

نشست نودم - چگونگی دستیابی به حیات حقیقی

بسم الله الرحمن الرحيم

تصویر اشتباه ما از زندگی

شاید اساسی ترین مشکلی که در زندگی ماها هست، این است که زندگی می کنیم، حال اینکه زندگی نمی کنیم. و هیچ کسی هم به ما نمی گوید که زندگی چیست که بخواهیم برویم آن طوری زندگی کنیم. جالب است، اثرگذارترین مفهوم در زیست هر انسانی زندگی اش است و کمتر از همه هم در مورد زندگی اطلاعات کسب می کند. حتی جالب است که مهارت های زندگی را می رود یاد می گیرد، ولی اصلا نمی داند زندگی چیست که مهارت هایش را یاد می گیرد. متأسفانه نوعا دیده می شود آدم ها می روند مهارت های زندگی یاد می گیرند برای اینکه کمتر دعوا کنند، بعد هم دعوا می کنند و می گویند که نمک زندگی است! خب شاید زندگی اصلا نمک نخواهد، شما مگر به حلیم نمک می زنی؟ حلیم را با شکر [می خورند]، البته بعضی ها مثل خود من با نمک می خورم. چون دعوا می کنند، برای اینکه بالاخره خیلی هدر نرود، [می گویند:] نمک زندگی است. تصویر درستی از زندگی نداریم و آنچه را که زیست می کنیم به عنوان زندگی به خودمان غالب کردیم، سعی هم می کنیم دوستش داشته باشیم. مثل ماجرای گل طبیعی و مصنوعی است. دستمان به گل طبیعی نمی رسد، یک سری گل مصنوعی گذاشته ایم؛ بعد هم سعی می کنیم قربان صدقه اش برویم، آب بهش می پاشیم، پیس پیس پیس! آب چرا می پاشی؟ گل مصنوعی است. [می گوید:] نه احساس زندگی را می خواهیم ایجاد کنم. چه کاری است؟ گل طبیعی بردار بیاور. ما ادای زندگی و خوشبختی را زیاد در می آوریم. چون هم دوست داریم به دیگران نگوییم که خوشبخت نیستیم، هم بعضی وقت ها آنقدر از دسترس مان خارج است که دوست داریم به خودمان هم این دروغ را بگوییم؛ خب خوشبخت زندگی کن! چرا ادای خوشبختی را در بیاوری؟ زندگی خانودگی تشکیل می دهیم، ادای عشق و محبت را در می آوریم؛ خب عشق و محبت را داشته باش. عشق و محبت نیست ولی سعی می کنیم، هدیه می خریم برای روز دوم آشنایی مان، بعد برای روز سوم، پنجم، هفتم، نهم، می گوییم چرا اینجوری؟ می گوید اعداد اول را در نظر گرفتیم؛ چون ماها خیلی خاص هستیم. مجبوری با این اداها احساس عشق را ایجاد کنی؟ این محبت، زندگی و خوشبختی، خودشان، خودشان هستند؛ ادا درآوردنی نیست. مثل این می ماند که الان به جای این گل های نرگس که تازه در زیست خودشان نیستند، گل مصنوعی بگذارم، بعد هی هم بخواهم القا کنم که خیلی طراوت دارد و خیلی دوست داشتنی است. چه بویی؛ بعد اصلا بو ندارد. خب چرا یک بار مثل بچه ی آدم زندگی نمی کنیم؟ درستش کن! اصلا یکی از کارکردهای دین این بوده که آدم واقعا زندگی کند. ولی مشکلی می دانید کجاست؟ عوامل سازنده ی زندگی، نوعا عواملی هستند که تنبلی ما و مثلا دوست داشتن های ما با آن

در تعارض است، و ما دست هم نمی خواهیم از دوست داشتن های خودمان برداریم. حضرت موسی وقتی سراغ فرعون آمد، یک جمله ی عجیبی به فرعون فرمودند، در سوره ی نازعات خواندیم، به فرعون گفتند: «وَ أَهْدِيكَ إِلَى رَبِّكَ فَتَخْشَى». می خواهی هدایت کنم به سمت پروردگارت، کیف کنی؟ فرعون نشست فکر کرد گفت که من اگر بخواهم به این خدای دوست داشتنی شگفت انگیز برسم، باید از این چیزی که الان دارم دست بکشم. نتوانست این کار را بکند. نتوانست از آن چیزی که الان دارد، برای آن خوشبختی دست بکشد، لذا برای همیشه به یک زندگی کوفت و زهرمار محکوم شد. چرا آدم اینطوری زیست نکند؟

راه رسیدن به زندگی واقعی

راه و لازمه اش چیست؟ از آن چیزهایی که دوست دارد، بتواند بگذرد. ما این یک قلم کار را نمی توانیم انجام بدهیم، مثل فرعون؛ او هم نتوانست. یعنی احساس کرد که من یک دنیایی برای خودم درست کرده ام، نمی توانم دنیایم را نادیده بگیرم. اگر دنیایت را نادیده بگیری، آن محبت، لذت، صفا و زندگی می آید. کاری ندارد، بی خیال شو. نمی تواند بی خیال شود. و آدم ها از اینجا زندگی های خودشان را حرام می کنند. خانم و آقا در زندگی خانوادگی حاضر نیستند از علایق خودشان بگذرند. لذا چه کاری می کنند؟ می گویند پنجاه درصد دوست داشتن های من، پنجاه درصد دوست داشتن های تو. بعد یک زندگی مزخرفی درست می شود که همه اش در حال متر کردن است: اینجا من به حرف تو گوش دادم، پس تو اینجا به من گوش بده؛ من این فداکاری را کردم، پس تو این فداکاری را بکن. این چه کاری است؟ یک بار برای همیشه این را کنار بگذار دیگر. واقعا خیلی بد است که آدم شصت سال ادای زندگی را در بیاورد. یکی دو روز زندگی کن، مزه اش را می فهمی. آنقدر زندگی رها و فوق العاده است و آنقدر زندگی طعم خوشی دارد. چرا آدم طعمش را نچشد؟ یک لازمه بیشتر ندارد. آن هم اینکه به جای اینکه از هوای خودش تبعیت کند، باید از ذکر تبعیت کند؛ همین. از هوای خودت تبعیت نکن. مثل اینکه شما چطوری دستور پزشک را انجام می دهی برای زیست بهتر؟ آن جا نمی گویی من دوست دارم نمک زیاد بخورم. یک سری نخورها و یک سری بخورها دارد. ممکن است اولش هم دوست نداشته باشی؛ طبیعی است. «عَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَ هُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَ عَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئاً وَ هُوَ شَرٌّ لَكُمْ». بالاخره زندگی را می خواهی، زندگی یک لوازم، ساختاری و شکلی دارد؛ با دوست داشتن تو لزوماً منطبق نیست. ولی بعد از یک مدتی حالت درست می شود. دیدید اینهایی که یک مدت زیاد زیست سالم دارند، میل شان هم دیگر شبیه به زیست شان شده است؛ اصلاً آن جور دوست دارد. به قول امیرالمومنین، آدم یک مدت تلخی این موضوع را به جان می خورد، تا شیرینی اش به جانش بنشیند. واقعا هم کار سختی نیست. آدم هایی که اشتباهات و خطاها را کنار گذاشتند، نمردند، زنده اند.

موضوع حیات را با همان توضیح کوتاهی که قسمت قبلی دادم ببندیم: ۱. منظور از زندگی، بهارِ بعد از زمستان است. حس شور و حرکت، انگیزه، فعالیت، رویش، زایش، ثمره و نتیجه ی بهارِ بعد از زمستان، حیات است. ۲. بعد از مرگ هم حیات دیگری وجود دارد، حتی اگر طرف به خاک تبدیل شده باشد، برمی گردانند. لذا اگر کسی احساس کرده زندگی اش به خاک هم تبدیل شده، اصلاً نگران نباشد؛ به راحتی برمی گردد. چرا؟ چون «إِنَّا نَحْنُ نُحْيِي الْمَوْتَى». کسی فکر نکند زندگی اش را نابود کرده؛ شما ممکن است نابود کرده باشید، ولی خدا نسبت به نابودگری شما سازنده ی بهتری است. هیچ کس در این عالم نمی تواند چیزی را به حدی خراب کند که خدا نتواند برگرداند.

ساده ترین قاعده زنده شدن

سِرِّش چیست؟ آیه ی ۶۹ و ۷۰ سوره. «وَمَا عَلَّمْنَاهُ الشُّعْرَ وَمَا يَنْبَغِي لَهُ» این حرفهایی که داریم به پیامبر می زنیم، شعر نیست. «لَنْ هُوَ إِلَّا ذِكْرٌ»؛ ذکر است. «وَقُرْآنٌ مُّبِينٌ»؛ این ها حقایق جاری عالم است. «لِيُنذِرَ مَنْ كَانَ حَيًّا». لازم است فقط از این آگاهی دریافت و خودش را با این زنده کند. و اگر این کار را نکند، «وَيَحِقَّ الْقَوْلُ عَلَى الْكَافِرِينَ». آن اتفاق می افتد. مثال خیلی نازش این طوری می شود: اگر زیاده روی کنی در خوردن قند، بیماری قند محقق می شود و زندگی را تلخ و جهنم می کند. این قانون عالم است. همان طور که برای آن طرف قواعدی هست، زنده شدن هم قواعدی دارد. ساده ترین قاعده اش این است که انسان هر چیزی را از وحی می شنود، مبنای عمل قرار بدهد. «مَنْ اتَّبَعَ الذِّكْرَ». بعد هم این را عامل بیداری قرار بدهد و شناختش را با این تنظیم کند. اصلاً شروع کردنش سخت نیست؛ آدم یک بار تصمیم می گیرد که آن چیزی را که می داند، عمل کند. باور کنید آن چیزهایی که می دانید، آنقدر وحشتناک نیستند؛ مثلاً در دانسته های من و شما این نیست که چهل روز چیزی نخور، روی دست هایت راه برو و... . دانسته های ما این هاست: دروغ نگو، زیاده روی نکن، اعتدال را رعایت کن و...

تعارض خواهش های نفسانی با دانسته ها

دانسته های ما خیلی حرف های خوبی است، ولی با خواهش های انسان تعارض دارد و معمولاً با این ها نمی خواند. مثلاً همین که تصمیم می گیری یک مدت ورزش کنی، از روز دوم اتفاقات شروع می شود، بعد روز سوم و... . اصلاً همه ی چالش عالم همین است. شما برای آن طرفش هم همین قدر زحمت می کشی، اگر بیشتر نکشی؛ یعنی وقتی این کارها را نمی کنی هم همین قدر به فشار بهت می آید. فرقی این است که آن طرف فشار تحمل می کنی، زندگی ات هم کوفت و زهرمار است؛ این طرف فشار تحمل می کنی، ولی حالت خوب است. اگر چه

سوره را که مطالعه کنید، می بینیم ماجرا به اینجا هم ختم نمی شود. خدا خیلی حرف های جالبِ جذاب دارد که آدم را دعوت و کمک می کند به اینکه این مسیر را برود.

جوانی و طراوت کم ترین هزینه زندگی

شما بخواهید یا نخواهید دارید هزینه می دهید. کم ترین هزینه هم جوانی و طراوت است که دارد می رود. در خود سوره هم می فرماید:

وَلَوْ نَشَاءُ لَمَسَخْنَاهُمْ عَلَىٰ مَكَانَتِهِمْ فَمَا اسْتَطَاعُوا مَوْجِيًا وَلَا يَرْجِعُونَ ﴿٦٧﴾ وَمَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ ﴿٦٨﴾

آدم ها را نمی بینی هر چه جلوتر می روند، ناتوان تر می شوند؟ یعنی شما در حالت عادی هزینه می کنید، لازم به دیندار بودن یا نبودن نیست. انسانی که زیست می کند، هزینه می دهد و از خلقتش هی کاسته می شود. صبر، تحمل، روحیه و انگیزه شروع کردن قبل را ندارد. تو که از خلقت دارد کاسته می شود، نمی خواهی حداقل یک کاری بکنم در ازای کاسته شدن از خلق، یک حیاتی به وجود بیاید؟ بعضی ها از خلقتشان کاسته شد، ولی بر حیاتشان افزوده شد. همه این جور نبودند که چون پیر شدند، بد اخلاق، غرغرو و کم انگیزه شده باشند. خیلی ها این طور نشدند؛ بعضی ها هر چقدر پیرتر شدند، با نشاط تر، با انگیزه تر و امیدوارتر شدند؛ حتی به بقیه هم امید می دادند. بدنش ممکن است ضعیف تر شده باشد، ولی آن قدر روحیه داشتند که از صدا جوان روحیه، انگیزه و حس شروعاتشان بیشتر بود. همین الان به آن ها می گفتید بیا برویم کاری را شروع کنیم، رشته ای را بخوانیم و... می آمد و آن کار را می کرد.

آدم ها به طور عادی وقتی به جلو حرکت می کنند، از خلقتشان کاسته می شود. این که از خلق شما کاسته می شود، درد اصلی آدم است؛ نه این که هزینه کردن برای یک حیات دیگر چیز دردآوری است. شما دارید تمام می شوید؛ آدم ها یک ذره پا به سن می گذارند، احساس می کنند و می فهمند. به سن و سال ما هم برسید، احساس می کنید نمودار کله اش در حال چرخیدن است؛ احساس می کنید مثل قبل نیست؛ مثل این که دارد چیزی کم می شود. آدم اول که سرش داغ است و جوان است، فکر می کند همیشه نمودار همین طور است؛ همیشه فردا خفن تر و بترکان تر از دیروز است. بعد از یک جایی احساس می کنید دارد تمام می شود. حداقل شیب نمودار دیگر به سمت پایین است؛ آدم همان جا می فهمد. از یک جایی هر روز ضعیف تر از دیروز می شود. اصلاً باورت نمی شود. می گوید: «من فکر نمی کردم صبح ها بلند شوم و چنین حسی داشته باشم. فکر می کردم هر روز

صبح وقتی بلند می شوی باید جیغ زدا الان ده روز است جیغ نمی زنی. عجیب نیست؟» شما هزینه می دهی، از یک جایی به بعد باید هزینه برایت آورده ای داشته باشد.

زندگی واقعی گذشتن از لذت ها می خواهد

نهایت چیزی که زندگی واقعی از آدم می خواهد یک سری لذت هاست. مثلاً انسان در زندگی خانوادگی خودش نهایتاً یک سری توقع از طرف مقابل دارد، زندگی فقط یک چیز می خواهد: آن هم این که توقع نداشته باشیم. آقا مگر می شود من توقع نداشته باشم؟ یعنی علایق و سلايقم را نادیده بگیرم؟ بیا فکر کن پنجاه سال به توقعات و انتظارات برسی و دیگران توقعات تو را تأمین کنند. خودت که تمام می شوی، تمام شدنت را که نمی شود کاری کرد. آدمی که پنجاه سال به آن خدمت کردند، موقع تمام شدن خیلی زندگی دردناکی را تجربه می کند؛ چون دیگر نمی تواند لذت ببرد و دیگر دیگران هم نمی توانند لذت برایش ایجاد کنند، چون دستگاه لذت بردنش در حال تمام شدن است. لحظات آخر زندگی این آدم ها جهنم است. اصلاً لازم نیست بنده خدا جهنم برود، زندگی اش جهنم هست. چون از چیزهایی که قبلاً لذت می بُرد، دیگر نمی تواند لذت ببرد و دیگران هم نمی توانند برایش لذت ایجاد کنند. تو که داری به این سمت می روی، خودت را از این خلق بکن. اصلاً در زندگی چرا توقع آدم داشته باشد؟ بعد یک دکمه دیگری در انسان روشن می شود: لذت بردن از بی توقعی. یک آدم هایی به وجود می آیند که اصلاً برایشان مهم نیست. بزن در سرش، سختی بکشد، آسانی بکشد، لذت دارد. اصلاً نمی توان کاری کرد که حرص این آدم را در بیاوریم، کفر بقیه درمی آید؛ چون هر کاری می کنی این آقا حالشان خوب است، نه از این حال خوب های بی خیالی.

سرپیچی از شیطان راه زنده شدن

چرا آدم یک زیست دیگری را تجربه نکند و بخواهد ادایش را در بیارد؟ یک راه دیگر دارد:

أَلَمْ أَعْهَدْ إِلَيْكُمْ يَا بَنِي آدَمَ أَنْ لَا تَعْبُدُوا الشَّيْطَانَ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴿٦٠﴾

هر کاری شیطان می گوید، انجام نده. این کار خیلی سخت است، چون شیطان بعضی وقت ها همان را می گوید که آدم دلش می خواهد. بله او از همین اصل استفاده می کند. یک بار آدم این کار را بکند. جوابش این است که:

سَلَامٌ قَوْلًا مِنْ رَبِّ رَحِيمٍ ﴿٥٨﴾

تو که هزینه می دهی، این هزینه را جهت بده. به جای این که این پول را برداری و به روز بخوری، سرمایه گذاری کن و سودش را مصرف کن. اگر این جوری بود که آدم وقتی می خواست برای دین خدا هزینه کند، آن طرف هزینه نکردن بود، می گفتیم حالا جا دارد بشینی فکر کنی؛ ولی همه تمام شدند، جوانی همه رفته، زندگی خانوادگی همه بالاخره یک روزی تمام شده، عزیزترین خفن ترین آدم های عالم هم رفتند. پیامبر خدا هم حتی رفت. یک کاری کنید که با تمام شدن، تمام نشود و یک زندگی با آن به وجود آمده باشد. راهش این است که انسان نسبت به «ذکر» تبعیت داشته باشد. اگر فهمید یک چیزی درست است، انجامش دهد. باور کنید آدم در زندگی بیشترین فشارهای عصبی و روانی را آن جایی دریافت می کند که با آسیب هایی روبه رو می شود که می داند که می توانست خودش یک کار دیگری انجام دهد ولی نکرد؛ ولی وقتی هر کاری را کرده، درست انجام داده است: «طلا که پاک است، چه منت آن به خاک است؟».. ما اگر زندگی مان معیشت ضنک می شود، به این دلیل است.

دعای حیات طیبه حضرت زهرا

یک پرده دیگر از زندگی برایتان بگویم، می خواهم یک دعایی برایتان بخوانم که اسمش هست: «دعای حیات طیبه». فکر می کنم چند باری هم اینجا به آن اشاره کردیم. دعای خیلی دوست داشتنی است. از حضرت صدیقه طاهره (سلام الله علیها) که در مفاتیح الجنان هم نیست، در کتاب صحیفه فاطمیه هست. دعای زندگی است. هر کسی احساس می کند زندگی را گم کرده است، کافی است این دعا را هر روز بخواند. نه این که فقط عربی بخواند، به مفاد این دعا فکر کند. کسی این دعا را خوانده که معنی زندگی را می فهمیده.

چگونه زندگی طیب می شود؟

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَيَسِّرْ لِي الْأَعْمَالَ الَّتِي تُحِبُّهَا وَتُحِبُّ الْعَامِلِينَ لَهَا وَأَعِنِّي عَلَيْهَا

من اعمالی که خدا دوست دارد و عاملین آن اعمال را دوست دارد در زندگی ام انجام دهم. هر چقدر کارهایی را که خدا دوست دارد انجام دهیم، حال زندگی انسان فرق می کند. از آن طرف:

وَأَصْرِفْ عَنِّي الْأَعْمَالَ الَّتِي تَكْرَهُهَا وَتَكْرَهُ الْعَامِلِينَ لَهَا وَأَعِنِّي عَلَى تَرْكِهَا

هر کاری که خدا مکروه می داند آدمی کنار بگذارد. نه فقط حرام، مکروه! البته آدم می تواند از حرام شروع کند تا به مکروه برسد. خیلی فرق دارد و حال زندگی انسان را عوض می کند. شما فکر کنید من هر کاری را در زندگی

انجام می‌دهم، می‌دانم که -حداقل به فهم خودم- این کار را خدا دوست دارد؛ اگر هم انجام نمی‌دهم، چون خدا دوست نداشته است. آنقدر حال زندگی انسان عوض می‌شود که حد ندارد. باور کنید دنبال مشکل جای دیگر نگردید، حال آدم وابسته به این است.

اللَّهُمَّ أَوْصِلْنِي إِلَيْكَ مِنْ أَقْرَبِ الطُّرُقِ إِلَيْكَ وَ أَسْهَلَهَا عَلَيَّ

کسی این گونه زندگی کند، به سرعت به خدا می‌رسد. اصلاً فاصله ما از خدا دور نیست و نمی‌توانیم از خدا دور شویم؛ چون خدا آنقدر بزرگ است که اصلاً دور شدن از او امکان ندارد. با این حال، نزدیک ترین راه به خدا همین است که هر کاری را خدا دوست دارد، انجام بدهد و دوست ندارد، انجام ندهد.

زندگی طیب چه خواصی دارد؟

اللَّهُمَّ أَعِزَّنِي بِالْإِنْقِطَاعِ إِلَيْكَ بِلَا ضَرُورَةٍ

این اعزّنی مثل همان عزیز غفور اول سوره است که در مورد آن یک جمله ای اشاره شد. کسی که این گونه زندگی کند، زندگی اش عزّت پیدا می‌کند؛ یعنی زندگی اش نشکن می‌شود. زندگی اش از این زندگی‌ها نیست که با هر اتفاقی بشکند. با قهر کردن، توهین یا بی‌مهری کسی بکشند. ماها زود می‌شکنیم. آنی زود می‌شکند که در آن حیات جاری نیست. مثل درخت؛ درختی که زنده نیست، بعد از یک مدتی پوک می‌شود و راحت می‌شکند ولی درختی که زنده است، راحت نمی‌شکند. زندگی مان عزیز نیست و عزّت ندارد.

انقطاع راه رسیدن به عزّت در زندگی

چرا عزّت ندارد؟ چون انقطاع ندارد و زندگی مان به زمین و زمان وابسته است. خودمان هم وابسته کردیم. زندگی مان را به محبت بچه‌هایمان، محبت همسرمان، شرایط اجتماعی و یک عالمه چیز وابسته کردیم. به همان اندازه هم که وابسته کردیم، عزّت ندارد و شکننده است. زندگی ای که شکننده و وابسته است، زندگی نیست. حالا ممکن است بگویید که من از فردا دیگر به همسر و بچه ام محبت نمی‌کنم. نگفتیم محبت نکن، انقطاع داشته باش. اتفاقاً کسی که از یک نفر انقطاع حاصل می‌کند، بی‌محابا می‌تواند محبت کند.

محبت بی‌محابا نشانه انقطاع

ما نمی‌توانیم بی‌محابا محبت کنیم. می‌دانید چرا؟ چون از طرف طلب داریم. تا اندازه ای محبت می‌کنیم که جواب محبت مان را بدهد. لذا اگر جواب محبتمان را ندهد، از آن جا به بعد دیگر نمی‌توانیم محبت کنیم. چه

فایده؟ نمی فهمد! چون نمی فهمد، محبت نمی کنم. اما کسی که انقطاع حاصل کرده باشد، بی محابا محبت می کند؛ چون منتظر پاسخ طرف مقابل نیست. زندگی آن است که بتوانی دشمن خود را ببخشی. ما چنین ظرفیت وجودی ای نداریم. طرف دشمن هم نیست چهارتا بدی کرده باشد، تا آخر عمر کینه اش را به دلمان می گیریم. تو حالت خوب باشد، بعد هم برو و به او بگو: عزیزم به نظرم داری اشتباه می کنی. البته خطای دید زیاد پیش می آید. برو و از اشتباه درش بیاور. تو به هم ریخته ای و قاطی کرده ای و تحمل نداری، می گویی: می خواهم او بفهمد. اونمی فهمد؛ تو به هم ریخته ای.

چرا اینقدر کوچک هستیم؟ این طور که زندگی نمی شود. این جوری یک عمر برای بچه ها زحمت می کشیم، بعد که بزرگ می شوند و اولین بار یک چیزی را به مامان و بابایشان می گویند، جواب داده می شود: این شد زندگی؟ یک عمر زحمت شان را کشیده ام. زحمتش را چرا کشیده ای؟ کاش منقطع می بودی و محبت می کردی. چرا اینقدر گیریم؟ چرا آدم انقدر رها نباشد؟ ما خودمان، خودمان را گیر انداخته ایم. خدا می داند که کسی ما را گیر نینداخته است، ما خودمان انقطاع حاصل نمی کنیم. ما زندگی مان را بند همه کردیم. به طرف می گوییم: چرا این کار را کرده ای؟ می گوید: آخر او این کار را کرده است. یعنی تو این قدر کوچکی که چون او این کار را کرد، تو هم این کار را کردی؟ حالا چرا نمی گذاری؟ اول او بگذرد؛ اول او عذرخواهی بکند؛ یعنی تو نمی توانی تا او عذرخواهی نکند، بگذری؟ می گویی او صد بار تا به حال این کار را کرده است، حالا ۱۰۱ بار این کار را بکند؛ یعنی ظرف وجود تو فقط صد بار است؟ یعنی تو سر صد تمام شدی؟ تا کجا ادامه دارد؟ تا آخر!

تو چقدر بزرگی؟ تو همان قدر بزرگی که می توانی نادیده بگیری. نادیده گرفتن نه اینکه یعنی کاری را که وظیفه ات است را انجام ندهی؛ یک جایی ممکن است آدم لازم باشد برای تربیت بچه اش، او را دعوا هم بکند، ولی این از روی تنگ نظری و خفه شدن نیست؛ می توان با آرامش و خوشحال گفت: به نظر من این کار شما اشتباه است. حالا اگر او نمی فهمد، یک جور دیگر باید گفت که این کار خوبی نیست و نکن. این "اعزّنی" است.

ادب زندگی را زیبا می کند

أَحْسِنُ لِي الْأَدَبَ بِلَا عُقُوبَةٍ

زندگی اگر زیبا است و حُسن دارد، این ها از کجا بوجود می آید؟ از روی ادب. او مودب است و تحت هر شرایطی ادب را رعایت می کند. اصلا امکان ندارد بتوانید کاری بکنید که او از دایره ادب بیرون بیاید. در کربلا هم یک نفر از اهل کربلا بی ادبی نکرد. با اینکه دشمنش هر کاری که می توانست کرد، اما نتوانست او را از دایره ادب خارج کند.

ما چون بی ادبی می کنیم، حالمان بد می شود. خدا می داند که تقصیر خودمان است. هر کاری که دیگران می کنند، من و شما نباید از دایره ادب خارج شویم. ما وقتی که از مسیر ادب خارج می شویم، طعم زندگی جهنم می شود. حتی اگر او فحش می دهد، بدهد؛ جنایت می کند، بکند؛ من حق ندارم از ادب خارج شوم. شاید هم لازم باشد در جنگ با کسی بجنگم، شمشیر بکشم و بجنگم؛ ولی مودب هستم. با طرف داری می جنگی و ممکن است با شمشیر هم بزنی، اما مجبور نیستی فحش بدهی. مودب باش. اصلاً ممکن است بگویند آدم اگر مودب باشد، جنگش نمی آید؛ خوب نجنگ. برو و یاد بگیر که آدم مودب جنگجو باشی.

این فیلم ها نشان می دهند که آدم ها همه شان وقتی می خواهند بجنگند، عریضه می کشند، می گویند این برای تخلیه انرژی است. در ورزش های رزمی هم می گویند که داد زدن، برای تخلیه انرژی است که پرده دیافراگم پاره نشود؛ ولی شما هنوز داری می دوی هم، داد میزنی. در حالی که امیرالمومنین درباره آداب جنگ می گویند که وقتی جنگ می کنی، نعره نکش و آرام باش. داری می جنگی، چرا نعره می کشی؟ همین یک جمله برای اینکه عظمت یک آدم معلوم شود کافی است. وقتی جنگ می رود، می گویند: آرام باش، مودب باش. بجنگ، ولی مودب بجنگ.

ما بی ادب می شویم و بعد هم گردن بقیه می اندازیم، می گوییم: او این کار را کرد، من تحمل کردم و دیگر بار یازدهم نتوانستم؛ ۵ سال بود داشتم تحملش می کردم، ولی دیگر نتوانستم. اشکال داشت ۵۰ سال تحملش می کردی، ۱۵۰ سال هم تحمل می کردی؟ ادب برای خودت است. اگر تحمل می کردی تو از دایره ادب خارج نمی شدی. ممکن است لازم باشد که یک برخوردی هم با دیگران بکنید، ولی مودب باید بود.

دینداری باید لباس تن آدم بشود!

وَأَجْزَلُ لِيَ الثَّوَابِ بِلَا مُصِيبَةٍ

ثواب به معنای این است که کارهای خوبی که انجام داده بودی، به تنت دیده شود. مگر نماز نمی خوانی؟ چرا تواضع را در تو نمی بینیم؟ اگر در مقابل خدا سجده می کنی، حتماً آدم متواضعی هستی. مگر می شود آدم نماز بخواند، متواضع نباشد؟ مگر می شود آدم حجاب بگذارد، با حیا نباشد. مگر می شود آدم روزه بگیرد، ولی صبر نداشته باشد؟ اگر روزه می گیری ولی صبر نداری، نشان می دهی لباس روزه را به تن نمی کنی و داری ادا در می آوری. لطفاً ادای دین داری را در نیاورید. آدم نماز خوان چون متکبر نیست، افتاده و متواضع است. اگر تو نماز می خوانی، متواضع نیستی برای این است که ادای نماز خواندن را در می آوری. با ادای دین داری انسان به جایی نمی رسد. روزه، حج، نماز، امر به معروف و نهی از منکر، تولی، تبری، زکات، همه شان قرار بود برای تن آدم، یک لباس باشند. با ادا در آوردن دین، زندگی درست نمی شود. دینداری خیلی خوب است ولی مشروط بر اینکه دینداری باید لباس تن آدم بشود، نه اینکه ادای آدم بشود.

به حضرت شعیب می گفتند: «صلوتک تامرک». اخلاقی داشت که در آن نمود داشت. نمی شود که من روزه بگیرم و صبر نداشته باشم، حج بروم ولی اهل برنامه ریزی برای زندگی ام نباشم. قبل از حج شاید می شد، ولی بعد از اینکه حج رفتی چرا؟ این هم مولفه سومی که زندگی را زندگی می کنند.

اختیار، طعم دهنده زندگی

وَ أَحْسِنُ لِيَ الْإِخْتِيَارَ بَلَاءَ كَرَاهِيَةٍ

زندگی از روی انتخاب است، از روی عادت نیست. انسان باید کارها و راه هایش را انتخاب کند. اتفاقاً چقدر خوب که انسان در معرض گزینه های متعدد قرار می گیرد. با انتخاب کردن شما زندگی، زندگی می شود. انتخاب گری می خواهد و از روی عادت و تکرار نیست. وقتی از روی عادت کاری را انجام می دهیم، طعم زندگی می رود. برای همین آقایان می گویند که حتی در نماز خواندن هم کاری کنید که عادت نکنید. سوره ای که می خوانید، قنوت نمازتان، محل خواندن نماز را عوض کنید؛ نگذارید تکراری بشود. نه اینکه یک وقت بخوانید و یکوقت نخوانید؛ آن مشکل را حل نمی کند. نگذارید عادت شود، کار درست را نباید از روی عادت انجام داد.

این دعای حیات طیبه است که من توصیه می کنم. آدرس آن: دعای اول یا دوم ادعیه عمومی در صحیفه فاطمیه.

جمع بندی مطالب

حضرت صدیقه طاهره این چهار اصل را برای زنده شدن می فرمایند: (۱) آدم با ان با انقطاع، عزت پیدا می کند. لطفاً از احدی در این عالم توقع نداشته باشید، یکبار برای همیشه منقطع شوید؛ نه از بچه، نه از همسر، نه از دوست، نه از جامعه. نه اینکه یعنی آدم ها نباید وظایف خود را انجام دهند، آنها باید وظایف خود را انجام دهند؛ اما ما هم باید به حکومت به این معنی امر به معروف و نهی از منکر کنیم ولی باید منقطع باشید، منتظر نباشید تا آنها خدمات به ما ارائه دهند، کار و زندگی خودتان را بکنید، با خدای خودتان زندگی بکنید. (۲) ادب. (۳) اعمال دینی که انجام می دهید را لباسش را بر تن کنید. (۴) انتخاب، اختیار، از روی عادت و روزمرگی زندگی نکردن؛ روزمرگی نداشته باشید. اینها اگر اتفاق بیفتد، زندگی آدم، زندگی می شود. آن قدر طعم چنین زندگی خوش است: همه اتفاقاتش جدید است و از روی عادت نیست، زندگی پراز ادب است، چقدر نسبت به دیگران این زندگی فعال است؛ یعنی تازه برای دیگران حاضرید خود را فدا هم بکنید، توقعی هم ندارید. عموماً ما این مدل زندگی را در احوالات شهدا شنیده ایم. در زندگی هایشان مودب بودند، انقطاع داشتند، ویژگی شان به تنشان بوده و به طرز شگفت انگیزی یک خوبی را در زندگی شان می دیدند و روایت می کردند؛ اینطور بود و این ثمره را هم داشته است.

هر وقت احساس کردید که زندگی تان زندگی نیست، یا سوره یاسین و یا دعای حیات طیبه حضرت فاطمه را بخوانیم. این دوتا خیلی کمک می کنند و خیلی حال زندگی آدم را عوض می کنند. حالا ما در این جلسه فقط سرخ می دهیم و یکفی بالاشاره، خودتان می روید و دنبال می کنید تا زندگی های مان آباد شود. آدم زنده می تواند بقیه را زنده کند. آدم مرده هم خودش مرده است و هم بقیه را به مردگی می کشاند. اگر قرار است جامعه مان را زنده کنیم، اول باید خودمان زنده شویم. آدمی که زنده بشود، وقتی با او زندگی می کنند، می گویند: رفتیم پیش فلان عالم، حالم عوض می شود و دغدغه هایم بیرون رفت! چون آن عالم یا شهید زنده هستند. وقتی سر قبر شهدا می رویم و یا زیارت مزار اهل بیت، زنده می شویم چون او زنده است. نه فقط او زنده است بلکه حیات را به پیرامون خودش منتقل می کند. خدا یک توفیقی بدهد که زنده شویم، ولی از مسیر دوست داشتن هایمان قرار نیست زنده بشویم؛ از مسیری که خدا می گوید آدم زنده می شود. آدمی که زنده شود، حال آدم ها را خوب می کند و آدم ها را از گیر و گرفت شان خارج می کند. البته که باید مسئولیت هایمان را هم انجام دهیم؛ مسئولیت شوهر، همسر، بچه ها، پدر، مادر و همه باید کارهایشان را بکنند، ولی زنده شدن ما به این ها وابسته نیست. با همه این ها می شود زنده بود و تجربه زیبای زندگی کردن داشت. انشالله این تجربه خوش را همه داشته باشیم.

اللهم صل علی محمد و آل محمد و عجل فرجهم