موضوع برنامه: هنر خوب زیستن

كارشناس: حجت الاسلام والمسلمين لقمانی

تاريخ پخش: 15-08-96

بسم الله الرحمن الرحیم و صلی الله علی محمد و آله الطاهرین

من فراتی تشنه لب بودم ز تف می‌آمدم \*\*\* خواب حافظ دیده بودم از نجف می‌آمدم

حافظ شوریده حالی دیده بودم چو مسیح \*\*\* پیش آن دریاترین کمتر ز کف می‌آمدم

با من و خورشید و ماه آن شب سماعی تازه بود \*\*\* نی زنان همراه 72 دف می‌آمدم

لشگر اشکم ز حسرت لشگر مختار بود \*\*\* کوفه کوفه نوحه بودم صف به صف می‌آمدم

تیر می‌بارید بر قبر علی از شش طرف \*\*\* با دل شش گوشه باز از شش طرف می‌آمدم

حافظ از مولا پیامی شعله ور آورده بود \*\*\* شعله ور از اشتیاقی با شعف می‌آمدم

شریعتی: سلام می‌کنم به همه دوستان خوبم، همه بیننده‌ها و شنونده‌های نازنین، انشاءالله هرجا که هستید خدای متعال پشت و پناه شما باشد. یک سلام مخصوص به عزیزانی که از نجف اشرف و کربلای معلی بیننده‌ی برنامه ما هستند. زیارت کربلا و کاظمین گوارای وجودشان باشد. انشاءالله ما هم عازم هستیم و روز چهارشنبه از کربلای معلی از طریق نجف به کربلا به شما سلام خواهیم کرد و روز پنجشنبه از کربلا خدمت شما خواهیم بود. امروز افتخار داریم در محضر حاج آقای لقمانی عزیز باشیم. حاج آقای فرحزاد در کربلا هستند و انشاءالله روز چهارشنبه خدمتشان خواهیم بود. حاج آقای لقمانی سلام علیکم و رحمة الله. خیلی خوش آمدید.

حاج آقای لقمانی: بسم الله الرحمن الرحیم. بنده هم خدمت شما و همه بینندگان عزیز عرض سلام دارم. امیدوارم انشاءالله سلامت باشید. ایام اربعین را تسلیت می‌گویم.

شریعتی: ما روزهای چهارشنبه از راه و رسم ساده و آرام و توأم با آسایش صحبت می‌کنیم. این فرمول‌های ظریف را در آینه آیات و روایات به ما می‌گویند.

حاج آقای لقمانی:

در قیمت جان از تو کار خواهند \*\*\* این گنج مپندار که رایگان است

مسپار به تن کارهای جان را \*\*\* این بی هنر از دور پهلوان است

به لطف خداوند وارد فراز اول از سخنان پیامبر عزیز می‌شویم که در مورد هنر خوب زیستن است. اولین فراز را بیان می‌کنم در هشت فرازی که پیش رو خواهیم داشت. «لا تشغل بطعام» غذا و طعام، صبح تا شب مشغول غذایی نباش که... غذا و طعام یک نقش فوق العاده‌ای در زندگی دارد. ما اگر بحث‌های روزهای قبل و روزهای آینده را مرور کنیم، گفتیم: از سه سالگی تا 103 سالگی مخاطب برنامه ما هستند، امروز بحث ما از پیش از تولد تا پس از مرگ مخاطب دارد. یعنی یک بحث فراگیر است. با هر عقیده و سلیقه‌ای و با هر سنی و سوادی. یک موضوعی که خیلی قابل تأمل است که نزدیک اربعین هم هستیم و دعا می‌کنیم تمام اربعینی‌ها به سلامت نزد خانواده‌هایشان برگردند. تأثیر نسل در حادثه‌ی عاشورا است. بنده مقاله دارم و تحقیق کردم در مورد تأثیر طعام بر غذا. فوق العاده نقش خاصی دارد. آخرین جمله امام حسین در عصر عاشورا «قد ملئت بطونكم‏ من الحرام» بعد فرمودند: قلب‌های شما برای همین سیاه شده است. غذا خیلی تأثیر دارد.

یکی از جلوه‌های خوب زندگی ما که در شخصیت‌های مختلف دیدیم این است کسانی که اهتمام به طعام و غذا دارند در روحیه و رفتار خود خانواده و جنبه‌های اجتماعی و اخروی‌شان خیلی تأثیر دارد. استاد محمد تقی جعفری که خدا رحمتشان کند، پدرشان نانوا بودند. ولی نانوایی بودند که بدون وضو دست به خمیر نمی‌زدند. یعنی پای منبر بزرگ شده بودند و علاقه‌مند به روحانیت و جلسات بودند. استاد محمد تقی جعفری که در این خانواده پرورش پیدا می‌کند. وقتی پسرشان در لندن برای مداوا می‌رفت، دعوتشان می‌کنند، یکی از دانشجوها مرغی که ذبح شرعی نبوده، مجبور می‌شوند بپزند. ایشان لب به این غذا نمی‌زنند. یک سلسله سیگنال‌هایی، یک سلسله چشم باطن بینی، حرفی هم نزدند. حالا ممکن است بگوییم: فقهی طوری نبود. ولی با اخلاق ایشان جور نبود. گاهی مواقع مربوط به ما نیست. از آن طرف بعضی از افراد در خانواده مذهبی هستند ولی بچه‌ها علیه السلام نیستند.

از شیخ فضل الله نوری سؤال کردند: چرا نوه شما اینطور است؟ نوه شیخ فضل الله پای چوبه دار است و ایشان دست می‌زد و می‌رفت. چرا اینطور است؟ دیدید گاهی مواقع عموم می‌گویند: چرا بعضی از بچه‌های آخوند اینطور هستند؟ ایشان گفتند:قضیه دارد. وقتی در نجف ما بودیم و این بچه به دنیا آمد، مادرش شیر نداشت. آنوقت شیر خشک نبود. دایه شیر می‌داد. یک نفر را پیدا کردیم. دایه‌های دو گونه بودند بعضی روزی دو سه بار شیر می‌دادند. بعضی‌ها بچه‌ را می‌بردند. هفته‌ای دو بار سه بار می‌آوردند بچه را ببینیم. این از آنهایی بود که بچه را برد. گفت: من اینطور می‌توانم شیر بدهم. شش ماه گذشت و بعد از شش ماه به ما خبر دادند این خانم ناسِبی است. سبّ به حضرت علی می‌کند. شش ماه گذشت از آنوقت ما فهمیدیم این بچه یک مقدار در رستگاری مشکل دارد. ممکن است بعضی از عزیزان بگویند: تقصیر بچه نیست. عالم علت و معلول است، دنیا است. چه بخواهیم، چه نخواهیم. بالاخره لقمه حلال انسان حرامزاده را حلال زاده می‌کند و برعکس! اینقدر طعام اهمیت دارد که پنجمین سوره قرآن به نام غذا است. مائده! حضرت عیسی بنابر ابزار طبابت مبعوث شد. دعایی که حضرت عیسی دارند خدایا نازل کن بر ما «مائِدَةً مِنَ‏ السَّماء» (مائده/114) از آسمان غذای آسمانی که «تَكُونُ لَنا عِيداً لِأَوَّلِنا وَ آخِرِنا» (مائده/114) عید بگیریم. یعنی طعام اینطور مؤثر است؟ بله. فوق العاده مؤثر است. غذایی که با شرایط باشد نور می‌شود. غذایی که بدون شرایط باشد نار می‌شود. «فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسانُ‏ إِلى‏ طَعامِه‏» (عبس/24) انسان باید ببیند این عدسی که این خانم می‌خواهد بپزد درونش ریگ نباشد. گاهی مواقع طعام معنوی!

ما چند دهان داریم. یک دهان مادی، غذایی که می‌خوریم. دهان دیگر هم داریم گوش، چشم! با دهان غذای جسم می‌خوریم، رشد می‌کنیم. تولید نسل، زنده بودن. انسان باید زنده باشد تا زندگی کند. ولی با گوش و با چشم و طعام معنوی حتی علمای اخلاق می‌فرمایند: گاهی یک صحنه‌ای را انسان می‌بیند یک فکر بدی برایش ایجاد می‌شود. با این فکر بزرگ می‌شود. با این فکر پیر می‌شود و می‌میرد. سراسر فکر منفی است. غذا،«فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسانُ‏ إِلى‏ طَعامِه‏» غذا فوق العاده مؤثر است. کسانی که اهتمام به نوع غذا دارند در افکارشان هم مؤثر است. لذا بزرگان می‌فرمایند: غذایی که با شرایط، مثلاً شب عروسی غذای بیرون را عروس و داماد بخورند اشکال ندارد اما اخلاقاً آن شب، چون ممکن است نطفه منعقد شود با بسم الله خودشان غذا درست می‌کنند. غذای بازار مکروه است. حرام نیست. با شرایط که باشد انسان امیر بر زندگی باشد غذا نور است. لذا ما در آموزه‌های دینی چند کتاب داریم از آن طرف در مورد طب نبی، طب صادق، طب الرضا، اینها همه اهتمام شده است. تمام شرایط گفته شده است. فرازی در مورد اهمیت غذا هست که «الَّذِي أَطْعَمَهُمْ‏ مِنْ جُوعٍ وَ آمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ» (قریش/4) اول غذا و بعد امنیت! در ذهن ما برعکس است. اول غذا و طعام است و اهمیت غذا را می‌رساند. اینقدر تأثیر دارد.

خدا آیت الله جوادی آملی را حفظ کند. چندین بار فرمودند: اهل دلی صبح تابستان از تاکسی پیاده شد. می‌خواست جایی برود. همینطور که قدم می‌زد تا وارد کوچه‌ای شود، نبش کوچه یک مغازه آب میوه فروشی بود. تابستان‌ها دیدید که یخ می‌آورند، یکی دو قالب یخ می‌آورد در مغازه می‌گذارد و می‌رود. آن کسی که زودتر می‌آید برمی‌دارد. این اهل دل نگاه کرده بود که از دل یخ‌ها آتش فوران می‌کند. یک نگاهی کرد و دنبال کارش رفته بود. برگشت و دید مغازه باز است. ببخشید! این لیوان آب هویج یا آب سیب چقدر قیمت دارد؟ سه هزار تومان! ولی اگر همه را آب میوه بدهید، باید کامل آب میوه بدهیم اما ما زرنگی می‌کنیم و نصفش را آب میوه و باقی را یخ می‌ریزیم و در مخلوط کن می‌ریزیم و طرف که می‌خورد حال می‌آید. ایشان فرمود: الآن فهمیدم چرا از یخ‌ها آتش درمی‌آید. قضیه این بود. شما باید کامل بدهید دارید آتش می‌خورید. بعضی از مواقع هست آدم در مهمانی‌ها یک چند لقمه اضافه می‌خورد. آنهایی که اهل تحجد هستند دیگر بیدار نمی‌شوند. خیلی عجیب است. از آن طرف هم روایت داریم کسی که شب شام می‌خورد، می‌داند چهار پنج لقمه دیگر جا دارد تا سیر شود، پس می‌زند. روایت داریم به اندازه هر لقمه‌ای که نمی‌خورد ثواب بیست شب نماز شب برایش نوشته می‌شود. از آداب غذا خوردن است. از آداب غذا خوردن با وضو غذا خوردن است. بسم الله گفتن است. الحمدلله گفتن است. با جمع بودن است. بعضی‌ها از پنج صبح تا یازده صبح سفره صبحانه پهن است. یکی پنج می‌خورد، یکی ساعت شش می‌خورد. با هم بودن و دور هم بودن لذت دارد. گاهی یک نفر غذا نمی‌خورد و در جمع می‌آید. «الَّذِي أَطْعَمَهُمْ‏ مِنْ جُوعٍ وَ آمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ» آیه بعد قسم به غذا است. «وَ التِّينِ‏ وَ الزَّيْتُون،وَ طُورِ سِينِين‏» (تین/1و2) قسم به انجیر، قسم به زیتون، آیه‌ای که دعا درونش است، اشاره کردیم «رَبَّنا أَنْزِلْ‏ عَلَيْنا مائِدَةً مِنَ السَّماء» مائده چیست؟ هم غذا گفته شده و هم طبقی که در آن غذا هست.

سراغ غذاهای مطلوب، محبوب و پسندیده برویم. غذا شرایط و آداب دارد. سخنی از فاطمه زهرا(س) هست، دوازده آداب دارد. در آیه قرآن هم هست. «کلوا» و «لا تأکلوا»ها، بایدها و نبایدها!

شریعتی: در مورد طعام صحبت می‌کنیم و نقش بسیار اساسی و ارزنده‌ای که در آسایش و آرامش ما در زندگی دارد و باعث می‌شود برکت به زندگی ما بیاید. همه در برابر این طعام و غذا مسئول هستند، خاصه سرپرست خانواده و نان آور خانواده.

حاج آقای لقمانی: حتماً حلال و طیب باشد. در فرهنگ عمومی و کشورهای مختلف می‌گویند: غذا باید تمیز باشد. بهداشتی باشد. در فرهنگ دینی علاوه بر بهداشتی حلال باشد. طیب و طاهر باشد. سؤال می‌کنند بعضی از عزیزان که چه تفاوتی دارد؟ گاهی مواقع غذا پاک است، مثل حوضی که تازه شستیم و آب درونش ریختیم. زلال و شفاف، الآن کسی خواست آب بخورد، شیر را باز می‌کند. این پاک است و آن طیب است. «كُلُوا مِنْ طَيِّباتِ ما رَزَقْناكُم‏» (بقره/57) طیب باشد. دیدید بعضی‌ها حساس هستند. روی شغل، روی درآمد، از این طرف هم بعضی می‌گویند: من می‌خواهم وضعم توپ شود، هرچه شد شد! یک مدتی که می‌گذرد هم خودشان و هم اطرافیان می‌گویند: اِ... یک طور دیگری شدند. پله پله! نابودی نرم و سیلی بی صدا! «كُلُوا مِنَ‏ الطَّيِّباتِ‏ وَ اعْمَلُوا صالِحا» (مؤمنون/51) محصول و خروجی طیبات عمل صالح است. عمل صالح چیست؟ یکبار دیگر اشاره کردیم. عملی که حرام و ممنوع نباشد. این عمل صالح است. حتماً لازم نیست بنده یک مدرسه بزرگ بسازم. گاهی مواقع سلام کردن، نشانی را درست دادن، مهربانی کردن، اخلاق خوب! «كُلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لا تُسْرِفُوا» (اعراف/31) اسراف نکنید. گاهی مواقع اسراف لطمه به بدن می‌زند. پزشکان می‌گویند: اکثر سنگ قبرهای قبرستان تاریخ قمری‌اش برای ماه شوال است. چرا؟ ماه رمضان تمام شده و آزاد است. بد خوری و پرخوری، از پا درمی‌آیند. در روایت داریم از کسانی که از دنیا رفتند بپرسیم: شما چطور از دنیا رفتید؟ می‌گویند: با دهان و دندانمان قبر را کندیم. از بس بد خوردیم و پر خوردیم.

مورد بعد می‌فرمایند: «وَ كُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ‏ اللَّهُ‏ حَلالًا طَيِّباً» (مائده/88) هم مراقبت باشید آداب فقهی حلال باشد. هم مراقب باشید طیب باشد، دلچسب باشد. اگر کسی ما را پس می‌زند، سقوط می‌کند بد سقوطی! انسان بد نیست دیگر حیوان می‌شود. از مسیر خارج می‌شود. قرآن می‌فرماید: غذاهای کافران و کسانی که پس می‌زند، می‌فرماید: «الَّذِينَ‏ كَفَرُوا» کسانی که کافر هستند. اول «يَتَمَتَّعُونَ» لذت می‌برند و بهره می‌برند. همانطور که اشاره کردیم بعضی زندگی را مثل بستنی می‌دانند. «وَ يَأْكُلُونَ كَما تَأْكُلُ الْأَنْعامُ» (محمد/12) مثل چهارپایان! یعنی یک مرز خاصی است در رزق و روزی، اگر انسان مراعات نکرد، سقوط می‌کند. از انسانیت خارج می‌شود. مثل چهارپایان انعام می‌شود. تفاوت انسان با حیوان چیست؟

انسان غذایی که می‌خواهد بخورد، مخصوصاً مکتبی و مذهبی است. حلال هست یا نه؟ مباح است یا نه؟ حیوان اینها را پس می‌زند. می‌گوید: هرچه می‌خواهد باشد. علفی که می‌خورد برای هرکسی می‌خواهد باشد. از آن طرف هم مباح است یا نه، کاری ندارم. افراد اینطور می‌شوند. یک نمونه خیلی کوچک را بگویم. آیت الله ناصری بیان می‌کردند که لرزه به بدنم افتاد. ایشان فرمودند: شما قصابی می‌روید گوشت بخرید. یکوقت می‌گوید: چه گوشتی می‌خواهید؟ بنده روحانی دستم را روی این گوشت می‌گذارم که از این به من بدهید. انگشت من چقدر ما گوشت تماس داشت؟ ایشان فرمودند: برای همین مقدار چربی که دست من خورد، روز قیامت باید جواب بدهید. بنده سر شانه شما می‌زنم. می‌گویم: آقای شریعتی! قلباً راضی نیستید. روز قیامت برای همین مقدار ساییدگی باید جواب بدهم.

گفتند: یک بنده خدایی بود خیلی شوخی می‌کرد. با دوستش قرار گذاشت که هرکدام مردند به خواب دیگری بروند. از دنیا رفت، شش ماه طول کشید به خوابش نیامد. یک شب به خوابش آمد، گفت: مرد حساب! ما با هم قرار داشتیم. گفت: آن طرف چه خبر؟ گفت: همین مقدار بگویم که هرچه ما در دنیا شوخی کردیم، آنها جدی نوشتند. یک مثال خیلی ملموس است که گاهی مذهبی‌ها زیاد مراعات نمی‌کنیم. در جلسه روضه می‌رویم. چون می‌خواهیم کفش ما حفظ شود، پا روی کفش‌ها می‌گذاریم و می‌رویم. من بعضی جاها دیدم. روز قیامت باید بایستید و تک تک اینها را راضی کنید. گاهی کسانی که زیاد مذهبی نیستند، در پیاده رو می‌رود، یک مشت تخمه برمی‌دارد و می‌خورد! اِ... اینها هست. من با چشم خودم دیدم. انسان باید جواب بدهد.

بعضی می‌گویند: حاج آقا ما دوره نوجوانی وارد باغی شدیم میوه‌ای برداشتیم و گفتیم: طوری نیست. یا اینکه جایی طلبی را ندادیم و طرف را پیدا نمی‌کنیم. کنار پل صراط یک عابربانک هست. اگر بنده بدهی دارم می‌دانم مبلغ چقدر است و طلبکار کیست. باید به دست شما برسانم. اگر در منزل شما بیایم شر درست می‌شود. پست می‌کنم و به یک پیک می‌دهم و به طریقی به دست شما می‌رسانم. فلانی من این مبلغ را به شما بدهکار بودم. خدمت شما باشد. یا اینکه مبلغ را نمی‌دانم و طرف را نمی‌دانم. چه کار کنم؟ اینجا صدقه می‌دهم به عابر بانک می‌رود و ذخیره می‌شود. پل صراط که جلوی مرا گرفت کارت می‌کشم و می‌گویم: بفرمایید. مورد بعد اینکه مبلغ را می‌دانم و طرف را نمی‌شناسم این رد مظالم هست. برعکسش هم رد مظالم است. «يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ، وَ أُمِّهِ وَ أَبِيهِ، وَ صاحِبَتِهِ وَ بَنِيهِ» (عبس/34 -36) باید طلب مرا بدهی. یک بخشی را می‌بخشم اما یک بخشی را احتیاج دارم. در حق الناس، در رزق!

یک پارکینگی را می‌خواستند بسازند، به مناقصه گذاشتند. پیمانکار تقلب کرد و یک نفر از کارمندهای مجموعه برنده شد. یک چک صد میلیونی در پاکت گذاشت و به او داد. دو سال نگذشت اطرافیان گفتند: دختر و پسرش کراکی و معتاد شدند. گفت: من می‌دانم کجا چه غلطی کردم. لقمه حرام! رزق را باید خیلی جدی بگیریم. کسی که امیر بر زندگی باشد از هر جایی لقمه و طعام نمی‌خورد ولی کسی که اسیر شد چرا.

شریعتی: شاید دغدغه‌ی خیلی از خانم‌های متدین باشد که می‌گویند: ما نمی‌دانیم شوهرمان از کجا درآمد دارد؟ یا می‌دانند که ممکن است این رزق شبهه ناک باشد. در این بحث جای اینها کجاست؟

حاج آقای لقمانی: اگر نمی‌دانیم از نظر فقهی اشکال ندارد. خیلی می‌پرسند: ما ایام عید نوروز مهمانی می‌رویم. طرف هم علیه السلام نیست. یک چای و شیرینی می‌خوریم. چه کار کنیم؟ اگر نمی‌دانیم بگوییم: انشاءالله این از همین درآمد یک هفته و یک ماهش است. به آن خمس تعلق نگرفته و حلال است. اما اگر می‌خواهیم یک خرده فراتر بگوییم، آن مقداری که خوردیم خمسش را حساب می‌کنیم و می‌دهیم. مثلاً ده هزار تومان است و من دو هزار تومان خمس می‌دهیم. اما اگر می‌خواهیم نسبت به شوهر بگوییم، می‌تواند خمس کنار بگذارد. اما خانم درآمدی ندارد می‌فرمایند: اگر احتمال می‌توند بدهد مشکلی نیست. شاید اینطور، شاید... ولی اگر نمی‌تواند اجازه بگیرد، از دفتر مرجع تقلیدش اجازه بگیرد. عموماً باید یک مقدار با مماشات و احتمال رد شود چون زندگی فلج می‌شود. ولی بی تفاوت هم نباید بود. گاهی یک جمله مهربان به همسر بگوید: من راضی نیستم زیاد تشریفاتی باشد. حلال باشد ولی کم باشد.

آقایی نزد پیامبر آمد گفت: یا رسول الله! همسر من به محض ورود من به خانه به استقبالم می‌آید. لباس مرا می‌گیرد، خسته نباشید می‌گوید. خستگی از بدنم دور می‌شود. تا خارج می‌شوم دنبال من می‌آید. تا غصه می‌خورم می‌گوید: برای چه غصه می‌خوری؟ برای رزق و روزی که خداوند رزاق است. اگر برای آخرت است که انشاءالله خدا غصه و غمت را پایدار کند. اگر برای ما غصه می‌خوری خودت را به زحمت نیانداز. این خانم من چگونه است؟ پیامبر مهربان فرمودند: از کارگزاران و عمّال خدا روی زمین است. بعضی از خانم‌ها هستند می‌‌گویند: من راضی نیستم خمس ندهی! خمس بده کمتر می‌خوریم. زندگی ما خوب می‌شوید. فرزندانشان گل هستند. کسانی که به اربعین می‌روند همین‌ها هستند و در این خانه تربیت شدند. اگر کسی اسیر طعام باشد پیامبر فرمود: مشغول نباش، اسیر طعام نباش که پایانش مدفوع است. خودت را بیچاره نکن! زیاد به تن و هیکل نرس. به روح برس! جای شما جان شماست.

در زمین مردمان خانه مکن \*\*\* کار خود کن کار بیگانه نکن

کیست بیگانه تن خاکی تو \*\*\* کز برای اوست غمناکی تو

نمی‌خواهد زیاد به خودت برسی. در زندگی امیر باش. امیرالمؤمنین آمدند پشت قبرستان بقیع، یک نخلستانی بود برای ابی نِیزر بود. ابی نیزر می‌گوید: تا حضرت را دیدم، دیدم لباس‌هایشان گلی است و از نخلستان آمده بودند. یک نگاهی به من کردند و فرمودند: غذا داری من گرسنه هستم؟ گفتم: شرمنده! یک کدو با مقداری نان جو داشتم و ظهر خوردم. یک تکه کدو با نان مانده است که دندانم قادر به خوردن آن نبود، همین است. حضرت فرمود: بیاور. ما اینطور طاقت نداریم و خود حضرت هم فرمود: شما نمی‌توانید مثل ما زندگی کنید. ولی به عنوان الگو گرفتن، ساده زیست بودن. افراد را دیدید. از خواب حضرت موسی «لَنْ نَصْبِرَ عَلى‏ طَعامٍ‏ واحِد» (بقره/61) ما یک غذا را طاقت نداریم. خیلی تشریفاتی هستیم. بعضی اینطور هستند که فقط چه بخورند. از ظهر تا شب چه خوردیم؟ از صبح شنبه تا ظهر جمعه منتظر هست کباب به بدن بزند.     معصومین یک غذاهایی را سفارش کردند مثل عدس که اشک چشم را زیاد می‌کند. عسل! اینکه زیاد انسان اسیر نباشد. حضرت به هر صورتی بود چند لقمه خوردند. بعد فرمودند: تو حق بر گردن من داری و من می‌خواهم این حق را ادا کنم. غذا چه بود و حضرت چه نگاهی دارند؟ رفتند داخل چاه زدند و چشمه‌ای جوشید. حضرت کاغذ و قلم خواستند و به نام ابی نیزر وقف عام کردند. بعد که از چاه بیرون آمدند، حضرت یک گوشه نشستند و دو سه بار دست به شکم کشیدند و فرمودند: مرده باد بنده شکم! مرده باد بنده شکم! شکمی که با سه لقمه سیر می‌شود مردم برای پر کردنش چه کار می‌کنند؟ «لا تشغل بطعام» اسیر نباش! همین طعام به آخرت هم کشیده می‌شود. کسانی که در دنیا مراعات می‌کردند. مثلاً یک مسافرت می‌خواهد برود به کاسب محل می‌گوید: ببخشید من آمدم ماستی خریدم و ممکن است مبلغی باشد، چیزی بدهم یا حلال می‌کنید؟ ممکن است مبلغی یادم رفته باشد. می‌گوید: شما طلبکار باش. من بدهکار نباشم! یک بنده خدایی نان سنگک می‌گیرد بعد می‌بیند دو تا سنگ را از روی نان بر نداشته است. کنار می‌گذارد و می‌برد به نانوا تحویل می‌دهد. کسانی که اینطور حساس هستند ببینید غذایشان چیست، «كُلُوا وَ اشْرَبُوا هَنِيئاً بِما أَسْلَفْتُمْ فِي الْأَيَّامِ الْخالِيَةِ» (حاقه/24) بخورید، بیاشامید،  گوارای وجودتان باشد. ما رزق گوارا کم داریم. گاهی می‌خوریم سیر می‌شویم. گاهی تک تک سلول‌ها سیر می‌شود. می‌گوییم: چقدر چسبید. چه غذایی بود! طعام انسان سخی دواست. طعام انسان بخیل درد است. یعنی چشمش دنبالش است. بعضی هم می‌بخشند. کریمانه و سفره‌شان همیشه باز است. پیامبر فرمودند: مردم چهار دسته هستند. سخی، بخیل، لئیم، کریم! سخی کسی است که می‌خورد و می‌خوراند. بخیل کیست؟ کسی که می‌خورد و به دیگران نمی‌خوراند. رفتن به مهمانی را دوست داریم و پس دادنش را دوست نداریم. لئیم کسی است که نه می‌خورد و نه می‌خوراند. کریم نمی‌خورد ولی می‌خوراند! شب قدر همه را بخشیدم و حلال کردم. در طعام هم همینطور است. بعضی اطعام که می‌کنند اینقدر لذت دارد که به عمق جان انسان می‌رسد. اما برای کسانی که در دنیا از هر غذایی به هر صورتی خواستند لذت ببرند، «لَيْسَ‏ لَهُمْ‏ طَعامٌ‏ إِلَّا مِنْ ضَرِيعٍ»(غاشیه/6) طعامی برای اینها نیست مگر خار خشک و بد بو! «لا يُسْمِنُ وَ لا يُغْنِي مِنْ جُوعٍ» (غاشیه/7) نه فربه می‌شوند و نه از گرسنگی رهایی پیدا می‌کنند. فقط می‌خورند.

آیه دیگر هست برای کسانی که در غذا مراعات نمی‌کنند، می‌فرماید: طعام گناهکاران چیست؟ «طَعامُ الْأَثِيمِ، كَالْمُهْلِ يَغْلِي فِي‏ الْبُطُون‏» (دخان/44 و 45) مثل داغ سرب شده است. چون اینجا هر چیزی بود به هر صورتی بود، خوردید. امیرالمؤمنین(ع) یک جمله دارند خیلی زیباست. «من أکَلَ  ما یَشتَهی و لَبِسَ ما یَشتَهی و رَکِب ما یَشتهی» بعضی‌ها می‌گویند: به شما چه؟ من اینطور حال می‌کنم. بدن من است! می‌خواهم با این وضع دیده شوم. می‌خواهم مشروب بخورم. گوشت خوک بخورم. به شما چه؟ «رَکب ما یَشتهی» در این منطقه دل بعضی می‌سوزد. این ماشین را سوار نشو. می‌گوید: مال خودم است! می‌توانم سوار می‌شوم. حضرت فرمودند: کسی که بپوشد آنچه که میل دارد. بخورد آنچه که اشتهاء دارد. سوار شود آنچه دلش می‌خواهد، خدا نظر لطفش را از او برمی‌دارد و نگاهش نمی‌کند. می‌رود تا نابود شود. مگر اینکه بمیرد یا دست بردارد. بعضی هستند بخاطر طعام و غذا کارهایی می‌کنند که خیلی بد است. آیت الله بهاءالدینی فرمودند: خیابان چهار مردان قم دوجوان بی ادبی بودند. روی گربه نفت ریختند آتش زدند. این گربه می‌رفت و اینها می‌خندیدند. بعد ایشان می‌گفتند: رضاشاه آمد بدون مقدمه کُلت کشید و این دو تا را کشت. خدا از ظالم با ظالم دیگری انتقام گرفت. اینها ثبت می‌شود و در همین دنیا به خود ما برمی‌گردد.

شریعتی: اگر به هر دلیلی تا الآن به نکاتی که شما گفتید توجه نکردیم، یک مقدار تلاش کنیم برای رسیدن به جایی که باید برسیم. انشاءالله تلاش کنیم و برسیم به جایی که باید برسیم. انشاءالله روز چهارشنبه با حضور حاج آقای فرحزاد در خدمت شما خواهیم بود. امروز صفحه 130 قرآن کریم، آیات 19 تا 27 سوره مبارکه انعام در سمت خدا تلاوت می‌شود.

«قُلْ‏ أَيُ‏ شَيْ‏ءٍ أَكْبَرُ شَهادَةً قُلِ اللَّهُ شَهِيدٌ بَيْنِي وَ بَيْنَكُمْ وَ أُوحِيَ إِلَيَّ هذَا الْقُرْآنُ لِأُنْذِرَكُمْ بِهِ وَ مَنْ بَلَغَ أَ إِنَّكُمْ لَتَشْهَدُونَ أَنَّ مَعَ اللَّهِ آلِهَةً أُخْرى‏ قُلْ لا أَشْهَدُ قُلْ إِنَّما هُوَ إِلهٌ واحِدٌ وَ إِنَّنِي بَرِي‏ءٌ مِمَّا تُشْرِكُونَ «19» الَّذِينَ آتَيْناهُمُ الْكِتابَ يَعْرِفُونَهُ كَما يَعْرِفُونَ أَبْناءَهُمُ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنْفُسَهُمْ فَهُمْ لا يُؤْمِنُونَ «20» وَ مَنْ أَظْلَمُ مِمَّنِ افْتَرى‏ عَلَى اللَّهِ كَذِباً أَوْ كَذَّبَ بِآياتِهِ إِنَّهُ لا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ «21» وَ يَوْمَ نَحْشُرُهُمْ جَمِيعاً ثُمَّ نَقُولُ لِلَّذِينَ أَشْرَكُوا أَيْنَ شُرَكاؤُكُمُ الَّذِينَ كُنْتُمْ تَزْعُمُونَ «22» ثُمَّ لَمْ تَكُنْ فِتْنَتُهُمْ إِلَّا أَنْ قالُوا وَ اللَّهِ رَبِّنا ما كُنَّا مُشْرِكِينَ «23» انْظُرْ كَيْفَ كَذَبُوا عَلى‏ أَنْفُسِهِمْ وَ ضَلَّ عَنْهُمْ ما كانُوا يَفْتَرُونَ «24» وَ مِنْهُمْ مَنْ يَسْتَمِعُ إِلَيْكَ وَ جَعَلْنا عَلى‏ قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَنْ يَفْقَهُوهُ وَ فِي آذانِهِمْ وَقْراً وَ إِنْ يَرَوْا كُلَّ آيَةٍ لا يُؤْمِنُوا بِها حَتَّى إِذا جاؤُكَ يُجادِلُونَكَ يَقُولُ الَّذِينَ كَفَرُوا إِنْ هذا إِلَّا أَساطِيرُ الْأَوَّلِينَ «25» وَ هُمْ يَنْهَوْنَ عَنْهُ وَ يَنْأَوْنَ عَنْهُ وَ إِنْ يُهْلِكُونَ إِلَّا أَنْفُسَهُمْ وَ ما يَشْعُرُونَ «26» وَ لَوْ تَرى‏ إِذْ وُقِفُوا عَلَى النَّارِ فَقالُوا يا لَيْتَنا نُرَدُّ وَ لا نُكَذِّبَ بِآياتِ رَبِّنا وَ نَكُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ «27»

ترجمه: بگو: چه موجودى در گواهى برتر و بزرگتر است؟ بگو: خداوند ميان من و شما گواه است. و اين قرآن به من وحى شده تا با آن شما را و هر كه را كه اين پيام به او برسد هشدار دهم. آيا شما گواهى مى‏دهيد كه با خداوند، خدايان ديگرى هست؟ بگو: من گواهى نمى‏دهم. بگو: همانا او خداى يكتاست و بى ترديد من از آنچه شما شرك مى‏ورزيد، بيزارم. كسانى كه به آنان، كتاب (آسمانى) داديم (يهود و نصارى)، محمّد را همانند فرزندان خود مى‏شناسند (و بشارت‏هاى انبيا و كتب آسمانى پيشين را منطبق بر آن حضرت مى‏بينند، ولى حاضر به پذيرفتن آن نيستند) پس كسانى كه به (فطرت و رشد و سعادت آينده) خودشان زيان‏زدند، ايمان نمى‏آورند. و كيست ستمكارتر از آن كس كه به خداوند دروغ بندد، يا آيات الهى را تكذيب كند؟ همانا ستمگران رستگار نمى‏شوند. و روزى كه آنان را يكسره محشور مى‏كنيم، سپس به كسانى كه شرك ورزيدند گوييم: كجايند شريكان خدا كه شما بر ايشان گمان (خدايى) داشتيد؟ پس (از آن همه فريفتگى به بتان، در پيشگاه خدا) عذرى نيابند جز آنكه (از بتان بيزارى جسته و) بگويند: سوگند به خدا! پروردگارمان، ما هرگز مشرك نبوده‏ايم. بنگر كه چگونه عليه خود دروغ گفتند و (تمام بت‏ها و شريكان كه همواره مى‏ساختند از نزد آنان محو شد و) آنچه به دروغ و افترا به خدا نسبت مى‏دادند از دستشان رفت. بعضى از آنها كسانى هستند كه (به ظاهر) به سخن تو گوش مى‏دهند، ولى ما بر دلهايشان پرده‏هايى قرار داده‏ايم تا آن را نفهمند و در گوشهايشان (نسبت به شنيدن حقّ) سنگينى قرار داديم و آنان به قدرى لجوجند كه اگر هر آيه و معجزه‏اى را ببينند، باز هم به آن ايمان نمى‏آورند تا آنجا كه چون نزد تو آيند با تو جدال مى‏كنند و كسانى كه كافر شدند مى‏گويند: اين نيست جز افسانه‏هاى پيشينيان. و آنان، مردم را از آن (پيامبر و قرآن) باز مى‏دارند و خود نيز از آن دور و محروم مى‏شوند، (ولى بدانند كه) جز خودشان را هلاك نمى‏سازند، و (لى) نمى‏فهمند. و اگر آنان را، آن هنگام كه بر لبه‏ى آتش (دوزخ) نگه داشته شده‏اند ببينى، پس مى‏گويند: اى كاش! (بار ديگر به دنيا) بازگردانده شويم و آيات پروردگارمان را تكذيب نكنيم و از مؤمنان (واقعى) باشيم.

شریعتی: کتاب «کامل الزیارات» نوشته «ابن قولویه قمی» کتاب بسیار ارزشمندی است در باب زیارات حضرات معصومین(ع) خاصه زیارت سیدالشهداء امام حسین(ع) هست. دوستانی که اهل مطالعه و تحقیق هستند، می‌خواهند از ثواب و زیارت  امام حسین(ع) مطلع شوند، حتماً این کتاب را تهیه کنند. گزیده کامل الزیارات هم در این ابعاد چاپ شده است. برای تهیه کتاب‌ها به 20000303 پیامک بدهید.

حاج آقای لقمانی: یک نکته که قابل توجه است این است که در طعام و رزق باید منشأ و ریشه را ببینیم. خانم‌هایی که در منزل مشغول طبخ غذا هستند، گاهی مواقع هرکسی در هر صنف و کاری هست باید نسبت به کاری که می‌کند بازنگری داشته باشد. خدای نکرده گاهی مواقع کار مفید ما نسبت به این درآمد ما یک صدم است. گاهی نصف است و گاهی یک سوم و گاهی بیشتر است. وقتی منشأ‌ها را اصلاح کنیم خود این غذا طبیعتاً طیب و طاهر خواهد بود.

خدایا به حق محمد و آل محمد آنچه گفتیم و نوشتیم به امضای زیبا و زرین آقا امام زمان قرار بده. تمام زائران اربعین را به سلامت به آغوش خانواده‌ها برسان. به برکت صلوات بر محمد و آل محمد.

شریعتی: «والحمدلله رب العالمین و صلی الله علی محمدٍ و آله الطاهرین»