

نکات تکمیلی:

بسم الله الرحمن الرحيم

🍀 در سوره بلد آیه ۴ خداوند می فرماید ؛

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ

خلق کردیم انسان را در رنج

- جالبه که نگفته خلق کردیم انسان را و بعد به او رنج دادیم نه، نه.

- گفته اصلا انسان را در رنج و خلق کردیم

نگاه کن تولدش با رنجه ،

زندگیش با رنجه ،

دنیا خودش ، رنج رنجه

- حالا جالبه که انسان هی دنبال راحتی تو دنیا میگرده !!!

- دقت کردین ، مجرد برای متاهل میگه خوش به حالش همسر داره ، فرزند داره ،

وای عکس های خانوادگیشونو نگاه کن ، چه زندگی خوش و راحتی دارن!

اون وقت متاهل به مجرد میگه : آخیش ، چه راحتی هیچ دغدغه ای نداره ،

جالب نیست ؟!!!

- آقا میخواد ازدواج کنه دنبال همسریه که کنارش راحت باشه

به به ، تو دنیا دنبال چیزی میگردی که نیست !!؟

🍀 پیامبر (ص) فرمودند : هر کس چیزی طلب کند که آفریده نشده خودش را به زحمت انداخته و چیزی نصیبش نمیشه

- از پیامبر (ص) سوال کردند : اون چیه که خلق نشده ؟ و پیغمبر جواب دادند : راحتی توی دنیا

- دنیا نمیتونه روح رو راحت کنه

🍀 امام سجاد فرمودند : طلب کردن ناممکن ، پیامدش حسرت و افسوسه

🍀 بیخودی دنبال محال تو دنیا نرو

- ببین ، راحتی تو دنیا محاله ، شکلت رو میتونی عوض کنی ها ، ولی خب از بین نمیره

🍀 شب قدر میزان مقدرات ما و میزان رنج های ما در جهان مقدر میشه

- چقدر قراره ایشون رنج بکشه امسال ؟ ۳۰۰ کیلو ۴۰۰ کیلو ۸۰۰ کیلو ؟

- رنجهات مقدر میشه ، حتی ریز ریز نوشته میشه ، برای چی هی فرار می کنی ؟

- مقدار رنجت مشخصه و باید ببینی

- دنیا می خواد رنج بهت بده که قدرتمندت کنه ، هی از رنج فرار میکنی

🍀 ببین درصد طلاقها رو !!

- دختر و پسرها با چه عشق و حرارتی ازدواج میکنن ، بعدش ، طلاق !!!

- ببین رنج زندگی با این آدم رو نتونست بپذیره

- از رنجش فرار کرد

- نمیگم کسایی که طلاق می گیرن اشتباه میکنن ها ، میگم توانایی خودشونو دست کم گرفتن

🍀 امام سجاد فرمودند : اگر بدونی دنیا جای راحتی نیست زندگیتو می کنی و از ناملایمات به تنگ نمیای
- جانا ، جوابو دیدی ؟

🍀 جهان بازه ی رنجه برای قوی شدن ما و هر کس بتونه با رنجش صفت قوی کنه سریع از اون رنج میاد بیرون

✓ مثال

- آقای دریچه ی ماهی داشت ، سگ سمور آبی از ماهی ها ارتزاق می کرد و ماهی ها رو میخورد ،

هر چی تله میزاشتن این سمور توی تله نمیفته ،

آخرش فکر میکنه باید چیکار کنم ؟ چیکار نکردم ؟

یادش میفته خمس مالشو نداده ، خمس مالشو که میده یهو اصلا سمور خودش توی تله میره

نگهش میدارن و تا کسی درمیش می کنن

- خب پس از رنجش رها شد دیگه؟؟

الان راحت شد دیگه؟؟

پس همیشه زندگی بی رنج ؟ همیشه؟؟

مثال 

خانومی میگفت ؛ بچم توی هفت ماهگی میخواست به دنیا بیاد ، بیمارستان نزدیکمون دستگاه برای بچه نداشت

توی خانواده ای بودم که سخت بود برام اسم های مذهبی بزارم روی بچم ، اما همون موقع نذر کردم اسمشو بزارم زینب ، تو همون بیمارستان سالم دنیا اومد .

- خب از رنج رها شد؟ الان رها شد ! الان راحت شد ! راحتی توی دنیا محال بودا !!

- اما خب این الان راحت شد دیگه؟

نه بچه ها ، در دنیا راحتی محاله ،


اما همیشه شکل رنجمون رو خودمون تغییر بدیم

در دنیا که راحتی نیست ،

- همیشه به یه راحتی راحت تر از راحتی دنیا برسیم ؟

خب این یعنی چی الان؟

یکم خودت روش فکر کن

 ما در جهان دو مدل رنج داریم : رنج های راحت تر و رنج های سخت تر ، مثلاً

رنج ورزش ، رنج کم خوری ، رنج راحت تر

- ولی رنج چاقی و عمل بالون و بریدن معده رنج سخت تره

- رفته معدش رو کوچیک کنه کلاً فوت میکنه ، خوب اینکه رنجش خیلی خیلی سخت تره

🍀 یک دسته از رنج ها مثل فقر زندان ، دوستای بد ، قد و قواره ای نا خوب ، سرطان ، معلولیت ، این ها رنج هایی هستند که ما دوستشون نداریم و اختیارشون هم نمی کنیم

- اما یک سری از رنج ها مثل بیداری سحر ، تفکر ، مثبت بینی ، نماز سر وقت ، گشنگی کشیدن ، قبل از سیری دست از غذا کشیدن ، تا گشنگ نشدی غذا رو نخوری ، اینا یک دسته رنج هایی هستند که اختیارین ، خودت اختیاری به خودت فشار میاری برای به دست آوردن چیزی برای اینکه محصولی رو به دست بیاری این رنج رو تحمل می کنی

مثال 

آقای رضازاده رنج وزنه برداری اختیار میکنه تا قهرمان جهان بشه
- یا آقای بهجت روی صندلی چوبی می خوابیدن و این رنج انتخاب می کنند که به روح شون قدرت بدن ، برای خدا سختی بکشن

🍀 ما این دو دسته رنج رو اسم گذاری کردیم

۱- رنجهایی که برامون آسون نیست اسمش را گذاشتیم (رنج های اجباری)
- مثل اخلاق بد اطرافیان ، اعتیاد ، فحاشی ، فرزند ناخلف ، مریضی ، ازدواج زوری ، بی دینی اطرافیان ، اینا شد دسته رنج های اجباری

۲- یک دسته دیگه مثل رنج کسب دانش ، رنج صبر ، رنج کم خوابی ، رنج پای روی نفس گذاشتن ، رنج محاسبه کردن خودت ، اسم اینارو میزاریم (رنج های اختیاری)

✿ خوب واضح که رنج های اجباری ، رنج خیلی بیشتری دارن نسبت به رنج های اختیاری

✿ تو درس های قبل قانون جذب ، انرژی و شکر گفتیم ، رنج های اجباری ما از کجا آمدند از منفی های ما دیگه

✿ اینکه امام علی علیه السلام می گن هر یک از شیعیان ما کاری رو که ما نهی کردیم مرتکب بشه ، پیش از اون که بمیره به مال و فرزندش یا خودش بلایی میرسه که به سبب اون گناهش پاک شه و خداوند رو بدون گناه دیدار کنه اگه از چیزی گناهش هنوز مونده باشه تو هنگام مردن به سختی جون میده

✿ خوب این شد رنجهای اجباری که در اثر بی قانونی هایی که ما کردیم یا اعمال ناخوب و خطاهایی که از ما سر زده به وجود اومده

✿ دیدید بعضی از اوقات یکی از اطرافیان نزدیکت ، مادر بزرگت ، عمه پیرت ، آخر عمر ۵ سال ۱۰ سال توی جا میمونه و بعد فوت میکنه ، این همون باقی مونده ایه که تو هنگام مرگ به سختی جان کنندن ، ازش حذف میشه ، تا خدا رو شفاف ملاقات کنه

✿ سوره شورا آیه ۳۰ ، هرگونه مصیبتی به شما میرسه به سبب دست آورد خود شماسست و خدا از بسیاری خطاهای شما هم میگذره

✿ آیه ۷۹ سوره نسا که میگه « وَمَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنْ نَفْسِكَ » آنچه از بدی به تو میرسه از خود هست

✿ حدیث داریم که ، امام حسین علیه السلام از خدا شفاعت امت رسول رو خواستند ، یعنی از خدا یک امتیاز بزرگ خواستند و خداوند هم این امتیاز را به امام حسین دادند ، چون در برابر امتحان های بزرگی مثل کربلا صبر به این امتحان خیلی زیبا برخورد کرد امام حسین علیه السلام ،، نه به دلیل فقط امتیازهااا
- دوست داشت خدا رو خوشحال کنه

- دوست داشت تا میتونه کاری برای مخلوقات خدا بکنه ، مخلوقاتی که خدا خیلی دوستشون داره

✿ یک روز امام صادق علیه السلام جلوی یک شخصی غذاهای خوشمزه ای گذاشتند که اون شخص خیلی تشکر کرد و گفت روز قیامت بابت این نعمت چه جوری جواب خدا رو بدم؟؟ امام پرسیدند که باریکلا آدم چیز فهم روز قیامت باید این نعمت را چه جوری جواب بدم، امام پرسیدند مگه خدا از نعمت هاش سوال میکنه؟؟ اون شخص گفت که آیه « لَتُسْأَلُنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ » که خدا سوال میپرسه در مورد نعمتهاش پس چیه؟؟؟ امام جواب دادند نعمتی که خدا از اون سوال میکنه خوردنی و پوشیدنی نیست ، بلکه نعمت ما اهل بیده

✿ تا حالا فکر کردی چرا امام حسین علیه السلام این همه تو قلب ما جاریه؟؟ چرا
انقدر دوستش داریم؟؟

✓ رنج های اختیاری بر اجباری اثر مستقیم دارد.

✓ با برداشتن رنج های اختیاری میتوان به زندگی رسید که رنج نداشته باشیم.

✓ رنج های اختیاری آنقدر ما را رشد بدهد که رنج اجباری نداشته باشیم.

✓ خداوند در آیه ۱۰۵ سوره انبیاء می فرماید: همانا زمین را میراثی قرار دادیم
برای بندگان صالحان.

زندگی حضرت یوسف در زمان پادشاهی چقدر لاکچری و خوب بود چون رنج های
اختیاری زیادی برمی داشتند.

✓ از حضرت علی علیه السلام داریم : خداوند همواره بندگان خودش را به انواع
شدائد و رنج ها مواجه می کند بعد از آدم ها اقسام کوشش ها ، مجاهدت ها را می
خواهد، تکالیفی را به ایشان می دهد بر خلاف طبع آسایش طلب آنها تا غرور و تکبر
از دلشان برود و نفسشان به عبادت خدا رام شود و این وسیله ایست که درهای فضل
و رحمت خداوند به روی آنها باز شود.

✓ یعنی گشایش فوق العاده زیاد در زندگی شان.

✓ مادر باردار نگاهش به رنج لحظه رنج نیست نگاه او شادی نعمت بعد از رنج است

✓ وقتی با رنج در زمین می توانیم یک فنر رشد و یک سکوی پرتاب درست کنی
چرا به قسمت فشارش نگاه میکنی؟

✓ رنج یعنی خودت رو پرتاب کن به سمت جلو

✓ تو اصلا لذت نچشیدی بفهمی کیف هایی که قراره بهت بدن چه توی دنیا یا آخرت چقدره؟

✓ تو که لذت هدیه خریدن و شاد کردن یک نفر رو می فهمی حتما لذت اینکه یک کشور به پات ریخته بشه رو می فهمی تازه این فقط لذت زمینی اش هست.

✓ پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم میفرمایند: اگر هر کس می فهمید اون دنیا قراره برای رنج هاش چه پاداش عظیمی دریافت کنه دوست داشت همش در زندگی رنج بکشه.

✓ و در حدیث دیگری داریم که وقتی انسان در آن دنیا مواجه می شود با جایزه های رنجش جلوی خدا می ایستد و به خدا می گوید کاش تمام زندگی ام رنج دائم بود چرا خواسته های من رو اجابت کردی که الان جایزه نداشته باشم.

✓ رنج سرعت دهنده است ، کاتالیزور است ، رنج رشد روحانی و مادی دارد ، رنج انتهایش لذت بخش است .

✓ هر جا رنج می آید لبخند بزنی بگو می پذیرمت، باهات قوی میشم.

✓ لبخند بزنی بگو فخر رشدتم، راضیم ، می پذیرمت .

✓ لطفن این لبخند رو در جایی که بی احترامی داره به شما می رسه در درونت بزنی که طرف مقابلت نبینه.

✓ رنج های اختیاری روی رنج های اجباری اثر مستقیم دارند.

✓ مثال: شب قدر برات مقدر میشه ۳ هزار کیلو رنج (که میشه یه تصادف ،یه فشار مالی به خاطر اجاره خونه، رنج قلدری فرزندان،رنج بی خوابی خودت بعلاوه کمر درد خودت و بی توجهی وبی محبتی از همسرت) .. اینا رنجهای امسال شما.. و شما رنج اختیاری بر میداری(خوشحالی تولید کردن، هر روز به یک نفر عشق دادن، رعایت آداب غذا خوردن، ورزش، رنج پیاده روی و تفکر) به ازای این ۱۵۰۰ تا رنج اختیاری

که برداشت از رنج اجباریها کم میشه 🖐️ کم درد بی دلیل خوب میشه ،قلدری بچه رفع میشه، صاحبخانه با یه خواب در اجاره تخفیف میده و....

✓ همیشه به زندگی ای برسیم که رنج نداشته باشیم؟ بله ،اگر با برداشتن رنج اختیاری ها رشد کنیم

✓ حضرت یوسف خیلی رنج اختیاری برداشته بود برای قدرتمند شدن خودش ،کم کم همه ی رنج اجباری ها در زندگیش حذف شدن

✓ خدا در آیه ۱۰۵ انبیا میگه: « همانا زمین رو میراثی قرار دادیم برای بندگان صالحمون»

✓ حالا چرا باید حتما رنج بکشیم؟

از حضرت علی علیه السلام داریم که: «خداوند همواره بندگان خودش را به انواع شدائد (رنج ها) مواجه می کنه و بعد از آدم اقسام کوششها ، مجاهدت ها رو پیش روی اونها میذاره... بعد تکالیفی رو بهشون میده برخلاف طبع آسایش طلب آدم ها تا 🖐️ غرور و تکبر از دلشون بره، نفسشون به عبادت خدا رام بشه و این وسیله ای هست برای این که درهای فضل و رحمت خدا بر روی اونها باز بشه یعنی گشایش فوق العاده زیاد تو زندگیشون 🙏»

✓ پس بین حضرت علی علیه السلام هم میگن که رنج میاد تا تو توانمند بشی 🙏

✓ چرا فلسفه ی نگاه تو به رنج فشاره؟

مادر راحت رنج بارداری و بچه داری رو میپذیره، خانوم راحت دوری از خانواده و وارد زندگی جدید شدن رو میپذیره،، کنکوری ها راحت رنج درس خوندن و کنکور دادن رو میپذیره ... چرا به رنج با رنج نگاه می کنی؟

مامان بارداری که با لذت دست روی شکمش میذاره و لذت میبره از محصول رنج زایمانش.. یعنی نگاهش به رنج لحظه ی رنج نیست نگاهش به شادی نعمت بعد از رنج هست ، به محصول نگاه میکنه

ماهم باید به تک تک های اطرافمون اینجوری نگاه کنیم 🙏

✅ کنکوری به موفقیت های آینده و محصول نگاه میکنه و تو خودش نیرو ذخیره میکنه

✅ مهم تفاوت نگاه هست؛ وقتی ما با رنج در زمین می تونیم یه فنر رشد ،یه سکوی پرتاب برای خودمون درست کنیم چرا به قسمت سختی و فشارش نگاه می کنیم؟

✅ رنج یعنی خودت رو پرتاب کن به سمت جلو یعنی سود اضافه بر این دریافت کن، لذت اضافه بر این لذتی که داری دریافت بکن

✅ بعضیا میگن ما نه لذت می خواهیم نه رنج می خواهیم، حالا چی میگی؟

تو اصلا لذت چشیدی بفهمی لذتی که قراره بهت بدن چه توی دنیا چه توی آخر ،چقدره؟ لذت یوسف در زمان پادشاهی رو ببین که چه لذتی داره.. چه قدررررر لذت داره 😊

نمونه در زمان خودمون، امام خمینی رو دیده بودیم ،الان نمونه رهبرمون رو داریم که یه تنه با ۸۰ سال سن تو جهان حرفش برو داره ،این همه قدرت 🙏

✅ تو که انقدر راحت لذت کادو خریدن واسه یه دوست زمان میزاری که خوشحالش کنی و خوشحالی اون اینقدر قلب تو رو آروم میکنه و معنی این لذت رو میفهمی؛ برای چی به این سادگی داری کوتاه میای؟ تو که معنی این لذت رو میفهمی صددرصد معنی لذت های بزرگتر مثل این که یک کشور به پای تو ریخته بشه رو میفهمی.. تازه این فقط لذت زمینیش هست اون دنیا رو بچسب 😊

✅ پیغمبر میگن: اگر هرکسی می دونست اون دنیا قراره برای رنج هاش چه پاداش عظیمی رو دریافت بکنه ، دوست داشت همش تو زندگیش رنج بکشه و اصلا رنج هاش تموم نشه ...دوباره حدیثی داریم که روز قیامت وقتی آدم مواجه میشه با جایزه های رنجش به خدا میگه ؛؛ کاش تمام زندگیم رنج دائم بود، چرا خواسته های منو اجابت کردی که الان جایزه نداشته باشم ؟

✅ به رنج به عنوان جایزه نگاه کن ،اصلا سختیش رو نگاه نکن ؛ قهرمان ورزشی رو ببین رضازاده، یا دکتر حسابی که در بیابان گیر کرده بودن و مجبور بودن آب بدن کرم و هندونه حنظل بخورن

✅ رنج سرعت دهنده ست 🏃🏃

✅ رنج کاتالیزوره، رنج رشد روحانی و مادی داره.. اصلا رنج انتهای لذتبخشه 😍 چرا به کیفش نگاه نمیکنی؟

✅ پس برای کم شدن رنج های اجباریت رنج اختیاری بردار عزیزم

در کتاب های حدیث قدسی داریم ؛بنده ای که به بلا مبتلا بشه اما

ساکت بمونه ودر مورد اون بلا با کسی حرفی نزنه خداوند گوشتی بهتر از گوشت قلبی و خونی بهتر از خون قلبی بهش هدیه میکنه و گنااهش رو برمیداره چون رنج اختیاری سکوت رو برداشته و در مورد بلایی که خدا بهش داده با دیگران حرفی نزد در عوض خداوند گشایش تو رنج های اجباریش به وجود آورده .

✅ شکر کردن وسط نعمت وسط حال خوب احتیاج داره به کمی رنج کنندن از اون حال خوب .چند ثانیه از لذت نعمت خوب زدی شکر خدا رو کردی این میشه رنج اختیاری و شکر صفت ساز

✓ کسی که خودش محتاج اینه که یکی خوشحالش کنه ، ولی خودش بره یکی دیگه رو خوشحال کنه ، معلومه این برایش رنج حساب میشه و در واقع با این رنجی که میکشه جذب نیرومندی ، جذب گشایش برای خودش و حذف رنج های اجباریش میشه.

✓ یکی از رنج های اختیاری قوی : حذف کینه میباشد

✓ هر جا از رنج اختیاری داری فرار میکنی یه جای زندگی دارن بران یه رنج اجباری خلق میکنند خودت داری تولیدش میکنی.

✓ اولین و بزرگترین از بین برنده رنج اجباری ها ، یعنی مشکل گشاترین کار برای جلو بردن زندگیمون حذف یه صفت منفی میباشد

✓ حذف یک منفی اثرش خیلی زیاده رو رنج اجباریها نسبت به تولید حسنه.

✓ خیلی ها فکر میکنند ما خمس نمیدیم به جاش خیرات میکنیم و دست ده نفر رو میگیریم، بله دست ده نفر رو گرفتن ده امتیاز داره ولی خمس دادن هزار امتیاز داره ، چرا؟ چون اینجا تو چند تا رنج رو پذیرفتی ، رنج این که کی چه جوری خرج میکنه ، رنج این که دست کی میرسه ، رنج این که یه موقع نخورن ، رنج اعتمادی که به خدا میکنی ، رنج اعتمادی که به حاج آقای مسجدتون میکنی ، همه اینا جمع میشه و محصولش میشه هزارر باجباریت

خانم به جای این که دروغ و غیبتش رو حذف کنه شروع کرده به نماز مستحبی برای حل مسئلهش، خوب عزیز من شما نمیخواود نماز مستحبی بخونی که اثرش صدتاست، شما بیا دروغت رو حذف کن که ده هزار تا اثر میزاره روی گشایش رنج اجباریت

✓ کم خوری و کم خوابی و محاسبه و تفکر اثر رنج اختیاری بالایی داره، شکستن کیف خواب اثر رنج اختیاری بالایی داره

✓ سه مرحله رنج های اختیاری لول بالا داریم

اولین مرحله: حذف منفی ها

حذف یک گناه=گشایش سریع تو رنجهای اجباری

به هیچ عنوان به هیچ عنوان اثر یه زیارت، اثر یه بخشش، اثر یه حسنه، مقایسه نمیتونی بکنی با حذف یه صفت منفی .

✓ دومین رنج اختیاری بالا: تفکر کردن

قدرت تفکر کردن خیلی عجیب غریبه اصلا تمام اذکار فایدهشون به این که بتونی با توجه و تفکر فکر کنی

خیلی عجیبه ما ایرانی عادت به نماز اول وقت و عادت به نون حلال داریم ولی عادت به ساعت تفکر نداریم، ساعت تفکر به قدرت خدا، ساعت تفکر به مرگ، ساعت تفکر به ذات خودمون، ساعت تفکر به اعمالمون، چون هی ذهنمون میپره تا میخوایم تفکر کنیم،

✓ کسی که نمیتونه ذهنش رو کنترل کنه و تفکر کنه، از متن نوشته شده استفاده بکنه مثلا در مورد مرگ یا هر چیز دیگه ای یا خاطره از بزرگان یا احادیث مطالب جمع بکنه و ده دقیقه زمان بزاره و در مورد شون تفکر کنه

رنج تفکر خیلی قیمتی

تفکر خیلی رنج اجباری میسوزونه

✓ سومین رنج اختیاری قوی: انجام کارهایی که برای دل شما خیلی سخت باشه
مثلا برای یکی نماز سخته، برای یکی شاد صحبت کردن سخته، برای یکی حجاب
سخته، برای هر کی یه کار خوب سختتر از بقیه هست .

✓ خداوند تو آیه ۶ سوره انشراح میفرماید

تو دل هر سختی یه آسونیه

محال تو سختی آسونی نباشه

محال بعد سختی آسونی نباشه

اصلا هر زمان سختی میاد آسونی توشه

بعد خدا این جمله رو تو اون آیه دو بار تکرار میکنه؛ سختی با آسونیه مطمئن باش...
آسونی تو دل سختیه خیالت راحت.

بعد این ایه رو تو جاهایی که رنج اجباری داری رو مغز خودت بنداز که 🖱 گشایش از
سختی جدا نیست 🖱

خدا میدونه تو دل سختیها تو نگران میشی برای همین این آیه رو آورده باید روزانه
مرتب تکرار داشته باشیم.