

# عرفان عملی در اسلام

---

علی آراسته

عضو هیئت علمی

دانشگاه بین المللی امام خمینی

در صورتی که نظرات خود در خصوص این کتاب را در وبلاگ اینجانب  
[www.maarefeeslami.parsiblog.com](http://www.maarefeeslami.parsiblog.com) منعکس کنید و یا به آدرس  
[alirezaaraste@gmail.com](mailto:alirezaaraste@gmail.com) ارسال فرمایید موجب امتنان است

۶	
۷	سخنی پیرامون کتاب مصباح الشریعه:
۸	۱. منظور از عرفان عملی چیست؟
۹	۲. تفاوت عرفان عملی با اخلاق
۹	۳. تفاوت عرفان عملی با عرفان نظری:
۱۰	۴. تفاوت فلسفه و عرفان نظری:
۱۱	۵. اهمیت و جایگاه عرفان عملی:
۱۳	۶. شریعت، طریقت و حقیقت
۱۳	۷. چالشهای سیر الی الله:
۱۵	۸. عرفان عملی از منظر اهل بیت علیهم السلام
۱۵	۸-۱. راهکار عام بندگی (حدیث عنوان بصری):
۱۸	ادامه روایت به نقل از عنوان بصری:
۱۹	۸-۲ توصیه های امام به سالکان الی الله
۲۰	۸-۲-۱ تادیب نفس
۲۱	۸-۲-۲ بردباری و صبر
۲۱	۸-۲-۳ علم
۲۲	۹. آشنایی با مبادی عزم عرفا:
۲۴	۱۰. حالات چهار گانه قلب:
۲۶	۱۱. گام اول بیداری:
۲۷	۱۲. گام دوم صالح بودن:

۳۰. ۱۳. راهکار خاص بندگی (حقیقت عبودیت):
۳۷. ۱۴. ساحت‌های راهکار خاص بندگی
۳۸. ۱-۱۴ عملکرد در قبال خداوند
۳۸. اول: ادای حق خداوند:
۳۹. دوم: حفظ حدود الاهی و رعایت قوانین شرع
۳۹. سوم: شکر عطا‌ی الاهی:
۴۰. چهارم: رضا به قضای الاهی
۴۱. پنجم: صبر بر بلایی که خداوند مقدر کرده است
۴۲. ششم: پاسداشت حرمت الاهی
۴۴. هفتم: اشتیاق به او
۴۵. ۱۴-۲ رفتار با خود
۴۵. اول: مجاهدت
۴۶. دوم: خوف
۴۷. سوم: تحمل اذیت و ریاضت دادن نفس
۴۷. چهارم: طلب صدق
۴۷. پنجم: اخلاص
۴۸. ششم: جدا کردن آن (نفس) از آن چه بدان علاقمند است
۵۰. هفتم: پیوستگی آن با فقه

۵۱	۱۴-۳ رفتار با دیگران
۵۱	اول: حلم
۵۲	دوم: عفو
۵۳	سوم: تواضع
۵۳	چهارم: سخاوت
۵۴	پنجم: مهربانی
۵۵	ششم: خیرخواهی
۵۵	هفتم: عدل و انصاف
۵۶	۱۴-۴ عملکرد در قبال دنیا
۵۶	اول: رضایت به مقدار کم از دنیا
۵۷	دوم: ایثار آن چه موجود است
۵۸	سوم: رها کردن طلب آنچه که نیست
۵۸	چهارم: تنفر از امکانات و دارایی زیادی
۵۸	پنجم: زهد
۵۸	ششم: شناخت آفات دنیا
۵۹	هفتم: ترک شهوات و ریاست
۶۱	پیوست ۱. برخی شبهات مانع سیر الی الله و پاسخ آن ها:
۶۲	پیوست ۲. توصیه هایی برای موفقیت

- پیوست ۳. نکاتی برای افزایش حضور قلب در نماز: ۶۳
- پیوست ۴: توصیه‌هایی عملی ۶۶
- کتاب شناسی: ۶۸

## بسم الله الرحمن الرحيم

### مقدمه:

هدف از تدوین این نوشتار ، تهیه متنی است از عرفان عملی مطابق آیات قرآن، روایات معصومین و تبیین عالمان ربانی.

در این نوشتار برآنیم تا در سه حیطة نگرشی، شناختی و مهارتی طرحی را ارائه کنیم که به عنوان اولین گام آشنایی یک دانشجو با این علم،

۱. در درجه اول نگرش و گرایش مثبت تری نسبت به محتوای عرفان عملی پیدا کند،

۲. در درجه بعد بخشی از اطلاعات ضروری را به دست آورد و

۳. در نهایت مهارت هایی را برای نیل به اهداف عرفان عملی به دست آورد.

برای نیل به هدف اول سعی شده است محتوای نوشتار بر اساس جذابیت های رویکرد فطرت گرای توحیدی ارائه شود.

برای نیل به هدف دوم محتوای عرفان عملی مذهب اهل بیت بر اساس آیات و روایات ارائه شده است.

برای نیل به هدف سوم هم برخی توصیه ها و دستور العمل های عالمان ربانی ارائه شده است.

در تدوین این کتاب، عمدتاً از کتاب مصباح الشریعه (یکی از قدیمی ترین منابع عرفان عملی مذهب اهل بیت) استفاده شده است. طرح این کتاب به این نحو است که باب صد با عنوان حقیقت عبودیت محور مباحث قرار گرفته است و در توضیح موارد چهار گانه اصلی (ارتباط با خدا، ارتباط با خود ، ارتباط با خلق و ارتباط با خویش) و نیز موارد ۲۸ گانه فرعی (هر یک از چهار ارتباط به هفت موضوع تقسیم شده است) از سایر بخشهای کتاب مصباح الشریعه

استفاده شده است. علاوه بر این که سه باب اول کتاب مصباح الشریعه با عناوین ۱. آشنایی با مبادی عزم عرفا، ۲. حالات چهارگانه قلب و ۳. گام اول بیداری و گام دوم صالح بودن در آغاز مباحث مربوط به کتاب مصباح الشریعه مورد بحث قرار گرفته است.

پیش از ورود به مباحث کتاب مصباح الشریعه حدیث عنوان بصری که راهنمایی امام صادق برای پویندگان سیر الی الله است ارائه شده است؛ این حدیث که توسط سید علی قاضی (استاد عرفان و سیر و سلوک علامه طباطبایی) به شاگردان عرفان عملی توصیه می شده است حاوی نکات مهمی برای شروع سیر الی الله و خروج از منزل خودخواهی است.

### سخنی پیرامون کتاب مصباح الشریعه:

این کتاب منسوب به امام صادق است و در آغاز هر یک از صد باب کتاب عنوان «قال الصادق علیه السلام» به چشم می خورد و امام خمینی و میرزا جواد آقا ملکی تبریزی در آثار عرفانی خود به این کتاب استناد می دهند و با عبارت قال الصادق علیه السلام مطلب را نقل می کنند که حکایت از اطمینان و وثاقت محتوا در نزد ایشان است.

محتوا و مضامین این کتاب منطبق با آیات و سایر روایات معصومین است و در مواردی بقدری عالی، فصیح و بلیغ است که بعید به نظر می رسد از غیر معصوم صادر شده باشد.

بر این کتاب شروح متعدد نوشته است که یکی از آنها متعلق به ملا عبدالرزاق گیلانی است که در این کتاب بیشتر مورد استفاده قرار گرفته است.

از دیگر شروح این کتاب شرح استاد شیخ حسین انصاریان خطیب و نویسنده معاصر است که در چهارده جلد به رشته تحریر در آمده است و متن کامل این چهارده جلد در سایت [www.erfan.ir](http://www.erfan.ir) بطور کامل در دسترس است.



## ۱. منظور از عرفان عملی چیست؟

عرفان عملی شناختی است که خداوند به انسان عنایت می کند و مقدمات دریافت این شناخت توسط انسان انجام می شود؛ به عبارت دیگر همچنان که در روایت عنوان بصری بیان شده است علم (منظور عرفان عملی است) به آموختن نیست بلکه نوری است که خداوند در قلب هرکس که بخواهد او را هدایت کند قرار می دهد و برای دریافت چنین علمی (عرفانی) لازم است انسان در وجود خود شرایطی را فراهم کند (اعمالی را انجام دهد) تا بتواند استعداد دریافت این معرفت را از سوی خداوند پیدا کند.

در توضیح بیشتر مطلب فوق که بطور ساده و روان بیان شده است باید گفت خداوند دارای اوصافی است که علم و حکمت و قدرت و رحمت و ... از آن جمله اند و نیز دارای افعالی است که خلقت عالم و تدبیر آن نمونه قابل درک برای عموم افراد است. از سوی دیگر انسان علاوه بر شناخت حسی و شناخت عقلی می تواند به نوعی از شناخت به نام شناخت قلبی برسد که به وسیله آن حقایق غیر محسوس عالم نظیر صفات خداوند و کلام خداوند و ملائکه و ارواح انسان ها و ... قابل درک شود. در عرفان عملی از یک سو دستور العمل پرورش شناخت قلبی انسان ارائه شده است و از سوی دیگر دستور العمل تسلیم اراده انسانی در برابر اراده الهی بیان شده است؛ که در توضیح مورد اخیر باید گفت انسان با استفاده از اختیار و اراده خود به دنبال جلب منافع مختلف برای خود و پرهیز از ضررها و آسیب ها و سختی ها است، حال اگر انسان به این شناخت دست یابد که با تسلیم در برابر خداوند استعداد دریافت علومی را پیدا می کند که به وسیله آن به بهترین نحو می تواند به برترین منافع دست یابد، طبیعتاً میل به سمت تسلیم در برابر خواست خداوند پیدا می کند؛ در عرفان عملی راهکارهای رسیدن به این کمال (تسلیم اراده در برابر اراده خداوند) بیان شده است.

## ۲. تفاوت عرفان عملی با اخلاق

علم اخلاق<sup>۱</sup> به اصلاح رفتار و اخلاق انسان می پردازد، به بیان دیگر اخلاق با بیان تک تک صفات ناپسند و زشت و راه رهایی از آنها درصدد است تا انسان را از صفات ناپسند برهاند و از سوی دیگر با بیان صفات نیک و روش اتصاف به آن صفات طریق کسب صفات پسندیده را پیش پای انسان بگذارد؛ اما به صورت هدفمند در صدد تحصیل نوع جدیدی از علم که خداوند به انسان ها اعطا می کند نیست (اگر چه ممکن است گاهی اشاره ای داشته باشد که مثلاً چهل روز اخلاص با عث جریان حکمت از قلب به زبان می شود اما اینگونه نیست که تمامی مباحث را با هدف نیل به معرفت اعطایی خداوند دنبال کند)؛ در حالی که در عرفان عملی هدف اصلی نیل به معرفتی است که خداوند به طور خاص به بندگان شایسته خود اعطا می کند تا آنان را مورد هدایت خاص خود قرار دهد.

در عرفان عملی با تاکید بر رعایت تمامی آموزه های علم اخلاق تاکید می شود که لازم است از توجه به این کمالات به دست آمده و سرخوشی ناشی از آن صرف نظر کرد و دائم خود را در محضر خداوند یافت و با کنترل فکر و در مرحله بعد کنترل دل و تبعیت کامل از خواست خداوند به مرحله تسلیم محض در برابر اراده خداوند که از آن به فنای فی الله تعبیر می شود دست یافت، به عبارت دیگر رعایت آن چه در اخلاق آمده است اولین گام های عرفان عملی است.

مراحل دیگری در عرفان عملی مطرح است که در جای خود مورد بحث قرار گرفته است.<sup>۲</sup>

## ۳. تفاوت عرفان عملی با عرفان نظری: تفاوت عرفان عملی با عرفان نظری هم در این

است که در عرفان عملی سالک الی الله مسیر خود را تا معرفت و شهود و وصول به خدا طی می کند و در عرفان نظری شخصی که مسیر عرفان عملی را طی کرده و اصطلاحاً

---

<sup>۱</sup> منظور از اخلاق در اینجا اخلاق توحیدی است یعنی اخلاقی که باور به خدای واحد از پیش فرضهای آن است بنا بر این سیستمهای اخلاقی غیر توحیدی در این بحث ها مورد نظر نیست.

<sup>۲</sup> منابعی برای مطالعه بیشتر در پایان کتاب معرفی شده است

به حق واصل گشته است قادر به مشاهده حقایق الهی می شود و با سیر در افعال ، صفات و اسماء الهی معرفت خود را که پیشتر در فلسفه و کلام و یا مطالعه آیات و روایات از طریق عقل به دست آورده بود با استفاده از شناخت قلبی<sup>۳</sup> کامل و یقینی می کند.

تاکید بر این نکته ضروری است که نقش سالک تنها زمینه سازی برای دریافت علم اعطایی خداوند است و مانند علم آموختنی تلاش او لزوماً به تحصیل علم منتهی نمی شود ؛ به عبارت دیگر سنت خداوند بر این قرار گرفته است که کافر و مومن در تلاش برای تحصیل علوم آموختنی به نتایج تلاش خود می رسند اما در علوم افاضی (علمی که خداوند با لطف خاص خود به بندگان خاص خود، اعطا می کند) ایمان و عبودیت شرط دریافت چنین علمی از سوی خداوند است.

۴. **تفاوت فلسفه و عرفان نظری:** در این جا باید گفت آن چه (از ذات و صفات و افعال الهی) که یک فیلسوف از طریق تعلم و تفکر و با کمک عقل و استدلالهای عقلانی به آن می رسد، یک عارف از طریق مشاهده و با کمک قلب در می یابد و به بیانی دیگر با قلب این حقایق معنوی را می بیند<sup>۴</sup> و هنگامی که مشاهدات خود را در قالب کلمات و جملات و کتاب تدوین می کند علمی به نام عرفان نظری شکل می گیرد.

---

<sup>۳</sup> منظور از قلب قوه ادراک علم حضوری انسان است که اگر به نحو صحیح پرورش یابد قادر به درک صفات و افعال الهی خواهد بود.

<sup>۴</sup> مشاهدات یک عارف برای خود او یقین آور است ولی وقتی برای دیگران نقل می شود دیگر علم حضوری نیست بلکه مفاهیمی است که طریق اثباتش دلایل عقلی و یا تطبیق با آیات و روایات معصومین است؛ البته این نکته هم گفتنی است که میان آن چه عارف مشاهده می کند و تفسیر و بیان آن چه مشاهده کرده است تفاوت است و ممکن است در تبیین آن چه مشاهده کرده است دقتهای لازم عقلی لحاظ نشود و یا تفسیری غیر دقیق از آن ارائه شود و لذا می توان فهمید که چرا گاهی اوقات بیانات عرفا با یکدیگر همسان نیست.

البته نکته دیگری که اهمیت دارد این است که اگر سالکی در طی سلوکش آداب بندگی را بطور کامل بجا نیاورده باشد ممکن است در مشاهداتش با دخل و تصرف نفس و یا شیطان مواجه شود که شاید دلیل برخی شطحیات متصوفه همین مورد باشد. منظور از شطحیات برخی کلمات متصوفه است که با معیار دینی تطابق ندارد مانند «انا الحق» «سبحانی ما اعظم شانی» «لا اله الا انا فاعبدنی» که هیچکدام از این عبارات در خور بنده نیست و در شان خداوند است و لذا می بینیم که پیامبر و ائمه که در اوج عرفان و شهودند هرگز چنین کلماتی نگفتند و همواره خود را بنده خدا معرفی می کردند و از تقصیر در برابر خداوند توبه می کردند که با همه مجاهدات و بندگی شان نتوانسته اند حق بندگی را بطور کامل ادا کنند ؛ و امام خمینی دلیل این شطحیات را نقصان سلوک و سالک می داند

## ۵. اهمیت و جایگاه عرفان عملی:

با توجه به این که شناخت عرفانی نسبت به شناخت عقلی عمیقتر و یقینی تر است و یکی از مهمترین معیارهای ارزش معرفت، یقینی بودن آن است طبیعی است که عرفان عملی در حوزه شناخت خداوند ارزش و جایگاه بسیار بالایی خواهد داشت، و اگر کسی این حقایق را با قلب خود مشاهده کرد به اطمینان قلبی می رسد و دیگر براحتی گرفتار شک و تردید و تزلزل نمی شود.

توضیح آن که شناخته‌های ما یا حصولی است یا حضوری؛

شناخته‌های حصولی مانند این که ما می دانیم تعداد دانش آموزان یک کلاس ۳۰ نفرند و یا فلان شخص عضو شورای شهر است که در این شناخته‌ها امکان خطا وجود دارد زیرا ممکن است منبعی که بر اساس آن فکر می کردیم تعداد دانش آموزان کلاس ۳۰ نفر است اطلاع دقیقی نداشته است و یا در خصوص عضویت فردی در شورای شهر کسی که این مطلب را گفته به دلیل تشابه اسمی دچار اشتباه شده و آن فرد عضو شورای شهر نیست.

شناخته‌های حضوری هم ، مانند این که ما به وجود خودمان علم داریم، یا در لحظه ای که شاد هستیم یا اضطراب داریم به شادی یا اضطرابمان در همان لحظه علم داریم که این نوع علم خطاناپذیر است و ما هیچگاه به اشتباه فکر نمی کنیم شاد هستیم یا به اشتباه فکر نمی کنیم وجود داریم یا اضطراب داریم دلیل این خطاناپذیری این است که شناخت نوع دوم شناخت حضوری است یعنی چیزی که نسبت به آن شناخت داریم در نزد ما حاضر است (وجود خودمان، شادیمان در لحظه شادی، اضطرابمان در لحظه ای که اضطراب داریم) و لذا مانند شناخت حصولی نیست که آن چه به آن شناخت داریم در نزد ما حاضر نباشد و واسطه های شناخت باعث خطای شناختی شده باشد.

در عرفان عملی هم هنگامی که سخن از شناخت و معرفت خدا و صفات او یا مشاهده خداوند می شود منظور شناختی از نوع علم حضوری است که به همین دلیل خطا ناپذیر است و یقینی تر از شناختهای متعارف است.

اگر بخواهیم تاییدی برای این مطلب در قرآن بیابیم داستان زنده شدن مردگان توسط خداوند که به درخواست حضرت ابراهیم انجام شد می تواند موید این مطلب باشد. به نظر می رسد حضرت ابراهیم با وجود شناخت و ایمان نسبت به خداوند و معاد، برای این که به اطمینان قلبی برسد از خداوند درخواست می کند که به او نشان دهد مردگان را چگونه زنده می کند:

و یاد آور هنگامی که ابراهیم گفت پروردگارا به من نشان بده که تو چگونه مردگان را زنده می کنی (خداوند) گفت آیا ایمان نیاورده ای؟ (ابراهیم) گفت ایمان آورده ام ولی می خواهم قلبم به اطمینان برسد.<sup>۵</sup>

در این عبارت مشاهده می شود که حضرت ابراهیم درخواست می کند که خداوند زنده کردن مردگان توسط خودش را به او نشان دهد نه فقط زنده شدن مردگان را، به عبارت دیگر حضرت ابراهیم صرفاً خواستار مشاهده زنده شدن مردگان در عالم محسوس که با چشم سر دیده می شود نبوده است بلکه می خواهد که خداوند به او نشان دهد که «او» چگونه مردگان را زنده می کند یعنی علاوه بر آن چه ظاهر قضیه است که تعدادی از موجودات زنده پس از مرگ مجدداً زنده می شوند (و هر کس در آن جا حاضر بود این مقدار را می دید)، می خواهد ببیند که قدرت خداوند چگونه به زنده شدن مردگان تعلق می گیرد یعنی آن جنبه غیر محسوس که ارتباط خداوند با زنده شدن مردگان است را می خواهد ببیند که خداوند این خواست را اجابت می کند و حضرت ابراهیم شاهد بعد غیر محسوس زنده شدن مردگان که تعلق قدرت خداوند به این زنده شدن است می شود و به همین دلیل به اطمینان قلبی می رسد. از این بعد معنوی عالم محسوس که با حس مشاهده نمی شود به ملکوت تعبیر می شود و حضرت

---

<sup>۵</sup> «و اذ قال ابراهیم رب ارنی کیف تحیی الموتی قال اولم تومن قال بلی و لکن لیطمئن قلبی» (بقره/۲۶۰)

ابراهیم موفق به مشاهده ملکوت آسمان ها و زمین شده است که در سوره انعام آیه ۷۵ گزارش آن و نتیجه اش ارائه شده است:

و بدین سان به ابراهیم ملکوت آسمان ها و زمین را نشان می دهیم تا (به نتایج آن دست یابد و از جمله) به یقین برسد. و یقین آور بودن این مشاهده به دلیل حضوری بودن نوع شناخت آن است.<sup>۶</sup>

## ۶. شریعت، طریقت و حقیقت

این سه اصطلاح در عرفان عملی از مفاهیم مبنایی تلقی می گردد شریعت به معنای احکام شرعی است و طریقت به معنای تحولات درونی سالک الی الله است که در مسیر حرکت به سوی خدا در درون خود آنها را تجربه می کند و حقیقت به معنای مشاهده جلوه های خدا و حقیقت و باطن امور است که با افاضه و عنایت خداوند حاصل می شود. از نظر عرفان اسلامی سیر باطنی زمانی به معرفت خدا و حقیقت امور منتهی می شود که در بستر رعایت احکام شرعی انجام شود و در غیر این صورت نه فقط انسان را به خدا نزدیک نمی کند بلکه موجب انحراف از مسیر خدا می شود؛ به عبارت دیگر سیر باطنی زمانی انسان را به خدا نزدیک می کند که انسان در مسیر بندگی و طبق احکام شریعت این تحولات درونی را طی کند و اصطلاحاً صالح باشد و گرنه با تبعیت از هوای نفس و شیطان و با فسق و فجور هیچ مسیری به خدا منتهی نمی شود که

خداوند گناهکاران را هدایت نمی کند<sup>۷</sup>

خداوند گروه ظالم را هدایت نمی کند<sup>۸</sup>

## ۷. چالشهای سیر الی الله:

در خصوص طریقت باید گفت این که انسان بطور کامل به مقام بندگی نائل آید با چالشهایی مواجه است،

<sup>۶</sup> «و كذلك نرى ابراهيم ملكوت السموات و الارض و ليكون من الموقنين» انعام / ۷۵

<sup>۷</sup> و الله لا يهدى الفاسقين مائده / ۱۰۸

<sup>۸</sup> و الله لا يهدى القوم الظالمين بقره / ۲۵۸

۱. از یک سو شیطان رانده شده به عزت خداوند قسم یاد کرده که همه انسانها را گمراه کند<sup>۹</sup>

و اعلام کرده در مسیر صراط مستقیم به راهزنی می نشیند و سپس از مقابل و پشت سر و راست و چپ به سوی آنان می آید و مانع شاکر بودن بندگان می شود<sup>۱۰</sup>

۲. از سوی دیگر این مسیر با سختی هایی همراه است که ممکن است برخی را از پیمودن آن منصرف کند

ای انسان تو در مسیر حرکت به سوی خداوند متحمل رنج و زحمت می شوی و خدا را ملاقات خواهی کرد<sup>۱۱</sup>

۳. چه این که انتخاب اولین مرحله برای حرکت به سوی خدا و تعیین ترتیب مراحل بعدی پرسشهایی را پیش می آورد که نیاز به پاسخ صحیح دارد. این که استاد در این مسیر چه میزان ضرورت دارد و بدون استاد آیا رسیدن به مقصد ممکن است یا خیر، مسئله دیگری است که از داستان حضرت خضر علیه السلام و حضرت موسی علیه السلام می توان تا حدودی به ضرورت آن پی برد.

حاصل آن که اگر بطور ساده بگوییم بنده خالص خدا شدن مستلزم ترک همه گناهان و صفات رذیله و کسب همه فضائل و اعمال صالح و کنترل فکر از افکار ناصحیح و تطهیر قلب از محبت غیر خدا است ناگزیر باید در خصوص چالشهای مذکور در فوق پاسخ های روشنی داشته باشیم تا بتوانیم با اطمینان از وضعیت فعلی خود به سمت وضعیت مطلوب (بندگی خالصانه خدا) سیر کنیم. سالکان و عارفان تلاش مشکوری داشته اند تا با تدوین مجموعه های ارزشمندی تحت عنوان عرفان عملی پاسخ این دغدغه را بدهند و مسیر حرکت به سوی خدا را حتی الامکان روشن تر بنمایانند.

---

<sup>۹</sup> قال فبعتک لاغوینبهم اجمعین الا عبادک منهم المخلصین ص / ۸۲ و ۸۳

شیطان مخلصین را استثنا کرده زیرا توان گمراه کردن آنان را ندارد  
<sup>۱۰</sup> فبما اغویتنی لاقعدن لهم صراطک المستقیم هم لاتینهم من بین ایدیهم و من خلفهم و عن ایمانهم و عن شمائلهم و لاتجد اکثرهم شاکرین اعراف / ۱۶ و ۱۷

<sup>۱۱</sup> یا ایها الانسان انک کادح الی ربک کدحا فملاقیه انشقاق / ۶

## ۸. عرفان عملی از منظر اهل بیت علیهم السلام

در طول تاریخ مکتبهای مختلف عرفانی اعم از مکتب سائلانه، مکتب عارفانه، مکتب عاشقانه و مکتب مخلصانه شکل گرفته است که به ترتیب بر دعا، معرفت، محبت و اخلاص تاکید داشته اند چرا که مهمترین آفت نفس را به ترتیب تکبر، غفلت، حب دنیا و ریا می دانسته اند و معتقد بوده اند برای تضعیف تمایلات نفس و تقویت روح معنویت لازم است به طریقه خاص خود (یکی از طرق بالا) عمل کنند. در مکتب عرفانی اهل بیت نگاه جامعی به نفس و مهار نفس و سیر الی الله وجود دارد که اگر بخواهیم بر طبق مکتب اهل بیت طریق عرفان را بیابیم مناسب است ابتدا به روایتی از امام صادق که در گفتگو با شخصی به نام عنوان بصری مطرح شده توجه کنیم:

### ۸-۱. راهکار عام بندگی (حدیث عنوان بصری):

مطابق این روایت عنوان بصری (که کنیه اش<sup>۱۲</sup> ابو عبدالله است) از شاگردان مالک ابن انس می گوید با آمدن امام صادق به مدینه و اشتیاق زاید الوصفی که نسبت به ایشان پیدا کردم دیگر در جلسات مالک حاضر نشدم و فقط دوست داشتم از امام صادق بهره ببرم او پس از حضور در محضر امام صادق مطالب ذیل را دریافت می کند:

«حضرت فرمود: ای ابا عبدالله! علم به آموختن نیست. علم فقط نوری است که در دل کسی که خداوند تبارک و تعالی اراده هدایت او را نموده است قرار می گیرد. پس اگر علم میخواهی، باید در اولین مرحله در نزد خودت حقیقت عبودیت را بطلبی؛ و بواسطه عمل کردن به علم، طالب علم باشی؛ و از خداوند بپرسی و استفهام نمائی تا خدایت ترا جواب دهد و بفهماند.»<sup>۱۳</sup>

<sup>۱۲</sup> یکی از تفاوتهای زبان فارسی با عربی در این است که در عربی غیر از این که افراد مانند زبان فارسی دارای اسم و احیانا لقب هستند، در زبان عربی از باب احترام برای آنها کنیه ای هم قرار داده می شود که با ابو (برای مردان) یا ام (برای زنان) شروع می شود مانند ابو عبد الله و ام البنین

<sup>۱۳</sup> فَقَالَ: يَا أَبَا عَبْدِ اللَّهِ! لَيْسَ الْعِلْمُ بِالتَّعَلُّمِ؛ إِنَّمَا هُوَ نُورٌ يَقَعُ فِي قَلْبٍ مَنْ يُرِيدُ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى أَنْ يَهْدِيَهُ. فَإِنْ أَرَدْتَ الْعِلْمَ فَاطْلُبْ أَوْلًا فِي نَفْسِكَ حَقِيقَةَ الْعُبُودِيَّةِ، وَاطْلُبِ الْعِلْمَ بِاسْتِعْمَالِهِ، وَاسْتَفْهِمِ اللَّهَ يُفْهِمُكَ!



در این جا مشاهده می کنیم که امام علیه السلام اولاً علم را آموختنی نمی داند بلکه آن را نوری می داند که خداوند در قلب هر که بخواهد هدایتش کند قرار می دهد و این نشان می دهد که علم حقیقی چیزی غیر از مفاهیم انباشته شده در ذهن است و طریق دست یابی به آن نیز آموختن و یادگرفتن از سایر انسان ها نیست بلکه سه مرحله را باید پشت سر گذاشت تا به چنین علمی دست یافت.

در توضیح مطلب فوق باید گفت در آیات و روایات نوعی از علم مطرح شده که آثار مخصوص به خود را دارد که در ذیل به برخی از این آثار اشاره می کنیم:

صاحب این علم از سوی خدا رفعت می یابد یعنی این علم باعث اعتلای صاحب آن می شود

خداوند کسانی را که ایمان آورده اند بالا می برد و نیز کسانی را که به آنها علم داده شده به درجات (بالا می برد)<sup>۱۴</sup>؛

بدیهی است که این عالمان صاحبان علم متداول نیستند چرا که در میان صاحبان علوم متداول کسانی هستند که از علم خود سوء استفاده کرده اند و مستحق مواخذه اند و نه پاداش و رفعت ، بنابر این نوع خاصی از علم در اینجا مورد نظر است که خداوند صاحب آن را به درجات بالا می برد.

صاحب این علم نسبت به خداوند خشیت دارد

فقط از بندگان عالم خداوندند که خشیت از خداوند دارند.<sup>۱۵</sup>

در این آیه نیز مشاهده می شود خشیت که ترس ناشی از درک عظمت و اقتدار است فقط به بندگان عالم خداوند نسبت داده شده است و روشن است که هر صاحب علمی صاحب مقام خشیت از خداوند نیست و هستند کسانی که دارای علوم متعارف اند اما نه فقط

---

<sup>۱۴</sup> یرفع الله الذین امنوا و الذین اوتوا العلم درجات مجادله / ۱۱

<sup>۱۵</sup> انما یخشى الله من عباده العلماء فاطر / ۲۸

خشیت از خدا ندارند بلکه براحتی مرتکب گناه می شوند که نشان می دهد ذره ای خشیت از خدا ندارند، بنا بر این در این جا هم نوع خاصی از علم مد نظر است.

حال این پرسش مطرح می شود که راه دستیابی به این نوع علم که از طریق آموختن به دست نمی آید چیست؟ امام صادق علیه السلام این راه را بیان می فرمایند و آن را دارای سه مرحله می دانند:

۱. باید در اولین مرحله در نزد خودت حقیقت عبودیت را بطلبی؛ و

۲. بواسطه عمل کردن به علم، طالب علم باشی؛ و

۳. از خداوند بپرسی و استفهام نمائی تا خدایت ترا جواب دهد و بفهماند

۸-۱-۱ همانطور که مشاهده می شود در مرحله اول باید حقیقت عبودیت در وجود بنده محقق شود که ما این مرحله را با استفاده از کتاب مصباح الشریعه بطور مفصل مورد بحث و بررسی قرار می دهیم.

۸-۱-۲ در مرحله بعد امام راه طلب علم را عمل کردن به علم معرفی می کند؛ یعنی در قیاس با علوم متداول که راه طلب آن آموختن از دیگران و حفظ کردن مفاهیم و محفوظات است در اینجا راه فراگیری علم عمل کردن به آن چیزی است که می دانیم و اگر به دانسته هایمان عمل کنیم هم باعث می شود علمی که فرا گرفته ایم از دست نرود و هم باعث می شود به آنچه نمی دانیم علم پیدا کنیم؛

تقوی پیشه کنید (که فوایدی برای شما دارد و یکی از آنها این است) که خدا به شما تعلیم می دهد<sup>۱۶</sup>؛

و آن حضرت فرمود: علم را با عمل بستگی است، هر که دانست عمل کرد. و علم عمل را صدا می کند، اگر اجابت کند می ماند، و گر نه از آن کوچ می کند<sup>۱۷</sup>

<sup>۱۶</sup> اتقوا الله و يعلمکم الله بقره ۲۸۲/

<sup>۱۷</sup> وَ قَالَ ( علیه السلام ) : الْعِلْمُ مَقْرُونٌ بِالْعَمَلِ فَمَنْ عَمِلَ عَمِلَ وَ الْعِلْمُ يَهْتَفُ بِالْعَمَلِ فَإِنْ أَجَابَهُ وَ إِلَّا ارْتَحَلَ عَنْهُ نَهْجُ الْبَلَاغَةِ

## چنانکه در روایات داریم

«هر کس عمل کند به دانسته‌های خود، خداوند علم آنچه را که نمی‌داند به او عنایت خواهد فرمود.»<sup>۱۸</sup>

۸-۱-۳ در مرحله سوم استفهام و طلب فهم از خداوند است که در صورت وجود دو شرط قبلی و درخواست فهم از خداوند، خداوند مطالب را به او می‌فهماند و او صاحب علم حقیقی خواهد شد.

## ادامه روایت به نقل از عنوان بصری:

«گفتم: ای شریف! گفت: بگو: ای ابا عبدالله!

گفتم: ای ابا عبدالله!<sup>۱۹</sup> حقیقت عبودیت کدام است؟

گفت: سه چیز است:

۱. اینکه بنده خدا برای خودش درباره آنچه را که خدا به وی سپرده است ملکیتی نبیند؛ چرا که بندگان دارای ملک نمی‌باشند، همه اموال را مال خدا می‌بینند، و در آنجائیکه خداوند ایشان را امر نموده است که بنهند، می‌گذارند؛ و
۲. اینکه بنده خدا برای خودش مصلحت اندیشی و تدبیر نکند؛ و
۳. تمام مشغولیاتش در آن منحصر شود که خداوند او را بدان امر نموده است و یا از آن نهی فرموده است.

بنابراین، اگر بنده خدا برای خودش ملکیتی را در آنچه که خدا به او سپرده است نبیند، انفاق نمودن در آنچه خداوند تعالی بدان امر کرده است بر او آسان می‌شود. و چون بنده خدا تدبیر امور خود را به مُدبّرش بسپارد، مصائب و مشکلات دنیا بر وی آسان می‌گردد. و زمانی که اشتغال ورزد به آنچه را که خداوند به وی امر کرده و نهی

<sup>۱۸</sup> مَنْ عَمِلَ بِمَا عَلِمَ وَرَثَةُ اللَّهِ عَلِمَ مَا لَمْ يَعْلَمْ. «بحار الانوار» ج ۶۸، ص ۳۶۳؛ «الفصول المختارة» ج ۱، ص ۶۸؛

«إحياء العلوم» ج ۱، ص ۶۳، از طبع دارالکتب العربیة- مصر

<sup>۱۹</sup> کنیه امام صادق نیز ابو عبد الله است

نموده است، دیگر فراغتی از آن دو امر نمی‌یابد تا مجال و فرصتی برای خودنمایی و فخر فروشی به مردم پیدا نماید.

پس چون خداوند، بنده خود را به این سه چیز گرامی بدارد، دنیا و ابلیس و خلائق بر وی سهل و آسان می‌گردد؛ و دنبال دنیا به جهت زیاده‌اندوزی و فخر فروشی و مباحات به مردم نمی‌رود، و آنچه را که از جاه و جلال و منصب و مال در دست مردم می‌نگرد، آنها را به جهت عزت و علو درجه خویشان طلب نمی‌نماید، و روزهای خود را به بطالت و بیهوده رها نمی‌کند.

و اینست اولین پله از نردبان تقوی. خداوند تبارک و تعالی می‌فرماید:

آن سرای آخرت را ما قرار می‌دهیم برای کسانی که در زمین اراده بلندمنشی ندارند، و دنبال فساد نمی‌گردند؛ و تمام مراتب پیروزی و سعادت در پایان کار، انحصاراً برای مردمان با تقوی است.<sup>۲۰</sup>

## ۸-۲ توصیه‌های امام به سالکان الی الله

«گفتم: ای ابا عبدالله! به من سفارش و توصیه‌ای فرما!

---

<sup>۲۰</sup> قُلْتُ: يَا شَرِيفًا! فَقَالَ: قُلْ: يَا اَبَا عَبْدِ اللَّهِ! قُلْتُ: يَا اَبَا عَبْدِ اللَّهِ! مَا حَقِيقَةُ الْعُبُوْدِيَّةِ؟! قَالَ: ثَلَاثَةٌ اَشْيَاءٌ: اَنْ لَا يَرَى الْعَبْدُ لِنَفْسِهِ فِيْمَا حَوَّلَهُ اللَّهُ مِلْكًا، لِاِنَّ الْعَبْدَ لَا يَكُوْنُ لَهُمْ مِلْكٌ، يَرُوْنَ الْمَالَ مَالَ اللَّهِ، يَضَعُوْنَهُ حَيْثُ اَمَرَهُمُ اللَّهُ بِهِ؛ وَ لَا يُدَبِّرُ الْعَبْدُ لِنَفْسِهِ تَدْبِيْرًا؛ وَ جُمْلَةُ اَشْتِغَالِهِ فِيْمَا اَمَرَهُ تَعَالَى بِهِ وَ نَهَاهُ عَنْهُ. فَاِذَا لَمْ يَرَ الْعَبْدُ لِنَفْسِهِ فِيْمَا حَوَّلَهُ اللَّهُ تَعَالَى مِلْكًا هَانَ عَلَيْهِ الْاَنْفَاقُ فِيْمَا اَمَرَهُ اللَّهُ تَعَالَى اَنْ يُنْفِقَ فِيْهِ؛ وَ اِذَا فَوَّضَ الْعَبْدُ تَدْبِيْرَ نَفْسِهِ عَلٰى مُدَبِّرِهِ هَانَ عَلَيْهِ مَصَابِبُ الدُّنْيَا؛ وَ اِذَا اَشْتَغَلَ الْعَبْدُ بِمَا اَمَرَهُ اللَّهُ تَعَالَى وَ نَهَاهُ، لَا يَتَفَرَّغُ مِنْهُمَا اِلَى الْمِرَاءِ وَ الْمُبَاهَاةِ مَعَ النَّاسِ. فَاِذَا اَكْرَمَ اللَّهُ الْعَبْدَ بِهَذِهِ الثَّلَاثَةِ هَانَ عَلَيْهِ الدُّنْيَا، وَ اِبْلِيسُ، وَ الْخَلْقُ. وَ لَا يَطْلُبُ الدُّنْيَا تَكَثُرًا وَ تَفَاخُرًا، وَ لَا يَطْلُبُ مَا عِنْدَ النَّاسِ عِزًّا وَ عُلُوًّا، وَ لَا يَدْعُ اَيَّامَهُ باطِلًا. فَهَذَا اَوَّلُ دَرَجَةِ التَّقَى. قَالَ اللَّهُ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: تِلْكَ الدَّارُ الْاٰخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِيْنَ لَا يُرِيدُوْنَ عُلُوًّا فِي الْاَرْضِ وَ لَا فَسَادًا وَ الْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِيْنَ.

گفت: من تو را به نه چیز وصیت و سفارش می‌نمایم؛ زیرا که آنها سفارش و وصیت من است به اراده کنندگان و پویندگان راه خداوند تعالی. و از خداوند مسألت می‌نمایم تا تو را در عمل به آنها توفیق مرحمت فرماید.

سه تا از آن نه امر درباره تربیت و تأدیب نفس است، و

سه تا از آنها در باره حلم و بردباری است، و

سه تا از آنها درباره علم و دانش است.

پس ای عنوان آنها را به خاطرت بسپار، و مبدا در عمل به آنها از تو سستی و تنبلی سر زند!

عنوان گفت: من دلم و اندیشه‌ام را فارغ و خالی نمودم تا آنچه را که حضرت می‌فرماید بگیرم و اخذ کنم و بدان عمل نمایم.<sup>۲۱</sup>

## ۸-۲-۱ تأدیب نفس

«پس حضرت فرمود: اما آن چیزهایی که راجع به تأدیب نفس است آنکه:

۱. مبدا چیزی را بخوری که بدان اشتها نداری، چرا که در انسان ایجاد حماقت و نادانی میکند؛ و چیزی مخور مگر آنگاه که گرسنه باشی؛ و
۲. چون خواستی چیزی بخوری از حلال بخور و نام خدا را ببر و به خاطر آور حدیث رسول اکرم صلی الله علیه و آله را که فرمود:

هیچوقت آدمی ظرفی را بدتر از شکمش پر نکرده است. و

<sup>۲۱</sup> قُلْتُ: يَا أَبَا عَبْدِ اللَّهِ! أَوْصِنِي!

قَالَ: أَوْصِيكَ بِتِسْعَةِ أَشْيَاءَ، فَإِنَّهَا وَصِيَّتِي لِمُرَبِّدِي الطَّرِيقِ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى، وَاللَّهُ أَسْأَلُ أَنْ يُوفِّقَكَ لِاسْتِعْمَالِهِ. ثَلَاثَةٌ مِنْهَا فِي رِيَاضَةِ النَّفْسِ، وَ ثَلَاثَةٌ مِنْهَا فِي الْحِلْمِ، وَ ثَلَاثَةٌ مِنْهَا فِي الْعِلْمِ. فَاحْفَظْهَا، وَ إِنَّاكَ وَ التَّهَؤُنَ بِهَا! قَالَ عُنْوَانٌ: فَفَرَعْتُ قَلْبِي لَهُ.

۳. اگر فرد بقدری گرسنه شد که ناچار از تناول غذا گردید، پس به مقدار ثلث شکم خود را برای طعامش بگذارد، و ثلث آنرا برای آبش، و ثلث آنرا برای نفَسش.<sup>۲۲</sup>

## ۸-۲-۲ بردباری و صبر

«و اما آن سه چیزی که راجع به بردباری و صبر است: پس

۱. کسیکه به تو بگوید: اگر یک کلمه بگوئی ده تا می شنوی به او بگو: اگر ده کلمه

بگوئی یکی هم نمی شنوی!

۲. و کسیکه ترا شتم و سب کند و ناسزا گوید، به وی بگو: اگر در آنچه میگوئی راست

میگوئی، من از خدا میخواهم تا از من درگذرد؛ و اگر در آنچه میگوئی دروغ

میگوئی، پس من از خدا میخواهم تا از تو درگذرد.

۳. اگر کسی تو را تهدید کرد که به تو فحش خواهد داد و ناسزا خواهد گفت، تو او را

مژده بده که من درباره تو خیرخواه می باشم و مراعات تو را می نمایم.<sup>۲۳</sup>

## ۸-۲-۳ علم

«و اما آن سه چیزی که راجع به علم است: پس،

۱. از علماء بپرس آنچه را که نمیدانی؛ و مبدا چیزی را از آنها بپرسی با این قصد که

ایشان را به لغزش افکنی و بخواهی برای آزمایش و امتحان بپرسی. و

۲. مبدا که از روی رأی خودت به کاری دست زنی؛ و در جمیع اموری که راهی به

احتیاط و محافظت از وقوع در خلاف امر داری احتیاط را پیشه خود ساز. و

<sup>۲۲</sup> فَقَالَ: أَمَّا اللّٰوَاتِي فِي الرِّيَاضَةِ: فَإِيَّاكَ أَنْ تَأْكُلَ مَا لَا تَشْتَهِيهِ، فَإِنَّهُ يُورِثُ الْحَمَاقَةَ وَ الْبَلَةَ؛ وَ لَا تَأْكُلْ إِلَّا عِنْدَ الْجُوعِ؛ وَ إِذَا أَكَلْتَ فَكُلْ حَلَالًا وَ سَمَّ اللّٰهَ وَ اذْكُرْ حَدِيثَ الرَّسُولِ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَ ءَالِهِ:

مَا مَلَءَ آدَمِيٌّ وَعَاءًا شَرًّا مِنْ بَطْنِهِ؛ فَإِنْ كَانَ وَ لَا بَدَّ فَتَلْتْ لِطَعَامِهِ وَ تَلْتْ لِشَرَابِهِ وَ تَلْتْ لِنَفْسِهِ.

<sup>۲۳</sup> وَ أَمَّا اللّٰوَاتِي فِي الْجَلْمِ: فَمَنْ قَالَ لَكَ: إِنْ قُلْتَ وَاحِدَةً سَمِعْتَ عَشْرًا فَقُلْ: إِنْ قُلْتَ عَشْرًا لَمْ تَسْمَعْ وَاحِدَةً! وَ مَنْ شَتَمَكَ فَقُلْ لَهُ: إِنْ كُنْتَ صَادِقًا فِيمَا تَقُولُ فَأَسْأَلُ اللّٰهَ أَنْ يَغْفِرَ لِي؛ وَ إِنْ كُنْتَ كَاذِبًا فِيمَا تَقُولُ فَاللّٰهُ أَسْأَلُ أَنْ يَغْفِرَ لَكَ. وَ مَنْ وَعَدَكَ بِالْخَنَى فَعِدَّهُ بِالنَّصِيحَةِ وَ الرَّعَاءِ.

۳. از فتوی دادن بپرهیز همانطور که از شیر درنده فرار میکنی؛ و گردن خود را پل عبور برای مردم قرار نده.<sup>۲۴</sup>

## ۹. آشنایی با مبادی عزم عرفا:

در اولین باب مصباح الشریعه مبنای حرکت عارفین بیان می شود و آن را بر سه اصل استوار می دانند:

۱. خوف

۲. رجا

۳. حب

خوف که فرع بر علم است نشانه ای دارد و آن فرار کردن است؛ یعنی اگر واقعا فردی علم (به امری مهم که بی توجهی به آن ضرر و خطر مهمی دارد) پیدا کرد می ترسد و اگر واقعا بترسد (از عواقب دهشتناک آن) فرار می کند و اگر فرار کند نجات می یابد.

رجاء هم فرع یقین است و نشانه آن طلب کردن است؛ و اگر نور یقین در قلب درخشید فضیلت و برتری آن را مشاهده می کند و اگر در این امر مستقر شد و ثبات پیدا کرد امیدوار می شود و هنگامی که شیرینی امیدواری را چشید در طلب (فضیلت بالاتر که یقین برتر و نهایتا وصول به خداوند است) بر می آید و در آن هنگام که توفیق طلب پیدا کرد مطلوب خود را می یابد.

حب هم فرع بر معرفت است و نشانه آن ترجیح محبوب بر هر آنچه جز او است می باشد؛ یعنی آن هنگام که نور معرفت در دل تجلی کرد نسیم محبت وزیدن می گیرد و هنگامی که نسیم محبت وزیدن گرفت در سایه محبوب انس می گیرد و محبوب را بر غیر او ترجیح می دهد و به انجام آن چه گفته مشغول می شود و از آن چه نهی کرده پرهیز می کند، و هنگامی که در انس با محبوب ثبات یافت و با استقامت اوامر و نواهی او را مراعات کرد به روح مناجات می رسد.

---

<sup>۲۴</sup> وَ أَمَّا اللّٰوَاتِي فِي الْعِلْمِ: فَاسْأَلِ الْعُلَمَاءَ مَا جَهِلْتِ، وَ إِتَاكِ أَنْ تَسْأَلَهُمْ تَعَنَّتَا وَ تَجْرِبَةٌ؛ وَ إِتَاكِ أَنْ تَعْمَلَ بِرَأْيِكَ شَيْئًا، وَ خُذْ بِالِاخْتِيَاظِ فِي جَمِيعِ مَا تَجِدُ إِلَيْهِ سَبِيلًا؛ وَ اهْرُبْ مِنَ الْفِتْيَا هَرَبًا مِنَ الْأَسَدِ، وَ لَا تَجْعَلْ رَقَبَتَكَ لِلنَّاسِ جَسْرًا!

مثال این سه اصل، حرم، مسجد و کعبه است؛ کسی که وارد مکه می شود از خلق امنیت می یابد، و کسی که وارد مسجد الحرام شد اعضای بدن او از این که در معصیت بکار گرفته شوند احساس امنیت می کنند و کسی که وارد کعبه شد قلبش از این که به غیر ذکر خدا واداشته شود احساس امنیت می یابد.

با توجه به بیان فوق به نظر می رسد خوف و رجا و حب مراتب مختلفی هستند که سالک الی الله آنها را تجربه می کند همچنان که اصل آنها -علم و یقین و معرفت- هم دارای مراتب متفاوتی به شرح ذیل اند:

علم مرتبه ای از شناخت است که قابل جمع با شک و تردید است مثلاً وقتی کسی می داند صدای در زدن به خاطر وجود انسانی در پشت درب است اما این تردید هم می تواند وجود داشته باشد که شاید ضربه ای که به در خورده ناشی از عامل دیگری باشد، به این مرتبه از شناخت که قابل جمع با شک و تردید است علم گفته شده.

مرتبه بالاتر یقین است که شک و تردید در آن راه ندارد مانند زمانی که فرد پس از شنیدن صدای درب، می پرسد چه کسی است و او جواب می دهد فلانی هستم، در اینجا فرد یقین می کند که یک انسان خاص پشت درب است و دیگر تردیدی در این موضوع ندارد.

در مرحله سوم فرد درب را باز می کند و آن شخص را می بیند و می شناسد که این مرتبه را که شناخت توأم با مشاهده است معرفت نام نهاده اند، یعنی علاوه بر این که یقین هست، مشاهده هم هست که مرتبه ای بالاتر از یقین بدون مشاهده است.

سائر الی الله در آغاز با علم و اطلاع از عواقب و نتایج سوء گناهان و ترک واجبات خوف پیدا می کند و از آنها اجتناب می ورزد و با افزایش معرفت نسبت به خدا و معاد و ... و انجام مستحبات و ترک مکروهات به یقین می رسد و نهایتاً با مشاهده تجلیات الاهی (که نتیجه قرب نوافل است) به معرفت و محبت می رسد که با استقامت در محبت و انس به خدا و رعایت اوامر و نواهی خداوند به روح مناجات که عالیترین حالات میان بنده و عبد است می رسد؛ و در این



حالات با خداوند رو در رو و حضوری گفتگو مناجات می کند و به او الهام می شود که خداوند مناجاتش را می شنود و دعایش را مستجاب می کند.

در انتهای باب اول امام می فرمایند: پس ای مومن نیک بنگر ، اگر حالت تو، به گونه ای است که به رسیدن مرگ خشنودی ، خدا را بر توفیق و عصمتی که به تو داده شکر کن، و اگر حال دیگری داری با عزم صحیح از آن جدا شو و از بخشی از عمرت که در غفلت گذشته پشیمان باش و از خدا در پاک کردن ظاهر از گناهان و باطن از عیوب کمک بخواه. غفلت بیش از این را از قلبت قطع کن و آتش شهوت را از درونت خاموش کن.

این عبارات نشان می دهد که برای تشخیص صالح و خوب بودن یک مومن ، رضایت فعلی از مرگ معیار مناسبی است، همچنان که نارضایتی از مرگ حکایت از سوء حال مومن است و لازم است با عزم صحیح و پشیمانی (که همان توبه است) مسیر خود را اصلاح کند و با کمک گرفتن از خداوند مصمم بر ترک گناهان و پاک شدن از عیوب باشد و غفلت و شهوت را قطع کند.

#### ۱۰. حالات چهار گانه قلب:

در باب دوم مصباح الشریعه می فرماید: اعراب قلب ها چهار نوع است:

رفع: که به معنای بلند شدن و رفعت و اعتلا است ، و رفع قلب در ذکر خدا است و اگر بنده، خدا را با عظمت و خالص یاد کند هر حجابی که میان او و خدا تا پیش از آن بوده برداشته می شود.

فتح: که به معنای گشادگی و باز شدن قلب است در رضایت از خداوند و تقدیر او است که این رضایت باعث شادی و راحتی و سرور قلب می شود.

خفص: که به معنای پایین آمدن و تنزل و انحطاط قلب است در اشتغال به غیر خدا است و باعث ظلمت و خرابی و وحشت قلب است.

وقف : که به معنای توقف و رکود قلب است در غفلت از خدا است که باعث رکود و قساوت و ظلمت قلب می شود.

هر یک از این حالات قلب سه نشانه دارد که با آن می توان فهمید که آیا واقعا قلب آن حالت را دارد یا خیر؟

نشانه های رفع و اوج گرفتن قلب:

۱. وجود موافقت: چنین قلبی با خواست الاهی موافقت دارد لذا واجبات را انجام می دهد و محرمات را ترک می کند، مستحبات را در حد توان و نشاطی که دارد انجام می دهد و از مکروهات اجتناب می کند.

۲. نبود مخالفت: در این قلب هیچ مخالفتی با خواست خدا وجود ندارد.

۳. دوام شوق: این قلب یک شوق و اشتیاق مداوم نسبت به خداوند دارد.

نشانه های فتح و گشایش قلب:

۱. توکل: قلبی که به رضایت از خداوند رسیده و کیلی بهتر از خدا سراغ ندارد و لذا به او توکل می کند

۲. صدق: فردی که به قضا و قدر الاهی راضی است دلیلی نمی بیند که برای رسیدن به نتایج دلخواهش دروغ بگوید زیرا هر آن چه خدا رقم بزند برای او بهترین است و شرط رقم خوردن بهترین تقدیر برای او ایمان و نشانه آن صدق است لذا او همواره صداقت دارد.

۳. یقین: رضایت کامل از خداوند و تقدیر او بدون یقین امکان پذیر نیست بنابراین چنین فردی اهل یقین است.

نشانه های خفض و تنزل و انحطاط قلب:

۱. عجب:

۲. ریا:

۳. حرص:

آن که به غیر خدا مشغول می شود بسته به این که غیر چه باشد یکی از سه گرفتاری فوق را پیدا می کند یا مشغول خود می شود که گرفتار خودپسندی می شود؛ یا مشغول دیگران می شود که در صدد تامین نظر مساعد آنها است و به ریاکاری رو می آورد و یا مشغول دنیا می شود که می خواهد هر چه بیشتر آن را به دست آورد و گرفتار حرص می شود.

نشانه های وقف و رکود قلب:

۱. از بین رفتن شیرینی طاعت خداوند

۲. از بین رفتن تلخی معصیت

۳. اشتباه شدن علم حلال و حرام

کسی که از یاد خدا غافل باشد از عبادت لذتی نمی برد همچنانکه تلخی ارتکاب گناه را درک نمی کند ، البته مطابق روایتی از امام صادق منظور از یاد و ذکر خدا سبحان الله و الحمد لله و لا اله الا الله و الله اکبر نیست بلکه منظور انجام واجبات و ترک گناه است و چنین شخصی لذت عبادت را احساس می کند و تلخی گناه را درک می کند.

نشانه دیگر غفلت از یاد خدا این است که علم حلال و حرام دچار اشتباه می شود یعنی اگر کسی پس از علم به حلال و حرام به رعایت آنها پایبند نبود پس از مدتی این علم را از دست می دهد و مطابق روایتی هنگامی که علم می آید عمل را صدا می زند و اگر عمل نیامد علم هم کوچ می کند.

### ۱۱. گام اول بیداری:

برای این که انسان از خواب طبیعت بیدار شود و متوجه عالم انسانیت و معنویت شود لازم است سه شرط را در خود محقق کند که عبارتند از:

۱. قلب را از غفلت خارج کند

۲. نفس را از شهوت منع کند

۳. عقل را از جهل حفظ کند

خروج قلب از غفلت با انجام واجبات و ترک محرمات اتفاق می افتد (چرا که ذکر حقیقی و قلبی در عمل خودش را نشان می دهد و کسی ذاکر است که واجبات را انجام دهد و گناهان را ترک کند حتی اگر به ظاهر و با زبان ذکر نگوید و برعکس کسی واجبات را انجام نمی دهد و مرتکب گناه می شود حتی اگر به زبان ذکر بگوید ذاکر نیست).

حفظ نفس از شهوات نیازمند مدیریت و کنترل امیال است چرا که ممکن است نفس تمایل به حلال و یا حرام داشته باشد که در حالت اول اجازه ارضای میل داده می شود و در حالت دوم نه.

حفظ عقل از جهل هم نیازمند به کار گیری عقل (یعنی تفکر کردن) و به دست آوردن علم و شناخت مناسب و به کار گرفتن آن علم و شناخت است.

اگر مجموع این سه شرط در کسی محقق شد می توان او را به عنوان یک انسان، بیدار دانست و گرنه بیداری او حیوانی است که حیوان بیدار به دنبال ارضای شهوات است و علم و ذکر برای او معنا ندارد بنابراین با تبعیت از هوا و هوس و ارتکاب گناه و گرفتار جهل بودن تنها در حد یک حیوان می توان بیدار بود و از انسانیت بهره ای نمی توان برد.

## ۱۲. گام دوم صالح بودن:

فردی که بیدار است ناگزیر به دنبال صلاح و مصلحت خود است و این مصلحت با انجام اعمال صالح به دست می آید که عبارتند از :

۱. حفظ علم از هوا و هوس
۲. حفظ دین از بدعت
۳. حفظ مال از حرام

اگر فرد همچنان که در مرحله بیداری گفتیم عقل را به کار گرفت و به علم دست یافت در هنگام عمل لازم است مطابق آن علم عمل کند و نباید به خاطر امیال و هوی و هوس بر خلاف علم عمل کند ، و در صورتی که گرفتار هوی و هوس نشد شرط اول صالح بودن را پیدا کرده است .

در خصوص مورد دوم هم باید گفت: دین حقیقتی است که از طرف خداوند و توسط پیامبران و جانشینان آنها در اختیار مردم قرار گرفته است و نباید منشأ دیگری برای دین پذیرفت ، و اگر کسی از پیش خود یا کسانی که به ناحق و به دروغ چیزی را به عنوان دین مطرح می کنند ، مطلبی را به عنوان دین بپذیرد شرط دوم صالح بودن را فاقد است.

کسب حلال هم از نظر آیات و روایات اهمیت بسیار زیادی دارد و مطابق روایات از هفتاد جزء عبادت شصت و نه جزء آن در کسب حلال است و این نشان می دهد که اگر فردی با دقت کافی مال خود را از حرام حفظ کند او جزء عابدترین انسان ها خواهد بود.

در قرآن در آیاتی به این موضوع اشاره شده است از جمله:

یا ایها الرسل کلوا من الطیبات و اعملوا صالحا انی بما تعملون علیم (مومنون / ۵۱)

ای رسولان از طیبات بخورید و عمل صالح انجام بدهید بدرستی که من بر آن چه انجام می دهید بخوبی آگاهم

یا ایها الناس کلوا مما فی الارض حلالا طیبا و لا تتبعوا خطوات الشیطان انه لکم عدو مبین (بقره / ۱۶۸)

ای مردم از آن چه در زمین است ، حلال و طیبش را بخورید و از شیطان پیروی نکنید که حقیقتا او دشمنی آشکار برای شما است.

همانگونه که ملاحظه می شود پیش از آن که به مردم بگوید از شیطان پیروی نکنید دستور می دهد که غذای حلال طیب بخورید و نیز پیش از آن که به رسولان بگوید اعمال صالح انجام دهید دستور می دهد که از غذاهای طیب بخورند و می توان چنین برداشتی از آیات مذکور داشت که مقدمه انجام عمل صالح و پیروی نکردن از شیطان خوردن غذای حلال و طیب است و در صورتی که غذا حرام و پلید باشد زمینه گناه و پیروی از شیطان فراهم می شود.

نکته بعدی که امام مطرح می فرمایند این است که لازم است مومن یا در حال شکر باشد یا تسلیم در برابر قضای الاهی یعنی اگر تقدیر الاهی بر وفق مراد او بود شکر گزار باشد و اگر آن

را خلاف میل و رضایتش می یابد آن را ناشی از مصلحتی بداند که خداوند برای او در نظر گرفته است و به هر حال نباید هرگز از خداوند ناراضی و یا خشمگین باشد.

نکاتی که تا اینجا گفته شد انسان را به صلاح و سعادت می رساند ولی انجام آنها نیاز به راهکار مناسب دارد که در ادامه باب سوم امام راهکار آن را بیان می فرمایند:

مبنای بیدار شدن و صالح شدن و شاکر بودن و تسلیم قضای الهی شدن در این است که انسان عمر را به مثابه یک روز یا یک ساعت ببیند و آنگاه این یک ساعت یا یک روز را عبادت قرار دهد. یعنی اگر فرد می خواهد از عمرش به نحو صحیح استفاده کند و در مسیر صلاح و سعادت خود گام بردارد به این توجه داشته باشد که دنیا گذرا است همچنان که یک ساعت و یا یک روز گذرا است و همانگونه که می تواند یک ساعت یا یک روز را مدیریت کند و در آن به گناه نپردازد می تواند کل زندگی محدود را نیز مانند یک ساعت یا یک روز در نظر بگیرد و تصمیم بگیرد در آن به گناه نپردازد همچنانکه مثلا امام حسین علیه السلام که بیشترین مصیبتها را تحمل فرمودند این گونه بودند و همواره در عبادت و تسلیم و رضایت بودند تا این که زندگی ایشان با شهادت به پایان رسید و به بالاترین درجات در نزد خداوند دست یافتند. برای این که هر انسانی بتواند با دنیا اینگونه معامله کند امام راهکار آن را توضیح می دهند که شامل دو بخش است

۱. هر روز برای خود وقتی را خالی کند

۲. در آن زمان خالی شده مداومت در تفکر داشته باشد

اما چه کسی می تواند هر روز وقتی را برای خود خالی کند؟

کسی که قناعت بورزد

در توضیح مطلب فوق باید گفت اگر فرد اهل قناعت نباشد تمام وقت مفید خود را صرف تحصیل بیشتر دنیا و لذت طلبی بیشتر می کند ولی اگر اهل قناعت باشد می تواند قدری از دنیا طلبی و لذت طلبی کم کند و وقتی را برای خود خالی کند.

چه کسی می تواند مداومت در تفکر در آن وقت خالی داشته باشد؟

کسی که فراغت و آسودگی ذهنی داشته باشد

کسی می تواند تفکر کند که ذهن آرام و آسوده ای داشته باشد و این میسر نمی شود مگر این که دنیا طلبی تمام ذهن او را مشغول نکرده باشد. دلبستگی نداشتن به دنیا یا زهد، کلید آرامش و فراغت ذهن و دل است و در این صورت است که فرد می تواند تفکر کند. اگر دلبستگی به دنیا به طور کامل مهار شود و فرد اعمال و رفتارش را بر مبنای عقل و شرع تنظیم کند و نه دلبستگی به دنیا، در این صورت فرد دارای تقوا شده است؛ و تقوا مبتنی بر خشیت از خدا است که نشانه آن درک عظمت خداوند و اخلاص در طاعت و انجام اوامر الهی و ترک گناهان است (و همچنان که پیشتر گفته شد خشیت و خوف فرع علم است که انما یخشی الله من عباده العلماء: فقط بندگان عالم خدا از او خشیت و ترس دارند)

### ۱۳. راهکار خاص بندگی (حقیقت عبودیت):

طریق وصول به خدا یکی بیش نیست آن هم همان طریقی که خداوند خود به بندگان ارائه کرده است که همان طریق بندگی است و اساسا هدف خلقت هم همین است جن و انس را نیافریدم مگر برای این که مرا عبادت کنند<sup>۲۵</sup>

و ثمره بندگی رسیدن به یقین است

پروردگارت را عبادت کن تا به یقین برسی<sup>۲۶</sup>

برای تبیین مسیر بندگی خداوند متعال بهترین راهنما آیات قرآن و تبیین پیامبر و اهل بیت علیهم السلام است که به همین منظور از کتاب مصباح الشریعه<sup>۲۷</sup> باب صد که مربوط به عبودیت (بندگی) است استفاده می کنیم:

<sup>۲۵</sup> ما خلقت الجن و الانس الایعبدون ذاریات/۵۶

<sup>۲۶</sup> و اعبد ربک حتی یاتیک الیقین حجر/۹۹

امام صادق علیه السلام می فرمایند: عبودیت گوهری است که کنه آن ربوبیت است<sup>۲۸</sup> ...

در این عبارت نسبت میان عبودیت و ربوبیت نسبت میان وجه و کنه است یعنی آن چه بنده در عبودیت دارد ظاهری است که باطن و حقیقت آن ربوبیت است پس آن چه در عبودیت مفقود شود در ربوبیت یافت می شود<sup>۲۹</sup>

و هر میزان که بنده از تعلق خاطر به خود و توجه به خود رها شود به درک ربوبیت و تعلق دل به ربوبیت نائل می شود یعنی در حالت ابتدایی که بنده به خود و توانایی هایش علاقه و تکیه دارد با طی مسیر بندگی به حدی می رسد که محبت اصلی اش به خداوند و تکیه گاه اصلی اش پرورگارش است و لذا در انجام وظیفه کوچکترین تعلل و سستی ای نشان نمی دهد چرا که محبت به خدا در او موج می زند و تکیه گاه اصلی اش قدرت لایزال خداوندی است لذا دلیلی برای سستی و تردید در انجام وظیفه وجود ندارد.

و آنچه که از ربوبیت پوشیده است در عبودیت به آن می رسد<sup>۳۰</sup>

و هر آن چه که از ربوبیت مخفی است در عبودیت آشکار می شود یعنی با بندگی خداوند می توان به شناختی از خدا رسید که بطور معمول قابل وصول نیست.

---

<sup>۲۷</sup> کتاب مصباح الشریعه که منسوب به امام صادق است دارای صد باب است که هر باب با عبارت قال الصادق علیه السلام آغاز می شود و امام خمینی برخی از عبارات این کتاب را با عنوان قال الصادق نقل می کنند که نشان می دهد انتساب این مطالب به امام صادق علیه السلام را صحیح می دانند (اگر امام خمینی در انتساب این مطالب به امام صادق اندکی تردید داشتند می فرمودند این مطلب منسوب به امام صادق است یا از ایشان روایت شده است ولی هنگامی که می گویند «امام صادق فرمود» نشان می دهد که اطمینان کامل به صحت انتساب این مطلب به امام صادق دارند)

میرزا جواد آقا ملکی تبریزی که کتابی در عرفان عملی با نام «رساله لقاء الله» دارند و برخی آن کتاب را برای سالک بقدری مفید و جامع می دانند که تا چند سالی او را از استاد بی نیاز می کند ، ایشان هم در کتاب رساله لقاء الله از کتاب مصباح الشریعه با تعبیر امام صادق می فرمایند مطلب نقل کرده اند.

<sup>۲۸</sup> قال الصادق علیه السلام: العبودیه جوهره کنهها الربوبیه

<sup>۲۹</sup> فما فقد فی العبودیه وجد فی الربوبیه

<sup>۳۰</sup> و ما خفی عن الربوبیه اصیب فی العبودیه



بزودی نشانه هایمان در آفاق و در وجود خودشان را به آنها نشان می دهیم تا برای آنها روشن شود که او حق است؛ آیا کفایت نمی کند که پروردگارت شاهد و مشرف بر همه چیز است. یعنی در آن جا که هستی و آن جا که نیستی حاضر است<sup>۳۱</sup>

پروردگار متعال در قرآن می فرماید بزودی آیاتمان را در وجود خودشان و غیر وجود خودشان به آنها نشان می دهیم تا بر آنها آشکار شود که او حق است یعنی توجه به آیات الاهی نشان می دهد حقیقت هر چیزی خدای متعال است به بیان دیگر هر موجودی چه خود انسان و چه غیر خود انسان به مثابه عرضی است که جوهر آن خداوند است برای تقریب به ذهن می توان گفت همانگونه که محیط یک مربع چیزی جز مرز هستی و نیستی نیست که نشان می دهد هستی مربع تا کجا امتداد پیدا کرده و از کجا به بعد نیست و در واقع محیط مربع چیزی جز مرز وجود مربع نیست و به بیان دیگر هستی واقعی از خود ندارد و هر چه که دارد به تبع وجود مربع است به همین ترتیب هر موجودی غیر خداوند از خود چیزی ندارد و اگر کسی نشانه های خداوند را ببیند متوجه این نکته می شود که هستی حقیقی (حق) خداوند است و دیگران هستی وابسته ای دارند که آن هم به اراده خداوند موجود شده است و از آن جا که خداوند شاهد بر هر موجود است مشهود آن نیز می تواند باشد به شرط آن که آن موجود به خداوند توجه کند و او را مشاهده کند که آیات الاهی ابزاری برای توجه و مشاهده خداوندند.

عبودیت یعنی بذل کلیت (هستی خود انسان و غیر انسان)<sup>۳۲</sup>

حقیقت عبودیت این است که انسان تلقی خود از وجود خودش به عنوان وجود مستقل قائم به ذات را اصلاح کند و با کنار رفتن این کلیت (که همان تلقی وجود مستقل از خدا است) متوجه می شود که اشیا از خود هیچ ندارند و هر چه دارند از خدا است؛ به عبارت دیگر با اصلاح نگرش خود متوجه می شود که از آن تصور قبلی تنها بخشی جزئی از وجود انسان می ماند،

---

<sup>۳۱</sup> قال الله تعالى : «سنريهم آياتنا في الآفاق و في انفسهم حتى يتبين لهم انه الحق اولم يكف بربك انه على كل شيء شهيد» (فصلت / ۵۳) ای موجود فی غیبتک و حضورک

<sup>۳۲</sup> و تفسیر العبودیه بذل الکلیه

آن هم بخشی که به تبع خواست خدا موجود شده است و وجود سایر اشیا نیز همین حکم را دارد.

و راهکار این امر، آن است که نفس از خواسته هایش منع شود و وادار به کاری شود که از آن کراهت دارد<sup>۳۳</sup>

برای این که تلقی انسان از استقلال وجودیش اصلاح شود لازم است نفس از خواسته هایش منع شود و آن چه برای او مکروه و ناپسند است بر او تحمیل شود.

نفس انسان تمایلاتی دارد که اگر انسان تابع آن ها شود درک حضور خداوند برای انسان دشوار تر می شود و لذا باید با خواسته های نفس مخالفت شود و معنای این سخن این است که ما کاری را انجام دهیم که عقلاً به صلاح ما است اعم از آن چه که برای ما لذت بخش است یا لذت بخش نیست و معیار ما در انجام کارها، تمایلات نفسانی نباشد بلکه مصلحت سنجی عقلانی باشد و لذا اگر غذا می خوریم دلیلمان نباید فقط لذت بخش بودن غذا باشد و بس بلکه آثار و خواص ضروری غذا برای بدن اعم از تامین انرژی، سلامتی، نشاط و ... باشد و اگر به لذت بخش بودن غذا هم اهمیت می دهیم باید از این جهت باشد که موجب نشاط و شادابی می شود و این نشاط و شادابی مقدمه خوبی است برای انجام بهتر وظایف بندگی و خدمت به خلق و ... و لذا در زمانی که صلاح ما در نخوردن غذا است مانند ایام ماه مبارک رمضان برخلاف خواسته نفس باید گرسنگی را به او تحمیل کنیم، تا صلاح خود ما که فواید روزه داری است عاید ما بشود؛ اگر بدین طریق عمل کردیم حجاب نفس که مهمترین حجاب میان بنده و خدا است رقیق و رقیق تر می شود تا جایی که فرد نهایتاً وجود خدا را به وضوح درک می کند و با او انس می گیرد

امام کاظم (علیه السلام) فرمود: دعای شخص روزه دار هنگام افطار مستجاب می شود.<sup>۳۴</sup>

شاید دلیل این امر رفع حجابهای میان عبد و رب است که موجب اجابت دعایش می شود.

---

<sup>۳۳</sup> و سبب ذلك منع النفس عما تهوى و حملها على ما تكره

<sup>۳۴</sup> قال الكاظم (عليه السلام) دعوة الصائم عند افطاره بحار الانوار ج ۹۲ ص ۲۵۵ ح ۳۳.

و کلید آن کنار گذاشتن راحت طلبی و دوست داشتن عزلت است که طریق آن (افتقار) درک نیازمندی و اظهار نیاز به خداوند است<sup>۳۵</sup>

چگونه می توان با هوای نفس و تمایلات آن مخالفت کرد و آن چه برای او مکروه است را به آن تحمیل کرد؟ راهکاری که در اینجا معرفی شده دو چیز است

۱. ترک راحت طلبی

۲. عزلت طلبی

ریشه تبعیت از نفس دو چیز است: یکی راحت طلبی که موجب می شود انسان از وظایفش باز بماند و راه برخورد با آن هم این است که انسان قید راحت طلبی را یک بار برای همیشه بزند؛ دیگری هم‌رنگ با جماعت شدن است که انسان را درگیر کارهایی می کند که تایید دیگران در آن است و در اینجا هم راه برخورد این است که قید تایید و تشویق دیگران را بزند.

پرسش: آیا معنای سخن فوق این است که ما همواره خود را گرفتار کارهای دشوار کنیم و از هر نوع کار راحتی پرهیز کنیم، و از سوی دیگر همیشه از همراهی با خواست دیگران پرهیز کنیم و در مسیر مخالفت با آنان قرار بگیریم؟

پاسخ: خیر، معنای سخن فوق این است که ملاک اعمال ما راحتی آنها یا همسویی با خواست دیگران و دریافت تشویق دیگران نباشد بلکه ملاک ما عقل و منطق و خواست خداوند باشد، خواه کاری که مطابق خواست خدا و حکم عقل است راحت باشد و همسو با خواست دیگران باشد و احیانا تشویق آنها را در پی داشته باشد و خواه برای ما دشوار باشد و حتی انتقاد دیگران را در پی داشته باشد؛ یعنی ما به آن چه صلاح خودمان است عمل می کنیم نه به آنچه راحت تر است و یا دیگران خوششان می آید.

**راحتی** لزوماً خوب یا بد نیست؛ اگر باعث شود ما تجدید قوا کنیم و وظایفمان را بهتر انجام دهیم چیز خوبی است ولی اگر ما را از اهدافمان باز بدارد چیز بدی است. از آن جا

---

<sup>۳۵</sup> و مفتاح ذلک ترک الراحة و حب العزله و طریقه الافتقار الی الله

که طبیعت انسان نیاز به استراحت و تفریح و لذت دارد قطعا یک مومن بخشی از اوقات خود را به استراحت و لذتهای حلال می گذراند ولی اجازه نمی دهد در این استراحت یا لذت حلال افراط و زیاده روی صورت گیرد به گونه ای که در مجموع او را از اهدافش باز دارد.

**تایید و تشویق دیگران** و یا همسویی با دیگران هم لزوما خوب یا بد نیست بلکه باید دید این تایید یا تشویق به دلیل انجام کار درستی است که ما انجام داده ایم یا به دلیل این است که مطابق تمایلات آنها که ممکن است لزوما تمایلات مثبتی نباشد کاری انجام داده ایم؛ اگر به دلیل انجام کار درست باشد تایید و تشویق دیگران خوب است و باعث تقویت انگیزه بر انجام کار درست می شود اما اگر به دلیل همسویی با تمایلات نادرست دیگران باشد چیز خوبی نیست و چنین تشویقی انسان را به سمت بندگی دیگران سوق می دهد که باید از آن پرهیز کرد، و چنین عزلتی، و پرهیز از همراهی با دیگران امر بسیار پسندیده ای است.

چگونه می توان راحت طلبی را کنار گذاشت و عزلت را دوست داشت؟ راه آن افتقار به سوی خدا است؛ در توضیح آن باید گفت انسان به صورت طبیعی میل به راحتی و همراهی با دیگران دارد و این از ویژگی های نفس انسان است و برای جدا شدن از این دو ویژگی چاره ای نیست جز این که به جای این دو تکیه گاه، تکیه گاه دیگری برگزینیم و این چیزی نیست جز غنا و قدرت خدای بی نیاز. یعنی اگر کسی می خواهد از راحت طلبی و همرنگی با دیگران رها شود، راهش تکیه کردن به خداوند است که در این صورت خداوند کار دشوار را برای او آسان و تنهایی را خوشگوار می کند<sup>۳۶</sup> و عبادات بویژه دعا یکی از

---

<sup>۳۶</sup> وَ اسْتَلْأُوا مَا اسْتَوْعَرَهُ الْمُتَرْفُونَ وَ اُنْسُوا بِمَا اسْتَوْحَشَ مِنْهُ الْجَاهِلُونَ وَ صَحِبُوا الدُّنْيَا بِاَبْدَانٍ اُرْوَاهَا مُعَلَّقَةً بِالْمَحَلِّ الْاَعْلَى

و آنچه ناز پروردگان، دشوار پنداشته اند، آسان می یابند. و بر آنچه نادانان از آن احساس تنهایی می کنند انس گرفته اند. به تن همدم دنیا بند ولی جانشان به جهان بالا پیوسته است

عوامل بسیار مهم در تحقق وابستگی به خداوند است، یعنی فرد با دعا کردن می تواند بتدریج بجای وابستگی به قدرت و شأن و جایگاه اجتماعی خود و دیگران به قدرت بی انتهای خداوند تکیه کند که در این صورت هیچ مانعی نمی تواند او را از رسیدن به اهدافش بازدارد.

رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمودند خداوند را به گونه ای عبادت کن گویا او را می بینی و اگر تو او را نمی بینی او تو را می بیند.<sup>۳۷</sup>

این عبارت طریق افتقار را ، عبادت خدا به گونه ای که گویا او را می بینیم معرفی می کند یعنی اگر کسی می خواهد این حقیقت نیاز به خدا را در وجودش محقق کند باید در عبادت به گونه ای باشد که گویا خدا را می بیند که چنین عبادتی روح نیازمندی به خدا را در درون انسان زنده می کند ، اما اگر کسی در تحقق این نوع عبادت خود را موفق نیافت باید توجه داشته باشد که اگر چه او خدا را نمی بیند ، اما خدا او را می بیند و توجه به این مطلب به او کمک می کند که خدا را به گونه ای عبادت کند که گویا او را می بیند.

حروف عبد سه تا است: عین ، باء و دال که عین علم بنده به خدای تعالی است، باء بون (دوری) او از غیر او (غیر خدا) است و دال دنو (نزدیکی) او به خدا بدون کیفیت و حجاب است.<sup>۳۸</sup>

در این قسمت تعبیر جالبی از بندگی می شود به این صورت که هر یک از حروف عبد بیان کننده بخشی از حقیقت بندگی اند، عین بیانگر علم بنده به خدا است که تا علم و شناخت نسبت به خدا نباشد بندگی او هم امکان پذیر نیست و هر میزان این شناخت عمیق تر و یقینی تر باشد بندگی کامل تر خواهد بود، باء بیانگر دوری بنده از غیر خدا است که با توجه به توضیحاتی که در ترک راحت طلبی و عزلت ارائه شد مشخص است که هر میزان بنده از هوای

---

<sup>۳۷</sup> قال رسول الله اعبد الله کانک تراه فان لم تکن تراه فانه یراک

<sup>۳۸</sup> و حروف العبد ثلاثه العین و الباء و الدال: فالعین علمه بالله تعالی، و الباء بونه عن سوا و الدال دنوه من الله تعالی بلا کیف و لا حجاب

نفس و تمایلات دیگران دور باشد به بندگی خدا نزدیک تر است ؛ و دال بیانگر نزدیکی بنده بدون کیفیت و حجاب به خداوند است : که شاید اشاره به این باشد که بنده با روح الاهی خود بدون این که چیزی مانع میان او و خداوند باشد به او تقرب می یابد و روح چیزی است که وقتی از پیامبر درباره آن می پرسند خداوند می فرماید ای پیامبر بگو روح از امر پروردگار من است ، و توضیح بیشتری بیان نمی شود و حتی تصریح می شود که به انسان فقط مقدار کمی از دانش داده شده است و شاید مراد این باشد که درک این موجود بدون کیفیت دشوار است و این ناشی از ضعف توان بشر در شناخت کنه و حقیقت امور الاهی و حتی انسانی است و لذا نمی توان برای روح کیفیتی ارائه کرد چنان که نه برای خداوند می توان کیفیتی ارائه کرد و نه برای روح الاهی انسان و بی جهت نیست که انسان را موجود ناشناخته نامیده اند.

#### ۱۴. ساحت‌های راهکار خاص بندگی

اعمال انسان به چهار قسم تقسیم می شوند :

اعمالی در قبال خداوند ،

اعمالی در قبال خود انسان،

اعمالی در قبال دیگران و

اعمالی در قبال دنیا<sup>۳۹</sup>

با توجه به اینکه هر عملی که انسان انجام می دهد تاثیری بر خود او دارد و او را به سمت سرنوشت نیک یا شوم سوق می دهد در اینجا با تقسیم بندی اعمال به بیان اصولی می پردازد که در هر قسم لازم است رعایت شود تا اعمال ما بجا باشد و تاثیر مثبتی بر خود ما و سرنوشتمان داشته باشد:

---

<sup>۳۹</sup> و اصول المعاملات تقع علی اربعه اوجه معامله الله و معامله النفس و معامله الخلق و معامله الدنيا

## ۱۴-۱ عملکرد در قبال خداوند

اصولی که در قبال خداوند باید در اعمالمان رعایت کنیم هفت چیز است:

۱. ادای حق او،
۲. حفظ قانون او،
۳. شکر عطای او،
۴. رضا به قضای او،
۵. صبر بر بلای او ،
۶. بزرگداشت حرمت او و
۷. شوق به سوی او<sup>۴۰</sup>

آن چه که بنده در قبال خداوند باید رعایت کند هفت چیز است

### اول: ادای حق خداوند

طبق آنچه در رساله الحقوق امام سجاد آمده است حق خداوند این است که او را عبادت کنیم و چیزی را شریک او قرار ندهیم که اگر با اخلاص این کار را انجام دهیم خداوند بر خود واجب می کند که امر دنیا و آخرت ما را کفایت کند و آنچه را که دوست داریم برایمان حفظ کند<sup>۴۱</sup>

---

<sup>۴۰</sup> اما اصول معامله الله فبسببه اشیاء: اداء حقه ، و حفظ حده و شکر عطائه و الرضا بقضائه و الصبر علی بلائه و

تعظیم حرمته و الشوق الیه

<sup>۴۱</sup> فاما حق الله الاکبر فانک تعبده لا تشرک به شیئا ؛ فاذا فعلت ذلک باخلاص جعل لک علی نفسه ان یکفیک امر الدنیا و الاخره و یحفظ لک ما تحب منها .

ترجمه : پس حق خداوند که بزرگترین حق است ؛ بر گردن تو آنست که فقط بنده او باشی و در عبادت و بندگی شرک نورزی ؛ پس وقتی که چنین بودی و بنده مخلص او شدی ؛ خداوند نیز بر خود واجب میکند که دنیا و آخرت ترا کفایت نموده و آنچه را که از دنیا و آخرت دوست میداری برای تو حفظ نماید

## دوم: حفظ حدود الاهی و رعایت قوانین شرع

چنانکه پیشتر گفته شد کسانی که اهل فسق و ظلم باشند مشمول هدایت الاهی نمی شوند و باب الابواب سعادت در دنیا و آخرت رعایت احکام الاهی است و در روایت داریم که هیچ نکبتی به بنده نمی رسد مگر بخاطر گناه<sup>۴۲</sup>

### سوم: شکر عطای الاهی

در هر نفسی شکر لازم است بلکه هزار شکر و بالاتر (مصباح الشریعه/ باب شکر)

حقیقت شکر مطابق روایتی که از امام رضا علیه السلام نقل شده است این است که نعمت را قلبا از خدا بدانیم و اگر در قلبمان توجه به این داشته باشیم که نعمتهایی که داریم از خداست ما شاکر نعمت خدا هستیم اگر چه به زبان الحمد لله نگوییم و بر عکس اگر به زبان الحمد لله بگوییم ولی قلبا نعمت را از خدا ندانیم شاکر نعمت خدا نیستیم.

این مقدار شکر مطابق آن چه در باب شکر مصباح الشریعه آمده است کمترین مقدار شکر است و «نهایت شکر این است که با خضوع در پیشگاه خدا از عمق وجود اعتراف کنیم که کمترین مقدار شکر را هم نمی توانیم بخوبی ادا کنیم چرا که توفیق شکر خود نعمتی است که شکر آن واجب است و این توفیق شکر، از خود آن نعمتی که بخاطر آن شکر می کنیم بزرگتر و ارزشمندتر است و لذا برای هر شکر، شکری بزرگتر لازم است و این روند تا بی نهایت ادامه پیدا می کند و شکر بنده کجا می تواند به نعمت خدا برسد در حالی که بنده ضعیف توانی جز آن چه از خدا گرفته ندارد و خدا از بنده بی نیاز است»

مطابق آیه قرآن شکر نعمت سبب افزایش نعمت است و کفران نعمت زمینه ساز نزول عذاب که

اگر شکر گزار باشید یقینا (نعمت) شما را افزون می کنم و اگر کفران نعمت کنید یقینا عذاب من شدید است<sup>۴۳</sup>

---

<sup>۴۲</sup> امام باقر (ع) فرمود: "ما من نكبة تصيب العبد الا بذنب؛

. محمد بن یعقوب کلینی، اصول کافی، الناشر، دارالکتب الاسلامیه، طهران، سنه النشر، ۱۳۶۵ هـ ش، ج ۲، ص ۲۶۹، حدیث ۴.



خداوند به جناب لقمان حکمت اعطا کرده است و در تفسیر آن می فرماید و

و بتحقیق به لقمان حکمت عطا کردیم که شکر خدا را بجای آور و هر که شکرگزار باشد جز این نیست که برای خود شکرگزاری کرده و هر که ناسپاسی کند (بداند که) خداوند حقیقتاً بی نیاز و ستوده است.<sup>۴۴</sup>

### چهارم: رضا به قضای الاهی

مطابق آن چه در مصباح الشریعه ، باب رضا، آمده است صفت رضا این است که نسبت به امر محبوب و مکروه رضایت وجود داشته باشد و این صفت، شعاع نور معرفت خداوند است چرا که اگر کسی به معرفت الاهی دست یافت می داند که خداوند خیر بندگان را می خواهد و بیش از هر کسی نسبت به خیر آنها راغب و بر تحقق آن قادر است بنابراین هر تقدیری برای او پیش آید آن را جلوه ای از رحمت خداوند در حق خود می داند چه در ظاهر امر خوشایندی باشد و چه ناخوشایندی.

صاحب مقام رضا از اختیار خود صرف نظر می کند و او حقیقتاً (از نظر خواست و اراده) همان کسی است که از او راضی است<sup>۴۵</sup>

کسی که به مقام رضا می رسد خواست خداوند را برتر از خواست خود می داند زیرا خدا بهتر صلاح او را می داند و لذا در مقابل خواست خدا دیگر از خود خواستی ندارد و از خواست و اختیار خود چشم پوشی می کند و حقیقتاً خواست او همان خواست خداوند است.

رضا، اسمی است که تمامی معانی عبودیت در آن جمع است<sup>۴۶</sup>

---

<sup>۴۳</sup> لئن شکرتم لازیدنکم و لئن کفرتم ان عذابی لشدید ابراهیم / ۷

<sup>۴۴</sup> و لقد آتینا لقمان الحکمه ان اشکر لله و من یشکر فانما یشکر لنفسه و من کفر فان الله غنی حمید لقمان / ۱۲

<sup>۴۵</sup> والراضی فان عن جمیع اختیاره و الراضی حقیقه هو المرضی عنه

<sup>۴۶</sup> و الرضا اسم یجتمع فیہ معانی العبودیه

چرا که عبد صاحب مقام رضا جز خواست خدا دنبال چیز دیگری نیست و تبعیت از خواست خدا همان بندگی است.

### پنجم: صبر بر بلایی که خداوند مقدر کرده است

در تفسیر صبر در مصباح الشریعه آمده است

صبر نور و صفای باطن بندگان را ظاهر می کند و جزع و بی تابی ظلمت و وحشت درونی آنها را آشکار می کند همگان مدعی صبرند در حالی که فقط کسانی که اهل خشوع و خضوع و اطمینان قلبی اند بر آن ثابت قدمند و همگان منکر جزع و بی تابی اند در حالی که در منافقین از همه آشکارتر است چرا که پیش آمد محنت و مصیبت راستگو و دروغگو را آشکار می کند.

صبر آن جایی است که فرد آرامش درونی اش را از دست ندهد و گرنه با تزلزل درونی صبر وجود ندارد و جزع و بی تابی ، اضطراب قلب و حزن شخص و تغییر رنگ و تغییر حال فرد را همراه دارد.

اگر حادثه ای پیش آید و فرد در اوائل آن حادثه آرامش قلبی و حالت بازگشت و تضرع به سوی خدا نداشته باشد او صابر نیست.

برای برخی اول صبر تلخ و آخرش شیرین است و برای برخی دیگر اول و آخرش شیرین است اگر کسی از ابتدای مصیبت وارد صبر شود حقیقتاً از مصیبت خارج شده است و اگر از انتهایش وارد صبر شود حقیقتاً داخل شده است

یعنی اگر کسی از ابتدا مراقب باشد که در بلا بی تابی نکند و با خشوع و بازگشت و تضرع به درگاه خداوند صبور باشد تلخی حادثه رفع می شود اما اگر این کار را نکند و پس از تحمل تلخی حادثه بخواهد صبور باشد آن تلخی باقی می ماند.

صبر عامه: اگر کسی حادثه را تلخ ببیند و در عین حال صبر کند و به مخلوق شکایت نبرد و با جزع و بی تابی درون خود را آشکار نکند او از صبر عامه بهره مند است و پاداشش بهشت و مغفرت الاهی است در آنجا که خداوند در قرآن می فرماید:

و صابران را بشارت ده<sup>۴۷</sup>

صبر خواص: اگر کسی با سعه صدر و آرامش و وقار بر مصیبت صبر کند صبر خواص را دارد که خداوند درباره اش فرموده است

بحقیقت خداوند همراه صابران است<sup>۴۸</sup>

ششم: پاسداشت حرمت الاهی<sup>۴۹</sup>

بنا بر این فقره لازم است انسان در دل احساس عظمت الاهی و حرمت او را داشته باشد که توجه به آیات قرآن می تواند زمینه مناسبی برای درک عظمت الاهی باشد نظیر آیاتی که می فرماید:

مبارک است نام باشکوه و صاحب کرامت پروردگارت<sup>۵۰</sup>،

شما را چه شده است که به عظمت خداوند توجه نمی کنید<sup>۵۱</sup>

پروردگارت بزرگوار ترین است<sup>۵۲</sup>

و پروردگارت را بزرگ بشمار<sup>۵۳</sup>

و عظمت در آسمانها و زمین فقط برای او است<sup>۵۴</sup>

او را به حقیقت بزرگ بشمار<sup>۵۵</sup>

---

<sup>۴۷</sup> و بشر الصابرين بقره/۱۵۵

<sup>۴۸</sup> ان الله مع الصابرين بقره/۱۵۳

<sup>۴۹</sup> و تعظیم حرمته

<sup>۵۰</sup> تبارک اسم ربك ذوالجلال و الاكرام رحمان ۷۸/

<sup>۵۱</sup> ما لكم لا ترجون لله وقارا نوح ۱۳/

<sup>۵۲</sup> ربك الاكرم علق/۳

<sup>۵۳</sup> و ربك فكبر مدثر/۳

<sup>۵۴</sup> و له الكبرياء في السموات و الارض جائيه ۳۷/

نام پروردگار بلند مرتبه ات را تسبیح گو<sup>۵۶</sup>

در مصباح الشریعه در باب دوازدهم که مربوط به آداب ورود به مسجد است آمده است:

بدان که قصد سرای پادشاهی با عظمت را کرده ای ... و با توجه به هیبت پادشاه وارد عرصه خدمتش شو که اگر غفلت کنی خطر بزرگی در انتظار تو است.<sup>۵۷</sup>

و در باب سیزدهم مصباح الشریعه که مربوط به آداب شروع به نماز است آمده است

در عمق وجودت عظمت خداوند را مشاهده کن و به یاد آور آن هنگامی را که هر کس اعمال گذشته اش را آشکار می کند و به سوی مولای حقیقی شان باز می گردند ؛ و بر قدم خوف و رجا بایست ، پس آن گاه که تکبیر الاحرام گفتی هر آن چه ما بین آسمانهای بلندمرتبه و خاک است را در برابر عظمت او کوچک بشمار که اگر خدا ببیند در قلب بنده که تکبیر می گوید حقیقت تکبیر (بزرگ شمردن خدا) وجود ندارد به او می گوید ای دروغگو آیا مرا فریب می دهی ، به عزت و جلالم سوگند که تو را از شیرینی مناجاتم محروم می کنم و از قرب خود و لذت مناجاتم محروم می کنم.<sup>۵۸</sup>

افزون بر این هیچکس عالم شمرده نمی شود مگر این که خشیت الاهی در قلبش وجود داشته باشد که قرآن اهل خشیت را عالم می داند<sup>۵۹</sup>

و در جای دیگر در مصباح الشریعه آمده است که

---

<sup>۵۵</sup> کبره تکبیرا اسراء/ ۱۱۱

<sup>۵۶</sup> سیح اسم ربک الاعلیٰ اعلیٰ/ ۱

<sup>۵۷</sup> فاعلم انک قصدت باب بیت ملک عظیم... و هب القدوم الی بساط خدمه الملك هیبه الملك فانک علی خطر عظیم ان غفلت/ مصباح الشریعه باب دوازدهم آداب دخول مسجد

<sup>۵۸</sup> عاین بسرک عظمه الله و اذکر وقوفک بین یدیه یوم تبلو کل نفس ما اسلفت و ردوا الی الله مولاهم الحق و قف علی قدم الخوف و الرجاء فاذا کبرت فاستصغر ما بین السموات العلی و الثری دون کبریائه فان الله اذا اطلع علی قلب العبد و هو یکبر و فی قلبه عارض عن حقیقه تکبیره قال یا کاذب اتخدعنی و عزتی و جلالی لاحرمک حلاوه ذکری لاجبنتک عن قربی و المساره بمناجاتی / مصباح الشریعه باب سیزدهم در آداب شروع به نماز

<sup>۵۹</sup> مصباح الشریعه باب شصت و پنج خوف و خشیت از خدا: من حرم الخشیه لا یتکون عالما و ان شق الشعر بمتشابهات العلم قال الله تعالی انما یتخشى الله من عباده العلماء

کسی که عارف به خدا باشد از خدا خائف خواهد بود... (و البته) ثمره این خوف این است که نفس و هوای نفس می میرد.<sup>۶۰</sup>

## هفتم: اشتیاق به او

در مصباح الشریعه است که

مشتاق اشتیایی به طعام ندارد و از نوشیدنی لذتی نمی برد و خواب برایش لذتبخش نیست و در خانه ای آرام نمی گیرد و به دنبال ساخت اسباب آسایش خود نیست و لباس نرم نمی پوشد و قرار ندارد و شب و روز خدا را عبادت می کند و در همه این موارد امیدش این است که به آنچه به آن مشتاق است برسد؛ و با زبان شوق با او مناجات می کند که این زبان حکایت گر درون او است چنانچه خداوند از حال موسی در میعاد با پروردگارش خبر داده است و پیامبر در تفسیر آن فرموده موسی نه چیزی خورد و نه چیزی آشامید و نه خوابید و نه به هیچیک از این ها در طول چهل روزی که رفت و بازگشت، میلی پیدا کرد و همه اینها از شدت شوق به پروردگارش بود.

آن هنگام که در عرصه شوق در آمدی بر نفس خود و هدف از دنیا تکبیر بزن و با همه آنچه بدانها می توان انس گرفت وداع کن و از هر چه جز معشوق بتر و میان حیات و مماتت، به خداوند لبیک بگو که خداوند اجرت را عظیم کند.

مثل مشتاق مثل غریقی است که به فکر هیچ چیز جز نجات خود نیست و هر چیزی جز نجات خود را فراموش کرده است.

---

<sup>۶۰</sup> مصباح الشریعه باب ۸۸ در خوف و رجاء من کان بالله عارفاً کان من الله خائفاً... والخوف یمیت النفس

## ۱۴-۲ رفتار با خود

و اصول عملکرد در برخورد با خود (نفس) هفت قسمت دارد:

۱. مجاهدت،
۲. خوف،
۳. تحمل اذیت و ریاضت،
۴. مطالبه صدق،
۵. اخلاص،
۶. اخراج نفس از آنچه بدان محبت دارد و
۷. پیوستگی آن با فقه<sup>۶۱</sup>

### اول: مجاهدت

در باب هشتماد مصباح الشریعه (باب جهاد و ریاضت نفس) آمده است:

خوشا بحال بنده ای که برای خدا با نفس و خواسته هایش مبارزه کند؛ هر که لشکر نفس و خواسته هایش را شکست دهد به رضایت الاهی دست می یابد و هر که عقلش با مجاهدت و اظهار شکستگی و فروتنی در عرصه خدمت خدای تعالی بر نفس اماره بالسوء اش غلبه کند به تحقیق به رستگاری عظیم دست یافته است. هیچ حجابی ظلمانی تر و وحشتناک تر از نفس و هوای نفس میان بنده و خدا وجود ندارد هیچ سلاحی برای کشتن و نابود کردن نفس و هوای نفس همانند درک فقر الی الله و خشوع و خضوع و گرسنگی و تشنگی در روز و بیداری در شب نمی باشد و اگر فردی این چنین حالی داشته باشد و بمیرد شهید مرده است و اگر حیات داشته باشد و پایداری ورزد عاقبت خود را منتهی به رضایت برتر (الاهی) کرده است که خداوند می فرماید:

---

<sup>۶۱</sup> و اصول معامله النفس سبعة الجهد، و الخوف، و حمل الاذی، و الریاضه، و طلب الصدق و الاخلاص و اخراجها من محبوبها و ربطها فی الفقه

آنان که در راه ما مجاهدت می کنند یقیناً به راه هایمان هدایت می کنیم و به تحقیق خداوند همراه نیکوکاران است<sup>۶۲</sup>

و آن گاه که دیدی تلاش کننده ای از تو بیشتر تلاش می کند نفس خود را توبیخ و سرزنش و تحقیر کن تا تلاشش را بیشتر کند و امر و نهی را زمام نفس کن و هدایتش کن آن گونه که اسب سوار ماهر اسبش را هدایت می کند به گونه ای که در هر قدم دقت دارد که آن قدم هیچ خطایی نداشته باشد.

رسول خدا نماز می گزارد تا جایی که پاهایش ورم می کرد و می فرمود آیا بنده شاکری نباشم و می خواست که امت از او درس بگیرند و در هیچ حالی از مجاهدت و عبادت و ریاضت غافل نشوند. بدان که اگر شیرینی عبادت را بچشی و برکات آن را ببینی و از نورانیت آن بهره مند شوی حتی ساعتی از آن باز نمی مانی حتی اگر تکه تکه ات کنند.

## دوم: خوف

در مصباح الشریعه باب هشتاد و هشت (در خوف و رجاء) آمده است: «خوف دیده بان قلب است» یعنی با وجود خوف فرد مرتکب عملی که به ضرر قلب باشد نمی شود و خوف ظهور عدل الاهی و عامل پرهیز از تهدید او است، خوف نفس را می میراند و پیامبر فرمودند مومن میان دو خوف است خوف از آن چه گذشته است و خوف آن چه باقی است (گذشته ممکن است تبعات ناخوشایندی داشته باشد و آینده هم ممکن است ظرف حوادث ناگوار و اعمال ناصالحی باشد)، با مرگ نفس دل زنده می شود و با زنده شدن دل استقامت به دست می آید و چگونه بنده خائف نباشد در حالی که از عاقبت پرونده خود خبر ندارد و عملی که او را حقیقتاً مستحق (سعادت) کند ندارد و قدرت انجام کاری ندارد و گریزگاهی هم نیست

---

و الذین جاهدو فینا لنهیدینهم سبلنا و ان الله لمع المحسنین عنکبوت / ۶۹

## سوم: تحمل اذیت و ریاضت دادن نفس<sup>۶۳</sup>

برای رسیدن به مقاصد عالی ناگزیر باید تحمل دشواریها را داشت که ممکن است این دشواریها از ناحیه دیگران باشد و یا ممکن است اقتضاء خود مسیر باشد و اگر کسی این دشواریها را بر خود هموار نکند نمی تواند امیدوار به رسیدن به مقصد باشد و البته بسته به میزان ارزشمندی مقصد تحمل دشواریهای بزرگتر معقول است و چه مقصدی بالاتر از نیل به سعادت ابدی و جوار حق تعالی.

## چهارم: طلب صدق

صداقت شرط اصلی هر موفقیت معنوی است و کذب و دروغ ریشه شرور و مفساد، که نفاق و خیانت از لوازم کذب است؛ اولیای الهی برترین مصادیق افراد صادق هستند و اگر کسی صداقت داشته باشد استحقاق پاک شدن از سوی خداوند را پیدا می کند و روز قیامت روزی است که صدق صادقین به آنها نفع می بخشد<sup>۶۴</sup>

## پنجم: اخلاص

در مصباح الشریعه آمده است:

«اخلاص جامع فضیلت‌های اعمال است و جامع معنایی است که آغاز آن قبول است و پایان آن رضای الهی، هر کس که خداوند از او قبول کند و از او راضی باشد او مخلص است ولو عمل او کم باشد و اگر عمل او قبول نشود او مخلص نیست اگر چه عملش زیاد باشد و داستان حضرت آدم و ابلیس بیانگر این معنا است»

که شش هزار سال عبادت ابلیس که مخلصانه نبود قبول نشد و نتیجه کارش استکبار از سجده در برابر آدم بود که در نهایت از جوار خدا اخراج شد و توبه حضرت آدم که مخلصانه بود مورد قبول واقع شد.

---

<sup>۶۳</sup> و حمل الاذی و الریاضه:

<sup>۶۴</sup> هذا یوم ینفع الصادقین صدقهم مائده / ۱۱۹



نشانه قبول، تداوم بخشش آگاهانه هر آن چیزی است که فرد دوست دارد

خداوند می فرماید عاملان هلاک می شوند مگر عبادت کنندگان، و عبادت کنندگان هلاک می شوند مگر عالمان، و عالمان هلاک می شوند مگر صادقان، و صادقان هلاک می شوند مگر مخلصان، و مخلصان هلاک می شوند مگر متقین، و متقین هلاک می شوند مگر اهل یقین و اهل یقین هم در معرض خطر عظیم هستند.

خداوند در قرآن می فرماید :

پروردگارت را عبادت کن تا به یقین برسی<sup>۶۵</sup>

و کمترین حد اخلاص این است که بنده نهایت تلاشش را مبذول کند و برای علمش در نزد خدا ارزشی قائل نباشد که انتظار داشته باشد پروردگار او را به اندازه عمل و متناسب علمش پاداش دهد چرا که اگر خداوند حق عبودیت را مطالبه کند بنده عاجز خواهد بود.

کمترین مرتبه اخلاص در دنیا موجب سلامتی از همه گناهان است و در آخرت موجب نجات از آتش و نیل به بهشت است.

ششم: جدا کردن آن (نفس) از آن چه بدان علاقمند است<sup>۶۶</sup>

در مصباح الشریعه آمده است:

هوای نفس دشمن عقل و مخالف حق و همنشین باطل است و نیروی هوای نفس از شهوات است و ریشه علامتهای هوای نفس از چهار چیز است:

۱. اکل حرام
۲. غفلت از فرائض
۳. سبک شمردن سنتها (مستحبات)
۴. غرق در لهو و لعب شدن

---

<sup>۶۵</sup> واعبد ربك حتى ياتيك اليقين حجر/ ۹۹

<sup>۶۶</sup> و اخراجها من محبوبها

بنابراین اگر بخواهیم از شر هوای نفس خلاص شویم لازم است نسبت به چهار مورد فوق اهتمام داشته باشیم ؛

در خصوص **اکل حرام (مال حرام خوردن)** روشن است که باید دقت کنیم درآمد ما حلال باشد و برای خود اگر درآمدی داریم سال خمسی داشته باشیم و سر سال با دقت بررسی کنیم که آیا خمسی به ما تعلق می گیرد و اگر می گیرد آن را مرجع تقلید یا نماینده او و یا مجتهدی که مصرف خمس از نظر او با مرجع ما تفاوتی ندارد پرداخت کنیم.

و نیز دقت داشته باشیم هر چیزی که به اموال ما اضافه می شود آیا حلال است یا خیر.

در خصوص **انجام واجبات** هم باید به هر طریق که ممکن است انجام واجبات را بر خود هموار کنیم؛ اگر در آغاز انجام همه واجبات دشوار است از مقداری شروع کنیم که در توان ما است و بتدریج میزان آن را اضافه کنیم تا بطور کامل به وظایفمان عمل کنیم. و نکته ای که در اینجا حائز اهمیت است این است که مقدمه انجام واجبات شناخت واجبات است و لازم است برنامه ای برای یادگیری احکام دینی داشته باشیم تا پس از یادگیری واجبات بتوانیم بطور دقیق به آنها عمل کنیم.

در خصوص **انجام مستحبات** نیز لازم است در زمانی که نشاط داریم به انجام مستحبات اقدام کنیم و در زمانی که نشاط و تمایل نداریم خود را به انجام مستحبات مجبور نکنیم که اثر منفی بر قلب ما می گذارد. بنا بر این انجام مستحبات تابع نشاط روحی ما است و بقدری به عبادات مستحبی پردازیم که می توانیم آنها را با نشاط انجام دهیم و در غیر این صورت انجام توأم با کسالت و بی میلی عبادات مستحبی باعث تنفر قلب ما از عبادات می شود که این بسیار مضر است.

در خصوص **فرو رفتن در ملامتی** (سرگرمی های باطل) نیز باید توجه داشته باشیم که سرگرمی و تفریح و لذت حلال از ضروریات زندگی و حتی از ضروریات سیر و سلوک است و فقط باید دقت کرد که به اندازه باشد و انرژی و انگیزه ما را تقویت کند و نشاط و سرزندگی

ایجاد کند و زیاده روی نشود که موجب اتلاف وقت و بطالت می شود؛ و البته این تفریح و سرگرمی و لذت باید حلال باشد و از این جهت نیز مراقبت شود که با حرام آلوده نشود.

### هفتم: پیوستگی آن با فقه<sup>۶۷</sup>

هفتمین مورد از آنچه در ارتباط با خود باید مورد توجه باشد این است که فراگیری فقه (احکام شرعی) باید بخشی از برنامه بندگی باشد چرا که

اولا همچنان که پیشتر گفته شد خداوند فاسقان (گناهکاران) را هدایت نمی کند

و ثانيا بدون عمل مطابق آنچه خدا می خواهد رشد معنوی امکان پذیر نیست چرا که راه رسیدن به کمال، بندگی و اطاعت از اوامر الاهی است

و ثالثا کسانی که اهل گناه اند طعمه شیطان اند و شیطان فقط به دو گروه تسلط ندارد، یکی کسانی که مخلص اند و دوم مومنانی که به خدا توکل می کنند؛ و می دانیم در آن لحظه ای که فرد گناه می کند روح ایمان از او جدا می شود و طبعا شیطان بر او تسلط خواهد یافت بنا بر این اگر کسی وظایف دینی اش را نشناسد و به آنها عمل کند طعمه شیطان می شود و طبیعتا نمی تواند رشد معنوی پیدا کند.

رابعا کسی که از خدا و پیامبر اطاعت کند هدایت می شود

اگر از او (پیامبر) اطاعت کنید هدایت می شوید<sup>۶۸</sup>

هر کس از رسول اطاعت کند به حقیقت از خدا اطاعت کرده است<sup>۶۹</sup>

و اکنون روشن می شود که مدعیان عرفان های کاذب با توجه به لاقیدی نسبت به احکام الاهی قطعا هدایت نمی یابند.

---

<sup>۶۷</sup> و ربطها فی الفقه

<sup>۶۸</sup> ان تطیعوه تهتدوا نور/۵۴

<sup>۶۹</sup> من یطع الرسول فقد اطاع الله نساء/۸۰

## ۱۴-۳ رفتار با دیگران

و اصول رفتار با دیگران هفت چیز است:

۱. حلم،
۲. عفو،
۳. تواضع،
۴. سخاوت،
۵. مهربانی،
۶. خیرخواهی،
۷. عدالت و سکوت (یا انصاف)<sup>۷۰</sup>

### اول: حلم

در خصوص حلم در مصباح الشریعه آمده است: حلم چراغ الاهی است که صاحب آن در مسیر حرکت به سوی خدا از پرتو آن، روشنایی می گیرد فقط کسی که با نور معرفت و توحید تایید شده باشد صاحب حلم می شود؛

حلم در پنج موضع ظاهر می شود

۱. عزیزی ذلیل شود
۲. فرد صادقی متهم شود
۳. کسی که دعوت به حق می کند مورد بی احترامی و اهانت قرار گیرد
۴. فردی بدون جرم مورد آزار و اذیت قرار گیرد
۵. کسی مطالبه حقی کند و در آن با او مخالفت کنند

اگر در هر یک از این مواضع فرد، حق مطلب را به جا آورد به حقیقت حلم رسیده است.

---

<sup>۷۰</sup> و اصول معامله الخلق سبعة؛ الحلم و العفو و التواضع و السخاء و الشفقه و النصح و العدل و الانصاف (او الانصاف)

حلیم در مقابله با سفیه (جاهل و بی ادب) از او اعراض می کند و اگر توهینی شنید جواب نمی دهد که در این صورت مردم به یاری او خواهند آمد و از او دفاع خواهند کرد؛ اما اگر کسی با سفیه وارد بگو مگو شود مانند این است که در آتش چوب ریخته است.

رسول خدا فرمودند: مثل مومن مثل زمین است که از آن بهره می برند و آسیبش می زنند. هر که بر جفای خلق صبر نکند به رضایت خدا نمی رسد چرا که رضایت خدا پیچیده در جفای خلق است.

و حقیقت حلم این است که اگر کسی با تو مخالف بود و به تو بدی کرد در حالی که قدرت انتقام داری از او بگذری

## دوم: عفو

عفو این است که اگر کسی در حق تو مرتکب جرمی شد

در ظاهر پیگیر جرم او نشوی و

در باطن آن چه به تو رسیده است را فراموش کنی

و بیش از پیش به او خوبی کنی

و کسی راه به این جایگاه نمی برد مگر این که پیشتر خدا او را مورد عفو قرار داده باشد و گناهان گذشته و آینده او را بخشیده باشد و با نور خود او را پوشانده باشد و زینت کرده باشد چرا که عفو و غفران دو صفت از صفات الاهی هستند که خداوند آن را در سرشت برگزیدگانش قرار داده تا در میان خلق متخلق به اخلاق خالقشان باشند؛ خداوند در قرآن می فرماید :

پس باید عفو کنند و نادیده بگیرند آیا دوست ندارید که خداوند شما را مورد مغفرت قرار دهد؟ و خدا بخشایشگر و مهربان است<sup>۷۱</sup>

---

<sup>۷۱</sup> ولیعفو و لیصفحوا الا تحبون ان یغفر الله لکم و الله غفور رحیم نور/۲۲

در توضیح بخش اول «این که فردی می تواند عفو کند که خود پیشتر مورد عفو الاهی قرار گرفته باشد» باید گفت همانطور که در ادامه مطلب آمده عفو و غفران دو صفت از صفات الاهی اند که خداوند آنها را در سرشت بندگان برگزیده اش قرار می دهد و طبیعتا اهل گناه لایق چنین صفاتی نیستند و حتی کسی که تخلفی کمتر از گناه انجام داده باشد لایق صفتی الاهی نیست مگر این که خداوند آن تخلف را مورد عفو قرار داده باشد که در این صورت لیاقت پیدا می کند که متخلق به این صفات الاهی بشود.

### سوم: تواضع

تواضع که به معنای فروتنی و اظهار کوچکی است «ریشه هر شرافتی است اما مشروط بر این که برای خدا باشد و گرنه خودش نوعی تکبر است» چرا که فرد به ظاهر اظهار فروتنی می کند اما در باطن خود را کوچک نمی بیند بلکه بزرگ می بیند و فروتنی ظاهریش برای این است که خود را واجد کمالی نشان دهد که برتریش را اثبات کند ، بنابر این او در حقیقت تکبر دارد نه تواضع. و «اگر کسی تواضع کند خداوند او را بر بسیاری از بندگان برتری می دهد. رسول خدا فرموده اند: خداوند بر من وحی کرد که تواضع کنید تا جایی که هیچ کس بر دیگری فخر نفروشد و هیچکس بر دیگری ظلم نکند و هیچکس برای خدا تواضع نکرد مگر این که خداوند او را بالا برد؛ و رسول الله هنگامی که بر کودکان می گذشت از شدت تواضعش به آنها سلام می کرد.

اصل ریشه تواضع درک ابهت و هیبت و عظمت خدای تعالی است و هیچ عبادتی نیست که خداوند آن را قبول کند و مورد رضایت قرار دهد مگر این که باب آن تواضع است و حقیقت تواضع را جز مقربان و واصلان به وحدانیت خداوند درک نمی کنند»

### چهارم: سخاوت

«سخاوت از اخلاق پیامبران است و ستون ایمان است و هیچ مومنی نیست مگر این که سخاوتمند است و هیچ سخاوتمندی نیست مگر این که صاحب یقین و دارای همت عالی است چرا که سخاوت ملازم نور یقین است. کسی که هدف را بشناسد بخشش بر

او آسان می شود و پیامبر فرمودند هیچ یک از اولیای الهی نیست مگر این که بر سخاوت سرشته شده است و سخاوت مربوط به هر آن چیزی است که دوست داشتنی است و حد اقل آن دنیا است<sup>۷۲</sup> و از نشانه های سخاوت این است که برای اهمیت نداشته باشد که چه کسی مادیات دنیا را بلعید و چه کسی صاحب آن شد؟ مومن بود یا کافر؟ نافرمان بود یا مطیع؟ شریف بود یا پست؟ سخاوتمند به اطعام دیگران می پردازد و خود گرسنگی می کشد، دیگران را لباس نیک می پوشاند و خود بدون لباس نیک می ماند به دیگران عطا می کند و خود از قبول عطای دیگران امتناع می کند، بر او منت می گذارند و او بر دیگران منت نمی گذارد، اگر مالک کل دنیا شود خود را صاحب آن نمی بیند و اگر همه را ظرف یک ساعت ببخشد ناخرسند نمی شود.

رسول خدا فرمودند سخاوتمند به خدا نزدیک است به مردم نزدیک است به بهشت نزدیک است و از آتش دور است؛ و بخیل از خدا دور است، از مردم دور است، از بهشت دور است و به جهنم نزدیک است.

سخاوت آن است که در طاعت خدا و برای خدا باشد حتی اگر قرص نان یا آب باشد. پیامبر فرمودند سخاوت در جایی است که فرد مالک چیزی باشد و برای خدا آن را ببخشد و اما کسی که تظاهر به سخاوت می کند، در معصیت بخشش می کند و خریدار غضب خداوند است و او بخیل ترین فرد برای خودش است چه رسد به دیگران چرا که تابع هوای نفس و مخالف امر الهی است.

### پنجم: مهربانی<sup>۷۳</sup>

مهربانی از اوصاف مومنین است که خداوند در قرآن می فرماید

---

<sup>۷۲</sup> مرتبه بالاتر از بخشش دنیا، صرف نظر کردن از نعمتهای اخروی برای کسب رضایت خداوند است و این هم نوعی سخاوت است که فرد نعمتهای اخروی را با هدف رسیدن به لقای الهی مورد بی توجهی قرار دهد؛ اینگونه افراد توجه به نعمتهای اخروی در برابر توجه به رضایت خداوند و حرکت به سوی لقای الهی را نوعی بی ادبی در برابر خدا تلقی می کنند.  
در ضمیر ما نمی گنجد به غیر از دوست کس هر دو عالم را به دشمن ده که ما را دوست بس  
<sup>۷۳</sup> و الشفقه:

محمد رسول خدا است و آنان که با او هستند بر کفار سختگیر و در میان خودشان مهربان هستند.<sup>۷۴</sup>

و از پیامبر نقل شده است که: هر که مهربانی نکند مورد رحمت قرار نمی گیرد<sup>۷۵</sup>

### ششم: خیر خواهی<sup>۷۶</sup>

خیر خواهی از دیگر اوصاف مومنین است که مطابق آیات قرآن از دعا‌های مومنین است که خدایا غل و غش و کینه را از دل ما نسبت به دیگر مومنان برطرف ساز<sup>۷۷</sup>

و هر کس نسبت به دیگران خیانت کند روز قیامت همراه آنچه که در آن خیانت ورزیده محشور می شود

### هفتم: عدل و انصاف

عدالت از جمله اموری است که حتی در خصوص کافران هم باید رعایت شود و اگر سختگیری نسبت به کافران ظالم انجام می شود متناسب با ظلم آنها است و در آنجا هم نباید از مدار عدالت خارج شد.

قرآن توصیه می کند که اگر در جایی حتی منافع پدر و مادر و بستگان ما هم در میان بود باید عدالت را رعایت کنیم و نباید بخاطر عزیزترین افراد هم بی عدالتی کنیم نساء/ ۱۳۵

---

<sup>۷۴</sup> محمد رسول الله والذین معه اشداء علی الکفار رحماء بینهم فتح / ۲۹  
چرا مومن بر کفار سختگیر است؟ آیا اگر با کفار هم مهربان بود بهتر نبود؟  
در پاسخ باید گفت اگر کفار اهل عدالت اند باید با آنها با عدالت و انصاف برخورد کرد ولی اگر اهل ظلم و ستم هستند باید بر آنها سختگیری کرد که

ستمکاری بود بر گوسفندان

ترحم بر پلنگ تیز دندان

<sup>۷۵</sup> من لا یرحم لا یرحم نهج الفصاحه / ۷۴۵

<sup>۷۶</sup> و النصیح:

<sup>۷۷</sup> ربنا ولا تجعل فی قلوبنا غلا للذین امنوا حشر/ ۱۰



در تعریف انصاف گفته اند: انصاف، همان عدالت اما در جایی است که یک طرف آن خود ما هستیم و نباید در جایی که منفعتی برای ما قابل تصور است بی عدالتی کنیم و حق دیگران را به نفع خود نادیده بگیریم

در جایی که منفعت خودت و خانواده ات و نزدیکانت و کسانی که به آنان علاقه داری مطرح است با مردم منصفانه رفتار کن و با دوست و دشمن به عدالت رفتار کن.<sup>۷۸</sup>

## ۱۴-۴ عملکرد در قبال دنیا

و اصول عملکرد در قبال دنیا هفت چیز است:

۱. رضایت به کم
۲. ایثار آن چه دارد
۳. صرف نظر از طلب کردن آن چه ندارد
۴. تنفر از امکانات و دارایی زیادی
۵. زهد
۶. شناخت آفات دنیا
۷. ترک شهوات و ریاست<sup>۷۹</sup>

### اول: رضایت به مقدار کم از دنیا

در خصوص دنیا باید توجه داشت که

---

<sup>۷۸</sup>أَنْصِفَ النَّاسَ مِنْ نَفْسِكَ وَأَهْلِكَ وَخَصَّتِكَ وَمَنْ لَكَ فِيهِ هَوَىٰ وَأَعْدِلْ فِي الْعَدُوِّ وَالصَّادِقِ؛ تصنيف غررالحکم و دررالکلم ص ۳۹۴، ح ۹۱۰۱

<sup>۷۹</sup> و اصول معامله دنیا سبعة: الرضا بالدون و الايثار بالموجود و ترك طلب المفقود و بغض الكثرة و اختيار الزهد و معرفة آفاتها و رفض شهواتها مع رفض الرياسة

۱. دنیا وسیله رسیدن به خدا و نعمتهای اخروی است و اگر کسی دنیا و نعمتهای آن را هدف نهایی زندگی ببیند تمام عمرش را صرف چیزی می کند که گذرا است و ارزش عمر انسان را ندارد

۲. ثانیاً: اگر در طلب دنیا بیش از آن مقدار که ضرورت دارد وقت و انرژی بگذاریم، ضمن این که به همان میزان از آخرت و خدا و غافل شده ایم باید پاسخگوی میزان نعمتها و امکانات اضافه بر نیاز هم باشیم که از چه راهی به دست آورده ایم و در چه راهی خرج کرده ایم که اگر حلال باشد باید حساب پس بدهیم و اگر حرام باشیم مواخذه می شویم.

۳. طلب مال دنیا لزوماً بد نیست و بستگی به هدف ما دارد اگر هدف ما صرفاً رسیدن به لذت های دنیوی است این طلب دنیا مذموم و مورد نکوهش است ولی اگر به دنبال نعمت و امکانات دنیوی هستیم تا به وسیله آن رضایت خدا را کسب کنیم مانند این که با نجات از فقر آبروی خود و خانواده مان را حفظ کنیم و به دیگران وابسته نباشیم که این مقدار شرعاً واجب است و اگر دنبال این هستیم که رفاه خانواده را بیشتر کنیم و تفریحات حلالی برای سرزندگی بیشتر و انجام بهتر وظایف داشته باشیم ، به دیدار دوستان و بستگان برویم و میهمانی برگزار کنیم و به زیارت مکانهای مقدس برویم و ... که این ها در واقع طلب دنیا نیست بلکه اگر نیت صحیحی داشته باشیم طلب آخرت است و ارزشمند است.

۴. به این نکته هم توجه داشته باشیم که اصلاح نفس و کسب رضایت خدا باعث می شود خود دنیا خاضعانه به سوی ما بیاید.

## دوم: ایثار آن چه موجود است

با توجه به مطالبی که در فوق مطرح شد روشن است که اگر کسی امکانات زائد بر نیازش را ایثار کند در واقع بیشترین سود را به دست آورده است چرا که با تقدیم امر کم ارزش و فانی دنیوی امر ارزشمند و باقی اخروی و رضایت خدا را به دست آورده است و عاقل این گونه عمل می کند.

### **سوم: رها کردن طلب آنچه که نیست**

هم و غم اصلی فرد باید انجام وظایف بندگی باشد و به آن چه به سهولت در اختیارش قرار می گیرد قناعت کند و در صدد کسب آن چه ندارد و به دست آوردنش موجب غفلت می شود نباشد.

### **چهارم: تنفر از امکانات و داریی زیادی**

چنان که گفته شد نعمت دنیوی اگر بیش از حد لازم برای ادای وظایف بندگی باشد از یک سو به دست آوردنش انرژی و وقت انسان را صرف خود می کند و از سوی دیگر مشغول شدن به آن موجب غفلت و خسران است؛ بنا بر این بجا است که فرد از چنین کثرتی در اموال دنیوی نفرت داشته باشد، تا مبادا گرفتار تمایلات بی حد و حصر نفس نسبت به امکانات و لذت‌های دنیوی شود.

### **پنجم: زهد**

زهد به معنای اصالت ندادن به مال دنیا است به این معنا که فرد اگر به اموال دنیا علاقه ای دارد فقط از جهت به دست آوردن رضایت خدا باشد و اگر مال دنیا را منافی کسب رضایت خدا می داند نسبت به آن بی میل بلکه متنفر باشد. نشانه این معنا، این است که اگر فرد چیزی از اموال دنیا را از دست داد غصه دار نمی شود (فقط بخاطر این که مال دنیا را از دست داده غصه نمی خورد ولی اگر غمگین باشد که ابزار به دست آوردن رضایت الهی را از دست داده این غصه مذموم نیست) و اگر چیزی قابل توجه از مال دنیا به دستش رسید سرمست نمی شود چرا که در حلال آن حساب است و در حرامش عقاب.

### **ششم: شناخت آفات دنیا**

بصیرت نسبت به آسیب ها و ضررهای دنیا اهمیت زیادی دارد ؛ در مورد دنیا باید دانست که

- موجب غفلت می شود و فرد به جای این که برای خودش، آخرتش و خدا کاری کند سرگرم لذت‌های دنیوی می شود و عمر گرانبهایه را در طلب چیزهای کم ارزش صرف می کند.
  - فرد را حریص می کند که هر میزان به امکانات دنیوی برسد نسبت به مقدار بیشتر تشنه تر می شود و نهایتاً با حرص زیاد و بدون سیری به پایان زندگی دنیایی می رسد و باید جوابگوی عملکرد خود در دنیا باشد و چه خوب گفته اند که مثل دنیا مثل آب شور دریا است که تشنه هر مقدار از آن بخورد تشنه تر می شود و اگر بدون حد و مرز به خوردن این آب شور ادامه دهد در نهایت خود را هلاک می کند.
- لذا اساتید اخلاق توصیه می کنند که اگر کسی وارد فعالیت‌های اقتصادی شد خوب است از ابتدا برای خود سقفی تعیین کند که اگر به آن حد رسید دیگر دنبال بیشتر شدن امکانات دنیوی اش نباشد و به رشد معنوی خود و خدمت به جامعه و انجام کارهای نیک بپردازد که در غیر این صورت زمانی به خود می آید که عمر دنیایی اش به پایان رسیده و او سرگرم تحصیل هر چه بیشتر دنیا بوده، دنیایی که اگر در تحصیل آن موفق بوده، زحمتش را او کشیده است و بهره اش را وارثان می برند و جوابگوی کسب آن درآمد که آیا حلال بوده یا نه خود او باید باشد.

### هفتم: ترک شهوات و ریاست

ترک شهوات دنیوی آخرین دستور العمل برخورد با دنیا است که بنده ی خداجو باید به انجام آن توفیق یابد و توجه به این حدیث شریف داشته باشد که

محبت دنیا سرچشمه همه خطایا است<sup>۸۰</sup>

و اگر کسی موفق به ترک شهوات دنیا شد حریم امنی برای خود ایجاد کرده است که از بسیاری از آفتهای دنیا در امان می ماند و به همین ترتیب ترک ریاست باعث در امان

<sup>۸۰</sup> حب الدنيا راس كل خطيئه

ماندن از آفات ریاست و بویژه حق الناس است ؛ در روایات معصومین هم آمده است که ریاست متعلق به خدا است و کسی که شایستگی آن را داشته باشد

پیامبر اکرم(ص) فرمود: «ریاست جز برای خدا و اهلش شایسته نیست و هرکس خود را در وضعی نهد غیر آن وضعی که خدا برای او مقرر داشته، خداوند او را دشمن بدارد و هرکس مردم را به سوی خود بخواند و گوید من رئیس شما هستم درحالی که این شایستگی را نداشته باشد، خداوند به او نظر نکند تا از آنچه ادعا کرده برگردد و از آنچه گفته، به درگاه خدا توبه کند».<sup>۸۱</sup>

عبارت پایانی کتاب مصباح الشریعه در خصوص اصول عملکرد در قبال خدا، خود ، دیگران و دنیا:

اگر این خصلتها حقیقتا در کسی به وجود آمد او بواقع از خاصان خدای تعالی و بندگان مقرب او و از اولیای حقیقی او است

که عبارت فوق حاکی از آن است که دیگر بین این بنده و رب او حجاب نیست و او حقیقتا به عرفان و معرفت پروردگار نائل شده است.

---

<sup>۸۱</sup> «فان الریاسه لا تصلح الا لله و لاهلها ومن وضع نفسه فی غیر الموضع الذی وضعه الله فیه مقته الله و من دعا الی نفسه فقال: انا رئیسکم و لیس هو کذلک لم ینظرالله الیه حتی یرجع عما قال و یتوب الی الله مما ادعی» (۱۴).

## پیوست ۱.

### برخی شبهات مانع سیر الی الله و پاسخ آن ها:

۱. اگر گفته شود سیر و حرکت به سوی خدا بیش از حد و اندازه ما است و مخصوص اولیای الهی و خاصان درگاه خداوند است، باید گفت خدای کریم هیچکس را از تقرب به خودش محروم نمی کند و محروم کردن بندگان نشانه محدودیت رحمت خداوند است و خداوند از این نقص منزّه است.

۲. اگر گفته شود فاصله ما با خدا بی نهایت است و ما اگر تا آخر عمر هم به بندگی خدا بپردازیم امیدی به رسیدن به قرب خدا نداریم؛ باید گفت یک گام از سوی ما باعث ده گام از سوی خداوند می شود چنانکه در روایات وارد شده است؛ و گام خداوند قطعا باعث نزدیکی ما به خداوند می شود.

۳. اگر گفته شود ما حتی یک گام هم نمی توانیم برداریم و هر بار که چنین قصدی می کنیم افکار ناامید کننده ای سراغ ما می آید که به ما می گوید تو با این سابقه گناه و نبود اخلاص و صداقت، و اصرار بر گناه چگونه می خواهی بسوی خدا حرکت کنی و انگیزه ما از بین می رود، باید گفت ما به اندازه توانمان مسئولیم ولو این توان بسیار ناچیز باشد بنابر این سعی می کنیم حتی یک ذکر در سجده را با اخلاص و صدق و با پشیمانی از گناهان ادا کنیم و خداوند کریم خودش در قرآن فرموده که هیچ کس را بیش از وسعش تکلیف نمی دهد. اساسا حرکت به سوی خدا تدریجی است، همچنان که اساتید تعلیم و تربیت، رشد اخلاقی و انسانی را تدریجی می دانند و لذا نباید انتظار حرکتها و پیشرفتهای معجزه آسا را داشته باشیم. (اگر چه ممکن است خداوند با عنایت خاصش چنین لطفی را در حق برخی از بندگان داشته باشد ولی نباید انتظار حتمی آن را در کوتاه مدت داشت). ناگفته نماند که توسل به اولیای الهی که واسطه فیض و راهنمای بندگان خداوند در مسیر زندگی مادی و معنوی هستند می تواند بسیاری از دشواریها را آسان کند و نباید از آن غافل شد.

## پیوست ۲.

### توصیه هایی برای موفقیت

۱. مطابق روایتی مومن در سه چیز به خداوند نیازمند است؛ توفیقی از جانب خداوند، واعظی از درون خودش، و پذیرش نسبت به کسی که برای او خیرخواهی می کند؛ بنابراین این نباید فراموش شود که بدون توفیق الهی هرگز نمی توان به قرب الهی بار یافت و لذا باید دائم آن را از خداوند درخواست کرد.

۲. هنگامی که با مشکلی مواجه شدیم می توانیم به یکی از طرق زیر در صدد رفع مشکل برآییم<sup>۸۲</sup>:

الف) صد صلوات فرستاده، آن را هدیه به امام حسن مجتبی کنیم و از ایشان بخواهیم مشکل ما را برطرف کند.

ب) پس از خواندن نماز جعفر طیار خواسته خود را از خداوند بخواهیم که امام صادق این نماز را در برآورده شدن حوائج مهم اطمینان بخش دانسته اند

ج) خواندن نماز استغاثه به حضرت فاطمه (س)

د) زیارت امام هشتم بدون این که هیچ هدف دیگری داشته باشیم (پرهیز از هرگونه خرید و اقامت غیر ضروری و بازگشت به شهر و وطن خود بلافاصله پس از زیارت)

---

<sup>۸۲</sup> این توصیه ها را نگارنده شخصا از آیه الله مجتبی تهرانی (ره) شنیدم و کسانی که به آن ها عمل کرده اند نتایج شگفت آوری دیده اند.

### نکاتی برای افزایش حضور قلب در نماز:

۱. هنگام وضو توجه کافی داشته باشیم (به چیز دیگری فکر نکنیم) و رو به قبله وضو بگیریم و در جایی وضو بگیریم که آب وضو در چاه دستشویی (توالت) نرود
۲. گفتن اذان و اقامه و دو رکعت نماز خواندن بین اذان و اقامه (فقرات اذان و اقامه هر یک جدا جدا گفته شود و به هم متصل نشود و این فقرات در اذان با مکث مختصری بین آنها همراه باشد و در اقامه با کمترین مکث بین فقرات و بلافاصله بعد از یکدیگر ادا شود).
۳. گفتن تکبیرات شش گانه پیش از نماز (که تکبیره الاحرام هفتمین تکبیر خواهد بود) پس از سه تکبیر اول گفته شود (اللهم انت الملك الحق المبين لا اله الا انت سبحانك انى ظلمت نفسى فاغفر لى ذنبى انه لا يغفر الذنوب الا انت) و پس از دو تکبیر دیگر گفته شود (لبیک و سعديک و الخیر فی یدیک و الشر لیس الیک و المهدى من هدىت لا ملجأ منک الا الیک سبحانک و حنانیک تبارکت و تعالیت سبحانک رب البیت) و دو تکبیر دیگر گفته شود که دومی تکبیره الاحرام است.
۴. گفتن ذکر توجه پس از تکبیره الاحرام و پیش از استعاذه (وجهت وجهی للذی فطر السموات و الارض عالم الغیب و الشهاده حنیفا مسلما و ما انا من المشرکین ان صلاتی و نسکی و محیای و مماتى لله رب العالمین لا شریک له و بذلک امرت و انا من المسلمین)
۵. رعایت آداب مختلف مکان نمازگزار (مقابل نمازگزار تصویر انسان یا حیوان نباشد، قرآن باز نباشد، آتش نباشد، درب باز نباشد، صورت انسانی در مقابل نمازگزار و رو به او نباشد، سر و صدا و هر چیزی که حواس انسان را پرت می کند وجود نداشته باشد، حتی الامکان در زمانهایی که در منزل نماز می خواند مکان ثابتی برای نماز در نظر گرفته شود)
۶. لباس و مکان نمازگزار پاک باشد (اگر ندانیم نجس است برای نماز کفایت می کند ولی اگر بدانیم که حتما پاک است احتمالا باعث حضور قلب بیشتر می شود)



۷. نماز برای شکر منعم باشد نه ترس از جهنم و یا نیل به بهشت

نکته ای که توجه به آن لازم است این است که حضور قلب داشتن علاوه بر رعایت مقدمات آن که بخشی از آنها در فوق ذکر شد، امری است که نیاز به تمرین کافی دارد و کسی که تا پیش از این، نمازهایش بدون حضور قلب بوده است نمی تواند به یکباره نمازی با حضور قلب کامل بخواند، و لازم است تا بتدریج و با تمرین این حضور قلب به دست آید به این معنا که در اولین نماز سعی کند به هر میزان که می تواند خود را در محضر خدا ببیند و اگر پس از مدتی توجهش به اندازه کافی نبود نگران نباشد و هر وقت متوجه شد سعی کند این توجه و حضور قلب را مجدداً حفظ کند و در نماز بعدی سعی کند این میزان را بیشتر کند که چون در نماز قبلی مقداری تمرین کرده در نماز بعدی این کار راحت تر خواهد بود، تا این که بتدریج بتواند نمازی بخواند که در آن تماماً حضور قلب داشته باشد. طبیعی است که همه نمازهای انسان در یک سطح از توجه نخواهد بود ولی لازم است در هر نمازی ولو عجله هم دارد یا مطلبی نگرانیش کرده است و یا ... سعی کند حتی الامکان قدری توجه و حضور قلب را داشته باشد.

مناسب است که انسان مومن ثواب عبادات خود را به اولیای الهی تقدیم کند مثلاً در هر روزی به معصومی که آن روز متعلق به او است. (شنبه پیامبر (ص)، یک شنبه امیرالمومنین (ع) و حضرت فاطمه (س)، دو شنبه دو امام بعدی (امام دوم و سوم)، سه شنبه سه امام بعدی (امام چهارم و پنجم و ششم)، چهار شنبه چهار امام بعدی (امام هفتم، هشتم، نهم و دهم)، پنجشنبه امام حسن عسکری (ع) و جمعه امام عصر عجل الله تعالی فرجه الشریف) که باعث عنایت آنها می شود.

به نظر می رسد صدق نیت یکی از مهمترین عوامل جلب توفیق است، یعنی اگر مومنی در دلش خواهان توفیق مادی و معنوی باشد و نیتش این باشد که با این موفقیتها رضایت الهی را بیشتر جلب کند و در این نیت صادق باشد و مصمم باشد که اگر توفیقاتی به دست آورد آن را در راه رضای خداوند بکار گیرد خداوند توفیق را از او منع نخواهد کرد، اما اگر فردی اگر چه

به زبان بگویند خدایا به من نعمت بده تا در راه تو آن را صرف کنم ولی در این نیت صادق نباشد و وقتی خداوند نعماتی به او داد او رویگرا شده و اصلا فراموش کند که این نعمتها را خداوند به او داده است و به لذت بردن از آن نعمتها و غفلت از خداوند پردازد طبیعی است که به ضرر خودش عمل کرده، و اگر خداوند دعای او را اجابت نکند تا گرفتار کفران نعمت و غفلت و عواقب آن نشود در واقع در حق او لطف کرده است؛ بنا بر این اگر می خواهیم دعاهای ما اجابت شود با صدق نیت دعا کنیم و اگر هم اجابت نشد آن را به خاطر مصلحتی بدانیم که خدا می داند و شاید مهمترین آنها همین باشد که این نعمت موجب غفلت و کفران نعمت و به دنبال آن استحقاق عذاب می شود، و لذا همانگونه که از اجابت دعاهایمان خوشحال می شویم از اجابت نشدن آنها هم خوشحال باشیم که خداوند در هر حال خیر بنده مومنش را می خواهد چه دعای او را اجابت کند و چه اجابت نکند.

## توصیه‌هایی عملی

۱. همه چیز در دست قدرت خداوند مهربان است بنابراین با توکل به خدا موفقیت در طی مسیر بندگی تضمین می‌شود.
۲. شرکت در یک جلسه اخلاق و استفاده از محضر استادی که در علم و عمل امتحان خود را داده است تضمینی است برای دوام رشد و شوق معنوی؛ محضر استاد تاثیر خاصی دارد که کتاب و ... جایگزین آن نمی‌شود.
۳. نماز با حضور قلب بعد از معرفت خدا مهمترین عامل در تقرب به خداوند است، بنا بر این باید سعی کرد حتی الامکان نمازها در اول وقت، با اخلاص و با حضور قلب انجام شود.
۴. قرائت قرآن روزانه (یک صفحه یا بیشتر) در حدی که فرد همواره نشاطش برای قرائت روز بعد حفظ شود نقش بی بدیلی در رشد معنوی دارد. توجه به معنا و تدبر در آیات موجب افزایش ایمان و معرفت و بصیرت می‌شود.
۵. واجبات را باید حتما انجام داد اما در خصوص مستحبات لازم است فقط در زمانی که نشاط معنوی داریم آنها را انجام دهیم چرا که در غیر این صورت موجب تنفر ما از عبادت می‌شود و در روایات از این امر نهی شده است. بنا بر این عباداتی مثل قرائت قرآن، نماز مستحبی، دعا و ... باید در زمانی باشد که ما نشاط و سرزندگی داریم و در زمان بی‌حس و حالی نباید مشغول این عبادات مستحب شویم چرا که باعث رشد معنوی نمی‌شود و حتی باعث تنفر ما از عبادت می‌شود. چنان که آیه الله مجتبی‌تهرانی حتی در خصوص زیارت امام رضا به یکی از شاگردان خود فرموده بودند تا زمانی که شوق و نشاط داری در حرم باش و پیش از این که کسل و بی‌حوصله شوی از حرم خارج شو.
۶. روزه در کنترل نفس نقش بسیار مهمی دارد و یکی از بهترین دستوره‌های روزه، گرفتن سه روز روزه در ماه قمری است به این ترتیب: پنجشنبه اول ماه، چهارشنبه اول دهه

دوم ماه و پنجشنبه آخر ماه که این سه روز روزه معروف به صیام الدهر (روزه همه عمر) است چرا که اگر کسی از سی روز ماه، سه روز آن را روزه باشد، خداوند پاداش یک کار نیک را ده برابر می دهد و در نتیجه مانند این است که کل ماه را روزه گرفته است و تمام سال و عمر خود را روزه بوده است.

۷. اعتدال در خوراک، و خواب و سخن گفتن از مهمترین کمک ها برای طی مسیر بندگی

است، و لازم است افرادی که می خواهند مسیر بندگی خدا را طی کنند میزان و کیفیت مناسب غذا، میزان و زمان مناسب خواب و بیداری از نظر اسلام را بشناسند و کلام خود را هم کنترل کنند. مناسب است که پس از غروب آفتاب بیش از دو ساعت بیدار نباشیم تا از سحر خیزی و برکات آن محروم نشویم.

۸. انجام اعمال صالح فرع بر شناخت اعمال صالح است بنابراین کسانی که می خواهند در

مسیر بندگی خداوند رشد کنند لازم است برنامه ای برای یادگیری احکام و معارف دینی داشته باشند چنانکه یکی از مستحبات این است که انسان تا لحظه مرگ در طلب یادگیری باشد.

۹. در بین نمازهای مستحبی نماز شب اهمیت بسیاری دارد اما از آن با فضیلت تر نماز نافله صبح است که دو رکعت است که مانند نماز صبح و قبل از آن خوانده می شود و کمک خوبی است برای رشد معنوی.

۱۰. دقت در حلال بودن درآمد و غذایی که انسان استفاده می کند کمک بسیار بزرگی بر اطاعت خدا است.

۱۱. معاشرت با دوستان خوب و کم کردن ارتباط یا در صورت لزوم قطع ارتباط با دوستان بد، مسیر بندگی را مسیر همواری خواهد کرد.

## کتاب شناسی:

تبریزی، میرزا جواد آقا؛ رساله لقاء الله؛ انتشارات فیض؛ تهران: ۱۳۶۸

خمینی، روح الله؛ چهل حدیث؛ موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی؛ قم: ۱۳۷۱

رضایی تهرانی، سیر و سلوک طرحی نو در عرفان عملی شیعی؛ مولف؛ قم: ۱۳۹۳

شجاعی، محمد؛ مقالات؛ انتشارات سروش؛ تهران: ۱۳۸۹

طباطبایی، محمد حسین؛ رساله لب اللباب در سیر و سلوک اولی الالباب با تقریر علامه

محمد حسین حسینی تهرانی؛ انتشارات نور ملکوت قرآن؛ مشهد ۱۳۸۶

فضلی، علی؛ در آمدی بر عرفان عملی در اسلام؛ دفتر نشر معارف؛ قم: ۱۳۹۱

گیلانی، عبدالرزاق بن هاشم؛ شرح فارسی مصباح الشریعه و مفتاح الحقیقه؛ کتابخانه

صدوق؛ تهران: ۱۳۶۰

مطهری، مرتضی؛ آشنایی با علوم اسلامی ج ۲ (کلام، عرفان و حکمت عملی)، انتشارات

صدرا؛ قم: ۱۳۶۶

یثربی، سید یحیی؛ عرفان عملی در اسلام؛ دفتر نشر معارف؛ قم: ۱۳۸۳

-----؛ عرفان عملی؛ بوستان کتاب؛ قم: ۸۹

## مقاله:

فاطمی نیا؛ ارزیابی و منشا شطحیات از دیدگاه امام خمینی؛ نشریه حضور-پاییز ۱۳۷۰،

شماره ۲ صفحه ۱۹۸