

# تمرکز در مجلس عزاداری

شما خواننده ی گرامی حتما تجربه دارید در اوقاتی که غرقِ انجام کاری می‌شوید، چقدر حس خوبی دارید چرا که در این حالت به بهره‌وری واقعی می‌رسید و با کارهای لهوی و بیهوده، خودتان را سرگرم نمی‌کنید.

در این لحظات، هدفمند بودن برای انسان ملموس شده و گذشت زمان حس نمی‌شود، و حتی احساس هیجان‌انگیزی هم برای انسان به ارمغان دارد. بیشترین کارایی و قدرت فکری بیشتر مردم، مربوط به زمانی است که از اشتغال‌های مختلف، فراغت می‌یابند و بالاترین میزان تمرکز افراد نیز، در هنگام صبح یا اواخر شب است.

تمرکز کردن یعنی اینکه فرد بتواند توجه و اراده‌اش و کل ساحت پنجگانه‌اش را همسو کند و کنترل آنها را در اختیار داشته باشد.

تمرکز یعنی توانایی متمرکز شدن بر روی یک موضوع، شیء یا فکر و بیرون راندن تمام افکار، ایده‌ها، احساسات و هیجان‌های نامربوط از ذهن و قلب و احساس.

تمرکز یعنی به جای از این شاخه به آن شاخه پریدن و از دست دادن توجه و زمان و انرژی، در هر زمان تنها یک کار را انجام دادن.

در هنگام تمرکز، تنها «یک موضوع» توجه فرد را به خود مشغول می‌کند و با تمام انرژی، بر همین فکر واحد متمرکز می‌شود.

روانشناسان برای تمرکز یافتن جهت مهارت‌یابی و یادگیری یا درمان برخی بیماری‌ها، راه‌ها و عوامل بسیاری تجویز می‌کنند؛ از جمله موقعیت‌ها و عواملی که شاید اکثراً مورد غفلت واقع شده اما برای «تمرکز» بسیار مناسب و مفید است، مجالس عزاداری حضرت ابا عبدالله (ع) می‌باشد.

این مجالس زیر نظر کسی است که قلب همه شیعیان و دوستداران و محبین در این ایام متوجه آن بزرگوار است و دلدادگی در این ایام به اوج خود می‌رسد، لذا حضور در این مجالس برای تمرکز کردن جهت افزایش معرفت به آن بزرگوار و درک و فهم هدف آن امام شهید از قیام، و توجه به اصول حاکم بر زندگی ایشان، بسیار مؤثر است.

فردی که در این مجلس حاضر می‌شود اگر:

✓ در صحبت‌های ایراد شده در آن مجلس

✓ روضه‌های خوانده شده در عزای ایشان

✓ به مخاطبین و آمد و شد‌های آن مجلس توجه کند، به نکاتی دست می

یا بد که در هیچ مکانی قابل دریافت نیست.  
ایام محرم بهترین فرصت برای شرکت در این مراسم و یافتن  
نایافته‌هایی از واقعه‌ی عاشورا می باشد، که جز با دقت و تمرکز و  
عنایت آن بزرگوار به دست نمی آید.

بر همه‌ی شیعیان و دوستداران داغدار آن بزرگوار است که چنانچه  
بانی تشکیل جلسات هستند در دادن خوراکی‌های ذهنی و فکری و معرفتی  
و قلبی و احساسی بسیار دقت و تلاش کنند و اگر بعنوان مخاطب شرکت  
می کنند، در تمرکز کردن برای یافتن فلسفه‌ی مجالس عزاداری و  
معرفت افزایی نسبت به این واقعه‌ی عظیم، همت گمارند که چنانچه  
بیان گردید، فضای مجلس، کمک مضاعفی خواهد نمود.

اما آنچه که در این مجالس موانع تمرکز بوده و سبب پریشانی فکری  
می شود:

۱\_ هماهنگ نبودن آیتم های برنامه و انتقال یافتن موضوعات پراکنده  
به مخاطب

۲\_ عدم حضور در مجلس با احساس ضرورت و نداشتن مطالبه از مجلس  
عزا.

۳\_ به جای تمرکز به برنامه، تمرکز و رفت و شد در حواشی برنامه

۴\_ حرف زدن های خارج از موضوع عزاداری با دیگر مخاطبین، در این  
مجالس

۵\_ درگیر نکردن خود با واقعه‌ی کربلا و خود را در صحنه‌ی عاشورا  
ندیدن

به امید آنکه این محرم بتواند با تمرکز عزاداران، همه‌ی آنها را  
به حقیقت عزاداری رسانده و خروجی مجالس، تمرکز تلاشگران برای ظهور  
منتقم ایشان حضرت مهدی صاحب زمان(عج) باشد.