

جلسه اول از مبحث حال خوب، مسجد امام صادق علیه السلام، رمضان 1400
اسم الله الرحمن الرحيم

موضوع بحث ما در این تسلیات انشاءالله حالیگیرن و فکر میکنن این چیزش همیشه که حالا یک کمی حالش بد شده خوب میشه. مثلاً بچه رو خیلی راحت میترسونن. خوب تو ترسوندی بچه رو حالش ب خوب خواهد بود.

ما باید تعبیر حال خوب آشنا هستیم در ادبیات فرسی و اتفاقاً یکی از نکات بسیار زیبا در گفتگوهای ما ایرانی ها بلکه برخی از زبانهای دیگه هم بینشون رایج هست مثل زبان عربی این از که از هم دیگه میپرسیم حالت خوبه؟ و این انگار خلاصه ایست از همه خوبی ها یا اصراره یک زندگی خوب که در کلمه حال خوب جمع میشه.

در دعای آغاز سال جدید شمسی هم همیشه ما این دعا رو میخوانیم که احمد خدا علیه السلام فرمودن: «حول حالنا الی احسن الحال». تازه اونجا حال خوب فقط گفته نمیشه، بهترین حال که دیگه یک مقدار بالاتر هم میشه تصور کرد و قطعاً مراتب عالی. حال خوب رو در نظر میگیره.

حال خوب غیر از واقعیت های اطراف انسان هست و حتی میتونه غیر از واقعیت های درونی انسان باشه. واقعیت های پیرامونی ما یا واقعیت های درونی ما هرچی باشن، حالمون باید خوب باشه. دوست داریم حالمون خوب باشه. هم باید هم علاقه مندیم. این نکته بسیار مهم میه.

و هم ممکنه انسان حال خودش رو خوب نگه داره علاوه بر همه ی واقعیت های بیرونی و درونی جسمی یا روحی. حال خود میتونه علاوه بر گذشته و آینده، آینده خطرناک و گذشته هولناکی که انسان پشت سر گذاشته باز هم قابل تصور باشه، خاستنی باشه و حرکت سمتش برای انسان هم مطلوبه هم ضروری.

نکته بسیار مهم اینه که یکی از نقاط مشترک بین زندگی انسان، عموم انسان ها و تقاضاهای عموم انسان ها و خداوند متعال. همین حال خوبه. این که نقطه مشترک بین انسان و خداست: حال خوب. این رو باید خیلی بهش توجه کرد.

فقط آدم ها نیستن که دوست دارن حالشون خوب باشه. خدا هم خیلی اصرار دارن بر این که آدم ها حالشون خوب باشه. ما در یک کلمه میتونیم خلاصه کنیم نتیجه و بساره دینداری رو در برخورداری از حال خوب.

اهمیت حال خوب پیش خداوند متعال خیلی بیشتر از اهمیت حال خوب بین انسان هاست. انسان ها همه دوست دارن آنهاشون خوب باشه، برای همدیه حال خوب آرزو میکنن، برای رستن به حال خوب خیلی کارهای درست و غلط انجام میدن. برای انسان ها یک امر مهم میه.

تازه وقتی شما به دین میرسید میبینید که در دین خیلی بیشتر از این حرف ها به حال خوب توجه شده و بعد تازه انسان ها رو از جهالت و غفلت نسبت به اهمیت و عرضش حال خوب خارج کرده.

خب پس حال خوب یک امر انسانیست. انسان ها همه اینو میفهمن و برایشون مطلوبه. یک امر معنوی هم هست. خدا هم برایش مهمه حال خوب انسان ها. و ما میخوانیم این وجه مشترکی که اتفاقاً انسان به طور طبیعی روشت یافته هم نباشه با خواست خدا اینجا مشترکه رو بیشتر مورد دقت قرار بدیم.

نکته بسیار مهم و عرضشمنده اینه که ما بدونیم حال خوب میتونه از کم شروع بشه تا خیلی زیاد و معمولن حال خوب خیلی زیاد. رو خیلی از آدم ها نمیشنستن، نمیخانشن، گاهی از کنارش اویر میکنن.

گاهی میبینن سردار سلیمانی چه حال خوبی داره، فلان شهید چه حال خوبی داشت، حضرت امام چه حال خوبی داشت. گاهی این حال خوب رو در اوج در اولیاء خدا میبینن آدم ها، بلی معمولن کسی حال خوب در اوج رو تمنا نمی کنه، تجربه نمی کنه، برای رسیدن بهش برنامه ریزی نمی کنه. این یه نکته خیلی مهمه.

اینجاست که دین و خدا مدعی میشن برای حال خوب از انسان ها. میگن تو انسان که اهمیت بدی به حال خوب، تازه اول ماجرای. باید خیلی تلاش بکنی.

نکته بسیار مهمه دیگه در مورد حال خوب اینه که آدم ها خیلی سخاوتمندانه از حال خوب خودشون میگذرن و این خیلی بده. آدم ها خیلی راحت حال خوب خودشون رو از دست میدن، از بین میبرن، خیلی راحت صرف نظر میکنن از به دست آوردن حال خوب. انگار مثلاً یه داراییه که برایشون زیاد عرضش نداره.

بهشونم بگی آقا داری حال خودتو خراب میکنیم، میگه مال خودمه چکار داری؟ حال خودمه، میخوام بذارم خرابش کنم، تو چکار داری؟ یه همچین وضعی دارن انسان ها.

چی شده ماها انقدر سخاوتمند شدیم در از دست دادن حال خوب؟ چی شده ما انقدر بیخیال شدیم در به دست آوردن حال خوب؟

به ویژه در جوون ها این فاجعه خیلی به چشم میخوره. جوون ها انرژی دارن، قدرت دارن. حالا این قدرت و انرژی روحی چی هست؟ نمیخوایم با جزئیات به این بحث الان بپردازیم. اینا خیلی راحت صرف نظر میکنن از حال خوب. فکر میکنن دنبال حال خوب بودن مال دوران بازنشستگی یا میانسالیه.

این رفتارهایی که خیلی به حال خوب لطمه میزنه راحت انجام میدن. بعد میگه بازسازی میکنم خودم ها. و این اشتباه بزرگ جوونهاست.

برعکس، به حالی که ما میبینیم جوان اقتضاء روحیش اینه که به بالاترین سطح از حال خوب برسه، بعد میبینیم بیاعتنا تر از میانسال ها و پیرمردهاست نسبت به حال خوب.

نابود کردن فرهنگ رفتاری و فکر و نگاه جوون ها رو جامعه جهانی امروز باید گفت دشمن حال خوبه. و البته من آیات قرآن رو در این باره خدمت شما قرائت خواهم کرد که ببینید چقدر حال خوب در قرآن مهمه، حالا به چه تعبیری آمده.

و بعد این که میگم دشمنان بشریت خیلی دشمن حال خوب آدم ها هستن، این آیه قرآن داره برای شما میخونم ان شاءالله.

نکته دیگری که ما در بالاترین حال خوب باید بدونیم حال خوب کودکان پدر و مادرهاست. خیلی وقتا حواسشون نیست حال خوب بچه ها رو به هم میزنن، چون بچه بازسازی میکنه، زود خودشو میداره تو حال خوب.

شما هر چه حالشو بد میکنی، او حال خودشو خوب میکنه، بازسازی میکنه. مثل بیماری های جسمی که خیلی از بیماری ها هست، بچه بهتر میتونه باش مقابله بکنه. حتی بعضی از سرطان ها رو میگن یا بعضی از بیماری ها، بالاخره بچه ها جسمشون بهتر باش برخورد میکنه، مبارزه میکنه و درست میکنه.

حالا در مقام تشبیه دارم عرض میکنم، در مثل مناقشه نیست. از نظر روحی، پدر مادرها خیلی راحت حال بچه ها رو خراب میکنن، حال خوبه ازشون میگیرن و بچه به ظاهر طوریش نشده، در زندگیشون میکنه، بازی میکنه، گاهی میخنده، گاهی هم حالا گریه میکنه، ناراحت میشه.

پس ببینید در دو گروه سنی بی توجهی به حال خوب خیلی رایجه: یکی جوان ها برای خودشون، به خاطر انرژی ای که دارن فکر میکنن حال بد زیاد مهم نیست، جبران میکنن برای خودشون. یکی برای کودکان، پدر مادر و اطرافیان حالشونو بد میکنه، نه همچین زیاد توش ندیدم حالش بد بشه.

و بعد اینها در درازمدت آثاری میگذاره که با سال ها عبادت به این سادگی اون حال بد اثرش از بین نمیره.

نکته دیگری که من دارم عباد مسئله حال خوب و عباد موضوع حال خوب رو عرض میکنم نکته بسیار بسیار مهمه دیگه این است که ما چه وظایفی درباره حال خوب دیگران داریم.

شاید مهمترین وظیفه اجتماعی ما و مهمترین مسیر رشد فردی ما اینه که حال دیگران رو خوب کنیم و حال کسی رو بد نکنیم. یعنی از این بالاتر داریم ظلم دیگه صورت فاحشه: حال بده که برای دیگران ایجاد بکنیم.

درسته؟ قلّاس زایه کردن یعنی حال کسی رو بد کردن. حالا حال کسی رو خوب کردن چه اثری داره؟ مثلاً بعضی از بزرگان می‌فرمایند اگر می‌خواید صدقه رفع بلا کنه براتون، یه دفعه‌ای صدقه درشت بده به مستمندی که خیلی محتاجه و فکر هم نمی‌کنه که تو بتونی این نیازش رو درجا برطرف کنی. درجا اون نیازش رو با یک صدقه درشت برطرف کن، عمیقاً حالش خوب بشه.

یه خونه بخر برایش بده مثلاً. الان من این مثال خیلی بی‌الغ‌آمیزش رو زدم. موتورش خرابه، یه دونه ماشین بخر برایش بده. حالت خوب شد؟ بعد اون که عمیقاً حالش خوب میشه از تو تشکر می‌کنه، اتفاق‌های خوبی برای تو رقم خواهد خورد.

یا مثلاً در ارتباط با پدر و مادر، من یه کاری کنم پدر و مادر خیلی حالشون خوب بشه. نه از من ناراحت نشن، نه رعایت حقوق بکنم، نه یه کاری کنم حالش خیلی خوب بشه. هرکی پدر و مادرش رو خودش این دفعه عمیقاً خوشحال بکنه، شاید یک بار این کار رو اگر بکنه، در کل سرنوشت خودش تأثیر شگرفی ایجاد کنه که ببینه کل زندگی اوضاعش خوب شده، بخاطر همون یه تغییر عمیقی که در حال پدر و مادر ایجاد کرده. عجب حال خوبی در پدر یا مادر خودش ایجاد کرده.

خب پس در باره دیگران ما خیلی وظیفه داریم حال دیگران رو رعایت بکنیم، حالشون رو بد نکنیم و بعد حالشون رو خوب کنیم.

ببینید حال خوب در تربیت فرزند یک موضوع مورد غفلته. حال خوب در دوران جوانی یک موضوع خیلی مورد غفلته. حال خوب در روابط اجتماعی نمی‌گم یک موضوع خیلی مورد غفلته ولی خیلی موضوع مهمیه و مدام مراقبت می‌خواد.

شما تو همین رانندگی‌ها مثلاً محکم بوق بزن، طرف احساسش به هم بریزه. چرا این کارو بکنیم؟ حالش رو چرا بد کنیم؟ یا مثلاً بری جلوی پاش ترمز بکنی، دلش بریزه. این‌ها احساس وضعیه خیلی بدی داره. چرا حالشون رو بد کنیم؟ با فاصله بهش احساس اطمینان بده و بدونه که شما کاملاً اون رو دیدی، احساس امنیتی بهش بده.

خب چند تا بعد داشت موضوع حال خوب. یکیش هم در ارتباط با خداست.

حالا ببینید جدا از این که خدا از ماها حال خوب می‌خواد و ما این رو باور نمی‌کنیم. دوستان من، مثلاً نشسته قصه می‌خوره. خب تو از نظر معنوی داری سیاه می‌شی الان. لحظه به لحظه داری دور می‌شی از خدا. حالت خوب نیست. میگه حال خوب نیست.

گناه که نکردم که. آدم‌ها اینجوری هستن. دوباره این موضوع از جهت ارتباط با خدا هم شدیداً مورد غفلته.

نه تنها خدا انتظار داره از ما، بیش از چیزی که ما خودمون دوست داریم حالمون خوب باشه، بلکه اگه حالمون بد باشه داریم دور می‌شیم از خدا.

نگرانی... نگرانی یه وجه حال بده. یه عامل حال بده. یه شاخص حال بده. لحظه به لحظه که نگران هستی داری دور می‌شی از خدا.

ظاهران گناه نمی‌کنی، ولی داری مقدمات گناه‌ها و فجایع بزرگ رو در خودت پدید میاری. ظاهران کار بدی، ناشایست، درشتی انجام نمی‌دی، گل دروشت نیست. ولی داری امکان کارهای خوب زیادی رو در خودت از بین می‌بری.

لحظه‌ای کار خوب می‌خواستی بکنی، برای چی؟ برای اینکه به حال خوب برسی. الان تن دادی به یک حال بد.

نمی‌دونم شما بچه‌ها توی خونتون شده حالتون بد باشه، برای پدر مادر قصه بدید به حال بد خودتون؟ خدا نکنه که این کارها رو کرده باشید. خیلی کار زشتیه.

که این مادره، پدره یا چطوره؟ آخه داغون شدم، اعصابم به هم ریخته. خب بگو چطوره.

یا بعضی‌ها به حال بد خودشون که نشون می‌دن، پدر مادر رو وادار به عذرخواهی می‌کنن. وای خدا، دیگه اصلاً بدتر از این «میشه؟ یه صحنه‌ای میگه پدره، مادره: «بابا فلان چیز رو گفتم، تو ناراحت شدی، من معذرت می‌خوام، ببخشید، غلط کردم»

پسرم، دخترم... مثل فاجعه است. به حال بد خودش که نشون می‌ده، پدر مادر رو داره شکنجه می‌کنه.

حالا تو صورت‌ها و مثال‌های مختلف دیدید پدر و مادر ناراحت می‌شن، به هم می‌ریزن از حال بد بچه‌شون. حتماً این رو دیدید. خیلی وقت‌ها پدر و مادر مشکلات خودشون رو راحت‌تر تحمل می‌کنن تا مشکلات بچه‌هاشون رو. دوست دارن بچه‌هاشون رو

خب، حالا خدا یه میلیارد برابر از پدر و مادر از حال بد بنده‌اش ناراحت میشه. البته یه میلیارد دقیق نیست. خدا یه میلیارد از پدر و مادر بزرگتره؟ یا بی‌نهایت بزرگتره؟ به همون نسبت که خدا از پدر و مادر بزرگتره، به همون نسبت بیشتر ناراحت میشه از حال بد بنده خودش

خیلی‌ها دنبال حال خوش معنوی می‌گردن. حال خوش معنوی چیه؟ حالت بد نباشه؟ حالا به تعبیر عامیانه من، خدا رو به هم ریختی؟ یا به هم ریختن خودت؟ چی‌جوری می‌گیم پدر و مادر تو به هم ریختی؟ یا به هم ریختن خودت؟ حالا خدا رو گرفتی؟ حالا تعبیر نارسایی این عبارت من، ولی منظور من مشخصه دیگه. اصلاً خودتو داری از خدا دور می‌کنی.

فراوان انسان با بی‌اعتنائی به حال بد خودش، با تن دادن به حال بد — که می‌گم آدم‌ها خیلی سخاوتمندن در از دست دادن حال خوب — فراوان از خدا دور می‌شن.

یه نکته دیگه این که هر که می‌خواد حال خوش معنوی رو تجربه کنه، اول حال خودشو خوب کنه. رفت در خونه خدا بگه: «خدای من، هیچ بسته‌ای ندارم، حالم خوبه.» با حال خوب برید در خونه خدا، بعد ببینید چه عشق زلالی، چه حال باصفایی به شما می‌دن. پرده‌ها اگه از جلوی چشمتون رفت کنار، اصلاً تعجب نکنید.

عبادت با حال خوب. مثلاً قرآن خوندن. تو ایام مهم و مبارک رمضان قرآن می‌خونید، حالتون خوب باشه. نه گرسنه باشید زیاد، حتی بد بودن حال از نظر فیزیولوژی هم اذیتتون نکنه. نه زیاد خوابتون بیاد، نه زیاد گرسنه باشید. نه. ببینید حالت خوب باشه، بشین پای قرآن. غصه‌هاتونو بریز دور، ترس‌هاتونو بریز دور، بعد بنشین به ذکر. بعد ببین چه اتفاقی برات می‌افته.

بخوای شما قرب به خدا پیدا کنی، حس کنی خدا رو، ارتباط با خدا رو خوب درک کنی، تقرب رو مزه‌شو، مناجات رو مزه‌شو بچشی، خوب خدا رو، محبتش رو مزه‌شو بچشی، شوق به خدا پیدا کنی، اون حس خوف قشنگ — خوف از خدا، خوف قشنگ، این ترس‌ها استرس‌آور نیست — اون رو بخوای تجربه کنی، باید حالت خوب باشه. برید در خونه خدا حالت خوب باشه. نماز بخونی حالت خوب باشه. قرآن بخونی حالت خوب باشه.

پس حال خوب مقدمه ارتباط با خدا هم هست. حال خوب هم خودش یک ارتباط خوبه با خداست، هم مقدمه یک ارتباط خوب با خدا. اینم دوباره یک بعد دیگری از موضوع و مسئله حال خوب.

حالا ان‌شاءالله شب‌های بعد بیشتر در حال خوب صحبت خواهیم کرد و ببینیم چجوری باید حال خودمون رو خوب نگه داریم. اصلاً این مراقبه لازمه. سخاوتمندانه هستیم، قید حال خوب می‌زنیم. فکر نکنیم مفت چنگمون همین‌جوری ریختن بد. مراقبت نکنیم از حال خوب.

از یک جهت دیگه دوباره حال خوب خیلی مهمه. اونم قوای ذهنی و قدرت تفکر، قدرت توجه، توجه یافتن، تمرکز پیدا کردن و حتی به‌کارگیری عقل و رشد عقلانیت در انسان. اینا همه به حال خوب بستگی داره.

آدمی که حالش بده، عقلش خوب کار نمی‌کنه، فکرش خوب کار نمی‌کنه، قدرت تداعی خوبی نداره، حافظه خوبی نخواهد داشت. اصلاً همه‌چی به هم می‌ریزه.

این استرس امتحان همه دانش‌آموزهای ما رو از دانشمند شدن محروم می‌کنه برای همیشه. چرا حالش رو بد می‌کنی؟ خیلی‌ها فکر می‌کنن حال بچه رو، دانش‌آموز رو، دانشجو رو باید بد کنن با استرس امتحان تا درس بخونه. این که فایده نداره.

انگار شما توی انبانه‌ای دارید محتویات خیلی ارزشمندی می‌ریزید که سوراخ از اون طرف هرچی می‌ریزید می‌ره بیرون. چه فایده داره؟ آدم باید حالش خوب باشه.

حالا حال خوب رو آدم بعداً ان شاء الله صحبت خواهیم کرد که واقعاً چیه. اونایی که توی دنیا دنبال حال خوب می‌رن، خیلی وقت‌ها مصداق حال خوب رو اشتباه می‌گیرن. حال خوب بد و حال خوب خوب نداریم. حال خوب حقیقی داریم و حال خوب کاذب. این رو بعداً ان شاء الله درباره‌ش صحبت خواهیم کرد.

ولی شما با ذهنتون دارید زندگی می‌کنید، با فکرتون دارید زندگی می‌کنید، با عقلتون دارید زندگی می‌کنید، با فهم و شعورتون دارید زندگی می‌کنید. با حال خوب باشه.

مثلاً یک نکته پرده‌لایب دارم عرض می‌کنم. مثال: یک نفر آمد پیش رسول خدا، صدا زد که آقا اون پستو به من بده، فلان مسئولیتو. حضرت رسول — درود همه آسمانیان و اهل زمین بر او باد — فرمودند که ما انبیاء، ما اولیاء خدا، ما مأموران الهی پست به کسی که تقاضا بکنه نمی‌دیم. تو تقاضا کردی، به تو نمی‌دیم.

چرا؟ من فکر می‌کنم یکی از دلایلیش اینه: وقتی کسی رفته پستی رو تقاضا کرده، اون پست براش مهمه، درسته؟ وقتی پست براش مهم بود، از دست دادن این پست هم براش مهم میشه دیگه. استرس از دست دادن پست حالشو بد می‌کنه. وقتی حالش بد شد، دیگه شعور مدیریت نداره.

کسی که خودش دنبال مقام باشه، تو دل خودش دنبال به دست آوردن مقام باشه، این پس‌فردا که مقام پیدا کنه، این همین مقام شعوری که الان داره — که میگه من اگه برم مسئولیت رو بگیرم این ده تا کار رو انجام می‌دم — دو تاشو هم نمی‌تونه انجام بده. به عقلش نمی‌رسه.

برای چی اینجوری می‌شن؟ چون حالشون بد میشه. اگه کسی حالش بد شد، دیگه ذهن نداره که فکر نداره که عقل نداره که تشخیص راهبردی نداره که. حالش بد شده.

زبیر حالش بد شد. ببینید وقتی که دید امیرالمؤمنین علی علیه‌السلام پستو بهش نداد، حالش بد شد. انقدر فکرش به هم ریخت، احمقانه رفت مقابل امیرالمؤمنین که ۲۵ سال ازش دفاع کرده بود. استاد، با شمشیر تو می‌خوای علی رو بکشی؟ حالش بد شد، دیگه نمی‌فهمید چیزی.

ما الان مواجهیم با برخی از مسئولینی که حالشون بده. حالشون بده، خب اینه. خوب نمی‌تونن بفهمن و تصمیم بگیرن. از استعدادها و دارایی‌های جامعه تحت کشش خودشون نمی‌تونن استفاده کنن. مردم خودشون و جامعه خودشون رو نمی‌تونن پیشرفت بدن.

بعضی وقت‌ها می‌بینید یک کشتیانی از بیرون دارن نگاه می‌کنن، یک چیزهایی رو می‌فهمن، خیلی ساده است. ولی اونی که اونجا سنگره رو نمی‌فهمه، اگر می‌خوای حالیش بکنی، نمیشه. خب اینا حالشون خوب نیست.

وقتی کسی حالش خوب نبود، فکرش درست کار نمی‌کنه، عقلش درست کار نمی‌کنه. از فهم و حافظه و بفرمایید تفکر بگیرد تا برسد به عقل، همه اینا مخلوط میشه. کسی حالش بد باشه، حال خوب اونجا میشه فکر و ذهن انسان درست کار کنه.

خیلی باید تو مدرسه، تو دانشگاه، تو جامعه، تو مدیریت، مواظب بود حال آدم خوب باشه.

البته با بعضی از فرهنگ‌ها مثل فرهنگ نظام سرمایه‌داری — که البته می‌دونین نظام سرمایه‌داری سرمایه‌داری نیست، دروغه — می‌گن اینا نظام سرمایه‌داری‌ان، سرمایه رو مطلقاً ارزش براش قائل‌ان. نه. اونا نظام سرمایه‌داری موجود به سرمایه‌داران. صهیونیست توجه داره، نه به هرکی پولدار بشه. چون هرکی پولدار بشه سرشو زیر آب می‌کنن.

اینجوری نیست که ما به نظام سرمایه‌داری داشته باشیم تو جهان که هرکی پولدارتره مردم جهان نوکرش باشن. نه، خیلی. به مشت پولدار خاصی. اونا پدر بقیه‌ها رو درآوردن. نیمش نظام سرمایه‌داری هم نمی‌گن.

ولی حالا بفرض که چیزی به نام نظام سرمایه‌داری موجود داشته باشه، در نظام سرمایه‌داری میان به مدیری رو می‌خوان. توان مدیریت بهش بدن، حال خوب بهش بدن، تزریق کنن حال خوبو، پول بیشتر بهش می‌دن.

چیز سلیمانی چون پول بیشتر می‌گرفت بهتر مدیریت کرد؟ از هیچی همه‌چیزی ساخت؟ این قدر فهم و درک داشت؟ این قدر با درایت عمل می‌کرد؟ حالا دیگه اینا همون روش‌های غلطیه که برای رفتن به سمت حال خوب معمولاً اتخاذ میشه.

یکیش این که پول زیاد بدن به مدیر. پول زیاد بدی به مدیر، این حالش خوب میشه؟ چرا امام زمان ارواحنا فداه اجازه نمیده. مدیرانش جز لباس خشن و نون خشک بخورن؟ برای چی؟ فنون مدیریت اینا؟ نه. ارزش‌های دینی

ارزش‌های دینی چیزی جز توجه عمیق به این واقعیت هم نیست. خب این حالش بده. آگه با پول‌دارتر شدن، با مرفه شدن بخواد. مدیریت کنه، خب این آدم بشعوری میشه؟ خب شعور نداره برای کار کردن.

الان مردم ما از بس دین غلط معرفی شده، فکر می‌کنن این مسئله ارزشیه که شما می‌گید که مدیران اشرافی نباشن. نه آقا. یه بحث مدیریتی. ربطی به ارزش‌ها نداره. ارزش‌های ما چیزی جز همین واقعیت‌ها در شاخه‌های مختلف نیستن.

ارزش دینی چیه؟ احکام دینی چیه؟ احکام دینی دستوراته برای بهتر زندگی کردن دیگه. مدیر اشرافی بشه و اشرافی‌گری حالش خوب بشه، این شعور مدیریت نداره. حالا می‌خواد زرتشتی باشه، مسیحی باشه، ارمنی باشه، دین نداشته باشه، آتئیست باشه، هرچی می‌خواد باشه. این شعور مدیریت نداره، جامعه‌تو نابود می‌کنه.

خب پس حال خوب در ذهن انسان — به عنوان مثال در قدرت مدیریت — چقدر واقعاً مؤثره و باید مراقب بود که حال مدیران خصوصاً لاقط خوب باشه.

توی هواپیما همه نشستن، حالا همه غذای مسموم بخورن، یه دل‌پیچه‌ای می‌گیرن. خلبان غذای مسموم نخورده. می‌گن همیشه توی هواپیما دو جور غذا برای خلبان و کمک‌خلبان می‌برن. یعنی وقتی یکیش مسموم بود، اون یکی غذای سالم خورده باشه. حالا می‌گن، من نمی‌دونم این‌طوری هست یا نه، که بالاخره این دوتا خیلی حساسه.

عقل مدیر باید به تعداد افراد جامعه زیاد باشه. یعنی عقل چهل نفر باید چهل برابر باشه. اشاراتی که در روایات هست اینجوری. میشه که حال خوب بُعد سیاسی - اجتماعی هم پیدا می‌کنه.

حالا آگه به ما بگن که آقا تو سیاسی صحبت نکن، ما سیاسی صحبت نمی‌کنیم. حال خوب خودبه‌خود ذاتاً ارتباط داره با همه این ابعاد. و ما وقتی که از هر موضوعی بخوایم صحبت بکنیم، طبیعتاً یک حیث وحدتی و یکانگی برای هر حقیقتی وجود داره، هم در جلوه فردیش هم در جلوه اجتماعی.

مدیران باید حالشون بهتر از بقیه باشه. خب این ابعاد رو شما در نظر بگیرید، چقدر مسئله حال خوب مهمه.

آخرین نکته رو عرض کنم: چند آیه قرآن برای شما در اهمیت حال خوب در قرآن کریم یادآوری کنم. ان شاءالله که خدا توی ماه رمضان حال ما رو خوب کنه، به ما حال خوب عنایت کنه تا بتونیم از ماه رمضان بیشتر بهره‌برداری بکنیم.

و حال خوب به‌دست‌آمده در ماه مبارک رمضان رو حتی حفظ کنیم تا سال آینده، که حالمون بد نشه. هم حالمون خوب بشه که از ماه رمضان خوب استفاده کنیم، هم نتیجه ماه رمضان خوبمون این باشه که حال خوبی پیدا بکنیم با ثبات برای همه سالمون، بلکه همه عمرمون.

نکته بسیار مهم دیگری که در مورد حال خوب باید خدمت شما عرض بکنم این است که ما با همه اهل عالم در مورد حال خوب می‌تونیم به توافق برسیم. حال خوبی که ما دینداران می‌گوییم با حال خوبی که دیگران می‌گویند فرق داره؟ نه. اصلاً یه همچین عرفایی نداریم.

همه مردم عالم بیا بشینن ببینیم آقا نظرتون چیه در مورد حال خوب صحبت بکنیم، به نتیجه برسیم. یعنی شما فکر نکنید که ما... اصلاً دین اینجوریه. همه عرفای دین اینجوریه، همش بلااستثنا.

بعضی‌ها یه عباراتی به کار می‌برن، می‌گن که مثلاً از نظر دین به حال خوب نگاه کنی این چنین است، از نظر روانشناسی یا فلان اندیشمند آنچنان است. نه خیلی. حال خوب عقل انسان بهش برسه، هرچی در مورد اینکه حال خوب چیه، دین هم همونو می‌گه.

حتی دین میاد راهنمایی می‌کنه عقل انسان رو و آدم با راهنمایی دین به معنای عمیق‌تر و دقیق‌تری از حال خوب خواهد رسید.

ما به حال خوب احتیاج داریم بیشتر از اون چیزی که تصور می‌کنیم. ان‌شاءالله در مورد این حال خوب بتونیم به مقدار گفتگو کنیم. خود گفتگو کردن در مورد حال خوب حال آدمو خوب می‌کنه. به اثری داره

دیدید می‌گن یکی خمیازه می‌کشه، دیگرانم به خمیازه وادار می‌کنه. خود گفتگو کردن از حال خوب حال آدمو خوب می‌کنه

ان‌شاءالله خدا در این ماه مبارک رمضان واقعاً دست ما رو بگیره، علیرغم همه عواملی که در اطراف ما هستن برای بد کردن حال ما، ما بتونیم به یک حال خوب برسیم.

خب نکات فراوانی در مورد حال خوب هست. یه نکته دیگه هم بگم. این‌ها همه نکات مقدماتی‌ست. شب‌های بعد بعضی از این‌ها رو بیشتر با هم دیگه به جزئیات خواهیم پرداخت.

رفقا، پیش بعضی‌ها ممکنه این مطلب به ذهنشون برسه که آقا حال خوب نتیجه یک سلسله مقدماتی‌ست. شما برو اون مقدمات رو درست کن، حال خوب خودش به دست میاد. نه. این حرف دقیق نیست.

درسته‌ها، حال خوب یا حال بد نتیجه یک سلسله مقدمات طولانی‌ست. ولی جدای از این که مقدمات چه باشند، آقا من ممکنه مقدمات حال بد رو برای خودم فراهم کرده باشم. حالا می‌تونم سر نتیجه کنترل داشته باشم؟ بله، میشه. قدرت انسان اینه

آقا این آب از سرچشمه گل‌آلود بوده، حالا اومده تو این برکه آب گل‌آلودی جمع شده. می‌خوای این آب گل‌آلود رو زلالش بکنی و دسترسی به سرچشمه نداری؟ اگر یه دستگاهی می‌ذاری تو خود برکه، آب رو مثلاً تصفیه می‌کنه

می‌دونی؟ صحبت کردن از حال خوب خوبی‌اش به اینه که شما با کنترل کردن خود حال، حال خوب علامت حالت خوب باشه. می‌تونی تا حد زیادی اون عواملی که در طول زمان، اون عواملی که در درون روح خودت حال تو رو بد کردن، اون عوامل جلو تأثیرشون رو بگیری.

دقیقاً فرمودید: مثلاً قرص مسکنی که برای سردرد می‌دن. حال سردرد شما علتش چیه؟ ممکنه مثلاً عرض می‌کنم — حالا در مثل مناقشه نیست — یه علت گوارشی موجب سردرد شما شده. خوب، حالا جدا از این که بری گوارش رو وضعیت رو درست بکنی که ممکنه حتی طول بکشه، فعلاً این سردرد داغونت می‌کنه. یه مسکن بخور، همین‌جوری میره. مسکن‌ها معمولاً اینجوری هستن. این درد رو در لحظه از تو می‌گیرن، تو رو از درد تسکین می‌دن.

پس آدم مستقیماً به حال خوب می‌تونه بپردازه. این نکته موجب میشه که بحث کردن از حال خوب، مراقبت کردن از حال خوب، ... مفید و مؤثر باشه. و الا می‌گفتیم حالا

هر حرف دیگه‌ای که می‌زنیم همش همینیه دیگه. ریشه‌هایی‌ست برای راه‌هایی‌ست برای رسیدن به حال خوب. پس ما همه بحث‌هامون موضوعش حال خوبه. منتها این دفعه می‌خواهیم رو خود نتیجه بحث کنیم.

آیا رو خود نتیجه — که حال خوبه، نتیجه همه دینداری‌ها، نتیجه همه اعتقادات خوب، نتیجه همه صفات اخلاقی خوب — آیا رو خود نتیجه بحث کردن هم فایده داره؟ بله که فایده داره.

خود نتیجه رو آدم می‌تونه کنترل بکنه، جدا از این که ریشه‌هاش هم باید پرداخته بشه، راه‌ها رو هم باید کنترل بکنه که یک کمی در این باره بعداً صحبت خواهیم کرد.

فکر کنم به عنوان یک بحث مقدماتی که گستره موضوع حال خوب رو به ما نشون بده و اهمیتش رو برامون روشن‌تر بکنه، این جلسه کفایت بکنه.

حالا ببینید در آیات کریم قرآن یکی از عباراتی که برای حال خوب آمده و مکرر هم در قرآن کریم تکرار شده — انگار آدم‌ها اینو خیلی خوب می‌فهمند و خدا با همین زبانی که انسان‌ها می‌فهمند باهاشون صحبت می‌فرماید — می‌فرماید که دوازده مرتبه در قرآن کریم این عبارت تکرار شده:

«فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ»

اینا نمی‌ترسند، نه غمگین می‌شن

حال خوب دو تا رکن اساسی داره:

یکی ترس نداشتن — نگرانی، اضطراب نداشتن.

. یکی غم نداشتن

این دو تا حال آدم رو بد می‌کنن: نگرانی درباره آینده، غصه خوردن درباره گذشته

و خداوند متعال این شاخص رو مدام ذکر می‌کنه، هم درباره دنیا هم درباره آخرت. خدا دوست نداره خوف و قمی در انسان باشه.

یک آیه از این آیات رو بخونم. برخی دیگه از این آیات — از این دوازده آیه — رو روزهای بعد بیشتر بهشون خواهیم پرداخت. ان‌شاءالله، که ببینید چه جایگاه رفیعی داره بیان این شاخص که تعبیری از حال خوبه

می‌فرماید:

«قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبَعَ هَذَا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ»

ای انسان‌ها، برید روی زمین زندگی کنید. پس اگر از طرف من هدایت به شما رسید، هر کسی هدایت من رو بپذیره و تبعیت کنه، حالش خوب میشه. دیگه حال خوب

چرا شاخص برجسته است؟ برید. انگار آمدن در زمین حال آدم رو بد می‌کنه به طور طبیعی. زندگی حال آدم رو بد می‌کنه. می‌فرماید: برید، اگر راهنمایی‌های من رو بپذیرید، حالتون بد نمی‌شه

خب یک آیه دیگه از قرآن هم می‌خواستم برای شما بخونم که ببینیم چقدر این بحث حال خوب در قرآن برجسته است. می‌گذارم برای فردا

میان‌بر بزنیم: یکی از جاهایی که خیلی حال آدم رو خوب می‌کنه، رفتن در خونه اولیاء خداست که حالشون خیلی خوبه. رفتن به حرم ائمه معصومین. و مهم‌ترین حرمی که با یه دست‌ودلبازی گسترده‌ای به لیاقت آدم نگاه نمی‌کنه و حال آدم رو خوب می‌کنه، حرم اباعبدالله علیه‌السلامه

. همه حرم‌ها این‌طوری هست. ولی حرم ما بستی تا دلت بخواد

من از عده‌ای از روان‌شناس‌های محترم، حتی از روان‌پزشک‌های عزیز، از برخی از اطباء محترم تقاضا می‌کنم که تأثیر حال خوب این جلسات معنوی رو در از بین بردن بیماری‌ها — مخصوصاً خود این بیماری — بیان کنن برای ما. اونا بگن چی کار می‌کنه روضه اباعبدالله الحسین. چی کار می‌کنه حرم

من واقعاً شرمنده شما هستم دارم یه حرف می‌زنم. شرمنده شما از این جهت که با کمال بی‌لیاقتی که دارم، اصلاً به شما خوبانی که قطعاً هم‌تون لیاقتتون خیلی بیشتر از بنده‌ست

من چند روز گذشته حرم اباعبدالله الحسین بودم. جاتون خیلی خالی بود

هر کدوم از حرم‌ها هر گلی بویی داره. شنیده‌اید: هر بستانی صفایی داره. میری سامرا یه جور حالت خوب میشه. میری کاظمین یه جور دیگه حالت خوب میشه. میری حرم امیرالمؤمنین یه جور دیگه حالت خوب میشه. در خود کربلا میری حرم ابوالفضل یه جور حالت خوب میشه. میری حرم مسلم یه جور حالت خوب میشه

و مجالس روضه — به قول حضرت آیت الله العظمی بهجت — خودش زیارتیه. کسی از مجلس روضه برگشت، باید بهش گفت زیارت قبول. حال آدم خوب میشه. چرا؟ شب‌های بعد بیشتر به این بحث خواهیم پرداخت.

ولی بریم با هم حال خودمون رو بهتر کنیم. دو سر گفته چون نیم کردار نیست. ما تا حالا حرف زدیم در حال خوب. بریم حال خودمون رو خوب کنیم.

چجوری؟ نزدیک بشیم به اباعبدالله

«إِنِّي أَتَقَرَّبُ إِلَى اللَّهِ وَإِلَى رَسُولِهِ وَإِلَى أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ وَإِلَى فَاطِمَةَ وَإِلَى الْحَسَنِ... بِمَوَالِيكَ»

من می‌خوام به تو نزدیک بشم با این محبتی که به تو دارم، با این بیزاری که از دشمنانت دارم.

ببینید دوستان من، الان می‌خواهی نزدیک بشی به امام حسین، حالمون بهتر بشه. بیایید یه روضه براتون بخونم. تو روضه انسان نزدیک میشه، فاصله‌ها رو برمی‌داره.

روضه بخونم براتون

امام حسین هر موقع علی‌اکبر رو می‌دید، خیلی حالش خوب می‌شد. چون «أشبه الناس خلقاً و خُلُقاً و منطقاً برسول الله» بود.

می‌دونید امام حسین چرا اون قدر گریه کرد؟ چون عامل باعظمت خوب کردنِ حالِ همه اهل عالم رو آوردن قطعه‌قطعه کردن

علی‌اکبر رو با چه قساوتی، با چه کینه‌ای... مردم عالم، حالتون بد میشه دیگه. این دنیا جای زندگی نیست برای شما. دنیایی که توش علی‌اکبر رو قطعه‌قطعه بکنن.

چرا اهل بیت گریه می‌کردن؟ چرا امام حسین گریه می‌کرد؟ روزها کنار نهر علقمه گریه کرد، کنار علی‌اکبرش گریه کرد.

شاید تنها جایی که اباعبدالله حسین گریه نکرد، یه اتفاقی فوق گریه برایش افتاد. اون لحظه‌ای بود که علی‌اکبر از اسب افتاد و روی دستش بالا و پایین می‌شد. یک حال دیگری شد.

امام حسین اگر می‌خواست گریه کنه، باید خیلی مظلومانه‌تر از همه موارد دیگر گریه می‌کرد. شاید هم گریه نکرد برای این که دید زینب، رباب، بچه‌ها همه ایستادن و نگاه می‌کنن.

اللَّهُمَّ الْعَنِ الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ

بیان نرم نقطه