

### متن پرسش

به نام خدا. سلام استاد: بازم بیخشید وقتتون رو میگیرم. استاد شما رو معلم خودم میدونم و برای همین هم میخوام باهاتون راحت صحبت کنم چون مطمئنم شما میتونید کمکم کنید. استاد الان در حالی این پیام رو براتون می فرستم که وقعا خودم رو در منجلاّب متعفن معاصی و کثافات، اسیر می بینم و اگر کسی پیدا نشود که دستم رو بگیرد و از این متجلاّب بیرون بکشد، معلوم نیست بتوانم عاقبت به خیر شوم و شاید کارم به جایی کشد که خداوند مرا به حکم خالدین فی النار تا ابد در آتش بسوزاند و بسوزاند. ازتون خواهش می کنم که دستم رو بگیرید و از این باتلاق من رو بیرون بکشید. حقیقتش را بخواهید آنقدر که با شما راحت هستم با پدر و مادرم راحت نیستم. و این چیزهایی رو که الان براتون میخوام بنویسم ۹۰ درصدشو خانوادم نمیدونه. استاد قبلا مقداری از سرگذشتمو گفته بودم. اما دوباره تکرار می کنم که وضعیتم را بهتر متوجه شوید. استاد من ۱۸ ساله هستم. چند روز پیش کنکور دادم و فعلا منتظرم نتایج هستم. من از سوم راهنمایی به دلیل جهل و کم اطلاعی گرفتار خودارضایی شدم و پس از اینکه متوجه شدم که این کاری که می کنم چیه و چه عواقبی داره، فی الفور همان روز ترک کردم اینکار رو. و تقریبا دیگه انجام ندادم این کارو تا حدود یکسال پیش. یعنی تقریبا سه چهار سال پاک بودم. اما یک سال پیش بر اثر دیدن عکسی از یک نامحرم که چند ثانیه بیشتر نبود، نفسم چنان طغیان کرد و خودشو نشون داد که ...چه بگم! از اونوقت دوباره اسیر این گناه شنیع شدم. البته اینو بگم که تو اون سه چهار سالی که پاک بودم چنان به خدا نزدیک شدم و با کتابهای عرفانی و زندگینامه عرفا و نماز شب و ... مأنوس بودم که طعم حقیقی معنویت رو در این مدت چشیدم. اما از یک سال پیش تا الان کارم شده مجادله و درگیری با نفس و شیطان. با اینکه خودم قلبا دوست ندارم این گناه رو کنم اما به محض تحریک شدن مثل برده ای که هیچ اختیاری از خودش ندارد، نفس و شیطان گویا با طنابی ضخیم مرا به سمت انجام این گناه می کشانند و گویا از خودم اراده ای ندارم. و پس از انجام این کار هنوز چند ثانیه نگذشته که کارم غصه خوردن و ناراحتی و پشیمانیست. و توبه می کنم و از خدا میخوام منو ببخشه. اما دوباره هنوز چند روز نگذشته که افکار شیطانی و محرک منو تحریک میکنن و دوباره... روز از نو روزی از نو. استاد این یک سال کارم شده همین. هی گناه هی توبه و ناراحتی و پشیمانی. وقتی که تحریک می شوم گویا اصلا در وجود من چیزی به نام عقل وجود ندارد و سراپا شهوت و نفس هستم. و هنگام تحریک شدن و رفتن به سراغ انجام این گناه خودم کاملا میدونم که دارم چی می کنم و چه بلایی سر خودم و زندگیم میارم اما عرض کردم عقل و اراده ای در آن زمان ندارم تا این گناه رو نکنم. استاد تو این یک سال گاهی اوقات در یک

روز سه بار این کار رو می کردم و گاهی اوقات دو دفعه پشت سر هم. گاهی اوقات با شکم پر (که حالا فهمیدم ائمه گفتند چقدر بده و حتی باعث مرگ میشه). خلاصه تو این یک سال خودم رو بیچاره کردم. چنان این گناه تو این یک سال زندگیمو داغون کرد که نتونستم صاف درس بخونم و کنکور هم قبول نمیشم اون رشته ای که میخوام. خلاصه استاد داغون کردم خودمو زندگیمو دنیامو آخرتمو ... و الان چنان در فشار روانی قرار دارم که نمیدونم چه کنم. چون فکر می کنم با این زیاده روی هایی که تو این یک سال کردم چنان بلایی بسر خودم اوردم که شاید چند سال دیگه بیشتر عمر نکنم. چون هم زیاده روی در این عمل عمر را کم میکنه و هم با شکم پر خود ارضایی کردن تو روایات اومده باعث مرگ ممکنه بشه. برای همین مطمئن نیستم فردا از خواب بلند شم. چون هر لحظه امکان داره مرگم فرا برسه. استاد خیلی داغونم. انقدر برای خودم برنامه داشتم که بعدا وارد سلوک شوم و به درجات عالی عرفانی مثل فنا و بقا برسم و... اما می بینم با این وضعی که دارم معلوم نیست از جهنم نجات پیدا کنم چه برسه به فنا و بقا. استاد خواهش می کنم کمکم کنید. فکر می کنم زیاد عمر نمی کنم و نمیتونم خوب از عمرم استفاده کنم و به کمال برسم. خوشبختانه که شما ۶۶ سالتونه. انشاءالله خداوند بهتون عمر طولانی عطا کنه. کاش من هم ۶۶ سالگیمو ببینم. آخه استاد با این بلایی که تو این یک سال سر خودم اوردم فکر کنم ۴۰ سال هم عمر نکنم. استاد اگه بدونید چه حس بدیه وقتی آدم بدونه دنیاش فنا شد. آخرتشم فنا. نه از آخرت و مقامات عالی خبریه نه از فنا و بقا. آدم میبینه خدا یه فرصت بهش داد که یه چند سال خودشو بسازه برای آخرت و برای ابد، اما آدم تنها فرصتی رو که داره ضایع کرد و تباه. استاد سال آینده میخوام دوباره برای کنکور بشینم بخونم اما میدونم تا این گناه در وجود من باقی هست، همون اشه همون کاسه. استاد التماستون می کنم که بهم بگید تو این چند سالی که زنده ام چیکار کنم تا نهایت استفاده رو بتونم از عمرم ببرم و به جایی برسم که قاضی ها و علامه طباطبایی ها رسیدن؟ آیا میتونم تو چند سالی که از عمرم باقی مونده اون چیزی رو که خدا ازم میخواد انجام بدم و خشنودی خدا رو بدست بیارم؟ استاد بهم بگید چیکار کنم که از این گناه، و افکار و عواملی که باعث میشن من به این گناه بیفتم خلاص شم؟ و چطوری میتونم به اون فنا و بقا و... برسم؟ اصلا آیا ممکنه؟ به نظر شما تو این چند سال که زنده ام مهمترین کارهایی که باید بکنم تا بتونم خوشنودی خدا رو بدست بیارم، و به مراحل بالای کمال برسم چیست؟ خواهشا کمکم کنید. ببخشید استاد رشته سخن طولانی شد. اما جز شما کسی رو ندارم که بتونم این حرفارو بهش بگم. خواهش می کنم مثل همیشه همچون پدری مهربان این فرزند جاهلتون رو راهنمایی کنید و از منجلا ب کثافات بیرون بکشید. خداوند به شما سلامتی و توفیق روز افزون عنایت بفرماید. با تشکر

متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: آنچه به عنوان یک نقشه‌ی راه باید برای خود طراحی کنید و زندگی خود را مطابق آن تعریف نمایید؛ ایجاد شرایطی است که تنهایی زیادی با خود نداشته باشید حتی اگر بنا

است درس بخوانید از صبح زود تا نزدیکی‌های خواب شب در جایی مثل کتاب‌خانه یا کنار دوستان باشید تا قدرت این صورت ذهنی آرام‌آرام کم و کمتر شود.

وقتی نفس اماره غالب نیست شرایط زندگی را طوری فراهم کنید که وقتی نفس اماره غالب شد، میدان کار برایش نباشد مثل طرفی که از طریق پنجره‌ی خانه چشم‌چرانی می‌کرد و در حالت عادی پنجره را جوش داد که در حین غلبه‌ی نفس اماره نتواند پنجره را باز کند. مطمئن باشید اگر مدتی شرایط جواب‌گویی به آن خیالات را فراهم کنید، نوری سراغ شما می‌آید که اساساً از جواب‌گویی به آن خیالات، متنفر خواهید بود و در این حالت است که امیدوار خواهید شد همه‌ی آن سیئات به حسنات تبدیل می‌شود. موفق باشید