شرائط خاص و دستور خاص و موقعیت خاصی که هر شخصی ممکن است داشته باشد، هر شخصی برای خودش یک نحوه دستگاه [گوارش] دارد، یکی دو ساعت، سه ساعت غذا نخورد ممکن است دچار ضعف شود خوب آن مسئله‌اش فرق می‌کند، خیلی از افراد هستند به واسطه بعضی ناراحتیها، کم کاریها، مسائل غدد و امثال ذلک به طور کلی کیفیت هضم آنها و سوخت و ساز آنها دارای اختلال است و اینها دچار ضعف می‌شوند، مثلاً کسانی که ناراحتی قندی دارند به همین کیفیت هستند.

خود مرحوم آقا رضوان‌الله‌علیه در اواخر عمرشان یک همچین حالاتی داشتند، اگر یک چیزی نمی‌خوردند یک ساعت که می‌گذشت، من احساس می‌کردم ایشان اصلاً نمی‌توانستند بلند شوند، یک دفعه با ایشان حرم مشرف شده بودیم، شب وقتی که مراجعت می‌کردیم یک دفعه دیدم ایشان نشستند، گفتند آقا سید محمد محسن من دیگر نمی‌توانم راه بروم و در کنار خیابان نشستند، گفتم چه [شده آقا شما را] ضعف گرفته، گفتند: بله، رفتم و از نزدیکی آنجا شیرینی گرفتم و ایشان

خوردند، چند دقیقه‌ای طول کشید تا بلند شدند، خوب این شرایط، شرایط غیرعادی است، نه! صحبت ما در شرایط عادی برای افراد است، فرض کنید که یک نفر ناراحتی معده و اثنی عشر دارد، این باید طبق شرایط خاص انجام بدهد بحث آن جداست، آن صحبت‌اش جداست، کسانی که بیماری دارند، بیماری قلبی دارند، بیماری هاضمه دارند، بیماری روده دارند، ناراحتی معده و اثنی عشر، بیماری قندی دارند، اینها چیزهایی خاص و مهمی است که هر شخصی باید این را در نظر

بگیرد و اگر انسان در نظر نگیرد می ماند و مریض می شود و از پا می افتد و دیگر نمی تواند حرکت کند و مسائل و مشکلات برایش پیدا می شود.

صحبت ما مربوط به افراد عادی است، افرادی که صحت و سلامت شان عادی است، انسان عادی هستند و مسئله عادی دارند. همین افراطها و تفریطها، همینها گاهی اوقات کار دست آدم می دهد. مرحوم آقا رضوان الله علیه با قضیه جلوگیری بدون جهت مخالف بودند، در همان زمان یک بنده خدایی بود، ایشان ناراحتی داشت، ناراحتی دیسک کمر و ستون فقرات داشت و اطباء منع کرده بودند که این شخص حامله بشود، این آمده بود برخلاف دستور اطباء، چون مرحوم آقا فرموده بودند که بایستی حامله بشوند، حامله شد و داشت کار دست خودش می داد، کارش به جای خطرناک رسیده بود، وقتی ایشان شنیدند گفتند آخر کی من راجع به شما یک همچین حرفی زدیم؟ گفتند: این حرف من مربوط به تو نیست، که الان مریضی و ناراحتی دیسک کمر و ستون فقرات داری، تو اگر بخواهی حمل پیدا بکنی ممکن است بعداً به مسائل خیلی حاد و خطرناک مبتلا بشوی، منظور من مردم عادی است. مطالبی که بزرگان نقل می کردند در آن زمان مربوط به مردم عادی بود، جریان عادی، مسائل عادی، اشخاص عادی، ولی افرادی که دارای شرایط خاص هستند، باید تحت نظر پزشک باشند و پزشک باید در مورد آنها نظر بدهد، بزرگان کی راجع به آنها یک همچین مطالبی نقل می کنند و این به طور کلی با مبانی عقلانی سلوک منافات دارد. سلوک بر اساس مبانی عقلانی استوار است، اصلاً سلوک یعنی متابعت از مبنای عقل می باشد.

بینید عقل در اینجا چه می گوید؟ عقل در اینجا چه حکم می کند؟ منطقی در اینجا چه حکم می کند؟ یک وقتی یک برنامه، برنامه مافوق تشخیص انسان است آن جداست، می گویند هر چه تشخیص می دهید، تشخیص را بگذار کنار باید به این عمل کنید که آن مطلب جداست، ولی وقتی که اینطور نیست این مسئله به چه کیفیتی است؟ در یک مورد بنده سراغ دارم، طبیب، طبیب متخصص در حین عمل گفته آقا باید این رحم برداشته بشود، این خطرناک است، شخص آمده و گفته نخیر این باید بماند چون اگر برداشته بشود دیگر در اینجا حمل تحقق پیدا نمی کند و خلاف دستور آقا است!! بعد هم آن شخص سرطان را گرفت و فوت کرد، خب کی یک چنین حرفی را یک شخصی می آید برای این بزند.

اینها افراط است، نظر کردن در کلام بزرگان به نحو افراط و به نحو تفریط هر دو اینها دور از منطقی و معیارهای عقلانی برای یک سالک است، حالا به سالک کاری نداریم! حتی افراد عادی، خب

سالک بیشتر باید نسبت به این قضیه دقت داشته باشد. اینها دقائق و ظرائفی است که ما در طول حیات مرحوم آقا این مطالب را مشاهده می کردیم. وقتی که ما قم آمدیم ایشان برای ما یک دستور غذائی نوشته بودند، یک دستور! من وقتی که می خواستم بیایم، خدا رحمت کند والده مان را، گفت خب آنجا می خواهید چه کار کنید؟ من آن زمانی که آمدم قم، سنم حدود ۱۷ سال بود، بله همان حدود ۱۷ سال، چون بعد از سفر از مکه که حدود ۱۷ سالم بود، آن

سال دیگر مشرف شدم به قم.

مادرم به من گفت می خواهی بروی قم چه کار می کنی؟ اتفاقاً به همراه اخوی بزرگتر بودم می خواهی چه کار کنی؟ گفتم هیچی غذا نمی خواهد، ظهر نان و پیاز می خوریم و شب هم نان و پیاز. مادرمان بلند شد رفت بالا پیش بابا، گفت این پسر دیوانه ات را شما داری می فرستی قم که برود نان و پیاز بخورد؟ می گوید من می روم قم نان و پیاز می خورم! مرحوم آقا من را صدا کردند و گفتند: مادرت چه می گوید؟ گفتم هیچی از من سوال می کند چه می خوری من هم گفتم خب نان و پیاز می خوریم. مرحوم پدر ما از عمویشان یک قضیه را نقل کردند که شب مهمان آمده بود خدا رحمت کند عمویشان را، مرحوم آیت الله سید محمد تقی که در مسجد عمار یاسر در پل چوبی تهران نماز می خواند یکی از افراد می گفت ما شب رفتیم فیضیه دیدن ایشان، یکی از اهل مسجد قائم و از دوستان جد ما، شب زمستانی بود و موقع شام شد و گفتیم که حالا بیاییم شام بخوریم، گفتش که گرسنه نیستم، خب کی گرسنه ات است؟ آن شخص می گفت، حالا شما مطالعات را بکن تمام که شد بعد شام می خوریم، گفت، بسیار خب.

گفت ما خیال کردیم که این حالا مطالعه اش را می کند و بعد یک چلوکباب برای ما درست کرده و دو تا خورشت هم آنطرفش گذاشته و سه تا دسر و خلاصه ...، وقتی که مطالعه اش تمام شد آمد سفره را پهن کرد، رفت از توی کیسه، نان درآورد و گذاشت سر سفره بعد هم رفت از توی آن پاکت یک دانه پیاز برداشت آورد، حتی پوست پیاز را هم درنیاورد، آمد گذاشت این وسط و یک مشت هم گذاشت روی آن، گفت بفرما بسم الله، حالا ما این را از پدرمان شنیده بودیم و راجع به همان گفتیم که همین طوری می خوریم، برای نهار و شام پیاز می گذاریم و یک مشت هم می گذاریم روی آن، پدرمان گفت آقا جان تو الان ۱۷ سال داری، آن کسی که آن کار را می کرد یک شب بود نه هر شب و بعد هم آن با مزاجش سازگار بود. و چون من در همان سنین دارای ناراحتی معده بودم و به دکتر مراجعه می کردم، بعد برای من دستور غذایی دادند، باید در هفته روزها این را بخورید، یکشنبه این، دوشنبه این، سه شنبه تا آخر، و گاهی اوقات هم که ما تخطی می کردیم و خلاصه می خواستیم به یک نحوی باشد که خوابمان کمتر باشد خلاصه قضیه لو می رفت و به مرحوم آقا، بعضی ها گزارش می دادند که این دارد تخطی می کند و مرحوم آقا بر ما واجب کردند که حرام است غیر از این شما بخواید انجام دهید، دیدیم که نه دیگر مسئله شوخی نیست که بخوایم خارج از این باشیم.

مثلاً شب فقط یک لیوان شیر می خوردم یا یک لیوان دوغ می خوردم که بتوانم بیدار باشم، من

در آن زمان تقریباً در طول شبانه روز حدوداً سه تا سه ساعت و نیم بیشتر نمی خوابیدم، خب هم افراطش غلط است و هم تفریطش، هر دو غلط است، توجه می کنید؟

خب همان زمان ما این کارها را کردیم و باید نسبت به معده خودمان احتیاط می کردیم، تا الان هم مطلب این است که گرفتاریم، یعنی ببینید همان چیزی که مرحوم آقای حداد رضوان الله علیه در آخرین سفری که ما ایشان را زیارت کردیم در کربلا به من فرمودند ...، اینها را من برای دوستان و مخصوصاً جوانان و نوجوانان

می‌گویم، اینهایی که در سنین رشد هستند و بعضی از اوقات ممکن است که تفکرات و تخیلات و توهمات برای انسان پیدا بشود و انسان تصور بکند که می‌خواهد یک کار خیر انجام بدهد، یک حرکتی بکند، یک قدمی بردارد ولی خبر ندارد که چه عواقبی و تبعاتی ممکن است دربرداشته باشد و بعد گرفتار شود.

مرحوم آقای حداد رضوان الله علیه به بنده فرمودند: کاری نکن که به واسطه تفریط و اهمال در تغذیه تا آخر عمر مرکبی برای بدنت بشوی و بدنت بر تو سوار بشود و همینطور هم شد، خب این بزرگان همین‌هایی هستند که این دستورات را می‌دهند، همین‌هایی هستند که به انسان این توصیه‌ها را می‌کنند، خب ما گوش ندادیم، خیلی توجه نکردیم، حالا هی باید مراعات کنیم و چه کنیم.

خب این در شرائطی بود که خود ایشان یک وضع دیگری داشتند و از یک صحت و سلامتی برخوردار بودند و حتی خود مرحوم آقا که ایشان هم از نظر مزاج در وضعیت خوبی بودند، باز هم به پای ایشان نمی‌رسیدند می‌گفتند: که ما روزه می‌گرفتیم ایشان می‌آمد با نان و سبزی، نان و برگ ترب سحری می‌خوردند، مرحوم آقا می‌گفت ما نمی‌توانستیم این طوری روزه بگیریم، بلند می‌شدیم می‌رفتیم منزل، والده‌مان غذا درست می‌کرد نون و ترب را آنجا می‌خوردیم، می‌آمدیم خانه تازه سحری اصلی را می‌خوردیم، می‌گفتیم که بابا غذا را بردار بیار، آن نان و ترب را آنجا خوردیم، آنکه برای ما که سحری نشد، آن مربوط به آقای حداد است آن حالا چه می‌کند و به چه نحوه با این نان و سبزی کنار می‌آید ما نمی‌دانیم، خلاصه این به درد ما نمی‌خورد، توجه می‌فرمایید؟

در حالی که در همان وضعیت، هر دوی اینها سیرشان را داشتند، هر دوی اینها حرکتشان را داشتند، هر دوی اینها راهشان را می‌رفتند ولی آن با آن تغذیه می‌تواند، این نمی‌تواند، توجه می‌فرمایید؟ هر کسی خدا برایش یک ظرفیتی قرار داده، یک توانی قرار داده، یک استعدادی قرار داده و یک خصوصیتی قرار داده، همه که یک جور نیستند، بچه پنج ساله باید مرتب بخورد، نخورد می‌ماند، از رشدش می‌افتد، آدم سی ساله نه، بیست ساله نه، بیست و پنج ساله نه، حساب و کتاب باید داشته باشد و میزانش باید مشخص باشد و این طور نبایست به آن نحوه باشد.

طفلی که به دنیا می‌آید هر ساعت، هر دو ساعت یک دفعه شیر می‌خواهد، شیر نخورد اصلاً نمی‌تواند به حیاتش ادامه بدهد، هر شخصی در یک شرائط خاص خودش هست. پس بنابراین مبانی که بزرگان بیان می‌کنند اینها نسبت به افراد عادی باید مورد توجه قرار بگیرد.

مثلاً از جمله مطالبی که بزرگان نقل می‌کردند چه مرحوم والد، چه استاد ایشان و همین طور

مرحوم آقای انصاری، این است که هفته‌ای دوبار بیشتر گوشت خورده نشود، البته منظور از گوشت نه به مقدار کم هست، خب مقدار معتنا به است، اضافه بر این موجب قساوت می‌شود، موجب گرفتگی روح می‌شود. غذاهای مختلف، متنوع، معتنا به، غذاهایی که برای تلطیف نفس و برای تلطیف روح غذاهای مناسبی هست،

غذاهایی که خون را کثیف نمی‌کند و باعث غلظت خون نمی‌شود، فشار بر بدن وارد نمی‌کند، فکر را خسته نمی‌کند، در کتب هم راجع به این مسائل نوشته شده و انسان بایستی که از این گونه مطالب تبعیت کند. البته باز عرض می‌کنم این مربوط به افرادی که باید نحوه خاصی از یک رژیم خاص غذایی را داشته باشند نیست! و بلکه آنها بایستی که به همان چیزی که برای آنها تعیین می‌شود توجه کنند. مسئله ما مربوط به افراد عادی است، افراد عادی، افرادی که سلامتی‌شان عادی است، مزاجشان عادی است، بنیه‌شان عادی است، خوردن گوشت برای افراد متعارف بیش از دو بار در هفته خوب نیست. انسان بیاید همین مسئله را آزمایش کند، متوجه می‌شود در هفته دو بار گوشت بخورد یا اینکه هر روز غذای سنگین گوشتی بخورد، کاملاً به فکرش و به وارداتش، واردات قلبی، واردات نفسی و نشاطش و آن انبساط روح و انبساط نفسش تاثیر می‌گذارد و متوجه می‌شود که چقدر تفاوت بین آن هفته و این هفته وجود داشته است.

خب این یک مطلبی است که بزرگان این راه را رفته‌اند، بنده حالا این مطالب را یک مقداری سریع می‌گویم، در بسیاری از اوقات براساس دستورات خاص و بر اساس تاثیر اوراد خاص، خود آن بزرگان نحوه تغذیه را هم بیان می‌کنند، البته تمام اینها همان طوری که عرض کردم نسبت به افراد عادی است، مثلاً فرض کنید که فلان ورد یا فلان ذکر باید در این شرائط قرار بگیرد، در شرائطی که فرض کنید که من باب مثال انسان گوشت نباید بخورد یا اینکه حتی بالاتر از این، دستوراتی که می‌دادند برای خیلی‌ها به طور کلی ترک غذاهای حیوانی، یعنی حتی لبنیات را هم شامل می‌شود که حتی آن را هم نباید بخورد. در بعضی از دستورات از این هم بالاتر وجود دارد حتی لباس هم نباید لباس حیوانی باشد، فرش هم نباید حیوانی باشد و امثال ذلک.

اینها همه طبق آن کیفیتی است که باید انجام بشود و نسبت به این مسائل خیلی باید دقت بشود، هر کسی نمی‌تواند یک همچنین مطالبی را بگوید، بسیاری از این گونه دستورات خطرآفرین است و موجب بعضی از اختلالات خواهد شد، یعنی می‌خواهم بگویم هم آن شخصی که توصیه می‌کند و آن شخصی که می‌خواهد عمل کند هر دوی اینها باید از شرائط خبرویت و استعداد برای عمل برخوردار باشند، لذا اگر دوستان یا افرادی در کتب اخلاقی و همین‌طور در مسائل، رساله‌ها، نامه‌ها به بعضی از مطالب برخورد می‌کنند، که یک همچنین مسائلی بزرگان به تلامذه خود و ارادتمندان خود دادند، مبادا به آنها عمل بکنند که این کار خطرناک است یعنی آن شرائط باید حاصل بشود تا اینکه این قضایا پیدا بشود.

بسیاری از افراد دیده شده است که به واسطه خروج از حد اعتدال در این امور به جنون کشیده شده‌اند، دیوانه شده‌اند، یا اینکه اختلالات عجیب در صحت و سلامتی آنها پدید آمده، اینها تمام به خاطر این قضیه است که این فردی که الان دارد این مطالب را انجام می‌دهد، شرایط برای عمل به یک همچنین دستوری را ندارد. حالا ان شاء الله در بحث مربوط به اشتغال ذکر و اشتغال ورد که در مباحث آتیه حدیث شریف عنوان هست در آنجا به این قضیه هم می‌پردازیم، که چطور پرداختن به بعضی از اذکار فوق العاده خطرناک و فوق العاده موجب

ناهنجاری‌ها و مسائل غیرمترقب خواهد بود و اینطور نیست که شما تصور کنید که ... **أَلَا**
يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ الرعد، ۲۸ ذکر، ذکر خداست و ایراد هم ندارد و هر کسی می‌خواهد انجام
بدهد می‌تواند انجام بدهد!!

یکی از افراد بود، مرحوم والد در زمان حیات خودشان به او یک دستوری داده بودند، وقتی
که من این دستور را به او گفتم: گفت خب اگر انسان حالش خوب باشد و بتواند بیشتر انجام بدهد چه
خواهد شد؟ گفتم هیچی به سرش می‌زند، بله! مسائل دیگری برایش پیدا می‌شود. آن شخص به این
حرف ما ترتیب اثر نداد، مثلاً ایشان فرمودند: تو باید این را چند مرتبه انجام بدهی، این ذکر و ورد را
باید چه کار بکنی، گفت حالا که حالم خوب است پس بسم الله، دو برابر انجام می‌دهم، سه برابر انجام
می‌دهم و خلاصه نتیجه‌اش را هم گرفت، خب این برای چیست؟ به خاطر این است که آنهایی که این
مطالب را بیان می‌کنند یک مقدار بیشتر از تو می‌فهمند!! آنها هم می‌توانند بگویند آقا مثلاً هزار دفعه
بگو، خب چرا به تو می‌گویند سیصد تا؟ چرا می‌گویند دویست تا؟ چرا می‌گویند چهار صد تا؟ چرا
می‌گویند صد تا؟ مگر کسی بدی تو را می‌خواهد؟ مگر کسی کمی تو را می‌خواهد؟ مگر کسی نقصان
تو را می‌خواهد؟

ولی هر چیزی حساب دارد، وقتی که الان من دارای این خصوصیات هستم و این استعداد
هستم و این توان هستم، به من می‌گویند آقا سه کیلو بیشتر بار برنذار، اگر بخواهی برداری به قلبت
فشار می‌آید. اگر من بگویم نه حالا یک چیزی گفتند! بیایم فرض کنید بیست کیلو بردارم، خب یک
دفعه می‌بینی وسط راه افتادم توجه می‌کنید؟

بله برای کسی که توان دارد می‌گویند آقا صد کیلو هم برداری برای شما ایراد ندارد، نه تنها
سه کیلو یا چند کیلو، صد کیلو هم برداری، چون او استعدادش را دارد، توانش را دارد، از من این
تکلیف را خواستند! لذا این برنامه‌هایی که مربوط است به موارد خاص است. من در بعضی از موارد
اتفاق افتاده چیزهایی شنیدم، یا سوالاتی که می‌کنند بعضی از دوستان، در این گونه موارد به هیچ وجه
من الوجوه نباید انسان از پیش خود و از سر خود کاری انجام بدهد، و خود بنده در زمان مرحوم والد
یادم است که ایشان این گونه دستورات را به کسی نمی‌دادند خیلی به ندرت، خیلی به ندرت، نمی‌دانم
اصلاً از دو سه نفر، سه چهار نفر تجاوز کرد یا نکرد، یا من اطلاع ندارم، یعنی آنجایی که بنده در
جریان ارتباط بین مطالب و ارتباطات ایشان بودم و اینها شاید سه چهار نفر، دو سه نفر بیشتر نبوده آن
هم در یک موارد خاصی در یک همچنین خصوصیتی و خود ایشان هم در زمان حیاتشان گاهی بر

طبق شرائط خاص ما مشاهده می کردیم که به یک همچنین مطالبی می پرداختند این طور نبود که به نحو دائم باشد و ندرتاً در یک چنین فواصلی، در یک هم چنین خصوصیتی، به یک هم چنین مسائلی می پرداختند و خب طبعاً لازم هم بوده و وضعیت در آن موقع یک هم چنین اقتضائی را می کرده و مشخص است که پرداختن به اینها در تحت اشراف و دستور ولی کامل و عارف واصل تحقق پیدا کرده است.

این مربوط به تغذیه، حالا چه برسد به مسائل دیگر، در جلسات بعد ان شاء الله اگر خداوند

توفیق دهد

راجع به آن مسائل، مطالبی عرض می‌کنیم، پس بنابراین این صحیح نیست که انسان از صبح که بلند می‌شود شروع کند به خوردن، نه! وقتی صبح بلند می‌شود خب تا ظهر صبر کند مگر اینکه میان وعده و چیز مختصری باشد، به مقداری که برای انسان ضعف حاصل نشود این کفایت می‌کند و این عادت باید از بین برود، این عادت نمی‌گذارد که اصلاً انسان به یک اشتهای واقعی برسد تا اینکه غذا بخورد، دائماً در حال اشتغال به این مسئله هست و فکر او نسبت به این قضیه مشغول است.

مطلب دوم در اینجا این است که از این طرف هم انسان نباید بیفتد، یعنی به طور کلی به یک نحوه‌ای وضعیت تغذیه خودش را قرار بدهد که بخواهد به جهاز هاضمه او و به معده او فشار وارد بشود و بعد مبتلای به بعضی از بیماریها بشود. آنچه که ما در طول ارتباط با بزرگان مشاهده می‌کردیم این بود که آنها نسبت به افراد و خصوصیات افراد خیلی توجه می‌کردند و دستوراتشان هیچ وقت عام نبود، البته برای افرادی که در یک سطح بودند به یک کیفیت بود، ولی افرادی که مشاهده می‌کردند اینها باید از یک جریان خاص و از یک رژیم خاص و تغذیه‌ای خاص تبعیت کنند و نسبت به آنها ما می‌دیدیم که ایشان و بزرگان دیگر به نحوه [خاص و دستورات خاص] عمل می‌کردند.

لذا به طور کلی برای افرادی که می‌توانستند، سه روز روزه گرفتن در ماه را توصیه می‌کردند و برای افرادی که استعداد بیشتری داشتند و می‌توانستند حتی توصیه به هفته‌ای دو یا سه روز می‌کردند، یک روز در میان، یا هر دو روزی یک بار، که شرائط، شرائط رسیدن به این مطلوب بود، یعنی کیفیت تغذیه در سحر، کیفیت تغذیه در افطار، و در اینجا نباید زیاد باشد و آنجا نباید زیاد باشد، به اندازه باشد، تا اینکه بتواند اثر خودش را بدهد، وگرنه صرف روزه گرفتن، که خب انسان اگر فرض کنید که آنقدر امتلاء معده پیدا نکند که اصلاً تا موقع افطار اشتهای پیدا نکند به افطار، خب روزه فایده‌ای ندارد و نتیجه‌ای ندارد.

این توصیه به همین جهت بود که مسائل روزمره، زیاد افراد را از رسیدن به آن مقصود، باز ندارد، در میان فواصل، در روزها، مواردی وجود داشته باشد که موجب بشود خیلی از آن مطلوب دور نشوند، این مطلب مربوط به اشتهای بود.

بنابراین معیار کلی برای سالک این است که مراعات اشتهای خودش را بکند، نه آنکه هر چیزی که در مقابل خودش می‌بیند بخورد، حالا که در مقابل خودش پرتغال است پس میل پیدا کند؟ حالا که در مقابل خودش سیب هست پس میل پیدا کند؟ حالا که در مقابل خودش پسته و آجیل و امثال ذلک است پس میل پیدا کند؟ این مسئله انسان را می‌کشاند به دنبال مطالب زائد بر اصل و از آن

اصل قضیه انسان محروم می ماند.

حاصل کلام امام صادق علیه السلام این است که باید ببینی آن چیزی که برایت مفید است آن را میل کنی، آن چیزی که برایت مفید است، و به رنگ و لعاب و مسائل دیگر نباید توجه داشته باشی، زیرا این موجب بله و موجب حماقت خواهد شد، حماقت یعنی همین، یعنی فکر انسان خسته بشود و وقتی فکر خسته شد دیگر نمی تواند آن جاذبه ها، آن نفحات، آن واردات، آنچه را که از جانب ربوبی می آید آنها را تلقی کند، بلکه

با یک ذهن خسته روز را به شب، و شب را هم به روز می‌آورد، نه روز او این قابلیت را دارد و نه در شب این قابلیت برای او خواهد بود، لذا انسان باید از مبنای بزرگان در کیفیت عشاء، یعنی همان تغذیه در شب هم استفاده کند.

هیچ وقت بزرگان غذا را در شب به نحوه یک غذای سنگین نمی‌خوردند، غذای آنها در شب غذای سبک بود و نمی‌گذاشتند دیر بشود، امروزه هم همین مطالب را می‌گویند، می‌گویند که در اول غروب باید شام خورده شود و خیلی مختصر باشد و از یک ساعت بعد از غروب نباید دیرتر باشد، چون این موجب ثقل بر بدن می‌شود. نظام سلامتی بدن در شب متفاوت است با روز، بنابراین نباید انسان تحمیل کند بر بدن خود چیزی را که خداوند بر عهده بدن در شب نگذاشته است. خب انسان باید به این مطالب برسد. یک ساعت از شب که گذشت غذایش را بخورد، امروزه که می‌گویند بین غذا در شب و خواب حداقل باید سه ساعت هم فاصله باشد خب این به خاطر این است که این ثقل نیاید و بعد بدن بتواند کارش را انجام بدهد، جهاز هاضمه بتواند کارش را انجام بدهد و این تبدیل به سم نشود و بدن را فرسوده نکند و آن غذایی که باید موجب توان و قوت و قدرت بشود، نباید تبدیل به سم بشود و در کبد ذخیره بشود و بعد هم موجب مسائل و ابتلائات دیگر شود.

آنچه را که ما مشاهده می‌کردیم بزرگان همین‌طور بودند، مخصوصاً مرحوم آقای حداد رضوان‌الله علیه در همان زمانی که بودیم دو ساعت از شب می‌گذشت، یک ساعت و نیم که می‌گذشت شام می‌آوردند البته مختصر، خیلی چیزی نبود، بعد از اینکه شام صرف می‌شد، بعد خیلی از اوقات ما تازه مشرف می‌شدیم به حرم، و بعد برمی‌گشتیم و دیگر استراحت می‌کردیم، البته اتفاق هم می‌افتاد که بعد از حرم شام می‌آوردند و خیلی هم به اصطلاح مختصر بود.

اینها دو ساعت می‌خوابیدند، بلند می‌شدند مشغول صحبت می‌شدند، سنگین نبودند. شما فکر بکنید اگر یک شخصی بخواهد یک شام سنگینی بخورد خب! چطور می‌تواند بلند شود؟ چطور می‌تواند سه نوبت در شب بلند شود و نماز شبش را به سه قسمت تقسیم کند؟ امروزه وقتی که ما این مطالب را می‌گوییم شاید برای خیلی از رفقا عجیب بیاید. آقا آدم سه دفعه در شب بلند شود پس چه وقت بخوابد؟! پس چه وقت بگیرد بخوابد؟! این هم خواب شد؟! ولی خب آنها این کار را می‌کردند، برنامه‌اش را هم گفتند، دستورش را هم دادند و دستورش این است. و اینها بلند می‌شدند و انجام می‌دادند، من هر وقتی که از صحبت آنها از خواب بلند می‌شدم می‌دیدم که اینها دارند با هم صحبت می‌کنند و با نشاط صحبت می‌کنند، سرزنده صحبت می‌کنند و انگار که اصلاً به طور کلی شبی وجود

ندارد و در روز است، ساعت ده و یازده صبح دارند با هم صحبت می‌کنند و حرف می‌زنند! توجه می‌کنید؟

در تاریخ ائمه علیهم السلام هم داریم، اینها غذایشان را در شب، اول غروب می‌خوردند،

پیغمبر صلی

الله علیه و آله همین طور، شبی سه مرتبه بلند می شدند برای نماز، خب چطور می تواند یک شخصی با معده ممتلیء [پُر] بخواهد برخیزد، خب ساعت هم زنگ هم بزند بلند نمی شود، مرحوم آقا می فرمودند: که پیش یکی از بزرگان، از شاگردان مرحوم قاضی صحبت می کردند، گفته بود که باید حداقل دو ساعت به اذان بلند شوی برای نماز، ایشان گفته بودند که بسیار خب ما حالا ساعت مان را برای این منظور کوک می کنیم، گفته بود که مگر شما ساعت هم کوک می کنید برای نماز؟ مگر شما برای بلند شدن ساعت کوک می کنید؟ حالا ما ساعت که هیچی! اصلاً نمی شنویم، تازه هم اگر بشنویم، یک دست هم می زنیم روی زنگش که بخوابد: بابا چه خبرته! فهمیدیم دیگر! فعلاً گیج و منگ هستیم! خب این گیجی از کجا آمده؟ کسی که ساعت یازده شب شام بخورد، دوازده بخورد خب معلوم است باید یک مشت هم روی آن ساعت بیچاره بکوبد که صدایش ساکت بشود، اما اگر شام را اول شب می خورد، ساعت هفت و هشت شام می خورد و آن هم یک غذای مختصر، اصلاً نیاز به ساعت نیست انسان خودبخود بلند می شود.

اینها چیزهایی است که دستور می دادند منتهی حالا دیگر این مطالب کم کم جزو منسیات و جزو مطالب فراموش شده و به همین چیزها انسان تصورات دیگری دارد، در حالتی که بسیاری از مطالب و حالاتی که برای سالک عارض می شود و واردات قلبیه او در شب اتفاق می افتد و ما از این نکته غافلیم، خیال می کنیم در روز اتفاق می افتد، روز برای مراقبه است، شب برای مراقبه نیست، روز است که انسان باید مراقبه داشته باشد، روز است که انسان باید ذهنش را ببندد هر حرفی را نزند، روز است که انسان باید در ارتباط با دیگران مواظب باشد که خلاف نکند، شب که دیگر کسی نیست، شب همه گرفته اند و خوابیده اند چه کسی را می خواهد اذیت کند؟ راجع به چه کسی می خواهد حرف بزند؟ همه خوابیده اند، در روز انسان در ارتباط با دیگران باید از بعضی از حقوقش بگذرد، وقتی یک خلافی را می بیند باید دم برنیآورد، مقابله نکند، مثل کاری که او انجام می دهد او همان عمل را پاسخ نگوید این برای روز است، در روز انسان در ارتباط با دیگران باید مراقبه داشته باشد، شب برای واردات است.

لذا همیشه بزرگان می گفتند شب بگیر و روز خرج کن، یعنی چی؟ یعنی آن وارداتی که در شب می آید، آن معانی که در شب به ذهن می آید، نگذار آن معانی از بین برود و حیف بشود، رویش فکر کن و فردا که می خواهی از خانه بیرون بیایی مواظب باش بر طبق همان مطالب با مردم سلوک کنی این را می گویند خرج کردن بر طبق همان چه که در شب برایت آمده، آن نفعاتی که در شب آمده، آن معانی که در شب برایت ظاهر شده، بر طبق آن با مردم معاشرت کن، با مردم صحبت کن، با زن و

بچه‌ات ارتباط برقرار کن، وقتی که می‌بینی خدا به تو لطف کرده، به تو رحم کرده، تو را مورد عنایت قرار داده و از رحمت و الطاف خودش نصیبت کرده، تو هم فردا وقتی که با زن و بچه‌ات برخورد می‌کنی با تندی رفتار نکن، با لطف رفتار کن، با محبت رفتار کن، چون تو در اینجا مظهر لطف خدا واقع شدی، آن چیزی را که در شب فهمیدی آن را در ارتباط با زن، بچه، خادم، شریک، همکار، در خیابان، در مدرسه، در بیمارستان، در محل کار، دفتر کار، اعمال کن.

نگو این که دیشب بوده حالا اینجا هر کاری می‌خواهم بکنم، نه! یکی است، شب و روز یکی است، اگر این کار را در روز انجام دادی این باعث می‌شود که در شب بعد هم برای تو باز پیدا بشود، مراقبه در روز باعث ورود واردات و نفحات در شب بعد خواهد شد، مراقبه در روز، لذا اگر در روز مراقبه نداشته باشد آن شب خبری نیست، فایده‌ای ندارد، خودش را بکشد، صد رکعت نماز هم بخواند، فایده‌ای ندارد، چرا؟ چون در روز در قلبش را بسته بود، وقتی قلب درش بسته باشد این واردات می‌خواهد از کجا بیاید؟ این قلبش را بسته، گرفته شده، با این خلافی که انجام داده، با این حرفی که زده، با این مطلبی که موجب اذیت غیر شده، با این حرفش که موجب تکدر خاطر غیر فراهم شد، همین که دل او گرفت دل این بسته شد، حالا برو بازش کن، چی کارش می‌کنی؟ برو بازش کن.

دل که بسته شود شب که می‌خواهی بخوابی با دل بسته می‌خوابی، فایده ندارد آن شب، می‌گوید بگذار برای شب بعد آن شب دیگر رفت، اینها همه با هم مرتبط است، اینها مثل ظروف مرتبانه، آبی که در یکی می‌ریزی در آن هم می‌رود، اینطور نیست که بماند فقط منحصر به این باشد، ظروف مرتبانه با همدیگر ارتباط دارند، یک دلی را که از خودت می‌رنجانی بدان این دل باعث شده دل خودت هم کارش گیر پیدا بکند. یک حرفی که می‌زنی و این حرف یک تبعاتی ایجاد خواهد کرد برای دیگران تا وقتی که این تبعات همینطور وجود دارد این دل تو هم به دنبال آن تبعات متاثر خواهد بود.

وقتی که انسان یک حرف می‌زند، دیگر تبعاتش در اختیار او نیست، آدم از اول نباید بگوید، از اول نباید این باب را باز کند، ولی وقتی این حرف را زد این حرف می‌رود، به گوش او می‌رسد، از گوش او می‌رود به گوش دیگری می‌رسد، از گوش او به گوش دیگری، همینطور افراد روی این قضیه برحسب گنجایش خودشان و برحسب سعه وجودی خودشان و برحسب گذشت و عدم گذشت خودشان افراد مختلف هستند می‌رود و در نفسشان می‌ماند حالا تاچه وقت بیرون بیاید خدا می‌داند! تا وقتی که این حرف اثرش در نفس اوست این گرفتار است، گرفتار است! خب نگوید، بابا [اصلاً] نگو، آدم نگوید، نگوید و راحت باشد. چرا یک حرفی بزیم که ای داد بیداد! عجب حرفی زدم حالا این شنید، حالا بیافتد دنبال آن که به گوش او رسیده یا نرسیده، آقا می‌خواستی از اول نگویی! پس این مراقبه‌ای که می‌گویند حرفی که می‌خواهی بزنی قبل از آن فکر کن، برای چه وقت است؟

ماه رجب دارد می‌آید و خلاصه همانطور که در جلسه قبل عرض کردیم و بزرگان می‌فرمودند: که انسان قبل از ماه باید خودش را آماده کند، نه اینکه بگذارد ماه رجب بیاید، خب حالا

حواسمان را جمع می‌کنیم، از قبل باید آماده کند که این حالت انتظار ورود اشهر مبارکه رجب و شعبان و رمضان این اشهر ثلاثه که خیلی بزرگان به آنها تاکید می‌کردند را داشته باشد، وقتی که این زمینه و این بستر آماده شد آنوقت نفحات و واردات و درک معانی، وقتی که می‌آید انسان می‌گیرد.

در یک جلسه عصر جمعه با مرحوم آقا بودیم، بعد یک حالی پیدا شد در آنجا، مشخص بود که خلاصه افرادی که هستند متفاوتند، یکی به فکرخانه‌اش بود، یکی به فکر کارش بود، یکی به فکر چه بود، هر که در عالم خودش بود، بعد که آمدیم منزل، مرحوم آقا تصریح نکردند ولی اشاره کردند، انسان در جلسه است یک حال می‌آید از میان این افرادی که در این جلسه هستند یک دفعه می‌بینی فقط به دو نفر خورد، آن دو نفر هم حالا چه بودند...، توجه می‌کنید؟ بقیه هم نشسته‌اند، بقیه هم دارند گوش می‌دهند، بقیه هم دارند نگاه می‌کنند، بقیه هم سرشان را انداخته‌اند و این جور این جور هم می‌کنند! ها! بله، ولی هر کسی در یک فضای خودش است، هر کسی در عالم خودش است.

در یک جلسه در منزل یک بنده خدایی نشسته بودیم، مرحوم آقا صحبت می‌کردند، اتفاقاً صحبت‌شان هم یک صحبت اجتماعی بود، کاملاً مشخص بود افرادی که در اینجا نشسته‌اند الا شد و ندر همه منتظر این هستند که مرحوم آقا همان چیزی را بگویند که اینها می‌خواهند و دوست دارند، اصلاً چهره‌ها پیدا بود وقتی که نگاه می‌کردیم به چهره‌ها، منتظر بودند یک جمله‌ای که به به نفع‌شان است بگویند، یا یک حرفی که می‌خواهند بزنند مواظب بودند که مثلاً چه...، خب این که جلسه نشد، این که دیگر جلسه نیست، توجه می‌کنید؟

چه کسی نشسته و دارد نگاه می‌کند که ایشان چه می‌خواهد بگویند؟ اینکه من راست می‌گویم پس بینم ایشان [چگونه به نفع من صحبت می‌کنند... غلط است.] لذا وقتی که آقا یک حرفی می‌زدند، من بعد از جلسه می‌شنیدم که صد و هشتاد درجه [تغییر داده] و دارند می‌گویند، دیدی آقا این را گفت؟ بابا ما که این را شنیدیم چطور ما یک هم‌چنین برداشتی نکردیم؟ چطور ما یک هم‌چنین مسئله‌ای به ذهن مان خطور نکرد؟ این برای چیست؟ این برای این است که این ذهن آماده نیست، مطلب از زبان ولی خدا هم می‌آید ولی چون ذهن آماده نیست رد می‌شود و حتی اثر عکس می‌دهد، می‌گوید دیدی آقا به نفع من صحبت کرد؟ به نفع من یعنی چه؟ فلانی به نفع من صحبت کرد، من را بگذار کنار عزیز من! اگر بگذاری کنار دیگر نه نفع من است نه نفع تو است، یک حرف است، به نفع تو آن وقتی است که تو آن من را کنار گذاشته باشی، آن وقت به نفع تو خواهد بود، آن وقت آن حرف ولی خدا در تو آن تاثیری را که باید بگذارد می‌گذارد، و الانیم ساعت که سهل است، سه ساعت هم آن ولی خدا حرف بزند، تو فقط در این فکری که این حرفش به کجای او می‌خورد، آنجایی که به نفع است، به آنجا می‌خورد. این فایده‌ای ندارد، این آمادگی نیست، اگر انسان با این آمادگی وارد ماه رجب و شعبان بشود با سایر ایام فرقی نمی‌کند.

آمادگی این است که انسان وقتی می خواهد وارد ماه رجب و شعبان بشود قلب خودش را بگذارد روی دستش بگوید خدایا این قلب من، هر چی می خواهی خودت در آن بریز! این آن وقت می شود آمادگی، هر چه می خواهی خودت در آن بریز، هر چه می خواهی خودت در آن وارد کن، آنچه را که برای من لازم است خودت در آن بریز، نه آن چیزی که من می خواهم، آن چیزی که من می خواهم آیا به صلاح من است؟ برای من مفید است؟ موجب سد راه من نیست؟ اگر این طور شد خب بله! بسیار خب، خدا هم که دیگر بخیل نیست،

اگر ما نسبت به خدا این سوء ظن را داشته باشیم که خدا نگاه به ما نمی‌کند. از بعضی‌ها شنیدم که می‌گویند آقا آدم گاهی اوقات برای او یاس پیدا می‌شود، فلان کس از دوستان ما بوده خب حالا فلان جاست، یا فلان کس این همه پیش مرحوم آقا بوده بعداً این‌طور شد، فلان کس این‌طور بوده، خب از کجا معلوم است که ما هم به همین آفات و عاهات و به همین مسائل هم مبتلا نباشیم، از کجا معلوم است؟

خب این آیا توهین به عنایت خدا و به کرامت خدا نیست؟ آن شخصی که آن‌طور بوده مگر تو همان شخصی؟ چطور وقتی که یک بیماری اپیدمی در اجتماع وارد می‌شود تو نمی‌گویی که آن الان گرفت و رفت و بگذار من هم بگیرم! فوری می‌روی واکسنش را می‌زنی، چرا آنجا نمی‌گویی که همسایه‌ام گرفت و مُرد و آن هم گرفت و آن یکی هم این‌طور شد پس من هم ره‌ایش کنم! یا نه! آبی که دست هست می‌گذاری زمین بلند می‌شوی بروی واکسنش را بزنی، بلند می‌شوی بروی قرصش را بخوری چرا؟ چرا آنجا این حرف را نمی‌زنی؟ چرا وقتی که از منزل می‌آییم بیرون نمی‌گوییم فلان کس امروز رفت بازار و ضرر کرد، آقا ما اصلاً نمی‌رویم، یا بلند می‌شویم می‌رویم، او رفت ضرر کرد به من چه مربوط است، من باید بروم سر اشتغال و کار خودم، این از کجا پیدا می‌شود؟ از اینجا پیدا می‌شود که شیطان می‌آید، چون بالاخره شیطان اینجا ایستاده است دیگر، اینجا نیاز به شیطان ندارد که بیاید بگوید برو یا نرو، خود انسان وقتی که ضرورت را حس می‌کند دیگر نیاز ندارد که از جبرائیل و غیر جبرائیل برای واکسن زدن امضا بگیرد، یا منتظر شود خواب ببیند: آقا برو واکسن بزن، یا جبرائیل بگوید آقا برو انجام بده، یا اینکه استاد و ولی خدا بگوید که آقا برو واکسن بزن، چرا از ولی خدا سؤال نمی‌کنی؟ چرا منتظر خواب و عزرائیل و نمی‌دانم جبرائیل و میکائیل نیستید؟ چون اهمیت مسئله و ضرورت مسئله وجدانی شماست، این درک دیگر نمی‌گذارد که شما بروید، اما در اینجا چون ما هنوز باور نداریم، چون نمی‌خواهیم باور کنیم خدا را، نمی‌خواهیم این راه را باور کنیم آن جنبه یاسی که برای ما پیدا می‌شود آنچه را که ما می‌بینیم می‌آید به آن جنبه یاس ما کمک می‌کند. آن حالی را که از دیگران می‌بینیم، فلانی رفت و یک همچین حالی پیدا کرد، رفت بیرون! خب رفت بیرون، تو که فلانی نیستی، شناسنامه‌ات فرق می‌کند، پدرت، مادرت، خودت، اسمت، فامیلت، با او فرق می‌کنی.

اگر دو نفر رفتید بالای کوه و آن یکی خودش را از کوه پرت کرد پایین، شما هم پرت می‌کنی پایین؟ این یکی خودش را پرت کرد پایین من هم خودم را پرت کنم! می‌گویی این دیوانه است من چرا بیایم همان کار را بکنم؟ من که دیوانه نیستم، چون اهمیت مسئله را درک کرده‌اید می‌گویید او

دیوانه است چرا من باشم، این قضیه همین است، مسئله همین است.
انسان وقتی که نگاه می‌کند به آن افراد چرا به آن بشارت بزرگان توجه نکند؟ چرا به وعده بزرگان توجه نکند؟ چرا به آنچه که آنها رفتند و رسیدند و دعوت کردند توجه نکند؟ آنها می‌خواستند آدم را سرکار بگذارند که این حرفها را زدند؟ آنها می‌خواستند انسان را مشغول بکنند؟ با این کار چه چیزی گیرشان می‌آمد؟ چه

گیرشان می آمد؟ این روح مجردی که مرحوم آقا نوشتند از این کتاب چه گیرشان آمده؟ من به مرحوم آقا گفتم که آقا من اسم این کتاب شما را گذاشته ام آیین نامه سلوک! ایشان خندیدند گفتند: خیلی هم حالا همچین بی ربط نیست. واقعاً از نوشتن این روح مجرد چه چیزی گیر مرحوم آقا آمده؟ چه نفعی ایشان می برند؟ ایشان استادی داشتند و پیش آن استادشان راه رفتند و سیرشان را هم کردند و به مطلب هم رسیدند و بعد هم دارند می روند، بعد از اینکه این کتاب را نوشتند سه سال بعدش هم فوت کردند، این کتاب را برای من و شما نوشتند، توجّه کردید؟ که ما رفتیم و رسیدیم، بفرمایید این هم این کتاب، در آن هم این دستور، در آن هم این برنامه، فردا روز قیامت نگویند راه را نشان ندادم ها! فردا نگویند فقط تنهایی خوردم ها! فردا نگویند از این سفره شما را محروم کردم! ما سفره را باز کردیم برای همه، حالا که این طور هست پس بنابراین انسان نباید به خودش یاس راه بدهد و خود را از رحمت خدا ناامید کند.

باید بدانند که رحمت غلبه دارد و رحمت او همه جا را گرفته و ما خودمان با دست خودمان راه خودمان را می بندیم با دست خودمان راه را می بندیم، وقتی که تو می شنوی یک مطلبی را، به جای اینکه بیایی این مطلب را بپذیری بلند می شوی می روی سراغ این که یک جوری بیایی و بگویی این قضیه دروغ است، تو داری راه خودت را می بندی، توجّه کردید؟ پس نگو فلانی این قدر پیش آقا بود آخر آن طور شد، فلانی آن قدر بود آن طور شد، نه! تو با دست خودت، تو با زبان خودت، تو با فهم خودت داری راهت را می بندی.

فلانی هم که بود و این طور شد در همان موقع هم به فلانی این مطالب گفته شده بود، ترتیب اثر نداد، همان موقع به آن شخص گفته شده بود، ترتیب اثر نداد، اگر ترتیب اثر می داد این طور بود؟ همین طور بود؟ پس بنابراین این چه گلایه ای است؟ این چه یاسی است؟ این چه ناامیدی است؟ و این چه حرمانی است؟ و این چه بیچارگی و بدبختی است که یک نفر باید به آن مبتلا بشود و به واسطه کاری که خودش دارد انجام می دهد بیاید و تقصیر را بیندازد گردن خدا و بیندازد گردن ملائکه و بیندازد گردن عالم مدبّرات، که بله! خب این چه جوری می شود، آن این طور شد، خب ما هم شاید این طور بشویم، نه! آنها می گویند این حرفها نیست، هیچی نیست، بیخود چرا گردن خدا می اندازی؟ آقا رفتی خلاف کردی به تو گفتند این کار را نکن! رفتی خلاف کردی حالا بخور! حالا بخور! چرا دیگر گردن خدا می اندازی؟ چرا گردن ملائکه می اندازی؟ وقتی می گویند آقا این کار را نکن...، خب آنها چه کار کنند دیگر؟!

یک بنده خدایی آمده بود راجع به یک قضیه‌ای از ما سوال کرده بود، گفتم آقا این به صلاح نیست و من نسبت به این قضیه نگرانم، بعد رفت و مبتلا شد و بعد آمد گفت ما این کار را کردیم حالا چه کار کنیم؟ گفتم هیچی زدی چشمت را درآوردی و کور شدی حالا بنده چه کار کنم؟ من که نمی‌توانم سر جایش بگذارم، من که از اول گفتم نکن، حالا که چشمت را درآوردی... خب حالا البته یک راههایی خدا خودش باز می‌کند اما آقا از اول نمی‌رفتی، قضیه این جور نیست که ما برویم هر کاری انجام بدهیم بعد هم فرض کنیم که آب از آب تکان نمی‌خورد و مسئله‌ای پیش نمی‌آید و بعد تا آخر هم همین‌طور خواهد بود. نه خیر! یک تبعاتی دارد و

این تبعاتش حتی ممکن است به سختی از بین برود، نظام خدا و دستگاه خدا بی حساب نیست، بی حساب نیست. بله! اگر می‌گفتند فلان کار را انجام بده و انجام می‌دادی بعد مبتلا می‌شدی بیا گلایه کن، که آقا ما آمدیم همان‌طوری که خودتان گفتید انجام دادیم، همان‌طوری که خود بزرگان گفتند، ولی وقتی که گفته شد پس معلوم می‌شود که قضیه این‌طور نیست.

انسان باید مراقبه داشته باشد، انسان باید مواظبت کند، انسان باید به مطالبی که بزرگان فرمودند ترتیب اثر بدهد و نتیجه‌اش را هم خواهد گرفت، آنهایی که رفتند و به نتیجه رسیدند آنها گلوبول‌های خون‌شان با بقیه فرق نمی‌کرد همه یکی بودند، آنها هم افراد عادی بودند، خیال نکنید آنها در زندگی‌شان اصلاً اشتباه نداشتند، نه، اشتباه هم داشتند. بنده در چند جلسه قبل یک قضیه‌ای نقل کردم از مرحوم آقای حداد رضوان‌الله‌علیه و خوب چه اشکال دارد؟ خوب چه اشکال دارد؟ یک انسان است، یک بشر است اشتباه می‌کند، خطا می‌کند بعد کم کم این نقصش تبدیل به کمال می‌شود تا به مرتبه کمال می‌رسد، همه همین هستند، همه مگر قرار است از اول چهارده معصوم باشند؟ مگر این اولیا از اول جزء چهارده معصوم بودند؟ آنها فقط چهارده نفر بودند تمام شد، ولی بقیه که این‌طور نبودند، بقیه افراد عادی بودند، خطا می‌کردند چوبش را می‌خوردند، راه درست می‌رفتند اثرش را می‌دیدند. مرحوم علامه طباطبایی می‌گفتند که هر روز که من مراقبه‌ام قویتر باشد مشاهداتم در شب مجردتر و نورانی‌تر است، این قضیه برای همه است، همه ما همین‌طور هستیم، همه ما!

یک روز خلاف بکنیم، یک روز خطا بکنیم، یک روز کاری که نباید بکنیم انجام بدهیم، این مسئله تاثیر می‌گذارد، حرفی را که نباید بزنیم، حرفی را که می‌دانیم اگر به گوش یک شخص برسد عکس‌العمل نشان بدهد، خوب چرا می‌زنیم؟ خوب چرا این حرف را می‌زنیم، چرا این کار را انجام می‌دهیم؟ بله؟! خوب اینها همه همین‌طور بودند مثل ما همه مراقبه داشتند، همه اینها نفس داشتند، گاهی اوقات نفس این‌جور می‌گفت، گاهی اوقات نفس آن‌جور می‌گفت، همه اینها در زندگی‌شان گذشت داشتند.

مرحوم آقا در آن کتاب‌شان راجع به آن مسائلی که در تهران بود و اتفاق افتاد و گذشت‌هایی که کردند یا راجع به مطالبی که مربوط به جریانات بعد از فوت مرحوم پدرشان بود خوب اینها را برای ما دارند می‌گویند، همین کارها را کردند، همین مسائل را انجام دادند، کم کم جلو رفتند، تفکرات آنها در طول سالها تغییر کرده، این‌طور نبود که از اول اینها یک تفکر داشتند از همان موقع ۱۵ سالگی تا موقع ۷۰ سالگی که از دنیا رفتند فقط همین یکی بوده، نه آقا هزار تفکر در انسان عوض می‌شود، هزار

تفکر پخته می‌شود، هزار جور انسان تغییر پیدا می‌کند تا خب بعد به مرحله کمال می‌رسد خب قاعده‌اش هم همین است، می‌گوییم ما چهارده معصوم نیستیم، آنها حساب خودشان را داشتند و مسائل خودشان را داشتند، ما افراد عادی هستیم عمل بکنیم به دستورات یک به یک به فعلیت بعد می‌رسیم، عمل نکنیم آن فعلیت بعد را از دست خواهیم داد، یعنی اگر هم قرار بر این است که وارده‌ای پیدا بشود این عمل نکردن ما جلوی آن را خواهد گرفت و این نظام است، این دیگر نظام

است، قاعده این است، ان شاء الله که امیدواریم خداوند به همه توفیق ادراک مبانی بزرگان و عمل به آنها را عنایت کند.

من خودم در یک مجلسی بودم در زمان گذشته، این قضیه الان یادم آمد، یک مسئله‌ای اتفاق افتاده بود و نسبت به یک نفر و او یک خلافی کرده بود، خلافی کرده بود و نسبت به آن خلافش مورد اعتراض قرار گرفته بود، بعد آن شخص رو کرد به من و گفت که آیا این مطلب به این کیفیت بوده؟ شما در جریان هستید؟ من نگاه کردم دیدم مقداری از این قضیه‌ای که اتفاق افتاده تقصیر این نیست، گرچه مقصر بوده نسبت به ادامه این مسئله و خلاف کرده و علی کل حال خلافش هم دامنش را گرفته بود، ولی نسبت به بخشی از این نه! گفتم که من الان باید بگویم؟ آقا این نسبت به ثلث این قضیه، ربع این قضیه تقصیر ندارد نسبت به مسائل دیگر بله! بعد با خودم این فکر را کردم که اگر من بخوام الان این را بگویم این قضیه مربوط به حدود بیست سال پیش است شاید اثری که باید مترتب بشود بر آن خلاف کم بشود، بعد گفتم خب بشود! کم بشود یا زیاد بشود، من نباید به آن کاری داشته باشم، الان من نسبت به این مقدار از قضیه که اتفاق افتاده باید شهادت بدهم که آقا این مطلبی که در اینجا هست این شخص نسبت به این قضیه نخیر! این تقصیر نداشته و بقیه آن را دیگر خودشان می‌دانند، گفتم بنده شاهد نسبت به این مطلب هستم که نسبت به این مقدار ایشان مقصر نبوده و من در جریان هستم و مطلب به این کیفیت نیست و همین باعث شد که آن نظر و جدتی [شدتی] که نسبت به آن بود، کم بشود، خب بشود! من که نمی‌توانم از حق بگذرم، من که نمی‌توانم حالا به خاطر اینکه این یک عمل خلافی انجام داده دیگر او را بکوبند دیگر تا هر جا که شد، وقتی که من این مطلب را گفتم یک دفعه اصلاً به طور کلی فضا برگشت و آن شخص که نسبت به من یک نظر خلافی داشت دید نه! جای آن من آن چیزی را که حق است می‌گویم، گرچه به شخص مقابل خود باشد، ولی باید انسان حق را باید چه کار کند؟ بگوید.

مراقبه چیست؟ مراقبه همین است! حالا اگر من در آن شب این مطلب را نمی‌گفتم و می‌گفتم اصلاً رهایش کن یا می‌گفتم نمی‌دانم، یا می‌گویم یادم نیست نمی‌دانم! آن انس بن مالک بود؟ که وقتی حضرت فرمودند: تو بودی در آن قضیه، گفت یا علی پیر شده‌ام، پیری مرا گرفته و فراموشی برایم پیدا شده و یادم نمی‌آید!! حضرت می‌گفتند تو یادت نمی‌آید!! خودتی!! من دارم می‌گویم حضرت نگفتند خودتی، حضرت چیز دیگر به او گفتند، خودتی را من اضافه می‌کنم، بالاخره این مقدار از حضرت اجازه می‌گیریم که این را به این مرتیکه بگویم که با کمال پرروئی و بی‌شرمی آنجائی که باید از حق

دفاع کند می گوید من پیر شده‌ام، گفت حالا که پیر شدی و داری دروغ می گویی خدا کورت کند و یک پیسی بیاورد در پیشانیت که نتوانی آن را بپوشانی.

خب حالا اگر من می آمدم در مجلس این را می گفتم، من دارم نمونه نشان می دهم ها! که همه مان همیشه صبح تا شب مان همین است، این که می گویم صبح تا شب برای مراقبه است و شب مراقبه ندارد این است حالا اگر من در آن مجلس می گفتم حالا که قرار است او را بکوبند بگذار بکوبند، من صدایم درنیاید،

می گفتم نه یادم نیست و اصلاً چه می گوید شما ...

من دارم در کتاب می نویسم که بعد از فوت آقا این جنایات انجام شده، این فجایع انجام شده، این مطالب انجام شده، طرف می گوید آقا این حرفها همه دروغ است!! دروغ کدام است آقا؟ مگر به همین راحتی می شود انسان بگوید دروغ است؟ به همین راحتی مگر می تواند انسان بگوید دروغ است؟ خب بدبخت! من این را برای تو نوشتم، که این نمازی که داری می خوانی، آن عمامه ای که سرت گذاشتی، آن تبلیغی که می روی در سرت نخورد بیچاره، من این را برای تو نوشتم، برای تو نوشتم که این سالهایی که پیش مرحوم آقا رضوان الله علیه بودی هدر نرود، وگرنه گذشت آن زمان.

اگر دروغ بوده دروغ بوده، اگر راست هم بوده خب راست بوده، توجه می کنید؟ اگر من می آمدم در آن مجلس می گفتم نه این طور نیست و آن طور نیست و دیگر یادم نمی آید، خب چه می شد؟ آن شخص مورد عتاب و خطاب و اعتراض بیشتر قرار می گرفت، اما من چه می شدم؟ این وسط چه کسی ضرر می کرد؟ من، ما ضرر می کردیم، پس این فرصت خیال نکنید پیدا نمی شود، برای همه ما پیدا می شود، برای من آن روز پیدا شد و روزهای بعد پیدا شد و روزهای بعد و روزهای بعد، برای شما هم پیدا می شود، امروز پیدا نشود فردا پیدا می شود، خیال نکنید جوری ما زندگی می کنیم که در معرض یک همچنین جریاناتی قرار نمی گیریم، نه خیر! خدا برای همه ما پیش می آورد، خدا برای همه ما پیش می آورد و همین قضیه موجب حرکت است.

این بحث را مثل اینکه پارسال در همین شبهای ماه رمضان مطرح می کردم که اصلاً حرکت انسان برای همین فرصتهاست، آن شخصی که یک هم چنین فرصتهایی برایش پیدا نشود که برخلاف میلش بگوید حرکت ندارد، یعنی یک همچنین فضاهایی باید پیدا بشود و پیدا می شود و در برنامه ما هم می گذارند و بعد می گویند حالا چی کار می کنی؟ حالا چی کار می کنی؟ آدم می ماند حالا ببینیم، حالا باشد، حالا برویم ببینیم چه جوری است، هیچی، بعداً هم بلند می شویم می رویم و بعد هم چه؟ رفوزه، یک صفر می دهند درشت یک خط این طرفش که نمره نگذاری، یک خط هم این طرفش که نمره دو نگذاری بشود بیست، صفر خوب و قشنگ می دهند، در این قضیه رفوزه شدی حالا ببینیم قضیه دومت چیست؟ قضیه سومت چیست؟ توجه می کنید؟ این است.

انسان به واسطه این فرصتها می تواند به آنچه را که خداوند برای بندگانش نسبت به تقرب و مجرد خودش در نظر گرفته است هوشیار باشد و مواظب باشد، به قول مرحوم آقا گوش به زنگ باشد، گوش به زنگ باشد، البته مقداری مطالب و تذکرات راجع به این اشهر هست که ان شاء الله در جلسه

بعد خدمت رفقا عرض می‌کنیم، خداوند همه ما را موفق کند نسبت به درک مسائل و مبانی و نسبت به عمل به آن توفیق بیش از پیش عنایت کند.

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ