

بسمه تعالی

خودشناسی

جلسه اول

خودشناسی اصلاً چه ضرورتی دارد؟ از منظر قرآن

قرآن می فرماید: در خودتان بصیرت خرج کنید

و زمانی که به آنها گفته می شود بیائید تعالی پیدا کنید با قرآن و حدیث و سنت نبوی می گویند: همان چیزهایی که از گذشته به ما رسیده است کافی است آنها توجه ندارند اجدادشان چیزهایی را نمی دانستند و هدایت نشدند و راه را پیدا نکردند .

ای اهل ایمان بر شما باد به خودتون (فقط مراقب خودتان باشید) فقط خودتان را کشف کنید . اگر خودتان را پیدا کنید اگر این طور باشد هیچکس ضرری به شما نزند . کسانی که هدایت نشده اند و وقتی به سوی خدا برگردید خواهید فهمید که چه کردید . چقدر وقتتان را تلف کرده اید . و چقدر توانستید به کمال خودتان و تعالی خودتان برسید . اگر خودتان را بشناسید هیچ ضرری همسایه ، همسر ، فرزند ، دوست ، همکار ، دشمن ، به شما نمی تواند بزند در صورتی که این خودشناسی به هدایت شما منجر شود.

از منظر پیامبر اکرم می فرمایند :

من عرف نفسه قد عرف ربه

هر کس خودش را شناخت اربابش و خدایش را شناخت .

از حضرت علی علیه السلام :

سودمند ترین شناختها خودشناسیت .

خدا سرشار از رحمت کند کسیکه سه چیز را شناخت :

از کجاست ؟ در کجاست ؟ به سوی کجاست ؟

و فهم این سه چیز را خداوند سرشار از محبت میکند کسیکه خود را شناخته باشد از خود بیگانگی مرا از رحمت خدا دور میکند محروم میکند. برای جهالت شخص همین بس که قدر خود را نشناسد . یکی از جنبه هاو ابعاد خودشناسی اینست که قدر خود را بداند اقتدار خود را بفهمد.

امام سجاد در دعای مکارم الاخلاق صحیفه سجادیه دعای ۲۰ :

خدایا آن چیزهاییکه برای من هم دارد وقتی به دنبالش غم دارم و باعث دل مشغولی من می شود خدایا تو کفایت کن خدایا نگذار من به چیزی هم داشته باشم غیر از خودم مرا کفایت کن . مرا از هر چیزی که مشغول میکند یعنی سرگرم می کند دور بگردان.

اول دنبال همکلاسی هم میزی هم بازی هم سرویسی همسر هم نوع هم وطن می گردم آدمی که خودشناس است همش فقط کیست ؟

رشته ریاضی و تجربی برای کنکورشان تاریخ و جغرافی نمی خوانند چرا چون تو کنکور نمی آید .

من را بکاری بگمار که فردا از من می خواهی سوال کنی لازمه اش اینست که
من خودم را بشناسم بدانم از کجایم ؟ نقشم چی بوده ؟ خدا مرا برای چه آفرید ؟
من را برای چه اینجا گذاشتی ؟ من اینجا چه کاره ام ؟ مردم ؟ زنم ؟ استادم ؟
وکیلیم ؟ وزیرم ؟ اینجا چه کاره ام ؟؟

دعای مکارم الاخلاق : خالی کن ایام من را برای کارهایی که بر اش آفریدی.

اگر خودم را نشناسم بحران هویت پیدا میکنم یعنی گم میکنم خودم را . آن
نقشی را که خدا برایم آفریده لذا وقتی خود را نشناسم می گویم ایکاش پروانه
بودم ای کاش کبوتر بودم کاش یک چیز دیگر بودم . زن دوست دارد مرد باشد
خودش را مثل مردها می آراید چرا چون خودش را نمی شناسد.

از فرمایشات امام زمان ع هر که قدر خود را بشناسد نابود نخواهد شد.

در حوادث و مشکلات تحت تاثیر نخواهد گرفت بنابراین زیانکار نمی شود از
منظر عقل و تجربه به لحاظ تکوینی آفرینش برای من بوجود آمده برای انسان
بوجود آمده است .

ضرورت خودشناسی چیست ؟ آفرینش برای انسان بوجود آمده

سوره بقره آیه ۲۰

هرچه آفریده شده است برای ماست

سوره بقره آیه ۲۹

فرشته ها هم اگر همه برای من انسانند خیلی مهمه من خودم را بشناسم من کیم
؟؟ که اینقدر همه در اختیار من هستند من کیم که آنقدر کلفت و نوکر دارم؟ همه

چیز را خداوند مسخر من قرارداداده ؟ من کیم ؟ برای چیه ؟ من چه شاهزاده
ایم به نظر تشریعی همه انبیاء و اولیاء برای که آمده اند ؟ ۱۲۴ پیامبر برای
که آمده اند ؟ فرشته ها و ملائک چرا همه مواظب من هستند؟ خداوند چرا این
همه ملائک برای ما فرستاده ؟

داعی الی الله ما دائما دعوت می شویم و شدید هیچکس دعوت نشده

دلیل سوم : همه علوم و معارف چه الهی چه بطور مستقیم علوم انسانی چه
بطور غیر مستقیم علوم غیر انسانی فنی و پزشکی همه برای انسانند گیاه
شناسی حیوان شناسی زیست شناسی محور همه علوم انسانند

همه برای زندگی بهتر ما برای سعادت ماست برای سلامتی ماست برای
تکامل ماست

دلیل چهارم : هدف همه برنامه اجتماعی سیاسی اقتصادی کشاورزی صنعتی
نظامی خدماتی همه انسانند هر چه برنامه ریزی توی عالم هست حول محور
انسان است . هواپیما ماشین گندم برنج و تلفن همراه همه برای انسانند برای آتیه
انسانند . مگه من کیم ؟ که آنقدر همه چی برای من انسانند . همه تلاش

می کنند برای من

دلیل پنجم: معرفت خدا از معرفت انسان سرچشمه میگیرد این جمله به چه
شرط درست باشد من عرف نفسه و قد عرف ربه از کجا معلوم این درسته؟
یعنی من جلوه اویم . باید آیت او باشم . اگر مجزا از او باشم چه ربطی دارد
اینکه معرفت من مقدم است به معرفت خدا چون حتما من آیت اویم حتما جلوه
اویم من معرف اویم .

دلیل ششم : برای اینکه خود را بسازم خودم را اصلاح کنم و در زندگی موفق باشم این موفقیت در زندگی بدون اینکه اهدافم را بشناسم ؟ نیازهایم را بشناسم ؟ تواناییهایم را بشناسم ؟ امکاناتم را بشناسم ؟ نقشم را بشناسم ؟ خطراتم را بشناسم ؟ وظیفه ام را بشناسم ؟ امکان خودسازی نیست ؟ برای خودسازی باید این ۶ تا را بدانم تا بتوانم خودم را با آن آرمانم مقایسه کنم . تا ببینم به اون حد کمال رسیدم ؟ یا چقدر عقبم ؟ چکار باید بکنم ؟

دلیل هفتم : برای اصلاح جامعه یا ایجاد تمدن بدون شناخت انسان امکان ندارد

خودشناسی یعنی چه ؟ هر کس خودش را بشناسد یعنی چه ؟

نفس من کجای منه ؟ خود من کجای منه ؟ این خود چیه ؟ مگه ما نخودیم یه خودیم دیگه ؟ بنظر می رسد کلاس خودشناسی کلاسی هست که فی انفسکم افلا تبصرون

انفسکم نفس من کجاست ؟ بهترین شناخت این خود است مگر ما نخودیم همه خودیم دیگه چی می خواهیم یاد بگیریم خود خواهی هم داریم همه یک پا خود سرو خود خواهیم ماشاالله بیشتر می خواهیم یاد بگیریم من تصورم اینه که دست و پا و چشم و دهن و...دیگر اندام و جوارح نوزاد و نوجوان دیوانه فعال هستند یا نیستند؟ بله حرکت می کنند یا نه ؟ دیوانه حرف می زنه یا نه ؟ پس همه اندام و جوارح خودش را بکار می برد یعنی گوارش کار می کند خودش کار می کند حتی تو حال بیهوشی اندام شما کار می کند اما باخودشناسی من موفق می شوم ذهنم را مدیریت کنم خودشناسی یعنی توانایی مدیریت ذهن حالا تو ذهن من تومن چی می گذره یک سری خاطرات تلخ خاطرات شیرین خاطرات دوران بچگی یکی آب دهن به صورتم ریخته اینکه فلان روز با تو

دعوا کردم اصلاً نمی‌خواهم ریختن را ببینم من را خیلی عصبانی کردی این گذشته من خاطره من نمی‌گذارد با شما دوست باشم یک سری آمال و آرزو داریم و یک سری شهوات داریم همه را می‌گویند نفس اگر من بتوانم ذهن را کنترل کنم مهار کنم عاقلانه مدیریت کنم بعد دست و پا و چشم و گوش و شهوت می‌آید دست من ببخشید دست من به شما خورد ببخشید دست خودم نبود ببخشید عصبانی شدم دست خودم نبود دست کی بود پس ؟ این جمله را می‌گویید یا نه ببخشید بی اختیار داد زدم . آقا اجازه ما زدیم او را کشتیم ولی حالیمان نبود به خدا ما منظوری نداشتیم عمدی نبود شد آنکاری که نباید بشود متاسفانه وقتی خودشناسی پیدا کنیم محفوظات خود ذهن خود را می‌توانم عاقلانه مدیریت کنم . این محفوظات خود را علم خودم را خاطرات خودم را تواناییهای خودم را مدیریت کنم عاقلانه خواهشهای نفسانی خودم را که ذهن مرا به کجا می‌برد خودم کجاست ؟ ذهن منه . چرا استرس داری ؟ چرا حال نداری ؟ دیروز امتحان داشتم خراب کردم فردا غذا درست نکردم مهمان دارم نمی‌دانم چی درست کنم اگر مدیریت ذهن پیدا کنید خودتان را کشف کنید تحت تاثیر این خاطرات و رفتارها قرار نمی‌گیرید می‌توانید جایگاه خود را در خانواده در جامعه در جهان درآفرینش پیدا کنیم و خوب هماهنگ بشویم پس خودشناسی مقدمه ایمان است . مقدمه تقواست . مقدمه شهود شماسست . در هر صورت و می‌توانید شهود کنید الان چون از دست من عصبانی هستید اصلاً گوش نمی‌کنید به حرف من آن حرفی که امروز به من زدید من از دست شما عصبانی هستم می‌گویند از دست شما ناراحتم و نمی‌خواهم اصلاً حرف تو را بشنوم در وقتی که ما به قرآن گوش نمی‌کنیم . پیامبر دارند قرآن می‌خوانند کسی گوش نمی‌کند مثلاً در تلویزیون یک روحانی صحبت می‌کند می‌گوید

بزن آن کانال ما گوشمان از حرفها پر است چرا چون ذهنیت بدی قبلا از یک روحانی دارید خوشتان نیامده دوست ندارید به روحانی دیگر هم گوش کنید الان شما نیاز خود را نمی فهمید آن خاطره نمی گذارد شما راحت استفاده کنید شاید این حرف مثل آن حرف نباشد شما می گوئید حاضر نیستید گوش بدهید می گوئید حوصله ندارم اگر خودم را بشناسم از خودم مراقبت عاقلانه می کنم شما تا حالا شده کسی آب رو صورتتان بیندازد اگر بیندازد سریع می شوئید یا یک خط دورش می کشید یادگاری و نگاه می دارید جدی چکار می کنید ؟ حالا یک نفر با شما برخورد بدکرده چرا کینه را در درون خود نگاه می دارید می گویند مومن شب بی کینه می خوابد شما کنترل ندارید چرا آن آب دهن را روی قلب خود نگاه داشته اید تو قلبتون روی صورتتان نگه نمی دارید می گویند مومن روی قلبتان نگه می دارد معلوم می شود ذهنتان مشکل دارد شما اگر مدیریت به خودتان داشته باشید می روید برایش دعا می کنید می گویند خدا شفاعش بدهد چرا آب دهن انداخت چرا اینجوری کرد ؟ همه مریضهای قاطی دکترها را فحش می دهند لگد می زنند دکترها آنها می زنند ؟ کسانی سرور دارند که کارهای صالح انجام دهند لذا پایدار زمانی دست می دهد که خود را بشناسید نوزاد که دنیا می آید من ندارد هر چه تملک ما بیشتر شود من را بزرگتر و منیت ما بیشتر می شود خودشناسی پس می خواهم تعقل کنم چکار کنم ؟ می آیم ذهنم را مدیریت کنم دیگر تحت تاثیر حرفهای دیروز پریروز امروز قرار نمی گیرم خرافات و اینکه تحت تاثیر دیگران چی گفتند حرف دیگران قرار نمی گیرم الان می سنجیم و عاقلانه

فبشرعبادی الذین یستمعون القول حرفهای گوش می کنم و یتبعون الاحسن ناراحت نمی شوم اگر منتان را کنار بگذارید دیگه اصلا من نیستید او بیید وقتی

او باید دیگه می توانید مثل خود او خلق کنید می شوید جلوه می شوید مظهر می شوید بعد این وسط من دیگه کاره ای نیستم پس دیگه نه خوشم می آید نه بدم می آید من جلوه ام این وسط من واسطه ام غمگین نمی شوم باید خودم را بشناسم بعد ببینم بفهم خالق من کیه این حرفها را خالق زده یا مخلوق تمام شهوات و امیال مجموعه ای را ساخته اند به اسم من اگر بتوانم این من را تحت مدیریت عظم در آورم شهواتم عاقلانه ازدواجم عاقلانه خوردنم عاقلانه زندگیم عاقلانه می شوند بعد گفتارم زیبا می شود رفتارم زیبا اخلاق زیبا زندگیم زیبا لذتهای پایدار نه از بیرون نه از درون مشکل ندارم سنگول باحال حول حولنا الی احسن الحال خیلی باحالی نه تو گذشته گیر کردم نه توی آینده انصافا خودتان را بگذارید جای امام حسین می آمده عذر خواهی می کند جدا حاضرید ببخشیدش عمرا اگر ببخشید

آیه ۱۵۵ سوره بقره می گوید : برای بشارت به صابرین

اگر رحمان فهمیده می شد از اول من و شما اینقدر احساس تملک نمی کردیم این چیزی به نام من نداشت مغز داشت ولی من نداشت الان هیچکدام احساس خلیفه الهی بودن دارید؟ نه خودمان را از حیوان کمتر می بینیم ما دائما دنبال گیاه و حیوان هستیم دنبال القاب پوچیم دنبال خیالبافی هستیم لعو لعب

تفاخر سر چی ؟

سوره حدید آیه ۲۰

خودم را آراسته کنیم که تو را گول بزنم تکاثر یعنی همه چی مال منه اگر این من را بشناسم بتوانم عاقل باشم می بینم به هم بهتر از اینه که نگهدارم می آیم افطاری خود را در سه شب به یتیم اسیر فقیر می دهم هرکه ابرازش بیشتر

صعودش بیشتر است بیا علم یقینی پیدا کنیم مغز شما خیلی کارها می تواند بکند انبیاء ولایت تکوینی دارند و مجاز استفاده می کنند. اگر خودم را نشناسم چکار می کنم زیانکار و خاسر می شوم افراط و تفریط می شوم الکی خوش می شوم هیچ توانایی ندارد بجای راکب شدن مرکب می شود اگر بفهمیم مال دنیا چرک و کثافت است بجای دادن می گیریم یانه اگر خودم را نشناسم خودم را معبود خودم والله خودم و خالق خودم می بینم

در اثر خودشناسی مشغول به غیر خود می شویم

نمی تواند ذهن خود را بشناسد همه چیز شک دارد نمی تواند ذهن را به باور تبدیل کند در اثر خودشناسی ذهنمان در خود احساس قدرت و توانایی می کنیم .