

خود شناسی (جلسه ۳۰ - دوره هجدهم)

اعوذ بالله السميع العليم من الشيطان الرجيم بسم الله الرحمن الرحيم الحمد لله رب العالمين و صلى الله على سيدنا محمد وآله الطيبين الطاهرين المعصومين سيما بقيه الله في الارضين و لعنت الله على اعدائهم اجمعين من الآن الى قيام يوم الدين اللهم ارنا الحق حق حتى ناتبه و ارنا الباطل باطل حتى ناجتبه و اجعلنا من الذين عرفوا انفسهم

بحث در مبارزه با نفس بود و عرض شد راه وصول و تحصیل ایمان، مبارزه است، اما مبارزه با نفس. راه تحصیل ایمان، جهاد است، جهاد با نفس، و "اعدی عدوک، نفسک التی بین جنیبک". "دشمن ترین دشمنان شما، نفس شماست که در درون شماست". در بیرون از وجودتان دنبال دشمن نگردید. دشمن اصلی در درون شماست. "ذللوا انفسکم"، "نفستان را خوار و ذلیل کنید". همه اینها حکایت از این دارد که انسان خودش را به معنای واقعی و حقیقی خودش نمیشناسد و چون خودش را که همان "فطرت الله التی فطر الناس علیها" است نمیشناسد و غیر خودش را به جای خودش میگذارد، فلذا باید با خودش مبارزه کند تا این خود، معنای واقعی اش را پیدا کند و انسان به حقیقت واقعی اش برسد. یکی یکی آنچه را که به عنوان خود جایگزین خود حقیقی شده و ما او را به حساب خودمان میگذاریم و خودمان فرض میکنیم، نیازهای او را نیازهای خودمان میدانیم. گاهی بعد نباتی، خود ما فرض میشود و اینقدر که به مسائل نباتی خودمان توجه داریم، به بعد انسانی مان توجه نداریم. بعد نباتی یعنی آن بعد رشد و نمو. اینقدر که به فکر تولید مثل هستیم، به فکر رشد جسمی هستیم، به فکر مسائل دیگر نیستیم. اینقدر که به فکر شکم هستیم و ماتحت آن، به فکر عقل نیستیم. وقتی میگوئیم با خودت مبارزه کن یعنی با این ابعادت مبارزه کن و خودت را پیدا کن. خودشناسی یک علم است و مساوی با خودشناسی ایمانی نیست. بعد از اینکه به علم خودشناسی رسیدی، باید مبارزه با نفس کنی تا خودت را بشناسی نه به علم، بلکه معلوم را شناسایی کنی و به معلوم برسی. داشتن این علم یک وسیله است و کمال نیست، هدف نیست، مقصد نیست، بلکه وسیله است تا خودت را پیدا کنی و پیدا کردن خود، مبارزه و جهاد و ریاضت میخواید. بدون مبارزه و بدون جهاد حاصل نمیشود. در مسیر تحصیل علم خودشناسی، هرچقدر که مبارزه با نفس کردی، همان مقدار به خود حقیقی ات رسیدی و پرده ها و حجاب ها را کنار زدی. گاهی برای به دست آوردن علم خودشناسی، ناگزیر هستی کلی خواسته های دیگر و هواهای نفسانی را کنار بزنی و از همان اول شما به این درجه از خودشناسی رسیده بودی که آنچه را که تا الان خودت میدانستی، خودت نبوده. اما اینکه خودت چه و کی هستی، محتاج میبینی به اینکه آموزش ببینی و احتیاج به خودشناسی پیدا میکنی. اما مرحله قبلش را طی کردی و میدانی که من اینی که الان میدانم و میبینم نیستم و نیازهای من، این نیازهای شکم و شهوت و غیره ام نیست. اما حالا اینکه چه هستیم، اینکه چه ها نیستم را خیلی ها راحت بهش میرسند، گرچه این هم مشکل است. به این مرحله، مرحله یقظه و بیداری می گویند. اگر کسی رسید به اینجا که حتی احتمال دارد که اینی که فکر میکرده تا الان نیست و نیازهای واقعی اش، خوردن و خوابیدن و ... نیست، حتی اگر یقین نکند و فقط احتمال بدهد، این باعث میشود بیدار شود و دیگر نمی تواند آرامش های قبلی اش را داشته باشد و کارهای قبلی را انجام دهد. چون احتمالش را می دهد که نکند با آن کارهای قبلی مثل خوردن و خوابیدن و ... سعادتش تامین نشود و مبتلا به عذاب میشود و به جهنم. بنابراین حرکت میکند و اینجا اول راه و اولین گام است. "آب کم جو تشنگی آور به دست، تا بجوشد آبت از بالا و پست". "آب کم جو" یعنی ابتدای راه این نیست که به شما گفته شود که هستی. ابتدای راه باید به ما گفته شود که تو که نیستی، اینهایی که تا الان فکر میکردی هستی، نیستی. انسان باید یا از غفلت و یا از جهل مرکب خارج شود. گاهی اول کار ما فکر میکنیم که همین هستیم که تا الان بودیم! یعنی یک حیوان بالفعل که میخورد و تفریح و ... و معتقدیم که غیر این نیستیم، که این میشود جهل مرکب. گاهی جهل مرکب نداریم اما غافل از این هستیم که چه هستیم و چه نیستیم. وقتی به مرز اینکه احتمال بدهیم که چه هستیم و چه نیستیم رسیدیم، بهش میگوئیم مرزتعل که اینجا احتیاج به آموزش و خودشناسی داریم. تا قبل از این مرحله، خودشناسی زود است و اگر آموزش دهند زود است و مباحث را حرام کرده و هدر داده، زیرا نباید حکمت را به غیر اهلش داد. در روایت داریم که فرمودند "لا تعلق الجواهر علی اعناق الخنازیر"، "گوهر ها را به گردن خوک ها نیندازید". خوک یعنی حیوان بالفعل که دنبال شهوت و ... است. یک مراحل مقدماتی را باید طی کند تا زمینه آماده شود. گاهی هنوز بچه است و اگر زود مباحث خودشناسی را برایشان مطرح کنی، آنها بوزده میشوند گاهی به تعبیر عامیانه. یعنی یک سری مطالب به گوشش میخورد اما متوجه نمیشود و قدرش را نمیداند. مثل کسی که آب را در اختیارش میگذاری و تشنه هم هست، اما چون احساس تشنگی ندارد، شما آب را میدهی دستش که بخورد، او می ریزد دور. این آب هدر رفت، نیروی شما برای تحمیل کردن و در اختیار گذاشتن آب تلف شد. امکانات شما که باید صرف افرادی که هم تشنه اند و هم احساس تشنگی دارند میشد، صرف کسانی شد که تشنه هستند، البته همه انسان ها تشنه اند، "یا ایها الناس انتم الفقرا الی الله" و احساس تشنگی ندارند شد. بنابراین گام اول این است که شما احساس تشنگی ایجاد کنی، "آب کم جو تشنگی آور به دست، تا بجوشد آبت از بالا و پست" اینکه میبینید

که گاهی در اثر ارتباط زیاد با جلسات دینی و معارف اسلامی، احساس بلااستفادگی میکنیم و احساس میکنیم که دیگر بهره ای نمیببری، یا آن بهره ای که اول کار مبردی را نمیببری. این به دلیل همان مسئله ای هست که عرض کردیم که احساس تشنگی ات را از بین بردی. گاهی ممکن است تشنگی ات رفع شده باشد، اما این فرض بسیار دور است و به این زودی و به این سرعت و در این سن، آن هم انسانی که مملو از سوراخ هایی است که حقایق و معارف و آب معنویت را رد میکند و نگه نمیدارد. و مرتب انسان در زندگی با مسائلی مواجه میشود که انسان را با خودش سرگرم میکند و او را غافل میکند از آن حقایقی که فرا گرفته، انسان را می فرمایند که النسیان است به یک معنا، و یک معنای دیگر از آنس است. "انه کان ظلوما جهولا". مثل آبکش میماند که تا وقتی توی آب هست میبیند که مملو از آب هست و احساس استغناء میکند و میگوید که چه کسی گفته که "یا ایها الناس انتم الفقرا الی الله"؟! نه خیلی هم کارمان درست است، اما همین که از آب فاصله میگیرد، با گذشت زمان، که بستگی به اندازه سوراخ ها دارد، جلسه شرکت کرده، یک یا دو روز بعد دوام می آورد، روز سوم از پا در می آید و نیروی روانی، نیروی ایمانی تحلیل میروند. گاهی سوراخ ها کمی ریزتر شده، چون باید کم کم سوراخ ها را بگیری، ایمان می آید و سوراخ ها را پر میکند، پر میکند به این معنا نیست که فقیر الی الله نباشیم، بلکه اتصال و ارتباط ما را با آب چنان برقرار میکند که هرکجا هستیم آب میبینیم. نه اینکه سوراخ ها را پر میکند، این یک تقریب به ذهن است. انسان فقیر الی الله هست و اینکه گفته "ناس" یعنی همه حتی امام معصوم که "فقیر الی الله" است. منتهی یکی است که همیشه خدا با اوست و او هم با خداست، اما ما نه، خدا همیشه با ما است، اما ما نیستیم. وقتی جلسه تشکیل میشود و موعظه میشود، با خدا هستیم، اما وقتی نیستیم در جلسه، بعد از مدتی کم کم از خدا جدا میشویم. بستگی دارد به اینکه ما چقدر با آب انس گرفته باشیم و چقدر آب بینیم. "ما رأیت شیئاً و رأیت الله قبله و بعده و معه" یعنی من دائم الاتصال و متصل به منبع اصلی هستیم، حضرت علی (ع) فرمودند. سر اینکه میبینید احساس استغناء دارید و بی نیازی، این است که میگوئیم "آب کم جو تشنگی آور به دست". چگونه تشنگی به دست آوریم و به حالت تشنگی ای که قبل از جلسات داشتیم؟ راهش این است که آنچه را که فراگرفتی تبلیغ و منتشر کنی. "زکات العلم، نشره". زکات یعنی پاکیزگی و نمو. اگر میخواهی آنچه را که یاد گرفتی، رشد کند و پاکیزه شود. اگر فقط شنیدی و خوردی و پس ندادی، غذا میخوری خب باید.... اگر یک دریا بودی اما دریایی که دورش بسته است و راکد است، آب جریان ندارد در آن. دریا هم که آبش تمیز است چون تبخیر میشود و باران می آید دوباره و درحال گردش است. و آلا اگر توقف پیدا کند و راکد شود، میگذرد. آن احساس استغنائی که در خودت میبینی، نشانه گنبدیدن علوم و معارف و حکمت است و زحمات دیگران را به گند کشیدی و هی خوردی و تبلیغ نکردی. اگر شما بخوری و بخوابی و از نظر جسمی فعالیت نکنی و ورزش نکنی، معلوم است چه میشود. تمام رگ های قلبت بسته میشود و سکنه و انواع بیماری های دیگر که تمامش در اثر ورزش نکردن است، میگیری. فرقی نمیکند. "زکات العلم نشره". هر کجا که هستی، هرچقدر که ازت بر می آید کار و تلاش کن. فلذا میگوئیم العالم بلاعمل، کسی که علوم را فراگرفت ولی در مقام نشر و تبلیغ و عمل به علومش نیست، مثل شجر بلاثمر است، درختی که خشک است و سایه هم ندارد، نه اینکه میوه ندارد، حتی سایه هم ندارد، درخت خشک هم یک ثمری دارد. اما عالم بی عمل مثل درخت بی ثمر است. یکی از عمل های ما بر اساس علمی که داریم، تبلیغ و انتشار علممان است. نگوئید که ما صلاحیت کافی نداریم و به آن درجه و مرتبه نرسیدیم! نشان دهید که چه کسی غیر از معصوم، رسیده؟! هر کسی هرچه دارد را عرضه میکند. البته هرچه دارد. و جهل مرکب هم نداشته باشد که داری و خیال میکنی نداری. بیدار شو و آنچه را میدانی بگو. "من عمل بما یعلم، علمه الله ما لایعلم" گاهی امکان تبلیغ حضوری نیست، بنویس، همین هایی را که میشنوی از شردنش و شروع کن به یادآوری و پیاده کردن مطالب جلسات. عناوین و فهرست ها را در جلسات یادداشت کن و بعد از جلسه با توجه به عناوین، جلسه را یادآوری و یادداشت کن. مطالب را کامل کن، که اینجا حتما کامل نیست و نمیشود کامل باشد، که نه وقت و نه توان و نه بضاعت و ... اش است. هرکس باید به سهم خودش در این مسیر کار و تلاش کند. مرز تعقل، مرحله اول بیداری و یقظه است. اگر کسی به یقظه نرسیده، برسانیدش. اگر به مرز تعقل نرسیده، کاری به او نداشته باشید، یا بخورد یا بخوابد تا بزرگ شود و برسد. یافته ها را بگوئید و از خودتان نبافید. بیخودی سرهم نکن. هرچه میدانی و می یابی و میفهمی و رسیدی را بگو. از قول به غیرعلم نهی شده، یعنی چیزی که یقین نداری و مطمون نیستی چرا میگویی. "لا تفتق مالیس لک به علم". اگر نیافتی، پس از کجا میدانی درست است و اگر یافتی، همانقدر که میدانی بگو و اگر نمیدانی، بیخودی وقت خودت و دیگران را نگیر. اگر میبینی که اثر ندارد، به خاطر این است که ما میبافیم و نمایش میدهیم، کسی با عملش فیلم بازی میکند و نمایش میدهد، و یکی با گفتارش و کلماتی را ردیف میکند که قشنگ است و میسازد و میبافد و تحویل میدهد، و میبیند که یک عده مشتاق و علاقمندند، اینها را سرگرم میکند. "ان العالم اذا لم يعمل بعلمه، زلت موعظته عن القلوب كما یزل المطر عن الصفا" عالمی که به علم خود عمل نمیکند، دو حالت دارد، یا سوء انتخاب دارد و یا خودش هم باور ندارد و حقایقی را که میگوید خودش هم قبول ندارد. "قول مطبوع از درون سوزناک آید که عود، چون همی سوزد جهان از وی معطر میشود" او خودش هم تحت تاثیر حرفهایش نیست، دیگران چطور تحت تاثیر حرفهایش قرار بگیرند؟! حضرت میفرماید عالمی که به علمش عمل نکند، موعظه های او متزلزل میشود و در قلوب مردم مستقر نمیشود. میرسد به قلوب، چون

مطالبی که میگوید مطالب خوبی است و بارز است. اما در قلب مستقر نمیشود و میلغزد. اگر یک سنگ صاف و گرد و صیقلی داشته باشیم، باران ببارد، قطرات باران روی سنگ مستقر نمیشود، فقط میخورد به سنگ و میلغزد. در مبارزه با نفس، قوانین مبارزه باید رعایت شود. قوانین مبارزه با دشمن بیرون. اولاً معلوم شود که دشمن درون باید بدانیم که لشگریانی و جنودی دارد. یعنی وقتی شما میخواهی مبارزه کنی، باید یک سری لشگر و نیروی مبارز داشته باشی و اگر توجه به این را نداشته باشی و فکر کنی که جهاد با نفس از این جهات عقلایی با جهاد با دشمن بیرون فرق میکند. در جهاد بیرون، انسان خیلی حواسش را جمع میکند، میگرده و دوستان و دشمنانش را شناسایی میکند، یارگیری میکند و هر جایی دوستی شناسایی کرد، آن را جذب میکند به عنوان نیروی خودش. عین همین ماجرا درباره جنگ درون هم هست و باید نیرو داشته باشی در این جنگ. چقدر افرادی که در مسیر مبارزه با نفس، بدون نیروی جنگی یا با حداقل نیروی جنگی، وارد شده اند. جمع آوری لشگر و نیرو، جزء مهمترین قسمت های جهاد با نفس است. بی گذار به آب نزنید. جهاد و مبارزه نابرابر، مساوی با شکست است. در جنگ با دشمن بیرون، اگر دشمن نیروهای قوی و بیشتری دارد، شما به عنوان یک عاقل، اقدام به جنگ با او میکنی؟ نه. چه کار میکنی؟ سعی میکنی که تا وقتی که نیرو برای جنگیدن به مقدار کافی فراهم نشده، اقدام به جنگ نکنی. بحث ما هم همین جاست. شما اول خودت را شناسایی کن. نیروهایی که در این مبارزه بهش نیاز داری، ببین چی هاست، اول اینها را فراهم کن، بعد اقدام به مبارزه با نفس کن، اقدام به سیر و سلوک الی الله کن و حرکت کن. و الا در بین راه، شکست میخوری و زمین گیر میشوی و از ادامه راه محروم میشوی. این راه، نیرو و عده و عده میخواهد. عده و عده شما در این جهاد و مبارزه و لشگر شما، جنود عقل است. یعنی باید بفهمی و معرفت و شعور پیدا کنی. هر چقدر معرفت شما و عقل شما و خودشناسی شما، ببینید اینها را مترادف قرار دادیم، بیشتر باشد، موفقیت شما در این جهاد و مبارزه بیشتر است. این لشگریان شما، لشگریان دشمن شما، جنود جهل است. روایت جنود عقل و جهل در این رابطه است. اینها مباحث سمبلیک نیست که بشنویم و وقتی گذرانده باشیم نیست، بلکه امور واقعی زندگی ماست. فرمانده لشگر عقل در مملکت وجود شما کیست؟ کی باید باشد؟ خدای رحمان. این جنود، جنود رحمان است و بدون فرماندهی خداوند، این جنود کاری انجام نمیدهند. یعنی از این جنود خبری نیست. نه اینکه هست و بدون فرماندهی خداوند، این جنود کاری انجام نمیدهند. یعنی از این جنود خبری نیست. نه اینکه هست و کاری انجام نمیدهد، بلکه نیست. فرمانده دشمن و جنود جهل در وجود شما شیطان است. خدای رحمان که فرمانده جنود عقل است، کدام خدا است؟ آن خدای رحمانی که فلاسفه میگویند که بی نهایت است و مافقط مفهومی از آن را درک میکنیم و حقیقت و ذاتش را نمیشود درک کرد و به کنه ذاتش برسیم و محدودیم؟ همان خداست اما به مقدار ظرف وجودی خود ما و به اندازه خود ما. آن خدای خودمان. هر کس خدایی دارد. به اندازه ای که خدا دارد و آن خدای خودش، رب خودش، "من عرف نفسه، فقد عرف ربه". به آن مقداری که مامور به شناخت هستیم. مامور به خداشناسی هستیم دیگر. اگر این خدای فلسفی بی نهایت باشد، که حضرت میفرماید: "ما عرفناک حق معرفتک"، "ما حق معرفتت را نشناخته ایم" و نمیتوانیم بشناسیم. محدودیم و او نامحدود است. قابل ادراک نیست. معلوم همیشه محاط است و عالم همیشه محیط است. خدای متعال هیچ وقت محاط نمیشود و ما هیچوقت محیط بر او نمیشویم. عقلا ممکن نیست. پس خدای درونی و خدای خودت، آن "فطر الله التی فطر الناس علیها" که اینجا باید در مرحله خودآگاه با اختیار و انتخابی که داری، از جنود عقل و رحمان استفاده کنی و با جنود جهل که فرماندهی اش به دست شیطان است، بجنگی. در این مبارزه جنودی لازم است. اگر کسی نیرو کم دارد، یعنی عقلش کم است و علوم و معارفی که باید از دین فرا بگیرد را فرا نگرفته. یا هنوز به آن مرحله نرسیده تا بتواند بیاموزد و فرا بگیرد، چون عاقل شدن و فهمیدن، کار هر کسی و هر بچه ای نیست. بچه تا وقتی کودک است، توانایی ادراک و فهم حقایق را ندارد. پس اینها خارج میشوند. فلذا میبینیم که خیلی از اولیا خدا برخوردارند با ما گاهی وقتی که میروید و میگویید که میخواهید سیر و سلوک کنید و دنبال راهنمایی و دستورالعمل هستید، مثل آن طلبه ای که رفته بوده پیش یک از بزرگان (آیت الله بهجت) که گفته بود میخواهم سیر و سلوک کنم، ایشان کلی خندیده بودند به آن شخص و بعد گفته شما برو غذای خوب بخور، خواب خوب داشته باش و به جسم و بدنت رسیدگی کن، یعنی تو حالا بچه ای و بزرگ نشد و هنوز نیروهای اولیه ای که لازم است برای اینکه بتوانی جنود عقل را فراهم کنی و بیاندیشی، نرسیدی. فعلا باید حرف گوش کنی و در مرحله تعبدی. از این مرحله خارج نشدی و هنوز به مرحله تعقل نرسیدی. فلذا اگر به اینها توجه نکنید و کسانی که مرحله تعقل نرسیده اند و هنوز در عالم بچگی و تعبد هستند، به اینها آموزش بچگی دهند، چون هنوز کشتش ندارند، یا خودشان میبُرند، یا علیه آن کسی که آموزش میدهد قیام میکنند که از دین خارج شده و حرفهایی میزند. پیغمبر اکرم در مورد ابوذر و سلمان فرمود که "لو علم ابوذر ما فی جوف سلمان، لقتله" اگر ابوذر که مقامش پایین تر است میدانست که چه در درون سلمان میگذرد یا سلمان از آنچه در درونش میگذشت به ابوذر خبر میداد. گاهی برای خود ما هم ممکن است پیش بیاید که یک حرف هایی را نمیفهمیم و سطحش بالاتر از این است که قبول کنیم. حالا ما میگوییم بالاتر، اما کسی که کشتش ندارد و نمیفهمد، میگوید این حرفی غلط است و کفر است. اگر دیدید که کشتش ندارید، یک نگاه به طرفی که از این حرفها میزند بکنید و احتمال بدهید که شاید هنوز بزرگ نشده اید تا آنچه را او میگوید درست است را بفهمید. خیلی بزرگ شده باشم، قد ابوذر کم که پیغمبر

در موردش فرمود: " لو علم ابوذر ما فی جوف سلمان، لقتله " کشتش نداشت و او را میکشت. " لو علم ابوذر ما فی جوف سلمان، لکفره " چقدر ابوذر سطح تفکر معنوی توحیدی الهی اش پایین است، او را تکفیر میکرد که اصلا موحد و خداپرست نیست و مشرک است. توحید اینجوری است که مراتب و درجات بالاتر ایمان، پایین ترها را اصلا قبول ندارد. " حسنات الابرار، سیئات المقربین " این کارهایی که ما انجام میدهم و به حساب خودمان کارهای خوبیست، برای کسانی که مقامشان بالاتر است و مقربین هستند، سیئه و گناه و معصیت است. یعنی این سطح از معرفت و اخلاص ما که باهاش نماز و روزه و ... داریم، اگر آن کسانی که از ما بالاترند و مقرب ترند، بخواهند با همین سطح عمل کنند، مرتکب حرام شدند و آن نماز باطل است. نماز ما برای ما درست است اما برای امام علی (ع) باطل است و نماز نیست. بنابراین یکی از سفارشات که امام خمینی میفرمودند این بود که مقامات بالاتر را منکر نشوید و نگویید نیست و نه، بیخود میگوید؛ احتمالش را بدهید. این معنای از احتمال و امکان که ممکن است باشد، همان معنایی است که از بوعلی نقل شده " کلّ ما قرع سمعک "، هر چیزی که به گوش شما خورد، " فی بقعة الامکان " آن را در جایگاه امکان قرار بده. ممکن است امکان داشته باشد. این امکان غیر از امکان در منطق است که امکان خاص و عام دارد. یک قسم سوم از امکان است که در منطق هم نیامده، که یعنی بگو نمیدانم، شاید، شاید ممکن به امکان خاص باشد. شاید ممکن به امکان عام باشد. شاید اصلا ممکن نباشد، ممکن است ممکن نباشد و ممکن است ممنوع باشد. زود نگو نمیشود. این چقدر انسان را رشد میدهد و بالا میبرد؟! پس باید اول نیروهای لازم را به دست بیاورد که ازش تعبیر میکنیم به توانستن. کسی که نمیتواند، هرچقدر هم که بخواهد و حسن انتخاب داشته باشد، فایده ندارد. حسن انتخاب دارد، اما خواب است یا بیهوش است، به چه درد میخورد، نمیتواند و کاری از او بر نمی آید، توانایی لازم است. کسی که بنیه جسمی اش، توان عصبی و روانی اش ضعیف است، نمیتواند، زود خسته میشود و میبرد. باید به اینها رسیدگی کند. منتهی اینها خودش دو مرحله دارد. مراحل ابتدایی و مراحل انتهایی. مراحل انتهایی اش با تحصیل ایمان درست میشود، مراحل ابتدایی اش، کسی که از سلامت ذهن برخوردار نیست، مثلا وسواس دارد، این مبحث مفصلی است که توانایی روانی به دست آوردن، کسی که حال و حوصله نشستن و گوش کردن به مباحث و معارف دینی را ندارد، میخواهد سیر و سلوک و جهاد با نفس کند؟! حوصله نشستن در جلسه را ندارد و اعصابش کشتش ندارد، زود خسته میشود. مقصر نیست، بلکه باید عاقل باشد و بفهمد که باید این مشکل را حل کند. یک سری امکانات ابتدایی لازم داریم. کسی که وقت ندارد، خیلی دلش میخواهد آدم شود اما وقت ندارد. یک عده مراجعه میکنند میگویند میخواهیم اما وقت نداریم. یک عده میگویند خواب ما زیاد است و مرتب میخوابیم، تا شما بسم الله میگویید، ما رفتیم به خواب، این خودش یک مسئله ای هست. باید از اینجا شروع کنید. میپرسد حالا چه کنم؟ نماز شب بخوانم؟! تو خودت خوابی، نماز شب هم بخوانی دیگر بدتر. اینها همه اش متخصص و کارشناس دارد و باید مراجعه کرد و حل کرد. از آن طرف های اکتیوند و بیش فعالند و آرام و قرار ندارند و نمیتوانند یک جا بنشینند، فعالیت های اضافی دست خودش هم نیست و نباید سرزنش شود و باید درمان شود. یکی از وظایف حکما و مربیان راه هدایت این است که نقاط ضعف جسمانی و عصبی کسانی که میخواهند سیر و سلوک کنند را شناسایی کنند و برطرف کنند تا در قدم های بعدی، آن ها را حرکت دهند. اینطور نیست که کسی که در چاه دنیاست، دستش را بگیرند و هفت شهر عشق بگردانندش. هنوز از چاه بالا نیامدی که بروی در شهر عشق. چقدر افراد بودند که بدون مربی و حکیم و مرشد، راه را شروع کردند و از ادامه راه باز ماندند. امام سجاد (ع): " والله هلک من لیس له حکیم یرشده " به خدا قسم هلاک شد کسی که نداشت حکیمی که او را هدایت کند، از ادامه راه بازماند، افراط و تفریط میکند. کم خوری، پر خوری و ... که کار دستش میدهد. به موقع باید ورزش کند، به موقعش بخورد، به موقعش حجامت کند و ... خداوند دستور داده که اگر میخواهی عقل سالم داشته باشی باید حجامت کنی. پیغمبر خدا قبل از اینکه جنگی را آغاز کنند دستور میدادند سران لشگرش را حجامت کنند و فرمودند به خاطر اینکه باعث میشود فکر و ذهنشان باز میشود و میتوانند جنگ را خوب اداره کنند. یکی از راه هایی که شیطان استفاده میکند این است که میگوید عجله کن، معطل نشوی ها! کارهایی که استاد میگوید خوب بخور و بخواب و تفریح کن و ... با اعصاب سالم بیا و در جلسه بیحالی و خواب و کسالت و خستگی ات را نیار، دارد سر کارت میگذارد و شیطان میگوید به این حرفها گوش نکن و برو نماز شب ترک نشود و روزه بگیر و افطار نکن و با شکم گرسنه بیا تو جلسه. میاید در جلسه و هیچی حالیش نمیشود، قند خونش پایین آمده. بعد از مدتی اینهایی که رژیم میگیرند مبتلا به تشنج مغزی میشوند و صرع میگیرند. مسئله حرام و حلال خوردن، مسئله فقهی است و جز اولیات است. مثل خوردن و خوابیدن درجه اولیه واجب است که نمیری. به همان معنا نماز خواندن واجب است و اگر کسی اینها را بخواهد رعایت نکند دیگر ... اینکه ما میگوییم مال مرحله بعد است که نماز خواندی دیگر در نماز خواندن افراط و تفریط نکنی ها... در خواب و خوراک تفریط نکنی. این ها را میخواهیم درست کنیم، نه اولیت و ضروریات را.