

جلسه هجدهم روح و غذای روح

«توجه به روح، عامل موفقیت‌ها»

۱- توجه به روح، عامل موفقیت‌ها

«بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ الْحَمْدُ لِلَّهِ وَ الصَّلَاةُ وَ السَّلَامُ عَلَى
رَسُولِ اللَّهِ وَ عَلَى آلِهِ آلِ اللَّهِ لَا سِيَّما عَلَى بَقِيَّةِ اللَّهِ رُوحِي وَ أَزْوَاجُ
الْعَالَمِينَ لِتُرَابِ مَقْدَمِهِ الْفِدَاءِ وَ اللَّعْنَةُ الدَّائِمَةُ عَلَى أَعْدَائِهِمْ
أَجْمَعِينَ مِنَ الْآنَ إِلَى قِيَامِ يَوْمِ الدِّينِ».

۲- علّت برخورد مُلکی با مسائل ملکوتی

یک موضوعی که به مناسبت هم الآن ماه شعبان هست که
ارتباط دارد با غذای روح و هم مربوط به بحث‌های هفته‌های
گذشته است عرض می‌کنم که شاید خیلی ضروری و خیلی

لازم باشد. ما به طور کلی افرادی که در این کره زمین زندگی می‌کنیم از روز تولد تا الآن هر کسی در هر سنی که هست بیشتر از هر چیز به عالم ملک، به محسوسات، به آنچه که در اطرافمان هست و یا می‌بینیم، یا می‌شنویم، یا می‌چشم، یا لمس می‌کنیم، یا استشمام می‌کنیم توجه پیدا کردیم و متوجه هستیم، بیشتر از همه به آن‌ها متوجه هستیم. گاهی هم که صحبت از ملکوت می‌شود یا حتی صحبت از خدای تعالی می‌شود، که بیشتر از هر چیز صحبت از خدای تعالی می‌شود یا صحبت از ائمه اطهار علیهم‌السلام می‌شود یا صحبت از مُردن، قیامت، آخرت می‌شود، تا جایی که ما زورمان می‌رسد، خودمان این‌ها را می‌کشانیم داخل مادیات، کل بشر این طور است. می‌کشانیم آن‌ها را در مادیات. مثلاً خدا را دوست داریم به یک صورتی یا در ذهنمان یا خارج از

ذهنمان قرارش بدهیم. یا ائمه اطهار علیهم السلام یا حضرت
بقیه الله ارواحنا فداه یا مثلاً قیامت، بهشت، جهنم، حتی
ملائکه‌ای که هیچ شکلی ندارند بالاخره باید یک شکلی به
آنها داد. همه را می‌خواهیم بکشانیم به این قسمتی که
محسوساتمان هست، محسوسات ظاهری‌مان هست. و لذا
روح و غذای روح و چشم روح و گوش روح را اصلاً
نمی‌فهمیم. خُب یک چیزهایی هست و علماء گفته‌اند،
ائمه اطهار علیهم السلام فرموده‌اند و خدای تعالی در قرآن
مکرر بیان کرده، یک چیزی تعبداً می‌شناسیم. لذا به طرفشان
هم کشیده نمی‌شویم.

۳- معنی غذای روح

اصلاً غذای روح یعنی چه؟ هر چه ما می‌گوییم: غذای روح، شما اصلاً ممکن است که خیال کنید که یک حالی اگر برای انسان پیدا شد، حالا چه با موسیقی شده باشد، چه با اشعار مثنوی این حال پیدا شده باشد، چه با تن صدا، حتی با تُن صدای محزون انسان محزون می‌شود، با تن صدای شاد، شاد می‌شود، اینکه می‌گوییم: تُن صدا، گاهی می‌شود که یک کسی یک اشعار مدحی را با آهنگ مصیبت می‌خواند می‌بینید که شما گریه‌تان می‌آید، اشعار مصیبت را با آهنگ شاد می‌خواند شما گریه‌تان نمی‌آید، خیلی داریم. این فقط مربوط به تُن صدا هست. تُن صدا گاهی انسان را محزون می‌کند، تُن صدا گاهی انسان را شاد می‌کند و همین طور خیلی از این چیزها. آنچنان این‌ها حجاب شده و سد شده

از یک دیوار بُتنی بسیار قوی، می بینید این ها بیشتر جلوی ما را از معنویات گرفته است. و این مسئله خیلی مشکلات ایجاد کرده که هر چه انسان زور می زند که مثلاً به شما بگوید چشم دل اهمیّتش از چشم ظاهر بیشتر است، دیدش هم بیشتر است، فهمش هم بیشتر است، می بینیم این مطالب احساس نمی شود یا مثلاً فرض کنید گوش دل مهم تر است، خود روح انسان مهم تر از بدنش هست. و همین طور همه چیزها. در دنیا فرض کنید اگر شش میلیارد جمعیت باشد نهایت همین شیعیان مثلاً صد و پنجاه میلیون نفر باشند، شاید چند میلیون از این ها این مسئله را فهمیده باشند و الاً همه خدا را می آورند در صورت ظاهری، حالا بت پرست ها می آورندش در همان صورت بت هایشان، مسیحی ها می آورند در صورت حضرت عیسی، چون حضرت عیسی را

آن موحدترین مسیحی‌ها که کتاب‌هایی هم بعضی‌هایشان نوشتند، من مطالعه کردم، نظرشان این است که مثلاً دریا را تصور کنید، این خدای پدره، بعد رودخانه‌ای که از دریا منشعب شده باشد این روح القُدسه و اگر در حوض آبی از آب آن دریا بریزد یا در استخری، این خدای پسره. در حقیقت آب را خدا می‌دانند که از آنجا آمده اینجا و از اینجا آمده اینجا رسیده به خدای پسر. سَنّی‌ها خدا را در عرش به شکل خود ماها می‌دانند و آنجا نشسته و علمش احاطه بر ما دارد. این‌ها مطالبی هست که وجود دارد. می‌بینید که همه مردم دنیا به یک نحوی خدا را، پیغمبر را، ائمه اطهار را، روح را، ملائکه را، بهشت را، جهنم را، قیامت را کشاندن به یک عالم مُلکی که محسوس است. حالا ما چون می‌دانیم این‌ها شرک است و درست نیست، فقط درباره خدا را سکوت

کردیم، باز نمی‌فهمیم خدا یعنی چه؟ و حال اینکه عیناً در بعد از این دنیا همه مسائل معکوس می‌شود، همه مسائل. یعنی اگر ما بخواهیم بهشت را تصور کنیم، یا جهنم را تصور کنیم، باید بزور این‌ها را بکشانیم‌شان در عالم ملک والّا همه‌شان را ملکوتی احساس می‌کنیم.

در این بین یک کاری که باید کرد و خیلی مشکل است یعنی من این را به شما عرض کنم، شاید از اوّل این برنامه‌های تزکیه نفس که ما شروع کردیم تا به حال خیلی کم اتفاق افتاده که لااقل همان اندازه‌ای که به بدن اهمیّت می‌دهیم به روح هم اهمیّت بدهیم. همان اندازه که بت پرست‌ها به خدای ساختگی دست خودشان اهمیّت می‌دهند ما به خدای واقعی اهمیّت بدهیم و آن‌ها بیشتر اهمیّت می‌دهند یعنی آن مطابق میلشان است ما مطابق میلمان نیست. آن مطابق

محسوساتشان است، ما مطابق محسوساتمان نیست. من دیدم بت پرست در بتخانه واقعاً آنچنان مبهوت بت بود که من مدتی پهلویش ایستاده بودم متوجه من نشد. و حال اینکه یک همچین نماز خوانی، یک همچین کسی که در محراب ایستاده باشد، یک همچین حالتی کم دیده شده که آنچنان مبهوت خدا بشود. من نزدیک ایستاده بودم ببینم چه کار می کند، هیچ متوجه من نشد. از اینجا فهمیدم که متوجه من نشد وقتی چشمش به من خورد یک تکانی خورد معلوم بود تا حالا متوجه نبوده. این مسئله خیلی مهم است تا می گویم: آقا «دُعِیْتُمُ فِيهِ إِلَى ضِيَاةِ اللَّهِ»^۱ به مهمانی خدا دعوت شده اید، ذهنشان فوراً می رود روی پلو و قرمه سبزی و

۱ - خطبه شعبانیه.

قیمه. باید کلی روی آن مسائل حرف بزنیم تا بکشانیم شان این طرف که باز هم کشیده نمی شوند و نمی آیند این طرف.

۴- اهمیت دادن به غذای روح

این مدت خیلی درباره غذای روح صحبت کردیم، حتی خود ماها چقدر تا به حال گرسنگی روحی کشیدیم، چقدر غذای روح برای خودمان تهیه کردیم، چقدر به غذای روح اهمیت دادیم. من که فکر نمی کنم یک دهم آنچه که به غذای بدن اهمیت دادیم به غذای روح اهمیت داده باشیم. به جهت اینکه سر ظهر که می شود حسابی گرسنه مان می شود، فوراً هر جای شهر که هستیم، هر جا که هستیم سر ماشین را کج می کنیم به طرف خانه می رویم غذا می خوریم. اما اگر نمازمان به عصری افتاده باشد آن احساس گرسنگی

بدنی را واقعاً ما داریم؟! مثلاً چند ساعت نمازمان تأخیر شده باشد، چند ساعت تأخیر شده توجه مان به خدا حالا به نماز خاص کاری نداریم آن هم توجه به خدا هست، مطمئناً اکثرمان این طور نیستیم که گرسنگی پیدا کنیم. این مسأله را باید هر طوری که هست حلّش کرد. اگر حل نکنیم از ماه رمضان هیچی نمی فهمیم. اگر فقر مالی مان آنقدر برایمان اهمیّت داشته باشد که فقر معنویمان برایمان اهمیّت ندارد باید این مشکل را حل کنیم، یعنی وقتی که انسان فقر مالی دارد چقدر غصه می خورد، چیزی ندارد بخورد، پول ندارد، زن و بچه اش گرسنه هستند، جایی ندارد استراحت کنند همین مسائلی که در فقر مادی هست. در فقر ظاهری هست هم به فکر زن و بچه تان هستید تازه اگر آدم متدینی باشید هم به فکر غذای زن و بچه تان هستید، هم به فکر مکاناتان هستید،

هم به فکر شکمتان هستید، هم به فکر لباستان هستید، همه چیز هستید، همین اندازه که باید صدها برابر بیشتر از این باشد، ولی همین اندازه آیا ما به فکر گرسنگی روحی فرزندانمان هستیم؟ همین اندازه به فکر گرسنگی روحی خودمان هستیم؟ همین اندازه به فکر مسکن روحی خودمان هستیم؟ همین اندازه به فکر محلی که می‌خواهد این روحمان در آنجا آسایش داشته باشد هستیم؟ همان اندازه که به فکر مرض‌های مختلفی که ممکن است عاید بدنمان شود، تا در تلویزیون گفته می‌شود از یک ظرف غذا نخورید ممکن است دهان او میکروب داشته باشد و آن میکروب بیاید در ظرف و غذایی که او داشته می‌خورد و همان منتقل شود، چقدر با احتیاط با این مسائل برخورد می‌کنیم، از آن طرف با احتیاط از جهات روحی‌مان برخورد نمی‌کنیم.

اجمالاً یک صدم از آنچه که برخورد بدنی و احتیاط‌های بدنی گرسنگی‌های بدنی حتی تا جایی رسیده که می‌گویند: «مَنْ لَا مَعَاشَ لَهُ لَا مَعَادَ لَهُ» که البته این روایت نیست به این صورت و اگر هم باشد مال افراد خیلی ضعیف و پایین است که اگر معاش ندارد معاد ندارد. والا اگر می‌خواست کسی که معاش ندارد معاد نداشته باشد، درست باشد، می‌خواست ابوذر اصلاً دین نداشته باشد چون از او گرسنه‌تر و بی‌مکان‌تر که پیدا نمی‌شد. باید هر چه آدم فقیر هست، بعضی‌ها معتقد بودند که همه ائمه اطهار علیهم‌السلام فقیر بودند، حتی حضرت زهرا چادرش را گرو می‌گذاشت و حتی انبیاء همه گدا بودند و پست بودند. می‌خواهم بگویم که حالا همان متدین اهل صُفه، اهل صُفه هم علت داشته که دست به دهان بودند. این‌ها مثل سربازانی بودند که از خانه و

زندگی‌شان این‌ها را بیرون کردند و مهاجر بودند و آمدند در
صُفّه‌های مسجد زندگی می‌کردند و آن هم مدت بسیار
کوتاهی بوده، تا مدتی که دستور داده شد که اهل مدینه با
مهاجرین غذایشان را، لباسشان را، همه چیزشان را با صفا با
هم زندگی کنند و تمام شد و بعضی از مهاجرین شاید
ثروتمندتر از انصار بودند. حالا همان مهاجرین اهل صُفّه باید
در آن روزهای اوّل هیچ دین نداشته باشند. افرادی که معاش
ندارند چه ارتباط دارد به روحشان، به عظمت خدای تعالی
که در مقابل چشمشان باشد.

اجمالاً می‌خواهم عرض کنم که ما یک صدم از آنچه که به
بدنمان، به خوراک بدنمان، به مکان بدنمان، به زندگی
ظاهریمان اهمیّت دادیم به مسائل روحمان اهمیّت ندادیم.
و تمام عدم موفقیت‌مان در راه کمالات همین هست. افرادی

هستند شاید ۱۰ سال ۲۰ سال زحمت کشیده‌اند روی تزکیه نفس یک امتحان خیلی جزئی که آن هم دست رنج خودشان بوده که پیش آمده می‌بینیم دینشان را از دست دادند، ایمانشان را از دست دادند، همه چیزشان را از دست می‌دهند. این مال این است که این مشکل را حل نکرده‌اند. اوّل کاری که انسان می‌کند باید این مشکل را حل کند. من دارم عرض می‌کنم که اگر این مشکل را حل نکنید یعنی حداقل این است که به اندازه‌ای که برای بدنتان مواظبت می‌کنید و فکرتان را به خودش متوجه کرده، اقلّ مساوی آن روحتان را اهمیّت بدهید. همان اندازه‌ای که وقتی ظهر گرسنه می‌شوید دیگر طاقتتان طاق می‌شود و یک خرده‌ای سنّتان هم بالا باشد پاهایتان به لرزه می‌افتد و اخلاق دیگر ندارید و همه سرشکم می‌رود. همان اندازه لااقل برای خوراک

روحی تان، برای امراض روحی تان، برای مسکن روحتان، برای آرامش روحتان، لااقل همین اندازه اهمیّت قائل باشید. اگر این مشکل را تا این اندازه که اقلّش هست، والاّ صدها برابر اهمیّت غذای روح، اهمیّت مسکن روح و اهمیّت همه چیز روح بالاتر از بدن است، اما ما می‌گوییم: مساوی. می‌گویند: شیخ جعفر شوشتری در شهری گفت همه انبیاء آمده‌اند تا شما را دعوت کنند که موحد باشید من می‌گویم: مشرک بشوید. مساوی لااقل یعنی گرسنگی روحتان مثل گرسنگی بدنتان، فشار روحتان مثل فشار بدنتان، مرض روحی تان مثل مرض بدنتان برایتان اهمیّت داشته باشد. تا این مشکل را حل نکنید این را بدانید حتی خدای تعالی، مگر اراده اجباری بکند والاّ با اختیار شما بخواهد قاطی باشد هیچ کس نمی‌تواند شما را به هیچ کمالی برساند. به جهت اینکه

شما نمی‌خواهید. اول باید اهمیّت این مسائل را بفهمید و تکمیلش کنید و بعد به آن اهمیّت بدهید و بعد بیایید. چرا، ممکن است که فرض کنید در یک مجلسی یک سفره خوبی از غذای روح انداخته‌اند، خب شما می‌آیید و می‌نشینید و می‌خورید اما وقتی که همین مجلسی که آماده شده برای غذای روح اگر یک ناهاری شامی هم ضمیمه‌اش بشود آن وقت ارزش دارد. روز نیمه شعبان رفتیم جشن خوب چه بود؟ یکی دوتا شیرینی بود و من که میل نداشتم دیگران هم یکی دوتا شیرینی خوردند و آمدن. این می‌شود. ناهار نبود؟ نه! مطالبی هم که گفته شد همین‌هایی است که همیشه می‌گویند و ما متوجه نمی‌شویم و تمام شد و رفت می‌شود نیمه شعبان. شب نیمه شعبان چطور، آن هم همین طور، ماه رمضان چطور؟ ای الحمدلله تمام شد، زخم معده گرفتیم.

مرض‌های مختلف گرفتیم، راست هم می‌گوید چون روایت دارد که امام علیه‌السلام فرمود که از ماه رمضان جز گرسنگی و تشنگی هیچ چیز دیگری استفاده نمی‌کند. چون نیامده برای استفاده، برای این جهت نیامده سر این سفره بنشیند، برای غذای روح نیامده سر سفره‌اش بنشیند. بخوریم بخوابیم، حالا شدت و ضعف دارد. یکی می‌خورد و می‌خوابد مثل حیوانات، ضمناً یک درصد به خدای تعالی توجه دارد. یکی دیگر اصلاً هیچی توجه ندارد، من این حرف‌ها را برای شما نباید بزنم به جهت اینکه شما استثنایی هستید ولی اکثرمان اگر نگوییم: همه‌مان، اکثرمان این مشکل حل نشده برای مان. و ماه شعبان است و کم‌کم باید به ماه رمضان برسیم برای اکثرمان این مسأله حل نشده. می‌گویید: نه یک شبانه روز خودتان را امتحان کنید. یک شبانه روز

هیچ غذا نخورید و یک شبانه روز هیچ حرفی که روح شما را
ترقی بدهد نشنوید ببینید از کدام یکی بیشتر احساس
ناراحتی می‌کنید. خیلی راحت خودتان را امتحان کنید. از
همین الان تا فردا شب غذا نخورید. حال حرکت ندارید،
اخلاق ندارید، همه چیزتان را فدای حالتان می‌کنید. بابا برو
آن طرف من حال ندارم، دیروز تا حالا غذا نخوردم! هیچ
وقت شده بگویید: من دیروز تا حالا یک حرفی که رشدی به
روحم بدهد یک کمالی به روحم بدهد نداشتم، لذا اخلاق
ندارم، اوقاتم تلخ است. و از این روزها آنقدر اتفاق افتاده
است آنقدر ما داریم که حساب ندارد همین علامت بر این
است که شما به روحتان کمتر اهمیت می‌دهید. یعنی اصلاً
نمی‌شناسید نمی‌فهمید روح یعنی چه؟ این را درستش

کنیم. خب چه طوری درستش کنیم؟ اگر بخواهیم درست می‌شود.

۵- بدن نسبت به روح، مثل لباس است

اول باید روح را شناخت، روح یعنی خودتان. من یک وقتی می‌گفتم بدن یعنی مرکب، از باب مسامحه، مرکب هم نیست مرکب که بر آدم سوار نمی‌شود. هیچ وقت دیدید الاغی بر انسان سوار بشود و این طرف و آن طرف بروند. ما الان بدنمان بر روحمان سوار است و به خاطر او نمی‌توانیم پرواز کنیم. نمی‌توانیم حرکت کنیم. نمی‌توانیم سرعت داشته باشیم، نمی‌توانیم خدمت بکنیم، نمی‌توانیم کار بکنیم. بهترین تشبیه برای بدن نسبت به روح لباس است. این شباهت بیشتر است یعنی هیچ کاری برای ما نمی‌کند. فقط

بار گرانی است کشیدن به دوش. یک باری است که روی دوشمان افتاد. آنهم نه لباس سبکی که چندان تأثیری نداشته باشد. آخر بعضی لباس‌ها سبک هست، تأثیر ندارد ولی لباسی که از آهن درست کرده باشند و بگویند: «وَثِقُلُ الْحَدِيدِ قَدْ أَجْهَدَنِي»^۲ این طوری باشد. لباسی باشد که از سیمان درست کرده باشند، یک همچین چیزی بلکه از این هم بدتر. این را ما بفهمیم، بشناسیم. حالا چه طوری بشناسید باید روی آن کار بکنید. یک مقداری راهنمایی بشوید و یک مقداری هم باید روی آن کار بکنید. آن مقداری که مربوط به راهنمایی است همین است که شما معتقد به قیامت هستید یا نیستید؟ شما می‌گویید: هستیم. حالا اگر می‌خواهید بیایید در همین دنیا، بدن انسان برای انسان

۲ - مقتل حضرت علی اکبر.

دوام ندارد. پس بدن انسان نیست چرا؟ حسابش دو دوتا چهارتا، شده که بدن ۱۰ سال قبل را الان ندارید بدن ۲۰ سال قبل در ۱۰ سال قبل از بین رفت. چیزی که از بین می رود چیزی که نیست این را فکر نمی کنم که عوام ترین این جمع شاید این را بفهمد و بداند که با خوردن غذا سلول ها جایگزین بدن می شوند و سلول های قبلی از بین می روند. این مطلب را در کلاس های دبستان هم خواندید. پس تو آن نیستی که از بین رفته است. تویی که در بیست سال قبل خیلی خاطرات را در ذهنت سپردی، تویی که در بیست سال قبل معتقد به خدا شدی، تویی که در بیست سال قبل از کارها را کردی و الان یادت هست. تو این بدن نیستی اگر این بدن بودی می بایست همان طور که خود بدن از بین رفت خاطراتش هم از بین برود. همه چیز فراموش

بشود. پس این بدن نیستیم. این بدنی که ده سال باهات
نمانده می‌آید تا روز قیامت و بهشت و الی الابد بماند. یک
لباسی است نهایت همین لباس را در موقع مرگ بیرون
می‌آورند و روز قیامت باز از همین پنبه و پشمی که مال
لباست بوده دوباره نخ می‌بافند لباس درست می‌کنند و باز
برِ تنّت می‌کنند. این دوام ندارد این همیشه با تو نیست.
بالاخره تو این لباس نیستی. این یک راهنمایی اساسی
منتهی ما نمی‌فهمیم، ما این را قبول داریم، اعتقاد داریم، برو
برگرد هم ندارد، دو دوتا چهارتا هست، ولی نمی‌فهمیم، دیگر
حالا معما هست هر چه می‌خواهید حسابش کنید. ما
نمی‌فهمیم باز هم از اینجا که رفتیم بیرون به گرسنگی، به
شام شبمان بیشتر پایبند هستیم، باز هم این رنگ لباسمان،
اینکه کجای لباسمان نازک شده می‌خواهد پاره شود، یک

جایش پاره شده، یک جایش کثیف شده، به این‌ها بیشتر توجه داریم تا به روحمان. موقع خواب مثلاً، شما اگر غذا زیاد خورده باشید ممکن است دلتان درد بگیرد یا غذا نخورده باشید خوابتان نبرد یا چیزهای دیگر. آب بالای سرتان نباشد دلواپس هستید که اگر من نصف شب تشنه‌ام شد ممکن است با آن حالت خواب آلود، حالِ اینکه بروم از یخچال آب بردارم نداشته باشم، می‌آوری آب می‌گذاری بالای سرت. کدام یکی از این کارها را برای رُوح کردی. نه راستی. برای غذای رُوح کردی. حالا من می‌ترسم یک چیزی بگویم که عنوان دستور بشود، شما به عنوان عمل بدانید، این‌ها مربوط به وضع رُوح خودِ انسان است. یک کاری کرده باشید که نصف شب برای مناجات با خدا دچار زحمت نشوید. آن یکی آب را آورده تا به زحمت نیافتد برود سر یخچال آب

بردارد. یک کاری کنید که به زحمت نیافتید، تا بیدار شدید یک آب سرد خوردنی خوبی کنارتان باشد که فوراً سر بکشیم همان طور که در مسائل بدنی انجام می‌دهیم، در مسائل روحی هم انجام بدهیم. حالا اگر من بگویم چکار باید کرد ممکن است شماها فکر کنید دستور است. مثلاً من هم بیایم یک قرآن بگذارم بالای سرم، یک چیزی که من را متوجه خدا بکند بگذارم بالای سرم یک همچین چیزایی، نه، هیچ چیز منظور نیست، هر کس باید وضع خودش را رعایت کند. یکی نصف شب باید بلند شود شربت بخورد، یکی باید آب سرد بخورد، یکی باید آب گرم بخورد یکی باید کار دیگری بکند، خلاصه هر کسی مربوط به خودش هست. ولی شما فکر کنید که چکار باید بکنیم؟ روی این اگر یک سال فکر کنید و یک سال هم عمل بکنید ارزش دارد که چه کار بکنم

که نصف شب که بلند شدم حوصله‌ام بکشد که من فلان مناجات را با خدا داشته باشم، فلان آب سرد ولایت را استفاده بکنم؟ چکار کنم؟ این یک کاری است.

۶- استفاده از غذای روح در مسافرت

یا صبح تا غروب حرکت می‌کنید می‌روید برای یک مسافرتی صبح می‌گویید: ما ظهر کجا می‌رسیم، ناهار را کجا می‌خوریم. یک غذایی تهیه می‌کنیم در ماشین می‌گذاریم، آب باشد، میوه باشد، تنقلات باشد، همین کارهایی که در مسافرت‌های مخصوصاً دور می‌کنیم. حُب روح خودتان مهم‌تر است. چه کار بکنیم؟ یک نواری گوش بدهید، یک سخنرانی گوش بدهید، یک قرآنی با توجه گوش بدهید، یک کاری بکنید که غذای روحتان را هم تأمین کرده باشید.

نداریم یعنی اهمیّت به آن بیشتر می‌دهیم. مثلاً از مشهد حرکت کردید می‌خواهید بروید تهران، طبعاً یک صبح تا عصری راه دارید. خب، ظهر کجا ناهار بخوریم؟ مثلاً شاهرود، کدام رستوران تمیزتر است، غذایش بهتر است، همه چیز را دقیق رعایت می‌کنیم. ولی حالا در بین راه چه کار بکنیم روحمان یک مقداری رشد بکند؟ یک مقداری سیر بشود، یک مقدار غذایی برایش تهیه بکنیم. هیچ به فکر نیستیم اگر هم باشیم خیلی ضعیف.

بینید اگر ما خودمان را بشناسیم و بفهمیم چه هستیم و چه کسی هستیم، حضرت امیر فرمود: «رَحِمَ اللَّهُ امْرَأً عَرَفَ قَدْرَهُ وَلَمْ يَتَعَدَّ طَوْرَهُ»^۳ قدر خودتان را بشناسید، آخر تو چه کسی هستی؟ تو این بدنی!! خوب هر کاری می‌خواهی بکن،

۳ - غرر الحکم، ص ۲۳۳، ح ۴۶۶۶.

همین کارهایی که می‌کنی بیشترهم نمی‌توانی، حتی چائیت را در بین راه، حتی لرزش ماشین را برای چای خوردن درست می‌کنی، فلاسک حتماً باید داشته باشیم. همه کارها را می‌کنی ولی کوچک‌ترین کاری برای روح نمی‌کنی. در بین راه مسافرت می‌آییم یک غذایی را هم برای روحمان تهیه بکنیم. آخر او هم گرسنه‌اش می‌شود، تشنه‌اش می‌شود. اصلاً خودمان هستیم، ما این هستیم. مثل این است که شما وقتی مسافرت می‌روید برای لباس‌تان صابون بردارید یک تشت برای رختشویی بردارید یا یک ماشین رختشویی بگذارید عقب ماشینتان، چه، چه، چه، همه این کارها را بکنید ولی اصلاً غذا برا خودتان برندارید. به همان سلسله مراتب برمی‌گردید. غذا برای خودتان برندارید. یک ماشین رختشویی گذاشتن عقب! همه چیزی که برای این لباس‌تان

مرتب باشد و چینی حتی بر آن وارد نشده باشد تهیه می‌کنید، برداشته باشید. الان ناهار برای ظهرتان فکر نکرده باشید به خدا قسم صد برابر بدتر از این کاری است که ما الان داریم. یعنی آن عاقلی که، آن عقل کلی که دارد به ما نگاه می‌کند، همان طوری که ما به آن آدمی که برای لباسش اتو برداشته، ماشین رختشویی برداشته، صابون برداشته، همه چیز برداشته، در راه بیابانی که می‌خواهد از مشهد برود تا تهران همه این چیزها را برداشته ولی غذا برنداشته برای شکم خودش، گرسنگی هم می‌کشد، اصلاً گرسنگی سرش نمی‌شود، نمی‌فهمد روحش مرده است یا زنده است. از همین جا معلوم می‌شود روح چه کسی مُرده است، نیمه مُرده است. اگر از صبح تا شب شما داخل ماشین آمدید مرتب تخمه خوردید و تنقلات و شوخی و حرف‌های بی‌ربط و به

قول خودشان نبردبان در راه بیاندازید و مرتّب راه را کم کنید،
سرتان را گرم کنید، ولی هیچ فایده‌ای از جهت روحی نداشته
باشید، این شخص آنچنان مورد خنده و تمسخر قرار
می‌گیرد، اگر همان جا یک توجهی به خدا و ائمه و ارواح
مؤمنین و این‌ها بکنید می‌بینید همه دارند به شما
می‌خندند. عجب آدم احمقی. این کلمه را برای خودتان
قبول کنید. کسی که همه چیز برای بدنش، برای راهش برای
شکمش تهیه می‌کند و هیچ چیز برای روحش تهیه نمی‌کند
به خدا قسم خیلی پست تر از این آدمی است که همه چیز
برای لباسش تهیه کرده ولی غذا برای بدنش هیچی تهیه
نکرده است. حُب بیاییم از اینجا یک تکانی بخوریم، یک
حرکتی و دلم می‌خواهد این حرف به همه می‌رسید که توقع
دیگر نداشته باشید، تو که همش به بدنت رسیدی، همش به

خوراک شکمت رسیدی، بعد توقع داری چشم دلت را
بشناسی یا از چشم دل استفاده بکنی. توقع داری از گوش
دل استفاده بکنی، توقع داری که حرف مفید برای غذا
بشود، تو اصلاً ذائقه نداری، تو اصلاً به ذائقه‌ات اهمیّت
نمی‌دهی، تو اشتهایت را کور کردی.

۷- علّت کور شدن اشتهای روح

من گاهی این مسأله برای خودم تجربه است این‌هایی که تا
ساعت ۸ صبح می‌خوابند بعد که بلند می‌شوند واقعاً میل
به صبحانه ندارند. خب این چطور می‌شود؟ می‌گوییم: از
ساعت ۸ شب تا ۸ صبح در این مدت ۱۲ ساعت اشتها به
غذا نداری ولی ظهر که ساعت ۱۲ غذا می‌خوری تا ساعت
۸ شب این قدر گرسنه‌ات می‌شود که حساب ندارد. چرا؟

علتش این است که اشتهایت کور شده است. یعنی یک مدتی قبل از آفتاب بلند شو صبحانه بخور، ماه رمضان بهترین تجربه است. بین افطار تا سحری فاصله‌اش خیلی کمتر است تا شام و صبحانه. سحر انسان بلند می‌شود میل به غذا دارد زیادی هم می‌خورد علتش این است که اشتهایت کور شده، اشتهای کور شده اگر از پا درت نیاورد یک مدتی غذا نخور اشتهایت آنچنان کور می‌شود که اصلاً میلی به غذا نداری. بعضی‌ها که آب درمانی می‌کنند می‌گویند: دو سه روز اول غذا نخوردن سخته بعدش دیگر خیلی ساده می‌شود. آسان می‌شود. اشتهایشان کور می‌شود، یعنی ما مشهدی‌ها می‌گوییم: تلخه می‌شود، دیگر میل به غذا ندارد. ماها این طوری شدیم متأسفانه، دیگر میل به غذا نداریم. یک قدری هم صحبت بشود نه می‌فهمیم، نه

استفاده می‌کنیم، نه درک می‌کنیم. همش در همین مسائل ظاهری، همین‌ها کر و کورمان کرده این مسأله باید حل بشود، باید حتماً حل بشود. اگر حلش کردید

۸- اهمیت روح و غذای روح نسبت به بدن

یعنی شاید با یک دلایل عقلی و علمی من می‌توانم ثابت کنم که صد برابر روح انسان گرسنگی‌اش تأثیرش بیشتر است، فقرش تأثیرش بیشتر است، ناراحتیش تأثیرش بیشتر است، همه چیزش از بدن تأثیرش بیشتر است و در ما اثری ندارد. نمازم که می‌خوانیم، غذای روحمان نیست این نماز مثل نان هست که انسان سر هر سفره هست. مثل برنج الان هست که سر هر سفره هست. نگویید: ما مرتّب نماز خواندیم و نماز خواندیم. به خدا قسم من یک فرد هفتاد

ساله، هشتاد ساله را دیدم که هنوز نمی‌فهمد نماز یعنی چه؟
هنوز «ایّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیّاکَ نَسْتَعِینُ»^۴ را عمل نمی‌کند، این قدر
هم تکرار شده است. این یک غذایی نیستش که بشود مثلاً
تنوع در آن باشد، نه این باید باشد، این نان سر سفره هست،
این برنج سر سفره هست، این اساس سفره هست. بقیه
اعمال عبادی که مستحب است مثل تنوعات مختلفی
است که ما داریم. همین یک بدبختی است که باید من
مرتّب مثال به مادیّات بزنم، که خدای تعالی هم برای اینکه
ما بهتر بفهمیم همین مثال مادیّات زده.

والّا روح انسان یک چیز دیگری است. روح چشم دارد خیلی
قوی‌تر از این چشم ظاهری که اصلاً بیخود اسمش را چشم
گذاشته‌اند. به جهت اینکه یک محدوده خیلی ساده‌ای را

۴ - سوره حمد، آیه ۵.

می‌تواند ببیند آن هم نه باطنش را. الان من مگر چقدر می‌توانم ببینم؟ چقدر مگر می‌توانم بشنوم؟ چقدر می‌توانم احساس کنم؟ اما روح انسان، خدای با آن عظمت را می‌تواند احساس کند. خدای با آن عظمتی که همه موجودات مثل ذره‌ای که البته آن هم نمی‌شود مقایسه کرد مثل ذره‌ای هست درمقابل پروردگار، آن خدا را می‌بیند، ببینید این چشم مهم‌تر است یا آن چشم؟ «مَا رَأَيْتُ شَيْئاً إِلَّا وَرَأَيْتُ اللَّهَ قَبْلَهُ وَبَعْدَهُ وَمَعَهُ» لقاء الله، رؤیت الله، این همه روایات و آیات هست. آن چشم هست یا این چشم است؟ تازه اینکه من الان دارم این قسمت را می‌بینم با این چشم، این تازه با روح است، آن هم مربوط به روح است که من دارم می‌بینم. تازه باطن شما، در دل‌های شما چه می‌گذرد من که نمی‌بینم. پشت سر ما الان چه هست؟ من که نمی‌بینم، اما آن چشم خدا را می‌بیند. لذا

خدا می‌فرماید: «وَلَهُمْ أَغْنِ»^۵ این چشم لباسی را دارد «لَا يُبْصِرُونَ بِهَا»^۶ ولی با همان چشم هم حتی نمی‌تواند ببیند. یعنی همان محدوده‌ای که من الان دارم نگاه می‌کنم. باز یک محدودتری در آن هست یعنی صورت‌های شما را می‌بینم اما پشت سر شما را نمی‌بینم، بدن، ظاهر شما را می‌بینم اما قلب شما را نمی‌بینم، افکار شما را نمی‌بینم. علوم شما که در مغزتان است من نمی‌بینم. من نمی‌توانم با یک نگاه شما را ببینم که کدام یک از شماها باسوادترین و کدام یک بی‌سوادتر، نمی‌توانم ببینم. ولی آن چشم روح، آقایان خیال نیست، خدای من شاهد هست، آخر تا من بگویم خدا، شما فکر کنید خیال هست، تفکر هست، تخیل هست. عقل

۵ - سوره اعراف، آیه ۱۷۹.

۶ - سوره اعراف، آیه ۱۷۹.

هست، حالا هر چه، دیدن است، دیدن واقعی با روح هست.
من اگر گفتم: آقا ولی عصر ارواحناده از در وارد شدند اینجا
آمدند نشستند فلان و این‌ها، خوب شما می‌گویید بله
دیدیم، اما اگر گفتیم: الان امام زمان ارواحناده احاطه
علمی بر ما دارند، ما چون آن چشم را نداریم نمی‌بینیم‌شان،
چون روح حضرت را که چشم روحی نداریم نمی‌بینیم.
سخنش را نمی‌شنویم. سخن خدا را نمی‌شنویم، واقعاً
نمی‌شنویم! یعنی الان شما می‌گویید: نه. الان این اتاق
خلوت بشود تمام افراد این اتاق بروند بیرون، شما باشید و
خدای خودتان، یک قدری با خدای خودتان صحبت کنید
دیدید اگر یک طرفه نبود. هر چه شما بگویید ولی جواب
خبری نیست. چرا؟ به جهت اینکه گوش دلمان کر است،
ولی به قول شاعر می‌گوید: آواز خدا همیشه در گوش دل

است، گوشمان کر است. ما خدا را در خلوت نمی بینیم، در نیمه های شب خدا را نمی بینیم، چرا؟ برای اینکه چشممان (چشم روحمان) کور است. چرا علی ابن ابیطالب علیه السلام بین همه جمعیتی که دورشان بودند و الاّ نمی گفت: «ما رَأَيْتُ شَيْئاً إِلَّا وَ رَأَيْتُ اللَّهَ قَبْلَهُ وَ بَعْدَهُ وَ مَعَهُ» خدا را می بیند، چطور شد علی ابن ابیطالب علیه السلام دید، اولیاء خدا می بینند، الان متوجه خدا هستند، همه با خدا هستند. حضرت یوسف و زلیخا فرقشان در همین بود که زلیخا خدا را نمی دید ولی یوسف خدا را می دید و همان خدا این را کنترلش کرد. «وَلَقَدْ هَمَّتْ بِهِ وَهَمَّ بِهَا لَوْلَا أَنْ رَأَى بُرْهَانَ رَبِّهِ»^۷ اگر حضرت یوسف خدا را نمی دید و مثل زلیخا بود، خوب چه فرقی می کرد هر دوی آنها مثل هم بودند. چرا

۷ - سوره یوسف، آیه ۲۴.

ماها روح را نمی بینیم که روحمان چه خوراکی دارد؟ چه مرضی دارد؟ کدام یک از ما بیشتر مریض است و کدام یک از ما بیشتر سالم است. هیچ کس نمی داند. یک خرده اهل ریا و ریاکاری باشیم، خودمان را خوب سالم معرفی کنیم، شما هم خیال کنید من سالم هستم. و حال اینکه امراض بدنی را می شود پوشاند، شما تمام بدنت زخم باشد، یک لباس بپوشید تمام است. اما امراض روحی خیلی زود ظاهر می شود در عین حال ما نمی بینیم. افرادی هستند که سر تا پا مرض هستند، حتی اعمالشان نشان می دهد که اینها مریض هستند، ماها نمی بینیم حتی. روح خیلی زود خودش را نشان می دهد. نه اینکه فکر کنید یک ولی خدا وقتی که چشمش به صورت شما میافتد، می فهمد که چقدر در باطنت امراض مختلف هست، نه. خودش را نشان می دهد.

روح اصلاً خود شما هستید زود خودش را نشان می دهد. تکبر را زود نشان می دهد، مرض های مختلف را زود نشان می دهد، ولی مرض های بدنی زود نشان داده نمی شوند. در عین حال ما چشممان کور است و مرض های روحی افراد را نمی بینیم. بعضی وقت ها من می بینم بعضی ها، گول بعضی افراد را می خورند می گویم: تو چطور ندیدی که این آدم خائن است؟ نه اینکه فکر کنید من می بینم و او نمی بیند نه، این به خاطر این است که خیانت خودش را زود نشان می دهد. انسان خائن خودش را زود معرفی می کند. اما یک زخم سرطان روی پشت شما یا روی شکم شما باشد این می شود پوشاندش، می شود ظاهرش نکرد بلکه انسان اصرار دارد که ظاهرش نکند.

بالاخره می‌خواهم این را عرض کنم. ما تا این مشکل نشناختن روح را حل نکنیم به هیچ کمالی نمی‌رسیم. علتش هم این است که نمی‌خواهیم، چون نمی‌شناسیم، بدی‌ها را نمی‌بینیم، نقص‌ها را نمی‌بینیم، کمالات را نمی‌بینیم. طبعاً هم نمی‌خواهیم آن نقص‌ها برطرف شود. شما بگویید: من خیلی مشتاق هستم امام زمان را ببینم، شب تا صبح گریه می‌کند، خیلی هم واقعاً عاشق هستند، اما عاشق چشم و ابروی آقا هستند. چشم دلت را باز کن امام زمان پهلویت نشسته. می‌گوید: نه. من در عین حال دلم می‌خواهد بدن حضرت را ببینم. خب خدا که بدن ندارد چکار می‌کنی؟ که اصل آن هست، آنجا چه کار می‌کنی؟ من خیلی دلم می‌خواهد به کمالات برسم، کمالات چه هست؟ گاهی بعضی وقت‌ها یک افرادی را می‌خواهم تکانشان بدهم

می‌گویم: کمالات چه هست؟ می‌گویند: ما هم مکاشفه داشته باشیم، ما هم خواب خوب ببینیم، ما هم وقتی که به دیوار می‌گوییم: برو عقب برو، کوه را وقتی که می‌گوییم همراهان راه بیافتد، بیافتد. خب حالا کوه مثلاً علم کوه همراه شما راه افتاد حالا می‌خواهی بروی تهران آنجا چه کارش می‌کنی؟! ما یک وقتی کنار دریای بَمبَعی ایستاده بودیم یک نفر یک ماری آورده بود خیلی کلفت بود یک آدم را درسته قورت می‌داد، می‌خواست این را بفروشد، بچه ما می‌گفت: این را بخریم! گفتم: حالا ما بخریم این را می‌خواهی چه کارش بکنیم؟ کجا ببریمش؟ شب باید در اتاق پهلوی خودت بخوابد. حالا این کوه با تو راه افتاد می‌خواهی چه کارش بکنی؟! تمام پرنده‌ها تحت فرمانت بودند، شب این شغال‌های کلاردشت و گرگ‌ها همه آمدند گفتند: آقا ما

تحت فرمان شما هستیم، می‌گویید: بروید ردّ کارتان ما جا
برای خودمان نداریم تا چه برسد برای شما. آخر آدم بیچاره
است. این همه کراماتی که پیش نظر تو هست و تو فکر
می‌کنی کمالات است این‌ها جزء در دسر چیز دیگری ندارد.
کمالات این است که انسان چشم دلش را باز کند. همان
یک لحظه‌ای که نیمه شب چشمش را باز می‌کند همان یک
لحظه خدا را ببیند. این کمال است. یک لحظه‌ای که
چشمش را باز می‌کند ائمه معصومین را دور خودش ببیند،
یک لحظه‌ای که چشمش را باز می‌کند به خودش که نگاه
بکند همش اطرافش صفات حمیده باشد این‌ها کمالات
است. ببینید راه را عوضی می‌رویم و دیگر به راه اشتباه نرویم.
الان یک مستجاب الدعوه‌ای اینجا باشد که هر چه او بگوید
فوری انجام می‌شود یک همچین فردی، می‌گویید: به به

عجب آدم خوبی. چه خوبی دارد؟! مستجاب الدعوه وقتی خوب است که بنده خدا باشد، والاّ چه خوبی دارد؟ به یکی گفتند: فلانی روی آب راه می رود! گفت: هر چقدر خوب روی آب راه برود مثل ماهی نمی تواند غواصی کند. به یکی گفتند: فلانی طی الارض دارد به هوا می پرد! گفت: تازه مثل کبوتر شده، مثل یک حیوانی شده، این ها کمال نیست.

تازه اگر هم چیزی باشد درست هم راه رفته باشد، ریاضت های شرعی بر فرض کشیده باشد، تازه نمودار کمالات است. یعنی نشانگر کمالات است. شما اگر نخواسته باشید به کسی کمالاتتان را نشان بدهید هیچ وقت از آن ها استفاده نمی کنید. آن ها نشانگر کمالات است. یعنی این کسی که مستجاب الدعوه است، معلوم است که با خدا ارتباط دارد، خدای تعالی به حرفش توجه می کند و

دعاش را مستجاب می‌کند آن هم اگر صلاح باشد، والاّ این‌ها خودش کمالات نیست. آنقدر جوکیهای هندی هستند که در هندوستان کارهای عجیب و غریبی می‌کنند که حساب ندارد، آن‌ها باکمال هستند؟ حتی بعضی از آن‌ها خدا را هم قبول ندارند. نه جدّا این‌ها یک مسائل تحمیلی نمی‌خواهم باشند. آیا این مطالب عقلی نیست؟ این کارها نشانگر چیست؟ مستجاب الدعوه بودن. در زندگیت مردم دورت جمع بشوند و بگویند: برای ما دعا کن. خب شما هم خدا را نستجیر بالله مجبور بکنید که دعایتان مستجاب کند. مثل اینکه می‌گویند حضرت ابوالفضل نستجیر بالله از این کارها کرد و خدا مجبور بشود به خاطر اینکه شما فشارت زیادتر است، قدرت از خدا زیادتر است. مثل آن جریان حضرت یعقوب و خدای تعالی در تورات که کُشتی گرفت و

خدا را زد به زمین نستجیر بالله. این طوری می شوید آخرش.
این کمال تو هست! هیچ وقت به این طور کمالات فکر
نکنید. کمال آن چیزی است که انسان عقلش زیاد بشود،
علمش زیاد بشود، حکمتش زیاد بشود، معرفتش زیاد بشود،
خدا را بهتر بشناسد، همه چیزش درست باشد، یک انسان
واقعی باشد، الگویی برای همه مردم باشد و خودش نمونه‌ای
از وجود مقدس علی ابن ابیطالب علیه السلام باشد، از وجود
مقدس امام زمان ارواحنافداه باشد. امیدواریم خدای تعالی
همه ما را به حقیقت برساند. اینجا هست که علی ابن
ابطالب علیه السلام به کمیل می گویند: «مَالِكَ وَ الْحَقِيقَةَ؟»
ان شاء الله شما مورد این خطاب واقع نشوید و از خدا
می خواهیم که همه شما به این حقیقت برسید.
«و السلام علیکم و رحمه الله برکاته»