

خودشناسی

دوره نوزدهم - جلسه ۲۲

استاد حسین نوروزی

(۱۸ مهر ۱۳۸۴)

*** ویراستاری - مرحله ۳ از ۵

«یا أیها الذّین آمنوا ادخلوا فی السّلم کافّة»

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، در سلم داخل شوید. با تحقق ایمان و معنای آن در وجود انسان، آرامش نهایی که از آن به عنوان بهشت تعبیر کردیم و با همه وجود و فطرت به دنبال آن هستیم، محقق می‌شود. ایمان، وارد شدن حقایق خودشناسی و به تعبیر دیگر خداشناسی - خودشناسی همان خداشناسی است - در مرکز فرماندهی ضمیر ناخودآگاه روان ما می‌باشد. اگر این مرکز فرماندهی مخفی و پنهان که به طور ناخودآگاه حالات، خلیات، اعمال و رفتار ما را مدیریت و فرماندهی می‌کند، اصلاح شود و برنامه‌هایی که در این مرکز هست، برنامه‌های صحیح، سالم و درستی شود و با حقیقت عالم مطابقت پیدا کند، آنگاه آن مرکز به طور ناخودآگاه تمام اعمال و رفتار شما را به شکل صحیح مدیریت خواهد کرد. حقیقت عالم چیست؟ عدل مطلق است. همه عالم پر از عدل و حق و مملو از هستی است؛ هیچ جایی از عدل، خدا و حق خالی نیست. فطرت ما طالب و تشنه همین حق است.

اگر این حقیقت در مرکز فرماندهی روان شما به گونه‌ای وارد شود که فقط از آن مرکز دستور و فرمان بگیرید یعنی خُلق شما الهی، اسلامی و حسنه شود. رذیله در وجود شما نباشد. رذیله در همان مرکز است. اگر شما آن مرکز را از رذائل خالی کردی و به جای آن، صفات حسنه و خلیات نیکو قرار دادی، به تعبیر علمای اخلاق: «اگر تحلیه کردی و باطن خود را به خلیات نیکو محلّی کردی» که تمام صفات اخلاقی که در علم اخلاق گفته می‌شود، همین است. اگر شما آن مرکز را درست برنامه‌ریزی کنی، آن مرکز اتوماتیک‌وار و به طور ناخودآگاه تمام اعمال و رفتار شما را مدیریت می‌کند. جایی که باید عصبانی باشی، فرمان از آنجا صادر می‌شود که: «برافروخته و عصبانی باش!» تمام فعل و انفعالاتی که باید در قلب، بدن، مغز، ضربان قلب، رنگ چهره، حالت چشم‌ها و... انجام شود، فرمان همه از آنجا صادر می‌شود. زمانی که نباید عصبانی شوی، از آن مرکز دستور حفظ آرامش می‌رسد درحالی که همه عصبانی هستند؛ شما اصلاً عصبانی نمی‌شوی.

پس بیاییم از این ظاهربینی دست برداریم؛ به اعمال، رفتار و کردار ظاهری خودمان نگاه نکنیم. بالاتر برویم و به نرم افزار و آن برنامه نگاه کنیم که دارد دستور می‌دهد و رفتار و اعمال ظاهری ما را فرماندهی می‌کند؛ کار را از آن‌جا اصلاح کنیم. اگر برنامه‌ای که در ضمیر ناخودآگاه ماست، درست و صحیح نباشد؛ هر اندازه که به عمل فشار بیاوری، نتیجه‌ای ندارد چرا که دستور از آنجا صادر شده است؛ مثلاً برای عصبانیت، دستور صادر شده است و شما مرتب از بیرون تلاش می‌کنی که خود را کنترل کنی و عصبانی نشوی اما از آن مرکز مرتب فشار وارد می‌شود. مثل یک ماشین حساب که دستور دارد نتیجه 2×2 را برابر با 4 نشان بدهد. تا می‌خواهد جواب بدهد، شما روی صفحه نمایش آن فشار می‌دهی که عدد 4 را نشان ندهد؛ چیز دیگری را نشان بدهد. این ماشین حساب این‌گونه برنامه‌ریزی شده است که این‌گونه عمل کند؛ نمی‌توانی از بیرون آن را کنترل کنی. نهایت کاری که می‌توانی انجام بدهی این است که دست خود را روی صفحه نمایش آن بگذاری که نبینی جواب 4 شده است؛ یعنی صورت مسأله را پاک کنی. اغلب راه‌حلهایی که ما برای اصلاح خودمان طی می‌کنیم، پاک کردن صورت مسأله است، دنبال دست گذاشتن روی ماشین حساب که جواب را نبینیم.

یکی از بحث‌های مهم، ریا است. راه حل انسانی که ریاکار است و اخلاص در نیت ندارد، چیست؟ باید چه کار کند؟ باید چگونه عمل کند؟ مثلاً در نماز ریاکاری می‌کند و برای غیر خدا می‌خواند. راه درمان آن چیست؟ راه حل بدهیم که در ملاء عام نماز نخواند چون کسی که ریاکاری می‌کند، در نماز خود نظر مردم را لحاظ می‌کند. یعنی نماز او، زمانی که کسی به او نگاه می‌کند با زمانی که کسی نیست، فرق می‌کند. راه حل چیست؟ آن‌چه ما در پیش می‌گیریم این است که دیگر در جمع نماز نخوانیم.

از یکی از بزرگان نقل کرده‌اند که: نماز جماعت می‌خواند. به رکوع که می‌رفت صدای یا الله یا الله گفتن مأمومین را می‌شنید که از راه خیلی دور می‌آید و می‌خواهند به نماز برسند. متوجه می‌شود که صف خیلی طولانی شده و نماز جماعتش خیلی طرفدار و علاقه‌مند پیدا کرده است. در دلش لذتی می‌برد که: «عجب! ما چقدر آدم خوبی شده‌ایم! چقدر کارمان درست است که اینقدر طرفدار پیدا کرده‌ایم!» از فردا دیگر نیامد. نماز جماعت با آن ابهت و جمعیت زیاد را تعطیل کرد. آیا راه درمان عجب این است که ما کار را رها کنیم و برویم؟! یا دست گذاشتن روی صورت مسأله است که نبینیم چه اتفاقی دارد می‌افتد؟ گاهی ما برای این‌که مسأله‌ای را حل کنیم باید دائم مقابل چشم‌مان باشد. مسأله‌ای که برای تو مشکل شده است، نباید سر خود را زیر برف کنی و بگویی: «اگر من کسی را نبینم، کسی هم مرا نمی‌بیند.» نباید آن را کنار بگذاری بلکه باید مسأله و مشکل حل را حل کنی.

برای این کار باید مسأله دائم مقابل چشم تو باشد و مرتب آن را مرور کنی. اگر در نماز جماعت مشکل پیدا کردی، دائم نماز جماعت بخوان که این مسأله همیشه مقابل چشم تو باشد و دائم به آن فکر کنی که چه کار کنم؟! چرا اینطوری شد؟!

مشرّب‌ها و مسلک‌های سیر و سلوک از همین جا از همدیگر جدا می‌شوند. یک عده، مشرب عمل‌گرا و عده‌ای مشرب علم‌گرا می‌شوند. عده‌ای جزء آن دسته از کسانی می‌شوند که برای حل مسائل، دستورالعمل صادر می‌کنند و عده‌ای از آن دسته کسانی می‌شوند که برای حل مسأله راه‌حل علمی و دستورالعلم پیشنهاد می‌کنند. می‌گویند: «فکر کن! به باطن جان و ضمیر ناخودآگاه خود مراجعه کن و ببین در آن جا چه گیری وجود دارد؟! آیا برای مردم حساب باز کرده‌ای؟» این‌که می‌بینی عجب تو را گرفته است، یک علامت و نشانه است؛ خیلی خوب است و نباید آن را پاک کرد؛ این مشکل مانند درد در بیماری‌ها می‌باشد. نباید درد را با مسکن برطرف کرد چرا که درد علامت، آیه و نشانه است برای این‌که شما رسیدگی و بررسی کامل، عمیق و دقیق کنی و ببینی که در درون تو چه اتفاقی افتاده است که منجر به این درد شده است؛ به درون مراجعه کن. گرچه دستورالعمل هم جای خود را دارد و باید در راستای درمان علمی باشد که خود بحث‌های خاصی پیدا می‌کند که این درمان علمی در کجا باید انجام بشود و در کجا نباید بکار گرفته شود.

ما غالباً علامت‌ها را از بین می‌بریم. مثلاً آدم خجالتی هستی، با خود می‌گویی: «برای این‌که خجالت نکشم به جمع‌ها نمی‌روم.» این یک راه‌حل است اما با این راه‌حل در حقیقت درد را درمان نکرده‌ایم بلکه از حل مسأله فرار کرده‌ایم. درمان واقعی این است که شما از هر چیزی که می‌ترسید خود را داخل آن بیندازید و خود را به آن مبتلا کنید. روایت است از حضرت علی (ع) که: «از هر چه می‌ترسی خود را درون آن بینداز.» اگر خجالتی هستی، مرتب در مجامع عمومی ظاهر شو و حرف بزن! عقب‌نشینی نکن چرا که با عقب‌نشینی مشکل حل نمی‌شود. نقطه ضعف خود را پنهان نکن، بلکه آن را درمان کن. اگر چیزی را نمی‌دانی، آن را مخفی نکن که کسی نفهمد، بلکه بپرس. «إِسْأَلْ تَعْلَمْ»

بپرس تا عیب تو برطرف شود. گفته‌اند: «پرسیدن عیب نیست، ندانستن و نپرسیدن عیب است» ندانستن و پرسیدن که رشد و کمال است. ما چقدر مسائل را اشتباه می‌گیریم! چه بسیار جاهایی که اقدامات اشتباهی انجام می‌دهیم! اگر با مرکز فرماندهی آشنا شدی، حواس تو در همه کارها جمع آن جا خواهد بود و کار از آن جا انجام خواهد گرفت. یک مخلص و یک مخلص داریم که خداوند متعال از آن‌ها همیشه نام برده است. مخلصین کسانی هستند که فرمانده وجود آن‌ها، مرکز خودآگاه است؛ ناخودآگاه نیست؛ هنوز کار به دست مرکز ناخودآگاهشان نیفتاده است بلکه با مرکز خودآگاه کار می‌کنند. وقتی می‌خواهند کاری را انجام بدهند، باید فکر کنند که آیا این کار درست یا غلط است، بعد

باید با اختیار خودشان تصمیم بگیرند و انتخاب کنند. ببیند که چه مرحله‌ای را باید طی کند؛ در درون او هم غرایزی وجود دارد که فشار می‌آورد؛ از آن طرف حساب و فکر کرده است که این کار درست، معقول و مشروع نیست اما در درون او هم ستیزی بین عقل و شیطان به وجود آمده است؛ یکی می‌گوید: «انجام بده!» دیگری می‌گوید: «انجام نده!» حالا او باید از بین این‌ها انتخاب کند. چقدر باید کار و تلاش کند که قوای عقلانی خود را تقویت کند که جنود شیطان درون خود را مغلوب کند و شکست دهد.

در مورد هر عملی این جنگ به وجود می‌آید و باید بجنگد تا بتواند بر نیروهای شیطانی غلبه کند. به انسانی که بر نیروهای شیطانی غلبه می‌کند «انسان مخلص» می‌گویند؛ نه مخلص. کسی که با اختیار و انتخاب خود و با فرماندهی عقل خود، فکر و محاسبه کرده است، جنود عقلانی مملکت وجود خود را تقویت کرده تا بتواند بر لشکریان شیطان و شهوت غلبه کند؛ با این‌که جنگیده است اما انسان مخلص می‌شود. پس انسان مخلص کیست؟ کسی است که وقتی با گناه مواجه می‌شود، احتیاج به فکر کردن ندارد که ببیند این کار گناه است یا نیست، احتیاج به جنگیدن و ستیز درونی و هیچ کدام از این کارها ندارد. فرماندهی تمام قوا در مملکت وجود خود را به مرکز فرماندهی ناخودآگاه سپرده است و آن‌جاست که دارد کار را انجام می‌دهد. دیگر به او فشار نمی‌آید و برای او زحمت ندارد. از صبح تا شب در مقابل تمام قوای او از چشم، گوش، دست و... صحنه‌هایی پیش می‌آید که او را به گناه می‌کشاند؛ برای ترک هر گناه چقدر باید نیرو مصرف کند تا خود را حفظ کند؟!

اگر شما یک مدت نیرو مصرف کنی، البته نه در مسیر عمل خالی بلکه به مرکز ناخودآگاه خود رسیدگی کنی و وقت و نیرویی را برای فرماندهی آن مرکز صرف کنی؛ در نتیجه آسوده خاطر می‌توانی کارها را به آن مرکز ناخودآگاه خود بسپاری. شما دو گونه می‌توانی نیرو مصرف کنی، یکی این‌که مرتب نیرو صرف کنی که جلوی شیطان را بگیری. شیطانی که در وجود تو حضور دارد و مرتب حمله می‌کند. شما برای دفاع در برابر حمله شیطان، نیرو مصرف می‌کنی. بفرض پیروز هم بشوی، هر دفاع و جنگی، تلفات دارد، خسارت وارد می‌کند و مقدار زیادی از نیروهای روانی درونتان را از بین می‌برد و آثار سوء زیادی را به‌جا می‌گذارد. بعد از مدتی می‌بینی که خیلی خسته، رنجور و افسرده می‌شوی! حال نداری! لذت، شادی و شوق نداری. به این خاطر که به‌طور مرتب در درون تو درگیری و جنگ بوده است و نسبت به هر مسأله‌ای در درون خود فکر و برنامه‌ریزی کرده و تصمیم گرفته‌ای که چه کاری را باید انجام بدهی و از انجام چه کاری باید خودداری کنی؛ یک طرف را انتخاب کردی. به عمل توجه کردی، به مرکز فرماندهی عمل توجه نکردی. مرکز را اصلاح نکردی تا عمل تو به دنبال آن مرکز، اصلاح شود.

اگر شما آن مرکز را درست برنامه‌ریزی کنی، کار به جایی می‌رسد که چشم و نگاه انسان به نامحرم می‌افتد اما آن مرکز به چشم اجازه نمی‌دهد چیزی را که نباید، ببیند. چشمت باز است؛ نگاهت افتاد اما

ندید یا چشم تو به نامحرم افتاد و دید اما آن مرکز اجازه تحریک شدن نمی‌دهد. «هر آنچه دیده بیند دل کند یاد» دیگر این‌طور نیست. یک مرکزی در درون شما فعال و برنامه‌ریزی شده است که چشم می‌بیند اما دل یاد نمی‌کند. آن‌جا را باید درست کرد. می‌پرسند: «چگونه آن مرکز را درست کنیم؟» کسانی که خودشان را بی‌نیاز از موعظه می‌دانند و می‌گویند: «ما خودمان این حرف‌ها را بلد هستیم!» فکر می‌کنند که دانستن کافی است، غافل از این‌که آنچه را که دانسته‌اند باید در مرکز فرماندهی ناخودآگاه وارد شود. تا وقتی به آن‌جا نرسد و برنامه‌ریزی نشود، فایده‌ای ندارد. در مقام عمل تا مدتی می‌توانی خود را حفظ کنی و در مقابل گناه دوام بیاوری اما بعد از مدتی کم می‌آوری و می‌بری. دائم در درون خود در حال جنگ هستی، بعد کم کم خسته می‌شوی. آدم نمی‌تواند تمام عمر خود را بجنگد آن هم یک جنگ فرسایشی درونی! باید این جنگ خاتمه پیدا کند و کار یک‌سره شود. جنگیدن دائم، خستگی، خسارت و از بین رفتن اعصاب را به دنبال دارد؛ نیروهای شما را به‌گونه‌ای مصرف می‌کند که دیگر برای کارهای مفید نیرو نداری.

کسانی که مخلص هستند و مرکز فرماندهی را درست برنامه‌ریزی کرده و کار تمام قوای خودشان را به آن مرکز واگذار کرده‌اند تا از آن‌جا فرماندهی شود، دیگر احتیاج به فکر، تلاش و مصرف نیرو ندارند. همه این مراحل را طی کرده‌اند. ائمه (ع) این‌گونه نبودند که در جواب سؤالی که از ایشان پرسیده می‌شد، فکر کنند و جواب دهند. از حضرت پرسیدند: «چرا وقتی از شما سؤالی می‌پرسیم که سخت و پیچیده است، تا سؤال می‌کنیم جواب می‌دهید و فکر نمی‌کنید؟» حضرت فرمود: «سؤالاتی که واضح و روشن است و در آن حاضر جواب هستید، برای شما چگونه است؟ همه مسائل برای ما روشن و واضح است و نیاز به فکر ندارد.»

ابتدا، کار درست را انجام می‌دهید، بعد فکر می‌کنید که چه شد که این‌کار را انجام دادم. برنامه‌ای که در ضمیر ناخودآگاه روان برنامه‌ریزی می‌شود گاهی در حافظه مغز ما ضبط شده است و گاهی ضبط نشده است. حافظه مغز با ضمیر ناخودآگاه روان تفاوت دارد؛ دو مکان و دو مرکز جدا از هم هستند. گاهی شما چیزی را حفظ کردی اما در مرکز فرماندهی ناخودآگاه وارد نشده و به برنامه تبدیل نشده است، اما حافظه شما آن را ثبت کرده است. با یک تصادف یا یک ضربه به مغز، حافظه از دست می‌رود. کسانی که حافظه‌شان را از دست می‌دهند، بخش‌ها و قسمت‌هایی از آن محفوظ می‌ماند. بخش‌هایی که در مرکز فرماندهی ناخودآگاه وارد شده است و به مغز ربطی ندارد، از دست نمی‌رود. اگر مغز کامل از کار بیفتد، آن‌جا کار خود را انجام می‌دهد که از آن به «عالم برزخ» تعبیر می‌کنیم که بعد از مرگ هم همراه انسان است. تمام علوم که شما فرا گرفته‌اید، حتی اگر علم خودشناسی باشد هنگام مرگ از دست می‌رود، مثل تصادف و ضربه مغزی که در اثر آن، حافظه از کار می‌افتد. اما همین فرد چیزهایی مثل زبان مادری، غذا خوردن، دستشویی رفتن و... را فراموش نمی‌کند، چرا که این موارد در مرکز فرماندهی ناخودآگاه وارد شده است.

«حاج آقا مرتضی تهرانی» می‌فرمودند: «پدر من در اواخر عمرشان در حالت بیهوشی در بیمارستان بستری بودند. وقت غذا یا دارو خوردن دهانش بسته بود. نمی‌شد به زور باز شود و غذا بخورد. باید غذا و دارو می‌خوردند. از نظر پزشکی هم در حال اغما و بیهوشی بودند. ایشان رفتند کنارشان نشستند و صدایشان کردند که: «آقا جان! دهانتان را باز کنید» ایشان دهان خود را باز کرد. دکترها تعجب کردند که چگونه حرف او را شنید و گوش کرد؟! چون این برنامه در ضمیر ناخودآگاه او وجود داشت؛ این صدا برای او آشنا بود و با آن مأنوس بود. انس گرفتن به همان مرکز مربوط است. انسان باید با یاد خدا انس بگیرد و این انس را وارد آن مرکز کند. راه عملی این است که تذکر و تکرار می‌خواهد. باید با انسان‌های الهی نشست و برخاست کرد. حضرت عیسی در جواب حواریون که پرسیده بودند: «من نجالس؟» فرمودند: «مَنْ يُذَكِّرُكُمْ اللَّهُ رَوْيَّةً». کسی که نگاه کردن به او، شما را به یاد خدا بیندازد. خیلی مهم است که در طول زندگی با چه کسی مأنوس، محشور و همنشین باشی. «مجالسةُ الأشرار توجبُ سوء الظنِّ بالأخيار» نشست و برخاست کردن انسان‌های خوب با آدم‌های ناجور و ناباب، سبب سوء ظن به آن‌ها می‌شود. صبح تا شب در ضمیر ناخودآگاه ما برنامه‌ریزی می‌شود اما حواسمان نیست.

باید از کانال‌های ورودی آن مرکز مراقبت کنیم و تقوا داشته باشیم یعنی این کانال‌ها را حفظ کنیم. باید روزه بگیریم! روزه واقعی خواص این است که از چشم، گوش و کانال‌های ورودی مراقبت می‌کنند که اطلاعات نادرستی وارد آن نشود. اطلاعات در ابتدا فیلتر و اصلاح می‌شود آنگاه وارد می‌شود. هرگاه که انسان به جایی برسد که به آن «نفس مطمئنه» می‌گویند یعنی در درون او هیچ جنگ و ستیزی نباشد، راحت می‌شود؛ مخلص شده و در بهشت است؛ دیگر او نیست که کاری را درست انجام می‌دهد، بلکه کار درست از او صادر می‌شود چرا که او معدن حق شده است؛ کارهای خوب و درست از معدن جان او صادر می‌شود. الان ما این‌گونه نیستیم. گاهی باطل هم از ما سر می‌زند؛ بعد پشیمان می‌شویم. وقتی نماز می‌خوانید، تا زمانی که کار دست ضمیر ناخودآگاه و مرکز فرماندهی شماست، البته اگر آن را درست برنامه‌ریزی کرده باشی، خودش درست پیش می‌رود و نیاز به زحمت و فکر نیست. اگر کار را به آن‌جا سپردی دیگر نباید زحمت بکشی و فکر کنی چرا که اگر فکر کنی خراب می‌شود. نباید در کار ضمیر ناخودآگاه دخالت کنی.

گاهی همه نماز خود را خوانده‌ای اما حواست نبوده است؛ تا این‌که آخر نماز و بعد از تشهد حواست جمع می‌شود که داری نماز می‌خوانی؛ شک می‌کنی که الان کجای نماز هستی، رکعت دوم یا چهارم هستی! قاطی می‌شود. از هر کسی هم که دیده است بپرسی، می‌گوید: «درست خواندی!» تا وقتی آن مرکز، فرماندهی می‌کرد، کار خوب و درست پیش می‌رفت.

یکی از منبری‌های معروف تهران تعریف می‌کند: «وقتی روی منبر داشت روضه می‌خواند از خستگی خوابش برد، اما همین‌طور داشت روضه می‌خواند و ادامه می‌داد. یک‌دفعه بیدار شد و ماند که چه می‌خواند و چه باید بخواند! یک چیزی سر هم کرد و خواند. بعد که روضه تمام شد؛ همه از آن روضه تعریف می‌کردند که چقدر عالی شده بود!» اگر همه روضه را در بیداری می‌خواند اینقدر خوب نمی‌شد. چرا آن روضه خوب شد؟ چون به ضمیر ناخودآگاه واگذار شده بود. وقتی شما رانندگی می‌کنی تا وقتی به ضمیر ناخودآگاه واگذار کردی همه چیز درست است، اما وقتی بخواهی حواس خود را جمع کنی تا به کسی نرنی یا در چاله نیفتی، اتفاقاً تصادف پیش می‌آید، دست و پای خود را گم می‌کنی؛ اصلاً یادت می‌رود که دنده کجاست! تا قبل از این خیلی راحت دنده، ترمز و کلاچ را می‌گرفتی و متوجه نبودی. این یکی از اسرار وجود انسان است. کار را به ضمیر ناخودآگاه بسپارید. اول آن‌جا را درست کنید بعد کار را به آن‌جا بسپارید. آن‌جا مرکز خدایی است. اگر شما، خدا را فرمانده وجود خود قرار دهی، اصلاً لازم نیست در آن‌جا فکر کنی، تمام وجود تو فکر و صحیح و درست عمل کردن می‌شود.

بهترین فوتبالیست‌ها کسانی هستند که بی‌فکر عمل می‌کنند؛ فکر نمی‌کنند که الان چه کنند، چون در صحنه‌های حساس و مسابقه‌های مهم فرصت فکر کردن را پیدا نمی‌کنند؛ باید سریع عمل کند. پا باید خودش کار کند. یک کشتی‌گیر درجه یک و خوب کسی نیست که فکر می‌کند و کشتی می‌گیرد بلکه اصطلاحاً می‌گویند: «فنون شگرد او شده است» یعنی در مرکز فرماندهی او وارد شده و فرمان از آن‌جا صادر می‌شود. همین‌که دست طرف در دستش آمد؛ دست، خودش می‌داند که با دست حریف چه کار کند و چه فنی بزند. فرصت فکر کردن ندارد، تا بیاید فکر کند ضربه فنی شده است. بنابراین کسانی که مرتب کار و تمرین می‌کنند، به جایی می‌رسند که بی‌فکر عمل می‌کنند؛ خودتان را به آن‌ها برسانید. سؤال می‌کنید: «چگونه خودمان را به آن‌جا برسانیم؟» همین‌که می‌دانید که خودتان را باید به آن‌جا برسانید، می‌رسانید.

وقتی فکر می‌کنی که هر چه حواست در نماز و کارها جمع‌تر باشد بهتر است، شما اصلاً به آن مقام نمی‌رسید. وارونه و بالعکس است. کسی که خیال می‌کند که همه کارها را باید با حواس جمع انجام دهد، به این‌جاها نمی‌رسد. شب هم که به خانه می‌رود، خسته و داغان است. کسی که فوتبال را با حواس جمع و فکر دائم بازی می‌کند، در واقع اصلاً بازی نمی‌کند. فکر شما دائم در حال فعالیت، فکر و تلاش است، در نتیجه خسته می‌شود. دیگر رمقی برای تو باقی نمی‌ماند. گرچه در مراحل باید این‌طور باشد و باید این مراحل طی شود. البته این کمال نیست. باید اتوماتیک‌وار خوب باشی، به‌طور خودکار درست عمل کنی. صبح که از خانه بیرون می‌آیی، باید آن مرکز برنامه‌ریزی شده باشد و نیاز نباشد مرتب فکر کنی. اگر هر روز صبح یک برنامه جدید به شما بدهند و مرتب برنامه را عوض کنند، شما باید دائم

زور بزنی و زحمت بکشی، اما اگر برنامه شما معلوم باشد و روند مشخص و معینی داشته باشد؛ شما دیگر زور نمی‌زنی، حتی اگر حواست نباشد، به طور ناخودآگاه آن کار را انجام می‌دهی.

گاهی اوقات برنامه‌ریزی‌هایی در ذهن‌مان شده است و همان کار را دوباره انجام می‌دهیم، چون می‌بینیم که قبلاً این کار انجام شده و برای ما خیلی راحت است. مثلاً مرتب روزه می‌گیری چون راحت است که این درست نیست. شاید مشکل تو این نیست. باید از کاری که برای تو سخت است شروع کنی، وگرنه کار مهمی نمی‌کنی. باید شناسایی کنی که گیر کارتان کجاست و آن را حل کنی. می‌گویند: «باید در نماز حواست جمع باشد و توجه کنی که چه می‌خوانی» به عارفی گفتند: «ما این‌گونه نماز می‌خوانیم» گفت: «پس کی نماز می‌خوانی؟! همه حواس تو به الفاظ نماز است، این نماز نشد. این‌ها مقدمات است، اما مقصد نیست.» از همین جاها شروع می‌شود. باید به جایی برسی که وقتی وارد نماز می‌شوی، واقعاً نماز بخوانی. نمازی که: «خوشا آنان که دائم در نمازند» که وقتی از نماز هم بیرون هستی مشغول نماز باشی، یعنی نماز جزء برنامه ذهن و ضمیر ناخودآگاه روان شما شده باشد. حمد، سوره، رکعت اول و دوم را رها کن. می‌بینی که خودش درست می‌شود، اما اگر حواست جمع باشد و مرتب گیر بدهی، نماز اشتباه می‌شود. اما اگر آن‌را رها کردی، خدا خود می‌داند که چگونه آن‌را درست کند.

هر رکعتی را قشنگ تا آخر و درست می‌خوانی. البته این برای اول کار نیست. اگر به کسی که تا حالا نماز نخوانده است و نماز خواندن بلد نیست بگویی: «نماز را رها کن!» نمی‌تواند خود را به آن‌جا برساند. باید اول وارد نماز شود، با حواس جمع روی ذکرها و رکعت‌ها و... تمرکز کند تا به آن‌جا برسد. باید اول حواسش جمع باشد، نمازش را درست کند؛ بعد آن‌را در ضمیر ناخودآگاه خود بفرستد و در نهایت آن‌را رها کند. سعی کنید روی کاری که می‌خواهید انجام بدهید در ابتدا فکر، انتخاب، زحمت، تلاش و ستیز درونی را انجام دهید و بعد آن‌را کنید. کسی که ستیزهای درونی خود را انجام نداده باشد، از همان اول نمی‌تواند بگوید: «ولش کن! نفس مطمئنه است! آزاد و راحت باش!» «بزن بر طبل بی‌عاری که آن هم عالمی دارد!» هر کدام از این امور، حساب و کتاب و جایگاهی دارد.

بعضی از اولیاء خدا بدون مطالعه بالای منبر می‌روند؛ می‌گویند: «به امامان توسل پیدا می‌کنیم، بعد دیگر آن‌را رها می‌کنیم! هر چه حواله شد، می‌گوییم.» شاگردان آن‌ها هم می‌گویند: «استادمان این را گفته است! ما هم مطالعه نمی‌کنیم؛ واگذار می‌کنیم!» بدون مطالعه بالای منبر می‌روند!! هر چه حضرت حواله کرد و به درد مردم می‌خورد، می‌گویند. غافل از این‌که قلب شما با قلب او فرق دارد. آن استاد زحمت کشیده، کار کرده و قلب خود را امام زمانی کرده است. در قلب او، امام زمان است؛ با ظرف وجودی که داشته، قلب خود را از امام زمان پر کرده است. وقتی این کار را کرده باشد، آنگاه می‌تواند به

امان زمان واگذار کند و مطالب حواله می‌شود و از قلب او می‌جوشد. با این‌که قلب تو خالی است به امام زمان حواله می‌کنی. یا چیزی نمی‌آید یا غلط و اشتباه می‌آید، بعد کسانی که پای منبر نشسته‌اند می‌گویند: «یعنی این حرف‌های غلط را امام زمان حواله کرده است؟! این چه امام زمانی است؟!» غافل از این‌که چنین شخصی هنوز امام زمان ندارد. به مقداری که امام زمان داری برای تو حواله می‌شود.

مرتکب چنین اشتباه‌های بزرگی نشوید؛ حواستان باشد الان وقت مُخْلِص بودن نیست. این‌ها هدف است و باید به این‌جاها برسیم. کسی که شنا بلد نیست، نمی‌تواند بگوید: «من به ضمیر ناخودآگاهم خیلی اعتماد دارم و به اعتماد آن در عمق چهار متری یا دریا می‌پریم و از امام زمان (ع) می‌خواهم که شنا کردن را به من حواله کند!!» «اللهم الهمني التقوى، الهمني الشنا!» به محض این‌که در آب می‌پرد غرق می‌شود. نه تنها دست کسی را نمی‌گیرد، بلکه خودش را هم از بین می‌رود. توکل و معنای آن، برای افراد فرق می‌کند. کسی که در قلب خود، خدا را دارد می‌گوید: «بر خدا توکل می‌کنم» و درست است. اما کسی که در قلب خود خدا را ندارد اگر ما به او بگوییم: «توکل کن!» بر کدام خدا باید توکل کند؟! ما دو خدا داریم: خدای درون و خدای بیرون. تا وقتی خدای بیرون، درون نیاید قابل توکل نیست. توکل یعنی دل بستن. باید خدای بیرون در درون ما آمده باشد؛ باید از او خبری باشد.

بنابراین وقتی می‌گوییم: «توکل کن!» یک عده می‌توانند توکل کنند و یک عده نمی‌توانند. آدم‌ها با هم فرق می‌کنند. هر کدام از شما در شدائد و گرفتاری‌ها از مکانیزمی استفاده می‌کنید، برخی به امام زمان (ع) و برخی به امام علی (ع) متوسل می‌شوند. این‌جا معلوم می‌شود که درون قلب انسان‌ها چه خبر است. یک‌دفعه می‌گوید: «یا امام زمان!» آن‌جا دیگر وقت فکر کردن نیست. این مسأله در قلب او وارد شده است. به کسی که می‌گوید: «یا امام زمان!» نمی‌توان گفت در شداید و سختی‌ها بگو: «یا امام حسین!»

می‌گویند: «شخصی از هواپیما سقوط کرد. وسط راه گفت: «یا امام حسن!» یک نفر بین راه او را گرفت و از او پرسید: «شما چه کسی را را صدا کردید؟» گفت: «امام حسن مجتبی (ع)!» ایشان، آن شخص را رها می‌کند و می‌گوید: «تو امام حسن مجتبی را صدا کردی؛ من امام حسن عسگری هستم!» واقعیت همین‌است. خدایی که در درون شماست، اول می‌پرسد: «کدام خدا را صدا کردی؟ خدای درونی یا بیرونی؟! اگر بیرونی باشد، تو را رها می‌کند، اصلاً خدایی نیست که تو را بگیرد. ما باید برای مواقعی که ناخودآگاه، خدا را لازم داریم؛ در شدائد و گرفتاری‌هایی که ناگهانی پیش می‌آید و احتیاج به توکل، توسل و ذکر داریم؛ باید این مسائل را قبلاً در قلب خودمان وارد کرده باشیم. پس تلاش، فعالیت و جهاد با نفس لازم است اما این، آخر کار نیست. شما با انجام این کارها نهایتاً مُخلص هستی. باید به

مقام مُخلص برسی؛ مراحل مُخلص بودن را طی کنی تا تو را خالص کنند. باید بدانی که باید به این‌جا برسی.

اگر موقع شنا کردن همه حواس تو به این باشد که باید با حواس جمع شنا کنی، نمی‌توانی شنا کردن را یاد بگیری، اما اگر بدانی که باید به جایی برسی که بدون فکر شنا کنی، آنگاه دست و پای تو درست عمل می‌کند. باید کار را به این‌جا برسانی. چون می‌دانی که باید به این‌جا برسی، با تمرین زودتر می‌رسی، اما اگر ندانی که باید به این‌جا برسی، اصلاً این شیوه تمرین را انجام نمی‌دهی یا اصلاً این مسأله را بد می‌دانی همان‌طور که خیلی از افراد این مسأله را بد می‌دانند؛ می‌گویند: «بد است حواس کسی در نماز جمع نباشد! این شخص، اصلاً نماز نخوانده است» در حالی‌که اگر کسی به جایی برسد که هنگام نماز خواندن حواسش به اذکار، رکعت‌ها و... نباشد بلکه حواسش متوجه جایی باشد که باید باشد؛ آن، نماز است. اگر این نماز را غلط بدانی، فاصله می‌گیری. می‌گویی: «نماز برایم عادت شده است! باید ترک عادت کنم. حواسم به نماز، رکعت‌ها و... نیست، پس معلوم می‌شود نماز نخوانده‌ام!» اتفاقاً این نماز، نماز است. این همان عادت و ایمان است. منتهی ما باید عادت کنیم که جز خدا، حق، عدل، واقعیت و حقیقت، هیچ چیز دیگری نبینیم. یعنی عادت کنیم که به هیچ چیز عادت نکنیم. دائم الحضور باشیم و باید به همین دائم الحضور بودن عادت کنیم.

نه تنها در نماز بلکه در همه حال خود را در محضر خدا ببین؛ در خوردن، خوابیدن و... این مسأله فرق دارد که عادت به نماز خواندن پیدا کنی. نباید توجه تو به نماز، حمد و سوره و ... باشد بلکه باید به خدا باشد. ارزش عمل هر کسی به اندازه حضور خدا در مرکز فرماندهی ناخودآگاه آن شخص است. این‌که چه اندازه خدا را شناخته و او را در مرکز ضمیر ناخودآگاه خود وارد کرده باشد.