

اگر با درکِ «بودن»، خود را درست درک کنید، احساس اتصال به بودن حقیقی که همان

حضرت حق است در شما ظهور می‌کند

شماره پرسش: ۲۶۶۰۱

تاریخ ارسال پرسش: ۱۳۹۸/۱۲/۳ ۰۷:۵۰:۳۱

متن پرسش

سلام استاد گرامی: دعا گوی شما هستم، از خدا برای شما عمری پر از برکت، عاقبتی زیبا و ختم به خیر می‌خواهم. چند وقتی است که در کنار کتاب «ده نکته معرفت نفس» و «آشتی با خدا»، کتاب نیروی حال اکهارت توله را می‌خوانم کمی از تمرین هایش را انجام می‌دهم، یوگا را هم در برنامه های خود دارم برای آگاهی از جسم، چند سوال دارم: ۱. در حالت بی ذهنی تکلیف نفس اماره چه می‌شود؟ آیا می‌توان گفت که در این حالت یعنی وقتی از صحبت های درون ذهن رها می‌شویم، نفس اماره هم ساکت می‌شود؟ من در این حالت هیچ حس بد و یا شادی ندارم، هیچ قضاوتی ندارم فقط آرام هستم بی نهایت، از طرفی حس گناه کار بودن و قصور هم ندارم و این حالت برایم زیبا نیست، چرا که کمی شبیه سر زیر برف فرو کردن می‌شود. ۲. این حالت بی ذهنی آیا به ترک گناه کمکی می‌کند؟ آیا فضیلتی به انسان می‌افزاید؟ اگر حالت بی ذهنی همان مدیتیشن باشد به معنای امروزی اش، انسان هایی را می‌شناسم که سال ها مدیتیشن انجام داده اند اما اضطراب و نگرانی آنها کم از بقیه نیست، صفات بدشان هم برخلاف تصورشان خیلی کم نیست. ۳. موقعیت حالت بی ذهنی در دین و سلوک چیست؟ آیا از مقدمات است؟ اگر آری تا چه اندازه باید برای آن وقت گذاشت و در چه جاهایی؟ ۴. در این حالت برخی صفات بد من ناپدید می‌شوند، مثل ریا، کبر، بدبینی، حسادت، خشم و... آیا بی ذهنی به رهایی از این صفات کمکی می‌کند یا صرفا لحظاتی نفس اماره ساکت شده است؟ سالها به دنبال کنترل خشم بودم، در بی ذهنی می‌توانم کنترل کنم و حکومت کردن خود را بر حالات بدم می‌بینم. ۵. در این حالت بی ذهنی وقتی که نماز می‌خوانم بسیار حال خوبی پیدا می‌کنم، تمرکز در نماز خیلی خوب می‌شود و توجه ام به کلمات هست و انگار با او گفتگو می‌کنم بدون هیچ مزاحمی اما نمی‌دانم در واقع این حالت درست است یا نه؟ ۶. چه کنم که در دام افراط این حالت قرار نگیرم؟ ۷. آیا می‌توان فضای بعد از مرگ را به بی ذهنی تشبیه کرد؟ ببخشید اگر سوالات زیاد شد.

متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: ۱. در این حالت به «بودن» خود توجه کنید فقط به «بودن» ۲. اگر با درکِ «بودن»، خود را درست درک کنید، احساس اتصال به بودن حقیقی که همان حضرت حق است در شما ظهور می‌کند. ۳. بعد از این مرحله، به افقی فکر کنید که عبادات دینی متذکر صورت اصلی آن افقی است که در چشم‌انداز شما در حال ظهور است. ۴ و ۵. همین طور است این نوعی اتصال به بودِ مطلق

است. ۶. رعایت تقوای الهی ۷. تا حدّی، ولی فضای بعد از مرگ، بودنی است همراه با درک حقیقت و
غیر حقیقی اعمال. موفق باشید