

بسمه تعالی

خودشناسی

جلسه سوم دکتر غفرانی

خودشناسی یعنی چه ؟

خلاصه معنی که پیدا کردیم این بود که بفهمیم که واقعیتهایی که تو ذهن ما منعکس است این واقعیتهای حقیقت نیستند واقعیت و حقیقت در دنیا دو چیز متمایز هستند تو ذهن ما واقعیتهای تجسم می شوند ولی حقیقت غیر از ذهنیت ماست به عبارت دیگر همه حشرات کوچکترین حشرات و بزرگترین و همه جانوران چیزی دارند به نام مغز همشون مغز دارند با مغزشان چکار می کنند کار مغز در بدن حیوانات چه می کند ؟

۱- اندام آنها را بکار می اندازد

۲- میان اندام هماهنگی ایجاد میکند

۳- نیازهایشان را مدیریت می کند .

جانور چه نیازهایی دارد ؟ نیاز دارد برای تغذیه برای جفتگیری برای لانه سازی برای دفاع از خودش برای استتار این فعالیتهای حیوان را به اقتضای اندازه اش و شرایطش مغزش مدیریت می کند اما هیچکدام از جانوران براشون چیزی به نام خودسازی مطرح نیست

۱ خودسازی ندارند ۲- با هم فرق ندارند

همه شیرها و ببرها و پلنگها مثل هم هستند منیت ندارند خصوصیت‌های مشترک دارند بین سگ خوب و بد خیلی اختلاف نیست ولی بین یک انسان خوب و بد خیلی فاصله است یعنی چی خودسازی ندارند . فعالیت‌های آنها از پیش تعیین شده است .

رفتارشان غریزی است رفتار ثابت دارند یعنی چه ؟

یعنی تحت تاثیر آموزش و تجربه تغییر نمی کنند . پرنده ها کنار هم باشند صدایشان تغییر نمی کند گربه صدای کلاغ در نمی آورد عادت پذیر هستند تحت تاثیر محیط قرار نمی گیرند بنابراین اختیار ندارند خودشان را نمی توانند تغییر بدهند خودسازی یعنی اینکه خودمان ، خودمان را تغییر بدهیم اینکه شما مرا مجبور به تغییر کنید این اسمش خودسازی نیست اما انسان اینطور نیست انسان چند بخشی دو بخشی – بخشی از او قدری از گفتار و رفتار و صفات و فعالیت‌های انسان از قبل تالیف شده ثابت و غریزی است اینکه بچه دنیا می آید شیر می خواهد غریزی است از قبل به او تفهیم شده ما دوجور قدر داریم یکی قدری داریم از پیش تعیین شده و ثابت و یک قدری داریم که از گفتار و رفتار و فعالیت‌ها نیست که تحت تاثیر کشف خودمه تحت تاثیر تجربه منه .

به نظر می رسد خشم شما غریزی است عاقلانه نیست افسردگی غریزی است بخل شما غریزی است حسادت هم همینطور حیوانات هم سرخوردن با هم دعوا دارند من و شما هم سرخوردن دعوا داریم اصلا اینها همه آیت اویند نمی توانند او را نشناسند بحث خداشناسی به نظرم فوق بحث غریزی فطری است ذاتی است ثابت است شما اصلا جلوه او هستید بشنو از نی از ذات خودش حرف می زند نی نمی تونه صدای دیگری داشته باشد فقط هستی را می شناسد

معروفترین معرفه برای من و شما چیه هستی است من هستم هستی را می فهمیم تمام صفات های بد ما رفلکسهای ما مال مغز ماست این صفات جنبه منفی دارند جنبه حیوانی دارند حیوانها هم با هم درگیر می شوند سر یه تکه گوشت یک جدال اینها رفتار رفلکسی دارند و مال مغزشان است و آمدند مغز شما را کاملاً نقشه اش را آنالیز کرده اند که این قسمت مغز شما چکار می کند مربوط به چه احساسی است شما چکار می کند ضمیر ناخودآگاه کجاست و خودآگاه شما کجاست اطلاع قبلی شما کجاست اطلاع امروز شما کجاست توی خانه سالمندان می روید اطلاعات نزدیک را از دست می دهند قبل را یادشان می آید اطلاعات روز را از یادشان می رود همه قسمتهای مغز ما را تقریباً شناسایی کرده اند هر قسمت از بخشهای مغز ما کارکردهای مختلف دارد هم مغز حیوان هم همینطور رفتارهای جنسی ما همه در مغز نشان داده شده است مواد مختلف که می خوریم روی قسمتهای مختلف مغز ما تاثیر می گذارد.

تو خودسازی بتوانید یعنی ابعاد مختلف بدنتان را وجودتان را رشدش را تشدید یا تضعیف می کنید و یا مدیریت کنید خودسازی یعنی این صدات خیلی بلنده صدات را کوتاه کن خیلی تنبلیها رانکن بیا کمی ورزش کن اراده ات را تقویت کن خودسازی یعنی اینکه من مدیریت کنم بخشهای مختلف مغزم و بعد از طریق مغز عقم همه جوارح تحت فرمان مغزم

مغز تحت فرمان کیه؟؟ تحت فرمان شما و من است؟؟

این من یعنی کی؟ یعنی عقلی که مسلط است بر مغزم و ذهنم هر لحظه خداوند ما را با انواع حوادث مبتلا می کند تا آنچه در چننه داریم بروز پیدا کنه تو سختیها خودمان را بشناسیم و آگاهانه و عاقلانه عمل کنیم و خودمان را نشان

دهیم ما را خیلی عادت‌ها داده اند عمر سعد نماز را اول وقت می خواند آیا آن نماز توانست رفتار او را کنترل کند آیا توانست خود را مهار کند فضیلت‌ها را باید در خودتان با مراقبت نهادینه کنید مراقبت فردی یعنی اول باید فضیلت‌ها را در خودمان طراحی و بعد نهادینه کنیم ما باید دشمنان خود را بشناسیم و آنرا از بین ببریم پس انسان می تواند غرائز تمایلات خودش و کارکرد مغزش را اولاً بشناسد

ثانیا مدیریت کند

ثالثا تغییر هم بدهد و از این ذهن یک عبد بسازد کسی یقین دارد که اصلا اسباب را نمی بیند فقط مسبب را می بیند خیلی باید روی ذهن کار کرده باشیم که واقعیت‌ها را ببینیم یک پاره حقیقت را ببینیم آیا خودشناسی ممکن است ؟ گفتیم بله اگر من چشم‌هایم را فعال کنم ۴ تا چشم دارم . اگر من از این آخور حواس شکم بین خوراکی بین بیایم بالاتر عظم را فعال کنم استدلال ببینم برهان ببینم با چشم قلبم بتوانم شهود کنم حقیقت را باحواس چه چیزی ادراک می شود ظاهر و واقعیت .

باقلب چه چیزی ادراک می شود حقیقت –

حقیقت شهود می شود کار قلب چیست شهود است در تشهد نماز ما میخواهیم به شهود برسیم چشم ظاهری فقط مادیات را ادراک می کند ما غیر ماده را نمی توانیم ببینیم عقل دیدنی نیست حواس ما مادیات را هم محدود می بیند هوا ماده است چون تراکم کم است ما نمی بینیم اگر سرما به او بدهیم او را می بینیم حیوانات مثل سگ و الاغ صدای زلزله را می شنوند سگ در عمق ۱۰ متری انسان را تشخیص می دهد حواس انسان اکثرا اشتباه می کند .

بیت جای بیتوته است جای تحجر است در سوره مزمل خداوند می فرماید
دوست ندارم شب بخوابید.

خودشناسی یعنی این من غیر از اون من ارادی و عقلانی و انسانی من
است باید بفهم که این رفتارها از حیوان هم سر می زند اگر خودمان را
نشناسیم بجای اینکه راکب خود باشیم می شویم مرکب خود - برده و اسیر
خود می شویم . غفلت از آخرت سرگردانی و اوهام صراط حق را نمی توانم
تشخیص بدهم . قرآن می گوید اگر خودتان را شناسید می شوید کالانعام

زندگی تلخی را در پیش شما می گذارد و اگر خود را شناسید در زندگیتان از
لذتهای پایدار جزی نیست لذتهای ماندنی درونش نیست

زندگی پر از افسردگی و تنهایی است لذتهای ناپایدار گره های بازنشدنی
دردهای بی درمان و غصه می خوریم زندگی پر از غم و غصه می شود همش
زندگیمان بخل حسد دروغ می شود

۱- اولین اصل خودشناسی اینکه من یک حق من و یک قدر من و یک من
من دارم خداوند در قرآن می فرماید : جهنم پر می شود از جن و انس
که قلب دارند ولی از قلبشان استفاده نمی کنند این قلب منظور دل نیست
قلب یعنی ما را با عالم غیب مرتبط می کند چشم دارند ولی از آن
استفاده نمی کنند نمی بینند گوش دارند ولی نمی شنوند ولی استماع
ندارند مثل انعام می مانند زیرا حقوق و قدر خود را نمی شناسند و فساد
می کنند من من یعنی تعلقات من ذهن منفعل من

در مسیر تکامل باشید در مسیر کمال قدم بردارید روز قیامت فقط حق وزن
دارد و اما ثقلت موازین و اما من حفت موازین

در روز قیامت مردم دو دسته اند آنهاییکه اعمالشان پوچ باشد باطل باشد
آنهاییکه هر کاری کردند ذاکر نبودند به خودشان ظلم کردند

اصل چهارم : اخلاق من است خلق من گفتیم شخصیت یا اخلاق مجموعه
صفاتند که به خاطر شدت و رغبت من و مراقبت من از آنها در من نهادینه
و تثبیت شدند در گفتار ما و رفتار ما نمایانند و در واقع اگر من حق را
رعایت کنم آن منیتم را کنار بگذارم می شوم صاحب فضائل صاحب
شخصیت و خلق عظیم و اگر حق را رعایت نکنم بی بند و بار خود سر
باشم می شوم لایابالی می شوم صاحب رذائل و بی شخصیت بد اخلاق این
فاصله مرگ تا تولد یعنی همین من چقدر حق را رعایت کردم یا نه این
فاصله تولد تا مرگ را یا صاحب فضائل یا صاحب رذائل این من برای من
و شما می ماند محبت شما به حق یا باطل در روز قیامت با شماست .

ثمرات خودشناسی این است که من بتوانم عاقلانه مغزم و ذهنم و خاطراتم و
نفسم را مدیریت کنم