

آیت الله جاودان: علت خطورات ذهنی در نماز و راه کنترل آن

["box type="shadow] آیت الله جاودان در اولین جلسه هفتگی درس اخلاق خود در سال ۱۳۹۷ پیرامون تفکر کردن و علت ایجاد خطورات ذهنی در موقع نماز سخنانی بیان فرمودند و برای زدودن این خطورات ذهنی به مراقبه در نگاه کردن و دل نبستن توصیه کردند و گفتند با پرهیز از گناه این خطورات در ذهن شما نمی ماند و گناه باعث چسبیدن این خطورات در ذهن انسان است. [box/]

بسم الله الرحمن الرحيم

توفیق شد دومین شب از سال جدید نیز در محضر آیت الله جاودان باشیم و از مواعظ بیدار کننده ایشان در حسینیه نورانی مرحوم شیخ مرتضی زاهد بهره مند شوم.

طبق روال چهارشنبه شب ها حضرت آیت الله جاودان شامگاه چهارشنبه اول فروردین ماه ۱۳۹۷ در جلسه هفتگی اخلاق به نکات اخلاقی پیرامون تفکر کردن و علت ایجاد خطورات ذهنی در موقع نماز سخنانی بیان فرمودند و برای زدودن این خطورات ذهنی به مراقبه در نگاه کردن و دل نبستن توصیه کردند و گفتند با پرهیز از گناه این خطورات در ذهن شما نمی ماند و گناه باعث چسبیدن این خطورات در ذهن انسان است.

در ادامه گزیده یادداشت هایم از این جلسه را تقدیم شما معارف جویان عزیز می نماید، امیدوارم از این طریق شما نیز از این جلسه بهره مند شوید.



مشروح بیانات آیت الله جاودان به شرح زیر است:

قرآن با تدبر که انسان از آن حرف تازه بفهمد، عبادت است

دائم التفکر بودن علامه طباطبایی

زمان جوانی جهت تشیع خانم آیت الله میلانی که از علماء بزرگ مشهد بودند، به مشهد مقدس مشرف شدم و در تشیع جنازه شرکت کردم؛ در مراسم تشیع، علامه طباطبایی نیز حضور داشتند و هر وقت ایشان را نگاه می کردم می دیدم که ایشان اصلاً اینجا نیستند و جایی دیگر در حال سیر و تفکر هستند و اصلاً چیزی نمی گفتند. معمولاً علامه خودش حرف نمی زد و چیزی نمی گفت و در حال تفکر مدام بودند، اما برای ما تفکر مقدور نیست.

چرا ما نمی توانیم تفکر کنیم؟

ما چون دور خود را شلوغ کرده ایم نمی توانیم تفکر کنیم. دقت کنید؛ هر نگاهی که می کنید، هر چیزی را که می بینید، این می شود یک پرونده و می رود روی هزاران پرونده بدی که از قبل درست کرده ایم. گناهان قبلی ما همه یک پرونده شده است و گناه جدید، پرونده جدیدی به آن پرونده ها افزوده می شود. حالا در سینه ما بی نهایت جای بایگانی پرونده است و مثل ادارات امروزی نیست که محل بایگانی

تکمیل شود.

حاضر شدن همه اعمال خوب و بد در لحظه مرگ

در لحظه مرگ همه این پرونده های انباشته شده در سینه ما را در مقابل ما حاضر می کنند. مرحوم آیت الله حاج آقا حق شناس می فرمودند مثل یک فوت کردن زیر یک دیگ این پرونده ها را مقابل ما حاضر می کنند. همه آنچه را در این مدت زندگی در این دنیا انجام داده ایم همه آنها را به یاد ما می آورند، در آن موقع انسان بی نهایت اوقاتش با دیدن این اعمال بدش تلخ می شود؛ اما اگر در مدت حیاتش در دنیا پاکیزه زندگی کرده باشد یا اینکه این کارهای بد را با یک توبه مردانه سوزانده و پاکیزه کرده باشد، دیگر در آن لحظه مرگ چیز بدی نیست که ببیند و اوقاتش تلخ نمی شود.

وقتی انسان با گناه سنگ و کلوخ ساخته باشد و این سنگ و کلوخ ها را جلوی راه خود انداخته باشد دیگر نمی تواند به بهشت برود، راه بهشت را خودش بسته است. اما اگر توبه کرده باشید و این سنگ و کلوخ ها را از سر راهتان برداشته باشید نزول باران رحمت الهی را حس خواهید کرد، و اگر آن بارش رحمت الهی را حس کردید دیگر ترس ندارید و حتی تیر را هم مانند اصحاب امام حسین(ع) احساس نمی کنید.

به هر چیز و هر کس نگاه نکنید / مراقبه از چشم برای کنترل خطورات ذهنی

فردی که با چشمش روزی هزاران آدم را می بیند و به هر چیزی نگاه می کند، عکس این آدم هایی که نگاه کرده همه اینها در ذهن شما تا ابد می ماند و اگر دل سپرده به این دیدنی ها باشد دیگر این ماندن بیشتر است و همینطور هر گناهی هم که انجام دادید یک عکس در مرکز ادراک انسانی خود که از روح آدمی است ثبت می شود. نشانه دیدن این تصاویری که خودتان ایجاد کردید در نماز مشخص می شود.

چگونگی تشکیل خطورات ذهنی منفی در ذهن

حاشیه و توضیح بیانات معظم له: (وقتی انسان کنترل چشمش را نداشته باشد، به هر چیز و به هر کس نگاه کند این دیدنی هایی که با چشم نگریسته در ذهنش تصویری ثبت می نماید، حالا اگر این مناظر دیدنی گناه باشد این تصاویر ثبت شده همه تصویر گناه است. و حالا اگر این تصاویر ثبت شده انسان به آنها وابستگی هم داشته باشد دیگر خطر آن

بیشتر است و باعث تشکیل خطورات منفی در ذهن می شود که وقتی انسان موقع نماز خواندن تمرکز می کند که نمازش را بخواند این خطورات خودشان را نشان می دهند و باعث از بین رفتن تمرکز نماز می شود. و با کنترل چشم و نگاه و گناه نکردن انسان می تواند جلوی این تصاویر گناه آلود را در ذهن و مرکز ادراک خود را بگیرد و با ترک گناه دیگر خطورات منفی نیز از بین می رود.

علت خطورات ذهنی در نماز

وقتی دارید نماز می خوانید، یک دفعه یک چیزی نا مربوط از ۱۰ سال پیش به ذهن شما خطور می کند، بعد معلوم می شود این به خاطر آن گناه یا به خاطر آن نگاه بوده است که در ذهن شما ثبت شده و مانده است و چون فرد به این صحنه بیشتر دل بسته بوده در ذهنش با گذشت ۱۰ سال همچنان زنده است و به ذهنش خطور می کند.

پس اگر الان هر چیزی از جلوی من رد می شود و من به آن نگاه کنم یک اثر در ذهن من می گذارد، و اگر دل آدم از کینه، بخل، حسادت پاک شود دیگر دلش چسب ندارد که این تصاویر در ذهنش بماند، و هر چه از جلوی چشمش رد می شود در ذهنش نمی ماند. و این گناهان، حسادت، بخل، کینه، و هر گناه دیگری چسب هایی است که در ذهن ایجاد می کند و آن صحنه را در ذهن نگه می دارد.

حالا اگر دل چسب نداشته باشد وقتی نماز هم می خواند دیگر چیزی در ذهنش خطور نمی کند و نماز را راحت می خواند. با مرحوم آیت الله حاج آقا حق شناس به عمره مشرف شده بودیم و ایشان زیر ناودان طلا بودند و داشتند دعا می کردند و برای دعا کردن حتی اسم رئیس کاروان هم یادشان نبود و یادشان می رفت، و وقتی دل چسب نداشته باشد جز خدا چیزی یادش نیست.

گناه یعنی ترجیح دادن یک چیز بر خداوند متعال

انسان وقتی گناه می کند با گناهِش یک چیزی بر خداوند ترجیح می دهد. وقتی یک دروغ می گویم تا یک معامله بسته شود، معلوم می شود پول این معامله از خدا برای ما عزیزتر بوده که دروغ گفته ایم. پس من دارم تمرین می کنم عزیزتر بودن چیزهای دیگر را.

اما اگر صد میلیارد به شما بدهند اما شما دروغ نگویند، این درست است. اما اگر ترجیح کردیم و پول را گرفتیم در گناه کردن تمرین

کردیم و گناه برای ما عزیز بوده است و این دل بستگی به گناه است و هر گناه جدید باعث دل بستگی می شود. اما اگر گناه نکیم یعنی دارم در ترک گناه دل می کنم. سعی کنید حتما در ترک گناه جدی عمل کنید تا به آن دل کردن برسید.

پدیدآورنده:

به قلم: [امیرمحسن سلطان احمدی](#)

انتشار:

[خبرگزاری مهر](#)