أعوذ باللَه من الشيطان الرجيم‌

بسم اللَه الرحمن الرحيم‌

وصلّ اللَه على سيّدنا و نبينا أبى‌القاسم محمّد

وعلى آله الطيبين الطاهرين و اللعنة على أعدائِهم أجمعين.

 صحبت در كیفیت تغذیه و مطالبی در این زمینه بود، كه امام صادق علیه‌السلام در حدیث عنوان به عنوان بصری متذكّر می‌شوند. همان‌طوری كه در جلسات قبل عرض شد، مسئله تغذیه و كیفیت غذا و اختیار غذا، خودش فی حدّ نفسه مطلوب بالذات نیست و انسان برای این مسئله و این قضیه در این دنیا نیامده است؛ بلكه جنبه وساطت دارد و وسیله‌ای برای بقای جسم است كه انسان به واسطه آن به آن مرتبه از كمال و تقرّب روحی برسد.

 فلهذا برای یك سالك بهترین و مناسب‌ترین و صالح‌ترین روش در تغذیه، روشی است كه بتواند جسم او را برخوردار از بهترین حالت اعتدال مزاجی كند و به واسطه آن اعتدال مزاجی، نفس و روح بتواند به آن حركت و تقرّب و آمادگی‌ای كه برای او در نظر گرفته شده است، برسد.

 مشخّص است كه انسان به واسطه ارتباطی كه بین نفس و جسم وجود دارد، نمی‌تواند مسئله جسم را نادیده بگیرد. خواهی نخواهی ما درگیر مسئله جسم و مسائل بدن هستیم، یا باید قید حركت روحی و نفسی را بزنیم و به هر كیفیتی كه دلخواه ما هست، زندگی كنیم، غذا بخوریم، به هر چه اشتهای ما برسد تناول كنیم، به هرچه فكر ما ولو اینكه برای ما مضرّ باشد به او تمایل پیدا می‌كند، دست‌اندازی كنیم، به هرچه كه می‌بینیم، نسبت به آن رغبت نشان بدهیم، كه در این صورت دیگر راهی برای تقرّب باقی نمی‌ماند ...

 من یك وقت یادم هست در زمان مرحوم آقا، جلسات و مسائلی بود، شبها و عصرها افراد می‌آمدند، دوستان می‌آمدند، در عصر جمعه، دعای سمات و همین‌طور دعاهای دیگر مثلا در ماه رجب، ادعیه ماه رجب و در ماه شعبان، ادعیه شعبانیه خوانده می‌شد و در شب‌ها هم همین‌طور مرحوم آقا می‌فرمودند: باید در این جلسات قواعد و قوانین رعایت بشود، حالاتی برای انسان می‌آورد، توجّهی برای انسان می‌آورد، تجرّدی برای انسان به وجود می‌آورد.

 خب مشخّص بوده و هست كه شما در هر جا از این مكان‌های مطهّر و مقدّس كه بروید، آن تبدّل حال و تحوّل حال را خودتان احساس می‌كنید. در مجلس ذكر بروید، در مجلس سیدالشهدا بروید، در مجالس روضه بروید؛ نه در این مجالس تئاتر! و شعبده‌بازی! كه غیر از آبروریزی چیزی ندارد، در آن مجالسی كه نیت خیر در آن است، نیت صالح در آن است. صفا در آن مشاهده می‌شود. آدم وقتی كه می‌رود، خوب مشخّص است كه تغییر حالی در خود احساس می‌كند؛ این تغییر حال یعنی تجرّد، تجرّد یعنی تقرّب. آن حالی را كه بیرون داشته است، می‌بیند آنجا آن حال را ندارد، حالش عوض شد، بیرون یك حالی داشت، یك برخوردی داشت، یك جوری صحبت می‌كرد، ارتباط خودش با افراد یك قسمی بود. وقتی كه آمد، می‌بیند حالش عوض شده،

 ارتباطش فرق كرده. این‌كه ارتباط فرق كرد از كجا آمد؟ از فضا، یعنی همین‌كه وارد فضا می‌شود، همراه با آن ارتباط فیزیكی كه با فضا پیدا می‌كند؛ یك ارتباط متافیزیك هم برای او حاصل می‌شود. آن ارتباط متافیزیك كه ارتباط با عالم مثال و ملكوت این مجلس است، حال او را تغییر می‌دهد. می‌بیند سبك شده، میل به قرائت قرآن در او ایجاد شده، قبلًا نمی‌خواند ولی در این مجلس كشش در او ایجاد شده، اینها بركات چیست؟ بركات سیدالشهداء است كه می‌آید حال را عوض می‌كند. اكسیری است كه وقتی به مس می‌خورد، مس را به طلا تبدیل می‌كند.

 لذا همیشه بزرگان می‌فرمودند: مكان‌هایی را اختیار كنید كه بتواند در شما تغییر حال ایجاد كند، از مكان‌هایی كه شما را به عكس، در حالت حیوانی و حالت بهیمیت و در حالت كثرات فرو می‌برد پرهیز كنید.

 نگویید این چهار، پنچ دقیقه است، حالا خیلی مهم نیست؛ می‌روید و می‌بینید همان پنج دقیقه كارت را می‌سازد. نگویید این حالا نیم ساعت است، حالا گیرم برویم اینجا مهم نیست؛ همان نیم ساعت دخل انسان را درمی‌آورد. توجّه كردید! نگوییم حالا فرض بكنید چه عیب دارد؟! حالا مسئله‌ای اینجا نیست و امثال اینها.

 من یك وقتی می‌خواستم بروم در یك مجلس عروسی، اتفاقاً منزلی بود. وقتی كه می‌خواستم وارد شوم، دیدم عجب جایی است، نمی‌توانم پایم را در آنجا بگذارم. نمی‌دانم واقعاً در این مجالس چه كارهایی می‌كنند؟ چه نفوسی می‌آیند؟ چه قضایایی می‌گذرد كه اصلا این قدر فضا، فضای ظلمانی می‌شود.؟ اصلا دیدم نمی‌توانم، ولی در رودربایستی گیر كردیم: آقا تشریف بیاورید! به خاطر شما در تالار نینداختیم! دیدیم خب قول دادیم دیگر ما كه قبلا نیامدیم بازدید كنیم، مثل اینكه باید از حالا به بعد یك دوره محیط و نقشه جایگاه و اینها را یك ارزیابی بكنیم، مثل اینها كه عملیات انجام می‌دهند، یك گروه موقعیت‌شناسی می‌روند منطقه را ارزیابی می‌كنند ...؛ حالا خلق‌اللَه تشریف ببرند. ما همین‌طور سرمان را پایین انداختیم و وارد شدیم. دیدم اصلا نمی‌توانم ... بالأخره به یك زوری رفتیم داخل و با خود گفتیم قول داده‌ایم دیگر.

 باور كنید تا یك ماه حالم سر جای اولش برنگشت. با یك رفتن، تا یك ماه درگیر بودم توجّه می‌كنید! خب این چیست؟ این همین ولش كن، ولش كن است. حالا این را رها كن، حالا آن را رها كن، خب این نمی‌شود، این‌طور با) ولش كن (كسی به مقصد نمی‌رسد.

 مرحوم آقا می‌فرمودند: وقتی در جلسه هستید فكرتان را جای دیگر نبرید. خب یا نیا كه هم خیال خودت راحت می‌شود و هم این قضیه به بقیه سرایت نمی‌كند؛ چون بالأخره فضا عوض می‌شود چون یك نفر كه همراه با مجلس نیست بر فضا تاثیر می‌گذارد، بنده خودم شاهد بودم در یك جلسه تهران زمانی كه خود مرحوم آقا بودند، ایشان در جلسه به دو نفر گفتند: شما برخیزید و از جلسه خارج شوید و تا بین شما این حالت است در جلسه شركت نكنید. چون بقیه را هم خراب می‌كنند. تنها خودش كه نیست. یك شخصی بیاید و با دیگری در تعارض و در تضادّ باشد، این شخص به او سنگ بیندازد، او هم به این شخص سنگ بیندازد. این به او تیر بیندازد، او هم به این توپ بزند. خب این چه شد؟ این چه مجلسی است؟ مگر مجلس‌

 هم مثل اداره است كه آدم برود كارت بزند، بیاید بیرون؟!

 مجلس ملكوت می‌خواهد. برای وارد شدن در مجلس انسان باید بداند كه در ملكوت او باید تاثیر كند و الّا كه در خانه‌اش نشسته بود. خب می‌رفت در پارك قدم می‌زد، برای چه اینجا آمده است؟ اگر انسان وارد اینجا می‌شود باید قوانین و مقرارت اینجا را هم در نظر بگیرد. ولی خب آمده در آنجا و بعد می‌بیند افاقه نكرد.

 بعضی از دوستان می‌گویند: آقا ما می‌رویم در این مجالس می‌بینیم فرقی نمی‌كند حالمان همان‌طور است.

 خب چرا باید این طور باشد؟ به خاطر اینكه به آنچه كه بزرگان گفته‌اند ترتیب اثر نمی‌دهیم. گفتند: روز جمعه را استراحت كنید، بلند نشوید این‌طرف و آن‌طرف بروید، افراد را به منزل خود دعوت نكنید، با افراد برخورد نكنید، با افراد صحبت نكنید. روز تا عصر را به این‌طرف و آن‌طرف نگذرانید خب بالأخره پس ما با مردم چه فرقی كردیم؟! همه همه كار می‌كنند ما هم می‌كنیم پس چه فرقی شد؟! خب پنجاه سال هم همین‌طور بمانیم ما كه حركتی نكردیم. اگر حركتی بكنی جای تعجّب دارد، نباید هم بكنی تعجّبی ندارد. پانصد سال هم بگذرد، عمر نوح هم بكنی، دو سانت هم بالا نمی‌آیی؛ چرا؟ چون به قاعده آنجا عمل نشده است. ایشان می‌فرمودند: بعد از جلسه صحبت نكنید، بگذارید آن حالی كه ملكوت این مجلس آمده در نفس تاثیر گذاشته، تثبیت بشود.

 و این صحبت كردن بعد از مجلس آن حال را از بین می‌برد. یعنی یك شخصی یك حالی پیدا كرده خب خودتان امتحان كنید یك دفعه می‌گوید: آقا دیروز روزنامه را دیدی چه نوشته بود؟ خب زهرمار! الآن موقع روزنامه چه نوشته بود است؟ آقا دیروز فلانی به ما چه گفت، به من چه؟ به تو چه مربوط است؟ از این حرف‌ها هر روز اینجا هزارتا هست، آخر اینجا جایش است؟! توجّه می‌كنید! خب این مسئله می‌آید به طور كل تمام داده‌ها را می‌گیرد، تمام یافته‌ها را می‌گیرد. حتّی ایشان گاهی اوقات عصبانی می‌شدند وقتی دو نفر موقع نماز صحبت می‌كردند: آقا پس ما برای چه كسی این حرفها را می‌گوییم؟ توجّه می‌كنید! اینها چیزهایی است كه قانون دارد، قواعد دارد.

 غذا هم همین است وقتی كه انسان هر چیزی كه به آن میل پیدا كرد ولو برایش ضرر دارد را بخواهد بخورد، غذایی كه باید نصف بشقاب را بخورد، همه بشقاب را بخورد. خورشتی كه باید چهار پنچ قاشق بریزد، یك كاسه را خالی بكند. این موادّی كه اینجا هست، آن چربی‌ای كه هست، آن سرخ‌كردنی‌هایی كه هست، آن غذای پركالری‌ای كه هست و الآن بدن به آن نیازی ندارد، ما می‌آییم بر این بدن تحمیل می‌كنیم و این بدن را به هضم این غذا وادار می‌كنیم. این معده نمی‌تواند این كار را انجام بدهد، نفس می‌آید و در این هضم غذا درگیر می‌شود، قفل می‌شود. دیگر حركت از آن سلب می‌شود نمی‌تواند دیگر حضور قلب داشته باشد. شما یك غذای سیر بخورید ببینید بعدش حضور قلب دارید یا ندارید؟ ببینید حالتان فرق می‌كند یا نمی‌كند؟ ببیند آن لطافت و رقّتی كه قبل از غذا ...

 در ماه رمضان چرا انسان خودش را به خدا نزدیك می‌بیند؟ آن رقّت و لطافتی كه برای حركت روح و برای حركت نفس لازم است به واسطه سبكی و به واسطه عدم اشتغال نفس به هضم غذای پركالری، این رقّت‌

 را به واسطه عدم همچنین غذایی می‌بیند حال او را تغییر داده است، دیگر نمی‌خواهد از این حالش دست بردارد، نمی‌خواهد این حال تمام بشود، نمی‌خواهد این حال به انتها برسد. می‌خواهد این حال بماند. این موقع موذّن می‌گوید: اللَه‌اكبر ... موقع اذان می‌شود می‌بیند: به به! سفره از اینجا تا آنجا انواع غذاها و أطعمه، آن هم غذاهایی كه برای انسان موجب سنگینی خواهد شد.

 خب نفس می‌گوید: از این بخورم، ازاین بخورم، یك قاشق هم از آن. یك‌دفعه می‌بیند آن حال قبل از غذا رفت، چرا؟ چون در اینجا زیاد خوردی. این مسئله هست، این‌كه همیشه تاكید كرده‌اند كه انسان همیشه باید بر بدن راكب باشد، نه مركب برای این است. برای این نكته است؛ چون اگر بخواهد هر چیزی را و به هر كیفیتی بخورد، دیگر آن توان حركت از او ساقط می‌شود. حالا إن‌شاءاللَه در جلسات بعد ... گرچه می‌خواستیم این را زودتر تمام كنیم ولی من احساس كردم نكاتی هست كه باید به آن نكات پرداخته بشود: راجع به روزه‌ها و دستورها و كیفیات مسائل ترك حیوانی، یك قضایایی هست كه باید آنها را هم تذكّر بدهیم تا اینكه مطلبی نگفته نماند.

 اما كلامی را كه امام صادق علیه‌السلام به عنوان می‌فرمایند وكلام عجیبی است و مطلبی است كه تجربه شده است، این است؛ حضرت می‌فرمایند: تا اشتها پیدا نكردی چیزی نخور، هرچند كه جلویت بگذارند. رفتی منزل رفیقت میوه می‌گذارند، هیچ میلی نداری، او هم ناراحت نمی‌شود، به جای میوه چای بخور! هیچ اشكالی هم ندارد یا فقط یك میوه مثلا یك سیب بخور! اگر پرتقال است، نصفش را بخور. اگر می‌بینی تمام پرتقال را بخوری سنگین می‌شوی، دلیلی ندارد تمامش را بخوری، نصفش را بخور. نصف دیگرش را بده كس دیگری بخورد.

 خب انسان در طول این زندگی كه همه‌اش در خانه نمی‌نشیند. مجلس می‌رود، اداره می‌رود، مطبّش می‌رود، دفتر می‌رود، سر كلاس می‌رود، منزل رفیق می‌رود، منزل قوم و خویش می‌رود، دیگران می‌آیند. درست شد؟ خب همه‌اش كه نمی‌شود انسان به دلخواه این و آن، از این بخورد، از آن بخورد. خب این كه تمام، صرف در این امور شد.

 انسان باید از صبح تا ظهر یك برنامه‌ای برای خودش قرار بدهد، اینهایی كه عرض می‌كنم مطالبی است از بزرگان كه بنده شنیده‌ام كه خدمت رفقا عرض می‌كنم یك برنامه‌ای باید قرار بدهد. این مقدار كالری در روز به بدنش برساند، این مقدار در این وعده باید اخذ بكند ... حالا مسائل دیگر بماند، آنها جای خودش را دارد مسائل دیگری كه در این زمینه هست مثل ورزش و امثال ذلك. راجع به آنها هم شاید مطالبی را در همین فقره عرض كنیم و آنچه را كه می‌بیند برای او مفید است.

 همان‌طوری كه امتلاء معده موجب انصراف نفس و روح از مقام قرب به اشتغال و تدبیر بدن است، همین‌طور انسان به نحوی با بدن خود برخورد كند كه گرسنگی بیاید بر او غلبه كند و او را به ضعف بیندازد، این هم غلط است. هردویش مانع برای حركت است. خیر الأمور أوسطُها؛ هر چیزی حدّ وسطش خوب‌

 است، هر چیزی در حدّ اعتدالش مناسب است. توجّه كردید، هر چیزی در حدّ اعتدال.

 وقتی انسان به یك چیزی اشتها پیدا می‌كند، باید ببیند حال او اقتضای این را می‌كند یا نمی‌كند. وقتی كه نیم ساعت پیش، بیست دقیقه پیش یك میوه خورده است، باز یك میوه می‌آورند، دوباره دست نزند و بردارد. خوب یك میوه خورده است دیگر. آن میوه بعد از این، آن غذای بعد از این، آن مأكول بعد از این با آن كلام امام صادق كه می‌فرمایند: هر چیزی كه دیدی، به هرچیزی كه نگاه كردی، نخور و خودت را نگه دار و بگذار كه نفس تو به آن اشتهای لازم برسد و بعد تناول كن، برای این است، برای همین جهت است كه انسان در مأكول خود باید در حدّی باشد كه احساس نكند در معده او چیزی هست.

 این می‌شود یك معیار؛ چون همین‌كه احساس كند در معده او ثقل پیدا شده است، معلوم می‌شود كه بیشتر از میزانی كه بدن او نیاز دارد خورده است.

 دفعات غذا را بیشتر كند، چرا معده خود را یك‌دفعه سنگین كند؟ دفعات را بیشتر كند، میان وعده داشته باشد، چه اشكالی دارد؟! آن حالت سبكی‌ای كه انسان احساس كند، آن حالت بهترین موقعیت است كه بدست آورده، آن حالت مورد نظر امام علیه‌السلام به عنوان بوده، نه اینكه انسان حالی را احساس كند كه وقتی غذا خورد باید تازه بیاید یك‌جا بنشیند، نیم ساعت یك ساعتی استراحت كند تا آن ثقل غذا كم بشود.

 دیگر با این وضع آن حالش رفته است، آن ارتباطش قطع می‌شود. لذا رسول خدا صلّی اللَه علیه وآله می‌فرماید: ما ملأ آدمی وعاءاً شرّاً من بَطنِه‌[[1]](#footnote-1)؛ انسان هیچ ظرفی را بدتر از معده خود پر نكرده است یعنی آن ضرری را كه به او می‌رساند، آنها می‌دانند چه چیزی از انسان رفته است؟ آنها می‌فهمند و الّا خب مسئله‌ای نیست، انسان یك مقدار ثقل معده پیدا می‌كند، بعد یك دارو و عرقیاتی بخورد و حالا یك ساعتی هم بگذرد تا حالش به حال عادی برگردد. خب نرمال شد، طبیعی شد، چیزی از دست نداد، حال دو ساعتی هم روی یك صندلی نشست، صحبت كرد و یك قدری سبك شد. خب تمام شد دیگر این‌همه تاكید برای چیست؟ المعدة بیت كل داءٍ والحِمیة رأسُ كلِّ شِفاء[[2]](#footnote-2) برای چیست؟ معده ظرف همه امراض و حِمیت یعنی پرهیز من دیدم در یك كتابی حمیت را تب معنی كرده بودند، حمیت یعنی پرهیز رأس همه شفاهاست خوب این برای چیست؟ این‌كه قبل از اینكه سیر بشوید، دست از غذا بردارید برای چیست؟ اینكه در شب غذا سبك بخورید تا بهتر قبل از طلوع بیدار بشوید برای چیست؟ اگر صرفا پرداختن به یك مسئله ظاهری بود، این همه تاكید برای چیست؟

 آنها می‌دانند، بزرگان می‌دانند، ائمّه می‌دانستند كه غذای زیاده موجب سلب توفیقی خواهد شد كه ارزش این را ندارد كه انسان دو ساعت، سه ساعت وقت خود را صرف این مسئله بكند، ارزش ندارد. در همان سه ساعت شاید قرار بوده یك چیزی بیاید ولی به واسطه امتلاء معده رد شد و رفت. لذا همه بزرگان، آن‌طور كه بنده در ارتباط با آنها بودم و شنیدم، آنها خیلی در این مسئله اصرار داشتند. نه اینكه نخورند، همه چیز هم‌

 می‌خوردند و بنده تعجّب می‌كنم از این مسائلی كه می‌شنوم، امروزه یا سابق كه انسان باید یك میوه بخورد! چه كسی گفته باید یك میوه بخورد؟! چندی پیش یك جایی بود، می‌دیدم از یك بنده خدایی تعریف می‌كردند، فوت كرده بود، بنده خدا آدم خوبی بود ولی معلوم نیست كه همه كارهای انسان هم درست باشد، كه فلانی یك میوه فقط در منزلش بود، بیخود! چه كسی گفته؟ چه اشكالی دارد دو میوه باشد، سه میوه باشد، چهار نوع میوه باشد؟ فقط همان یك میوه خلق خدا است؟! بقیه میوه‌ها مخلوق خدا نیستند؟! چه فرقی می‌كند بین سیب و پرتقال و انگور؟! حالا این زهد است كه یك نفر در یخچالش فقط سیب باشد؟! این زهد است؟! هیچ هم زهد نیست، اسراف خلاف است، اضافه بر مصرف بدن خلاف است، چه یك نوع میوه باشد چه صد نوع، چه فرقی می‌كند؟! داشتند تعریف می‌كردند: فلانی هر وقت می‌رویم خانه‌اش، فقط یك نوع میوه می‌گذارد. بیخود! حالا یك شخصی یك نوع میوه‌ای را دوست ندارد. یك میهمان می‌آید، سیب می‌گذاریم جلویش، سیب دوست ندارد، میل ندارد، دوست دارد پرتقال باشد، پرتقال بردارد. خب یك پرتقال هم بگیر و بیار. شما كه می‌خواهی ده هزار تومان خرج كنی، حالا چه فرقی می‌كند همه این ده هزار تومان را سیب بخری یا ده هزارتومان را سه قسمت كنی، یك قسمت سیب یك قسمت پرتقال یك قسمت هم مثلا انگور باشد یا گلابی؟! هر دو یك قیمت شد. حالا چه فرقی كرد؟! این‌طوری كه بهتر است، موادّ بیشتری به بدنت می‌رسد. اگر قرار به زهد است، این خشك‌مغزی‌ها و خرمقدّسی‌ها چیست؟ زهد این است كه انسان یك میوه بخورد؟! تو غلط می‌كنی.

 یك نفر بود اسمش را شنیده بودم، این شخص در تابستان‌ها در آفتاب نماز می‌خواند، در زمستان‌ها هم در سایه، می‌گفت: ریا می‌شود! خب احمق آفتاب به سرت می‌خورد، مریض می‌شوی. این كه زهد نشد، این كه تقوا نشد، پس خدا سایه را برای چه قرار داده است؟ گرما را برای چه قرار داده است؟ فقط به عنوان اینكه فلانی زاهد است، فلانی زاهد است یك نوع میوه می‌خورد. نه، ده نوع میوه باشد، اسراف نباید باشد. همان‌طوری كه سیب میوه خدا است، پرتقال هم میوه خدا است، انگور هم خلق خدا است، گلابی و خربزه و همه چیز مخلوق خدا هستند. به اندازه بخور ده نوع هم بخور هر چیزی به اندازه‌اش خاصیت خودش را دارد و البته خوب بعضی‌ها می‌گویند: دو نوع میوه با هم بخوری فلان می‌شود، كه البته هنوز ثابت نشده است.

 علی كلّ حال، مسئله مسئله زهد است. زهد در اینجا نیست، زهد در این است كه انسان جلوی نفس را نسبت به تمایل به هر چیزی بگیرد. به هرچیزی كه میل دارد، دست درازی نكند، اقدام نكند، این مسئله است و الّا انسان بخواهد به خاطر فائده‌اش، به خاطر سودش، به خاطر موادّش، به خاطر ویتامین‌هایی كه دارد، انجام بدهد این غلط نیست.

 ولی یك مطلب هست در زمان سابق مرحوم آقا توصیه می‌كردند: در جلسات یك نوع میوه آورده بشود. این را فقط توضیح بدهم؛ چون ممكن است در ذهن دوستانی كه در زمان سابق بوده‌اند، اشكال بشود. ببینید مطلبی كه ایشان می‌گفتند با آنچه كه ما داریم می‌گویم فرق می‌كند، اوّلا در جلسات فرق می‌كرد، اگر یك‌

 مهمان می‌آمد منزلشان این‌طور نبود كه یك میوه بیاورند، خود بنده می‌رفتم چند نوع میوه می‌خریدم می‌آوردم جلوی خود آقا می‌گذاشتم. در عروسی‌ها و مجالس مختلف این‌طور نبوده است. چند نوع میوه به هرقسمی و به هر كیفیتی بود. اگر قرار بر یك نوع میوه بود، خب آنجا هم باید فقط یك نوع باشد. یك همچنین چیزی نبوده است، یك همچنین مسئله‌ای نبوده است. فقط این قضیه مربوط به جلسات عصر جمعه بود كه در آنجا نظر بر توجّه نفس بوده و نظر ایشان این بوده كه وقتی یك جلسه‌ای برقرار می‌شود، خب نفس هم دنبال بهانه می‌گردد كه حواس خودش را به مسائل عادی و جزئی بیاورد، بطوری كه ما از این مسائل و مطالب می‌دیدم، خب اگر قرار باشد كه مجلس ذكری باشد، بعد میوه و اینها بیاید، نفس از آن حالت توجّه به اینها تمایل پیدا می‌كند و این هم یك چیز واضحی است، چیزی نیست كه بخواهیم انكار كنیم، حالا بگوییم یك نفر می‌تواند این مسئله را از خود سلب كند، همه كه این‌طور نیستند. لذا این مسئله می‌آید روی مسائل دیگر كه باید روی آنها یك مقداری دقّت كرد ...

 آن مجالس به این كیفیت بود كه یك میوه باشد، خب انسان، هم تغییر ذائقه كرده و یك چیزی تناول كرده و خیلی تفاوتی هم در آن حالش پیدا نمی‌شود و حتّی خود ایشان هم این اواخرگفتند: فقط چای باشد و این هم علّت دارد، علّت این قضیه هم ما بودیم. رفتیم گفتیم: آقا در این جلسات اصلا برای چه میوه می‌آورند؟ آقا هم گفتند: بله، اصلا بگویید نیاورند. بله خلاصه خراب‌كاری از ما بوده، فقط همان چای كفایت است. ببینید حتّی به این اندازه آن حالی كه آمده است، آن توجّهی كه آمده با خوردن میوه از بین نرود. چای خب خیلی مسئله‌ای نیست، چای هم مثل آب می‌ماند، خب انسان آب می‌خورد، این آبی كه جلوی شما هست، این تنگ آبی كه هست، انصرافی ایجاد می‌كند؟ نه، خب چای هم تقریباً همین‌طور است. امّا اگر بخواهند میوه بیاورند: چه می‌خواهند بیاورند؟ پرتقال می‌خواهند بیاورند یا انگور؟ خوب است فلان میوه را بیاورند ... دیگر خراب شد، تا یك همچنین چیزی به ذهن آمد آن توجه و آن حضور قلب دست‌كاری شد.

 لذا می‌گویند: اصلا از خیرش بگذریم، می‌خواهید سایر جاها در مجالس دیگر، عیب ندارد. امّا هرچیزی جای خودش را دارد. اینجا یك چای بیاورند، فرقی نمی‌كند. اینها نكات است اینها نكاتی است كه انسان باید به آن دقت كند، چرا؟ چون قانون این است، برخلاف مسیر آب كه ما نمی‌توانیم شنا كنیم. بی‌خود زحمت كشیدیم و انرژی خود را خرج كردیم. بعد سر جای خود ایستاده‌ایم در رودخانه شنا كردید؟ در رودخانه هرچه زور بزنی سرجای خودت هستی. حالا یك متر این‌طرف آن‌طرف، هیچ حركتی نكردی، جریان آب نمی‌گذارد هیچ حركتی بكنی. این مسیر را هم خدا قرار داده است این تكوین را هم خدا قرار داده است. حركت در این موقعیت را هم خدا قرار داده است.

 پس بنابراین این قضیه هست، آن مطلبی را كه مرحوم آقا می‌فرمودند، با آن خصوصیت در آن زمان برای آن مجلس بود، ولی خودشان نسبت به افرادی كه می‌آمدند در منزل، مجالسی كه داشتند و امثال ذلك به هیچ وجه یك همچنین مسئله‌ای نبود و همان‌طوری كه من عرض كردم مسئله این بود كه انسان نباید اسراف كند، نباید افراط كند، اندازه نگه دار كه اندازه نكوست، خب دیگر به نظر می‌رسد كه بیش از این توفیق مزاحمت نداریم و به ما بیش از نیم ساعت اجازه نداده‌اند كه صحبت كنیم إن‌شاءاللَه بقیه مطالب برای مجالس بعد و

 إن‌شاءاللَه هرچه خدا خواست و هرچه كه اراده او تعلّق گرفت، ما باید مطیع باشیم.

 یك مطلب را خدمت رفقا خواستم خودم عرض كنم و آن اینكه بنده حالم این‌طور است، غیر آدمی‌زاد هستیم دیگر!!، وقتی كه صحبت می‌كنم، این صحبت در وضعیت و حالم تاثیر می‌گذارد و باید یك مقداری ساكت باشم و با كسی صحبت نكنم و الّا آن تاثیر و خستگی تا آن شب و فردا ماندگار خواهد شد. لذا دوستان اطبّاء بنده را مكلّف كرده‌اند كه بگویم كه بعد از جلسه كه مصدع می‌شویم، اگر كسی مطلبی از جایی دارد، فرمایشی دارد، آن را در كاغذ بنویسد و با بنده صحبت نكند، بنده از این بابت عذرخواهی می‌كنم، لذا چه كنیم دیگر وقتی كه وضعیت‌مان یك وضعیت غیر عادّی است دوستان خودشان بنده را می‌بخشند.

 اللَهم صلّ علی محمّد و آل محمّد

1. حديث عنوان بصرى [↑](#footnote-ref-1)
2. بحار الأنوار، ج ٥٩، ص ٢٩٠. [↑](#footnote-ref-2)