

درباره‌ی

ذکر و فکر

از بیانات حضرت آقای حاج دکتر نور علی تابنده (محبوب علیشاه)

صد و بیست و چهارم

فهرست

درباره‌ی ذکر و فکر

بخش دوم: بیست و چهارم

عنوان

صفحه

شرح ذکر از رساله شریفه پندصالح (تاریخ‌های ۱۳۷۶/۴/۱۲، ۱۳۷۶/۴/۲۶، ۱۳۷۶/۵/۲، ۱۳۸۶/۱۱/۱۱، ۱۳۸۶/۱۱/۱۸)

۱۰..... (۱۳۸۶/۱۱/۲۵ و ۱۳۸۶/۱۱/۱۸)

ذکر، ستون اساسی عرفان است/ در مورد مُخْلِص و مُخْلِص / وقتی خداوند کسی را می‌خواهد ارج بنهد صفت عبد به او می‌دهد/ معانی متعدّد لغت ذکر/ شرط قبول نماز، توجّه دل به خداوند است/ مفهوم دائم در نماز بودن/ ذکر قلبی و ذکر لسانی/ دل انسان خانه‌ی خداست و شیطان در آن راه ندارد/ با ذکر قلبی و یاد خدا، به تدریج به غیب مطلق که خداوند است پی می‌بریم/ دنیا دوستی/ مال، در دست ما امانت است/ در مورد ذکر جلی و اوراد و ادعیه/ یاد خدا به هر صورت که باشد دل را خاشع و بدن را خاضع می‌گرداند/ فرق خضوع با خشوع/ یاد خدا، اخلاق را پاکیزه و اعمال را پسندیده می‌کند/ در مورد تقدّم و تأخّر زمانی یاد کردن خدا بنده را و یا یاد کردن بنده خدا را؟ و بحث زمان/ خداوند هیچ چیزی را فراموش نمی‌کند. وقتی می‌گوید فراموش کردم یعنی به شما نعمت نمی‌دهم/ یاد خدا انسان را از هستی موهوم می‌رهاند و از آنانیت خلاص می‌کند/ یاد خدا تدریجاً ملکه‌ی دل می‌شود و به ندرت می‌شود که ناگهانی این حالت به انسانی دست دهد/ تأکید یاد خدا در چهار مورد: (۱) هنگام غذا خوردن (۲) در موقع نزدیکی و مقاربت برای زن و شوهرها (۳) زمان خوابیدن (۴) در موقع بیداری/ قشون و جنود شیطان؛ شیاطین انس و جن/ چگونگی شریک شدن شیطان در اموال و فرزندان/ در مورد سالم بودن اولاد و دلیل بسیاری از کسالت‌های مادرزادی یا کسالت‌های در اوّل کودکی و شیرخوارگی/ درباره‌ی نقیصه‌ی مادرزادی بعضی اطفال و فرزندان و نادانی والدین و در مورد مواقعی که به زن و شوهرها توصیه شده در آن زمان‌ها نزدیکی نکنند/ ذکر چشم و ذکر گوش.

۲۹..... (تاریخ‌های ۱۳۷۶/۵/۹ و ۱۳۸۶/۱۲/۲)

ذکر قلبی و ذکر خفی اوّل ناراحتی دارد یعنی باید با اختیار و دقت انجام شود، به تدریج دل با ذکر خفی انس می‌گیرد/ در مورد شعر مولوی که «ذکر و فکر اختیاری دوزخ است»/ ذکر خفی بالاتر از

ذکر جلی است/ فکر یعنی سیر از امر ظاهر و بدیهی به امری که ظاهر نیست/ افکار و وسوس شیطانی/ فرموده‌اند: حتماً هر روز صبح قرآن خوانده شود که مایه‌ی تفکر انسان شود/ با تفکر، از ظواهر به معانی ذکر قلبی برسیم/ در مورد صورت فکریه و تداعی معانی/ تفکر مثل یک رشته‌ای به هم متصل است، فکر عدد ندارد/ سکینه‌ی قلبی/ مؤمن دلش جایگاه خداوند است/ در مورد جنبه‌ی معنویت ما/ فکر و توجه به غیب مطلق.

شرح ذکر از مصباح‌الشریعة و مفتاح‌الحقیقة (قسمت اول، تاریخ ۱۳۸۰/۳/۳۱) ۳۴

ذکر یادی است که به اصطلاح جاذب باشد/ ذکر وقتی مطلق بیاید، مراد ذکر خداوند است/ در مورد سوره‌ی کهف: داستان اصحاب کهف، داستان خضر و موسی، داستان ذوالقرنین/ فراموشی از یاد خدا/ یاد خدا همیشه است/ در مورد اثر ذکر، با یاد خدا، قلب‌ها اطمینان و آرامش پیدا می‌کند/ فواید نماز و لزوم انجام آن/ اعراض از یاد خدا/ چیزی که در قلبت نیست نگو یعنی خلاف دلت نگو/ همیشه طوری باش که الان حال نزع و جان دادن آمده وقتی این حال را داشته باشید که الان می‌خواهید بروید، کار دنیای‌تان هم مرتب می‌شود/ هر کاری با یاد خدا و به قصد اطاعت امر خدا باشد، عبادت تلقی شده و جزء ذکر به حساب می‌آید.

شرح ذکر از مصباح‌الشریعة و مفتاح‌الحقیقة (قسمت دوم، تاریخ ۱۳۸۰/۴/۲۱) ۳۹

ذکر خدا همیشه این نیست که آدم همه‌ی کار و زندگی را بگذارد، بنشیند و تسبیح بگرداند/ زندگی و خدمت به خلق و انجام وظیفه خودش ذکر می‌آورد/ خود ذکر در معنا مافوق زمان است/ در مورد خضوع و خشوع/ درباره‌ی ریا، خودخواهی و خودبینی/ اگر عبادت و بندگی خودت را ببینی و در نظرت بزرگ بیاید به درد نمی‌خورد/ نماز جماعت و اجتماع، نیت واقعی انسان و تقویت روحیه‌ی خودش/ در مورد شرکت در مجالس عروسی و مجالس عزاء/ از مزایای ذکر خفی بر ذکر جلی این است که احتمال خطر ریا در آن کم است/ واجبات، علنی باشد و مستحبات در خفا باشد، بهتر است.

شرح ذکر از مصباح‌الشریعة و مفتاح‌الحقیقة (قسمت سوم، تاریخ ۱۳۸۰/۴/۲۸) ۴۳

اساس تکامل و سلوک سالک توجه به ذکر است/ موافقت قلب در ذکر یعنی قلب همراه آن ذکر است/ ذکر صادق یا ذکر حقیقی که هر چیز دیگر را نفی می‌کند/ الله اسم اعظم است و جامع همه‌ی صفات است.

مکاتیب عرفانی (تاریخ ۱۳۸۰/۱۱/۱۳) ۴۸

یاد خدا و تجلیل از خدا متضمن این است که دستورات او را اجرا کنیم.

گفت‌وگوهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۸/۲/۱۵) ۴۹

در موقع بیعت ایمانی، دستورالعمل و ذکر می‌شود که به هر اندازه بتواند به آن عمل کند/

به همان اندازه که می‌توانی باید مشغول ذکر باشی/ از طریق ذکر، خیال را با اراده به سوی خداوند می‌بریم، منتها نه به معنای موهوم خیال/ تصحیح خیال، خیال را از موهومات به واجب‌الوجود متوجه کنیم/ خداوند فکر را بر ما القاء می‌کند/ در مورد نیوتن و القاء شدن قانون جاذبه به او/ درباره‌ی اصل علیت.

۵۲..... (تاریخ ۱۳۷۶/۳/۲۸) **مکاتیب عرفانی**

درگاه الهی درگاه ناامیدی نیست/ باید همواره خوف و رجاء با هم باشد/ در مورد استغفار به درگاه الهی/ «حال» از جمله‌ی واردات است که خداوند می‌فرستد.

۵۳..... (تاریخ ۱۳۷۶/۹/۷) **مکاتیب عرفانی**

مراقبه لغتاً به معنی مراقب بودن و کمین کردن است/ مراقبه یعنی تمام وجود از دست و چشم و گوش و هوش و همه چیز را در یک لحظه‌ی خاص متوجه یار کرده و به ذکر و فکر توجه داشته باشیم/ در مورد تفکر و فکر/ توجه به ذکر و فکر در لحظه‌ی خاص با آن شرایطی که گفته شده، مراقبه گفته می‌شود.

۵۴..... (تاریخ ۱۳۷۸/۳/۱۲) **مکاتیب عرفانی**

ذکر و فکر مختص خود شماسست و باید شفاهاً از من یا یکی از مشایخ بپرسید، بنابراین با کاغذ و نامه نمی‌توان به آن پاسخ گفت/ پیوند ولایت وقتی گرفت به ندرت ممکن است به کلی خشک شود، اگر خدای نکرده خشک شود از علائم آن یأس از رحمت خداست و رها کردن تمام وظایفی که انسان به گردن دارد.

۵۵..... (تاریخ ۱۳۸۰/۱/۲) **مکاتیب عرفانی**

ذکر یعنی یاد خدا بالاتر از نماز است ولی نماز حتماً باید خوانده شود. هر امری به جای خود واجب است/ در مورد خواندن نماز/ درباره‌ی الصلاةِ معراجِ المؤمن و در مورد تَنْهِي عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ/ مادامی که آن نماز اصلی برای شخص حاصل نشده است، از این نماز قالبی نباید غفلت کند.

۵۶..... (تاریخ ۱۳۸۵/۱/۲۴) **شرح رساله حقوق** (شب جمعه، تاریخ ۱۳۸۵/۱/۲۴)

نماز زمان محدودی دارد. انجام که شد دیگر نماز تمام شده است ولی ذکر الله و یاد خدا همیشه است/ ما از خدا توفیق کامل می‌خواهیم، اگر هم لایق نیستیم، لیاقت را هم خودش بدهد و بعد توفیق را.

۵۷..... (تاریخ ۱۳۸۲/۳/۱۲) **مکاتیب عرفانی**

هر کسی راه خاصی به سوی خدا دارد/ در مورد حالات مختلف عرفا/ بعضی حالات از ذکر ایجاد می‌شود و خود ذکر هم متناسب با حالت اشخاص داده می‌شود.

۵۸..... (تاریخ ۱۳۸۴/۲/۲۶) **مکاتیب عرفانی**

ذکر و فکر، تداعی معانی و دیدن صورتی که حتماً به صورت قطب وقت نیست و ممکن است قطب گذشته باشد یا آن کسی که باعث ایجاد این ذکر و فکر شده است، تجسم پیدا کند/ غفلت غیرارادی از ذکر و فکر ایرادی ندارد. باید سعی کرد به صورت عمدی نباشد. وقتی توجه کردی و از آن غفلت، خلاص شدی، ذکر کن.

۵۹..... (تاریخ ۱۳۸۴/۹/۲۰) **مکاتیب عرفانی**

اگر به آن ذکر اولیه عمل کرده و تکامل پیدا کردند به موجب آن تکامل و راهی که پیش گرفته‌اند، اذکار اضافی هم به آنها داده می‌شود.

۶۰..... (تاریخ ۱۳۸۷/۲/۲۲) **مکاتیب عرفانی**

جواب سؤالات در همان دستورات قلبی نهفته است که عمده‌ی آنها ذکر قلبی است/ انسان به هر درجه‌ای که به نیستی نزدیک‌تر شود، راز هستی برای او آشکارتر می‌شود چون راز هستی یعنی انسان خودش را بشناسد/ همه‌ی خلائق، هر کدام یک نحوه راهی به سوی خدا دارند. بنابراین نمی‌توان برای کسی دقیقاً منزلی را مشخص کرد. فقط باید جلو برویم/ علامت جلو رفتن در راه و دلایل پیشرفت اینجاست که از دستورات و عبادات لذت ببرید، از خدمت به بنده‌ی خدا خرسند شوید/ در حالات شک و تردید متوسل به ذکر قلبی‌تان بشوید و توجه و تمرکزتان را در معنای آن ذکر بکار ببرید.

۶۲..... (تاریخ ۱۳۸۷/۲/۲۹) **مکاتیب عرفانی**

در همه‌ی موارد چه در شادی و چه در غم و ناراحتی به ذکرتان توجه داشته باشید/ در موقع خواب اوراد مخصوص را بخوانید و بعد از بیدار شدن برای نماز صبح هم دستور یادآوری زبانی چهارده بار ذکر و چهارده بار صلوات را از خاطر نبرید.

۶۳..... (تاریخ ۱۳۷۶/۷/۸) **مکاتیب عرفانی**

تفاوتی که در شیعه بین فقها و عرفا هست معناً اختلاف نیست بلکه تفاوت نظر است/ تقلید در اعمال شرعی است و در اعتقادات تقلید نیست/ ذکر و یاد زبانی کافی نیست. باید بر ذکر قلبی که از طرف شخص مجاز از طرف امام داده می‌شود بر آن ذکر مداومت کند و همواره به یاد خدا باشد/ یاد و ذکر زبانی کافی نیست زیرا اولاً در دل همیشه اثر نمی‌کند و ثانیاً نمی‌تواند مداوم باشد.

۶۴..... (تاریخ ۱۳۷۷/۱/۹) **مکاتیب عرفانی**

هیچکس از ذکر دیگری مطلع نیست/ در مورد تجسم صورت مرشد و دروغ‌هایی که می‌بندند، تداعی معانی و به یادآوردن صورت مرشد به صورت خودبه‌خود و ناخودآگاه.

- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۸/۱۲/۹) کسی که سِمَت ارشاد و تربیت عرفانی دارد به تناسب حالات طالب، ذکری را انتخاب می کند/ ذکرهای لسانی بی اثر نیست ولی اثر عمده‌ای ندارد/
- ۶۵..... تمرکز حواس در ذکر و تفاوت آن با یوگا و مدیتیشن/ در مورد تغییر و عوض شدن ذکر.....
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۸/۴/۱۳) معانی لغت ذکر در عربی و فارسی/ خداوند را باید همیشه به یاد داشت بدون فراموشی / شیطان ممتحنی بزرگ/ اثر از آن معنایی است که ما در نظر داریم.....
- ۶۸..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۶/۱۰/۲۱) ذکر و فکر برای اینکه همیشه به یاد خدا باشیم و یادمان باشد که «ما ز بالایم و بالا می‌رویم»/ تمرکز فکر.....
- ۷۲..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۷/۲/۱۳) ذکر، رمز بین شخص و خدا/ ذکر را باید همیشه بگویید که به شما داده‌اند.....
- ۷۳..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۷/۳/۱۷) در مورد ذکر دوام و فکر مدام/ توجه در معنای ذکر.....
- ۷۴..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۰/۲/۲) اگر شخصی تمام وجودش متوجه ذکر شود و در این حالت پیشرفت کند، هیچ چیز دیگری بر او اثر نخواهد کرد.....
- ۷۵..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۷/۹/۲) بعضی فکرها خاص است و بعضی‌ها راجع به معنی ذکر است.....
- ۷۵..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۷/۹/۱۰) خیال و فکر گاهی با هم است و گاهی پشت سر هم/ فکر و شروع فکر با اراده است ولی تخیل به اختیار انسان نیست.....
- ۷۶..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۹/۵/۲۳) نبات تشرّف را فقط به درویش می‌شود داد/ تشرّف و فقر در درجه‌ی اول اهمّیت است/ ذکر را به کسی نگوید و از کسی هم نپرسید، امانت را باید حفظ کرد.....
- ۷۸..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۹/۶/۴) درباره‌ی فراموش کردن ذکر یا کسانی که از اول طرز توسّل به ذکر را درست متوجه نشده‌اند.....
- ۷۹..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۹۰/۱۱/۸) در هر بار ذکر که می‌گویید به یک معنای جدیدی توجه می‌کنید/ توجه به معنا در گفتن ذکر و خواندن قرآن.....
- ۸۰..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۹۱/۱/۹) در مورد عالم صغیر و عالم کبیر/ تمرکز حواس وسیله است، هدف نیست/ در مورد مدیتیشن/ تمرکز حواس روی وجود خداوند نه روی مشکلاتی که داریم.....
- ۸۲..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۹۰/۲/۳) در مورد ظواهر/ وقتی به زیارت می‌رویم حواسمان متوجه باشد.....
- ۸۶..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۸/۴/۱۲) چرا گاهی اوقات توجه به ذکر مشکل‌تر است و گاهی اوقات راحت‌تر؟/ درباره‌ی «ذکر و فکر اختیاری دوزخ است».....
- ۸۷..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۶/۴/۲۰) نیت خیر اول شرط تأثیر ذکر/ آمادگی شخصی برای قبول ذکر/ اجازه داشتن آن کسی که ذکر می‌دهد/ توجه به معنای ذکر از جهات اثر ذکر است.....
- ۸۸..... گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۹۱/۲/۲۷) درباره‌ی حس ششم/ در مورد اثر نگاه و تمرکز حواس.....
- ۹۱.....

- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۹/۹/۳) درجات ذکر و فکر/ درویشی می‌خواهد فکر در اختیار شما باشد، به نحوی که با فکر یکی شوید/ صورت فکریه..... ۹۳
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۰/۴/۱) در مورد ذکر و فکر/ در مورد سماع و موسیقی..... ۹۵
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۷/۶/۱) فراست مؤمن/ شناخت از قیافه/ در مورد راه سلوک..... ۹۷
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۰/۲/۲) در مورد طلاق/ حواستان چنان متوجه ذکر باشد که هیچ چیز دیگری در شما اثر نکند..... ۹۹
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۷/۸/۲۶) غذایی که مؤمن می‌خورد در بدنش تبدیل به ذکر خدا می‌شود، البته غذاهای ضروری/ داستان فوت زن مرحوم ملاقاسم شورابی گنابادی..... ۱۰۰
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۷/۹/۱۳) در مورد وقتی ذکر را مرتب انجام دادید و این ذکر بر شما مسلط شده است/ تغییر ذکر چیزی نیست که در اختیار ما باشد/ از خود سلوک لذت ببرید..... ۱۰۲
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۷/۷/۲۱) ألفت بین مؤمنین/ نگذارید ظرفی که فکر در آن هست خالی بماند، آن را به میل خود و به یاد خدا به مطالعه و ذکر و فکر پر کنید..... ۱۰۵
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۹/۶/۲۷) در دل به یاد خدا بودن با ذکر قلبی که ما فقرا داریم تأمین می‌شود/ در مورد پنج ستون اسلام و درباره‌ی ولایت..... ۱۰۷
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۹/۶/۲۸) در مورد ظهور صورت و تداعی معانی/ اثر ذکر، صاحب نیرویی که قدرت را می‌دهد به شما گفته این ذکر را به این صورت بگویید..... ۱۰۸
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۸/۲/۲۷) تمرکز و توجه که انسان به خود و ذکر و فکر باید داشته باشد کار آسانی نیست/ باید همیشه جلو بروید، نایستید..... ۱۱۰
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۸/۳/۱) در مورد هیپنوتیزم و تمرکز روح/ درباره‌ی گاندی..... ۱۱۱
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۸/۳/۱۴) موانعی که هدف را مغشوش می‌کند/ در ذکر تکرار مؤثر است..... ۱۱۳
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۹۰/۳/۱۳) معمولاً فکر در اختیار انسان نیست/ در مورد اینکه گفته‌اند نفس را مشغول کن و گرنه او تو را مشغول می‌کند..... ۱۱۵
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۰/۷/۱۹) درباره‌ی بیعت معنوی و تشرّف/ تقلید در اعمال است و نه در اعتقادات/ دادن ذکر متناسب با روحیه‌ی آن شخص و متناسب با مکان و زمان..... ۱۱۶
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۸/۴/۱۷) در مورد مدیتیشن/ نگران نباشید که نمی‌توانید به مقدار زیاد و ساعات زیادی ذکر بگویید..... ۱۱۷
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۸/۴/۲۴) اراده کنید که ذکر دوام و فکر مدام داشته باشید..... ۱۲۰
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۸۸/۶/۱۱) اثر بدن در روح و اثر روح در بدن/ آسایش‌های بدنی و آسایش‌های فکری در نماز..... ۱۲۱
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۹۱/۳/۱۰) در مورد جغد به عنوان حیوان نامبارک، اثر در فکر ماست/ در مورد سفر حضرت صالح علیشاه و درباره‌ی نحس و نحوست‌ها..... ۱۲۳
- گفتارهای عرفانی (تاریخ ۱۳۹۱/۳/۱۸) درباره‌ی دعا/ بفهمید که پناهگاهی جز خداوند ندارید و بفهمید که هر چه می‌خواهید باید از او بخواهید/ در مورد دعا خواستن از دیگری..... ۱۲۴
- فهرست جزوات قبل..... ۱۲۵

* با توجه به آنکه حضرت آقای حاج دکتر نورعلی تابنده (محبوب علیها) پاسخ نامه‌ها و سوالات را، عموماً

در جلسات فقری بیان می‌فرمایند و امکان پاسخ جداگانه به تک تک نامه‌ها و سوالات نمی‌باشد، لطف نمایید مطالب جزوات بیانات را قبل از طرح سؤال به دقت مطالعه فرمایید.

* خواهشمند است به منظور دسترسی هر چه بیشتر علاقه‌مندان به خصوص فقرا و سایر مؤمنین به این جزوه و سایر

جزوات بیانات، در صورتی که بیشتر از یک جلد موجود دارید، لطف نموده به سایرین هدیه نمایید.

* با توجه به آنکه تیمی جزوات بیانات، مستقل از هر مؤسسه خیریه و انتشاراتی صورت می‌گیرد، خواهشمند است

جهت اعلام سفارش جزوات و آشنایی با نحوه‌ی اشتراک، با شماره‌ی تلفن ۰۹۱۲ ۵۸۳ ۸۲۴۲ تماس حاصل فرمایید.

* بدینوسیله از همه‌ی کسانی که در تکثیر این جزوه و سایر جزوات بیانات، توفیق خدمت مالی داشته‌اند،

سپاسگزاری می‌شود.

* مطالعه‌ی جزوات از طریق سایت اینترنتی ذیل نیز امکان‌پذیر می‌باشد. در این سایت، جزوات به تفکیک

و شامل مجموعه جزوات گفتارهای عرفانی، مکاتیب عرفانی، شرح رساله شریفه پندصالح، گفت‌وگوهای عرفانی، جزوات

موضوعی (استخاره، اختلافات خانوادگی، حقوق مالی و عشریه) و... می‌باشد. همچنین در این سایت امکان جستجوی موضوعی

در خصوص مطالب مورد نظر، نیز وجود دارد.

WWW.JOZVEH121.COM

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

برادران من؛ دل گنجینه‌ی خدایی و جایگاه ریزش رحمت الهی است و مرکز کشور تن، دل است که همیشه بین وسواس شیطان و تلقین ملک است. باید مراقب دل بود که آنچه بر دل غالب بود، اعضا و قوا زیر فرمان اوست و چون بستگی دنیا دام جان و مایه‌ی هر خطاست دل را باید به دستور، متوجه غیب نمود و از غیب خود رو به غیب مطلق آورد که پراکندگی خیال و وسواس رفع و هموم یکی گردد و نفس پاکیزه شود و اخلاق نکوهیده که زائیده‌ی دوستی دنیاست برود و به جای آن اخلاق پسندیده آید و متدرجاً انس به یاد خدا افزودن گردد تا دری که خداوند گشوده، باز و دل، جایگاه یار شود.^۲

ذکر، ستون اساسی عرفان است. در قرآن شاید بعد از کلمه‌ی «الله»، یکی از لغاتی که بیش از همه به کار برده شده ذکر و مشتقات آن است، کلماتی مثل: تذکر، تذکروا، ذکری و... که در قرآن بسیار آمده. ذکر از لحاظ لغوی به معنای یاد است یاد کسی یا چیزی کردن و به همین دلیل است که ذکر همیشه با یک مضاف‌الیه می‌آید. مثلاً در عُرْفِ عامّه می‌گویند: ذکر خیر شما یا در قرآن می‌فرماید: بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ کَهِیصِ ذِکْرُ رَحْمَتِ رَبِّكَ عَبْدٌ زَكْرِيَّا اِذْ نَادَى رَبَّهُ نِدَاءً خَفِيًّا.^۳ ذکر معانی لغوی متعددی در قرآن دارد که تمام آن معانی به هم نزدیکند و همه مأخوذ از معنای یاد هستند. مثل: وَاذْکُرْ فِي الْکِتَابِ اِبْرَاهِيمَ. وَاذْکُرْ فِي الْکِتَابِ مُوسَى.^۴ خداوند می‌گوید در این کتاب یادی از ابراهیم و موسی و دیگر پیغمبران کن. در دنباله‌ی آن هم دلیل این یاد کردن را بیان می‌فرماید. در جایی می‌گوید: اِنَّا اَخْلَصْنَاهُمْ بِخَالِصَةٍ ذِکْرَى الدَّارِ^۵ آنها را برای یاد آخرت خالص کردیم. می‌فرماید «ما» آنها را خالص کردیم یعنی آنها «مُخْلِص» شدند. مُخْلِصٌ غیر از مُخْلِصٌ است. مُخْلِصٌ یعنی کسی که اخلاص دارد ولی مُخْلِصٌ کسی است که خداوند او را برای خودش پاک و خالص کرده است. به همین دلیل خداوند می‌گوید از آنها یاد کن.

آیات اول از سوره‌ی مریم معنایی نزدیک به همین دارد، بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ کَهِیصِ ذِکْرُ رَحْمَتِ رَبِّكَ عَبْدٌ زَكْرِيَّا اِذْ نَادَى رَبَّهُ نِدَاءً خَفِيًّا می‌گوید یادآوری رحمتی است که خداوند به بنده (عبد) خود زکریا کرد آن هنگام که پروردگارش را در خفا صدا کرد.

وقتی خداوند کسی را می‌خواهد ارج بنهد صفت عبد به او می‌دهد؛ می‌گوید: بنده‌ی من. چنانکه وقتی می‌خواهد خضر را یاد کند، به موسی می‌گوید در مجمع‌البحرین عَبْدًا مِنْ عِبَادِنَا، به «بنده‌ای»

۱. برگرفته از شرح رساله‌ی شریفه پندصالح، قسمت ذکر، در جلسات فقری شب‌های جمعه، تلفیق دوره‌ی اول تاریخ‌های ۱۳۷۶/۴/۱۲، ۱۳۷۶/۴/۲۶ و ۱۳۷۶/۵/۲ ه. ش و دوره‌ی دوم تاریخ‌های ۱۳۸۶/۱۱/۱۱، ۱۳۸۶/۱۱/۱۸ و ۱۳۸۶/۱۱/۲۵ ه. ش.

۲. پندصالح، صص ۲۶-۲۴.

۳. سوره مریم، آیات ۳-۱.

۴. سوره مریم، آیات ۴۱ و ۵۱.

۵. سوره ص، آیه ۴۶.

۶. سوره کهف، آیه ۶۵.

از بندگان ما می‌رسی. خواجه عبدالله انصاری می‌گوید: «اگر گویی بنده‌ی من، از عرش بگذرد خنده‌ی من».

معنای دیگری که برای ذکر استفاده شده در آیه‌ی *إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ*^۱ است. ما ذکر را فرستادیم و ما خودمان حافظ آن هستیم. ظاهراً در اینجا ذکر به معنای قرآن به کار برده شده است ولی منظور این است که راه به سوی خودمان (دین اسلام) را فرستادیم و خودمان هم حافظش هستیم. علاوه بر این در آیات دیگری نیز ذکر به معنای قرآن به کار رفته مثلاً در سوره‌ی انبیاء پس از اینکه می‌فرماید ما برای موسی و هارون، فرقان و نور و ذکر را فرستادیم، سپس درباره‌ی قرآن می‌گوید: *وَهَذَا ذِكْرٌ مُّبَارَكٌ أَنْزَلْنَاهُ أَفَأَنْتُمْ لَهُ مُنْكَرُونَ*^۲، این ذکر مبارک را نیز فرستادیم و در جایی دیگر می‌فرماید: *كِتَابٌ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُوا الْأَلْبَابِ*^۳، این کتاب مبارکی است که برای تو فرستادیم یعنی آن ذکرها را فرستادیم، این را هم فرستادیم.

البته لغت ذکر اشتقاقاً دیگری هم در قرآن دارد ولی می‌توان گفت که تقریباً همه‌ی آنها از نظر معنایی مترادف هستند، مثلاً تذکر از ریشه‌ی ذکر به معنای یادآوری کردن است، چنانکه خداوند به موسی ﷺ می‌فرماید: *وَذَكِّرْهُمْ بِآيَاتِ اللَّهِ*^۴، آیات الله را به آنان یادآوری کن.

اینها معانی متعدّد لغت ذکر بود. اما در عرفا و در مسائل عرفانی اگر مطلق لغت «ذکر» استفاده شود، منحصرأ معنای یاد خدا را می‌دهد. چنانکه در ادبیات فارسی و متون عربی هم مجرد لغت ذکر بدون داشتن کلمه‌ای کم و زیاد و بدون اضافه به کلمه‌ای دیگر برای یاد خدا به کار می‌رود، لذا اگر ذکر در معنای غیر از خدا استفاده شده باشد، ما حتماً منتظر کلمه‌ی (مضاف‌الیه) بعد از ذکر خواهیم بود.

در آیه‌ی دیگری می‌فرماید: *إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ*^۵، نماز شما را از فحشا و منکر نهی می‌کند. چه متوجّه این نهی بشوید یا نشوید به هر جهت نماز شما را نهی می‌کند. به نظر می‌رسد در این آیه یکی از صفات نماز که جامعه بیشتر از آن بهره می‌برد یعنی نهی از فحشا و منکر، بیان شده است ولی در دنباله‌ی همین آیه می‌فرماید: *وَلَذِكْرِ اللَّهِ أَكْبَرُ* ولی ذکر خداوند از آن هم بالاتر است یعنی اگر بتوانی همواره مشغول به یاد خدا باشی، هم خودت سالم می‌مانی و هم جامعه سالم می‌شود ولی این چه ذکری است که از نماز هم بالاتر است؟

در ذمّ تَارِكِ الصَّلَاةِ در روایات مطالب زیادی بیان شده است ولی در مقابل در همه جای قرآن، خواندن نماز از صفات مؤمنین دانسته شده است. خداوند خطاب به حضرت موسی می‌فرماید: *وَأَقِمِ الصَّلَاةَ*

۱. سوره حجر، آیه ۹.

۲. سوره انبیاء، آیه ۵۰.

۳. سوره ص، آیه ۲۹.

۴. سوره ابراهیم، آیه ۵.

۵. سوره عنکبوت، آیه ۴۵.

لِذِكْرِي^۱، نماز را آنطور بخوان که هدف از نماز یاد من و ذکر من باشد. در دو آیه‌ی اخیر، ذکر به همراه صلاة آمده است، لذا به معنای لغت «صلاة» می‌پردازیم.

الصَّلَاةُ به دو معنی است. صلاة عرفاً به معنای نماز است و آن عبادتی است که در همه‌ی ادیان بوده و در همه‌ی ادیان و زبان‌ها واژه‌ای معادل نماز وجود دارد. در فارسی می‌گویند: نماز؛ در عربی می‌گویند: صلاة. اما مثلاً حج عبادتی مخصوص مسلمین است و از این رو بسیاری از ادیان لغتی معادل حج ندارند. در فرانسه می‌گویند «پلریناژ»^۲ ولی منظور از آن بیشتر زیارت اماکن مقدّسه است.

نماز از عباداتی است که در همه‌ی ادیان بوده و مهمترین عبادت است. نماز یک شکل ظاهری دارد که آن را شرط صحّت نماز می‌گویند؛ بدین شرح که مثلاً باید وضو داشته باشید، نیت کنید یعنی بدون هدف خم و راست نشوید و اگر مثلاً نماز ظهر می‌خوانید، به معنای عبارات نماز توجّه کنید (البته بعضی‌ها می‌گویند که توجّه به معنا مبطل نماز است که این قول خیلی عجیبی است). پس باید به اعمال نماز توجّه کنید ولی اینها مربوط به صورت ظاهر نماز و از شرایط صحّت آن است. شرط قبول نماز «توجّه دل» به خداوند است.

چنانکه خداوند پس از انتخاب حضرت موسی کلیم الله ﷺ اولین کلامی که به او فرمود، این بود: *وَاصْطَنَعْتُكَ لِنَفْسِي*^۳، تو را برای خودم آفریدم و جزء دستوراتی که به موسی ﷺ در کوه طور فرمود، این بود که: *اقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي*^۴ یعنی نماز را برای من بر پای دار که «یاد» من کنی. در این آیه از لَذِكْرِي می‌توان فهمید که خداوند هدف از صلاة را ذکر خود قرار داده است یا به عبارت دیگر می‌فرماید: اگر نماز می‌خوانی باید برای ذکر من باشد. صلاة هم به معنای نماز و هم به معنای دعا و اصولاً هرگونه نیایشی است.

همچنین در آیه‌ی دیگری در مورد صلاة می‌فرماید: *وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَوَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ*^۵ (صلوات جمع صلاة است) یعنی مؤمنین بر نمازها و نیایش‌های خود مراقبت دارند. مؤمنین کسانی هستند که دائم در نمازند. به قول باباطاهر که می‌گوید:

خوشا آنان که الله یارشان بی

به حمد و قل هو الله کارشان بی

خوشا آنان که دائم در نمازند

بهشت جاودان بازارشان بی

مفهوم دائم در نماز بودن چیست؟ آن چه نمازی است که دائمی است؟ آیا منظور نمازهای یومیّه

۱. سوره طه، آیه ۱۴.

۲. Pèlerinage.

۳. سوره طه، آیه ۴۱.

۴. سوره طه، آیه ۱۴.

۵. سوره مؤمنون، آیه ۹.

است که انسان باید پنج وعده در شبانه روز آن را بخواند؟

در صورت ظاهر نماز، تکبیر می‌گوییم، حمد و سوره می‌خوانیم، به رکوع و سجود می‌رویم و امثال اینها. گاهی نماز را سریع و گاهی کوتاه می‌خوانیم مثلاً وقتی در مدّت پنج دقیقه نماز ظهر را خواندیم، سلام که دادیم، دیگر در نماز نیستیم؛ ولو اینکه فوراً بلند شویم و در ادامه نماز عصر را بخوانیم، چون به اندازه‌ی لااقل چند ثانیه خارج از نماز هستیم. در آن چند ثانیه ممکن است حرف هم بزنیم. پس در نماز نیستیم. پس در این آیه چطور خداوند می‌گوید: **الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ**^۱، آنها کسانی هستند که دائم در نمازند. باباطاهر که می‌گوید: «خوشا آنان که دائم در نمازند» اشاره به این آیه است. حال چطور می‌توان دائم در نماز بود؟ اگر منظور همین نماز باشد که ما در بیست و چهار ساعت نمی‌توانیم نماز بخوانیم برای اینکه ساعاتی را مثلاً باید بخوابیم، باید غذا بخوریم و در این وقت‌ها که نماز نمی‌خوانیم. فرض محال که بیست و چهار ساعت هم نماز خواندیم، همین که سلام دادیم و بلند شدیم که یک الله‌اکبر بگوییم و به نماز بعدی برویم، دو، سه ثانیه طول می‌کشد. همانوقت «قطع» صلاة است و دیگر در حالت «دائمون» نیستیم. دائم در نماز نیستیم. پس در اینجا معلوم می‌شود که از خود صلاة هم معنای دیگری مراد است و آن اینکه دل باید در نماز باشد یعنی در حالت ذکر باشد و در آیه **وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ**^۲ به آن اشاره شده است. اگر بتوانیم به صورت دائم به ذکر خدا مشغول باشیم، اکبر است یعنی از هر چیزی بزرگ‌تر است.

به هر صورتی که خدا یاد شود ذکر است. ذکر قلبی مرتبه‌ی اعلاّی ذکر است چرا که دل انسان به یاد خدا است. ذکر دیگر ذکر زبانی است. ادعیه، تعقیبات و اوراد نماز، خواندن قرآن هم به گونه‌ای ذکر خدا تلقی می‌شود. اگر کسی به در و دیوار نگاه کند، به کوه و بیابان و دریا نگاه کند و خدا را یاد کند، او در حال ذکر است. به قول باباطاهر:

به دریا بنگرم دریا تو بینم

به صحرا بنگرم صحرا تو بینم

به هر جا بنگرم کوه و در و دشت

نشان از قامت رعنا تو بینم

اگر ذکر به این معنا باشد، مؤمن همیشه در حال ذکر است. شاید آنجا که می‌فرماید: **عَلَى صَلَاتِهِمْ**

دَائِمُونَ، منظور همین باشد که هر چه را می‌بیند، خدا را یاد می‌کند.

می‌فرمایند: «دل گنجینه‌ی خدایی و جایگاه ریزش رحمت الهی است و مرکز کشور تن،

دل است.»

۱. سوره معارج، آیه ۲۳.

۲. سوره عنکبوت، آیه ۴۵.

برای اینکه تجسّمی از دل پیدا شود، می‌گویند مظهر جسمانی این دل همان قلب صنوبری است. از لحاظ فیزیولوژی کار قلب جسمانی این نیست که یاد خدا کند ولی منظور از دل، معنوی است که انسان دارد و توجّه به سوی خدا می‌کند. برای سهولت، ما آن را در قلب ممتثل می‌کنیم. مشهور است و به مضمونی در اخبار هم آمده است که وقتی خداوند آدم را خلق کرد، شیطان و فرشتگان را ندا داد بیایید، این مخلوق جدید و اسرار آن را ببینید. همه آمدند و دیدند، شیطان هم آمد و دید در وجود انسان دری قفل است. فضولی کرد و پرسید: اینجا چیست؟ خداوند فرمود: اینجا خانه‌ی من است و تو در آن راه نداری. البته این قفل بودن به معنای سمبلیک است یعنی دل انسان خانه‌ی خداست و شیطان در آن راه ندارد. اگر شیطان را در آن راه بدهید، خدا شما را طرد می‌کند، خداوند این دل را به ما امانت سپرده؛ در آن را قفل کرده، کلیدش را به خودمان داده و گفته جز من کسی را به اینجا راه نده، اینجا خانه‌ی من است. در واقع باید تمام کوشش یک سالک برای همین باشد که این خانه را تمیز نگه‌دارد، دل را پاک نگه‌دارد، چون محلّ رحمت الهی است و خداوند در مورد آن فرموده که من در زمین و آسمان جای نمی‌گیرم ولی دل بنده‌ی مؤمن جایگاه من است.^۱ در اینجا منظور مکان نیست، بلکه آسمان و زمین را مثال زده تا به عظمت و برتری دل پی‌بیریم و عظمت نگه‌داشتن دل از عظمت خود دل هم بالاتر است برای اینکه دل جایگاه محبوب است. اصلاً تمام کوشش‌های عرفانی و سلوک، برای همین است، برای ذکر است. برای یاد خداست. یاد خدا باید همیشگی باشد.

هرکدام از ما دربان خانه‌ی خدا هستیم. اما آیا به این وظیفه دربانی درست عمل می‌کنیم؟ شیطان را خدا راه نداد ولی او خیلی پررو است، مسلماً در نمی‌رود، می‌ایستد که به هر نحوی که شده در این خانه نفوذ کند. همیشه شیطان از یک طرف وسوسه می‌کند و می‌خواهد به درون خانه برود؛ دل را وسوسه می‌کند. در مقابل، خداوند ملک و فرشته‌ای را هم آفریده که همیشه انسان را به راه خیر می‌خواند، او هم از طرف دیگر، انسان را می‌خواند، دل بین این دو (یعنی وسواس شیطان و تلقین فرشته) است. ما به هر اندازه بکوشیم، ممکن است جنبه‌ی ملکی را قوی‌تر کنیم ولی هر چه وظایف قلبی خود را پشت سر بیندازیم جنبه‌ی شیطانی قوی‌تر می‌شود.

باید توجّه کرد که آن چه بر دل می‌گذرد بر تمام اعضاء جاری می‌شود. در اصطلاح روانشناسی و روانکاوی امروز می‌گویند این اثر ناخودآگاه است. آنچه ما در دل داریم و دلمان محتوی آن است بر همه‌ی اعضای بدن حکومت می‌کند. اگر کسی فطرتاً خیرخواه باشد و بخواهد به مردم خدمت کند، تمام اعضایش این کار را می‌کنند یعنی اگر چشمش دید که کسی در خیابان زمین خورده فوری جلو می‌رود و به دستش دستور می‌دهد که او را کمک کند. اما اگر دلش در این حالت نباشد او را ترک می‌کند و می‌رود. پس دل، هر حالت و معنویتی که داشته باشد بر اعضای بدن حکومت می‌کند.

۱. بحارالانوار، ج ۵۵، ص ۳۹: لَمْ يَسْغِنِي سَمَائِي وَلَا أَرْضِي وَوَسَّعَنِي قَلْبُ عَبْدِي الْمُؤْمِنِ.

این دل‌خانه‌ی خداست و نسبت به ما غیب است یا به اصطلاح علم روانکاوی در ناخودآگاه است یعنی بر ما حکومت می‌کند بدون اینکه ما توجه داشته باشیم. توجه به این غیب که غیب خود ماست یعنی نسبت به ما غایب است، کم‌کم ما را متوجه غیب مطلق می‌کند. برای اینکه انسان عالم صغیر است یعنی جهان خارج به این بزرگی در وجود انسان مندرج است، چنانکه علی علیه السلام می‌فرماید:

اِنَّ زَعْمَ اَتَاكَ جِرْمٌ صَغِيرٌ
وَفِيكَ اَنْظُوى الْعَالَمِ الْاَكْبَرِ

خیال می‌کنی یک جرم کوچک یعنی همین بدن هستی، حال آنکه تمام عالم کبیر در تو مندرج است.

سالک بعد از اینکه توجه کرد که غیبی دارد علاقه‌مند می‌شود به آن غیب متصل شود. مکاتب مختلف عرفانی همچون ذن، یوگا، مدیتیشن و... همه علاقه‌مند هستند که به این مخزن دست پیدا کنند. ما هم باید با ذکر قلبی خودمان این دل را به یاد خدا بیاوریم. وقتی دل را به یاد خدا آوردیم متوجه این غیب نسبی و اعتباری می‌شویم و به تدریج از این غیب، به غیب مطلق که خداوند است پی می‌بریم. چون در واقع این شعله‌ای است از کارخانه‌ی برق عظیم جهان یعنی روح جهان که خداوند باشد. وقتی متوجه این بشویم به او هم می‌رسیم.

باید این دل را که جایگاه خداوند است پاک نگه‌داریم و همیشه به یاد خدا باشیم و آن را از دنیا دوستی دور بداریم. دنیا دوستی هم این نیست که اگر مالی، پولی، ثروتی داریم آن را رها کنیم، نه. برعکس، مال و اموالی که در دست ماست امانت است، مال ما نیست، خدا داده است که از آن بهره ببریم و دیگران را هم بهره‌مند کنیم. از حضرت آقای سلطان‌علیشاه نقل است که فرمودند: «اگر کسی زمینی دارد که آن زمین می‌تواند صد من گندم به وجود بیاورد و آن کس کوتاهی کند و در اثر کوتاهی او نمودن گندم به وجود بیاید، نزد خداوند مسئول است.» ایشان که دنیا دوست نبود، به این علت چنین فرمود که این مال، در دست ما امانت است. دوست داشتن امانت و حفظ امانت شرط ایمان است. قرآن در مورد محجورین می‌گوید: اموالی را که خداوند برای قوام زندگی شما قرار داده به دست اینها ندهید^۱ که باطل می‌شود. پس این مالی که امانت دست ماست، مالی که برای ماست، امانت خداوند است، بنابراین باید طوری باشد که همه از آن استفاده ببرند. این دنیا دوستی نیست. دنیا دوستی این است که همه چیز را فدای دنیا کنیم، و الا اگر نیتمان باشد که این مال امانت الهی است، باید این امانت را حفظ کنیم و حداکثر استفاده از آن را به دیگران برسانیم. این کار دنیا دوستی نیست، انجام وظیفه است.

دنیا دوستی اخلاق نکوهیده‌ی دیگری به دنبال دارد. بعضی از عیب‌ها به اصطلاح اُم‌المعایب هستند یعنی اگر آن عیب پیدا شود به دنبال آن عیوب دیگری می‌آید. دنیا دوستی یعنی دنیا را بر هر چیز

دیگر ترجیح دادن، این خصلت، معایب دیگری به دنبال می‌آورد. چنانکه ممکن است به دنبال خود، غفلت از خداوند و غفلت از عبادت یا خیانت در امانت، گران‌فروشی، کم‌فروشی و امثال اینها را بیاورد یا ممکن است به دنبال آن، رحم و شفقتی را که لازمه‌ی انسان است و ما هم دستور داریم به خلق‌الله شفقت و به فقرا خدمت کنیم، آن وظیفه را از ما دور کند.

بنابراین، وقتی متوجه شدیم که دنیا دوستی در حال ریشه کردن در درون ماست همان اول باید ریشه‌ی آن را خشک کنیم که تبعات و میوه‌هایی فاسد ندهد. به تدریج که دنیا دوستی را از دل خارج کنیم، یاد خدا می‌آید یعنی یاد صاحب‌خانه. دل ما خانه‌ی خداست. خداوند گفته است که من در آسمان و زمین جا نمی‌گیرم (یعنی خارج از مکان هستم) ولی در دل مؤمن جا دارم. این خانه را باید پاک نگاه داریم و وسوس را از خود دور کنیم. یاد خدا و یاد صاحب‌خانه موجب می‌شود که ما توجه کنیم و دیگری را در این خانه راه ندهیم. یاد خدا موجب می‌شود که صاحب‌خانه در خانه را به روی ما باز کند و ما به غیب وجود خودمان و از آنجا به غیب مطلق پی ببریم.

یاد خدا دل را خاشع و بدن را خاضع و اخلاق را پاکیزه و اعمال را پسندیده گرداند و یاد بنده حق را که نشانه‌ی یاد خدا و هم مستلزم یاد اوست بنده را، بالاخره انسان را از هستی موهوم می‌رهاند و به هستی واقعی می‌رساند چون مادام که انانیت هست، خداپرستی نیست.^۱

قبلاً گفتیم که ذکر در قرآن به معانی متعدّد بیان شده ولی در همه‌ی آنها وجه مشترک، یاد آوردن است. اگر بخواهیم کلمه‌ی ذکر را به فارسی ترجمه کنیم، معادل آن لفظ یاد است. در قرآن یک جا می‌فرماید: ذِكْرُ رَحْمَتِ رَبِّكَ عَبْدُ زَكِرِيَّا^۲، به یاد رحمت خداوند بر بنده‌اش زکریا. در جاهایی به‌عنوان تذکر می‌گوید: سَيَذَكِّرُ مَنْ يَخْشَى وَيَتَجَنَّبُهَا الْأَشْقَى^۳، آن کسی که از خدا می‌ترسد متذکر می‌شود و به یاد می‌آورد، و آن کسی که شقی است از آن دوری می‌کند. در این عبارات کلمه‌ی ذکر با اشتقاق‌های مختلف گفته شده که در همه‌ی آنها منظور یاد است.

بنابراین، به یک اعتبار می‌شود گفت همه چیز برای کسی که خداجو باشد و در آثار رحمت خداوند دقت کند، ذکر است. وقتی همین چراغ روشن را می‌بیند، همین لوسترها را می‌بیند، به یادش می‌آید که خداوند است که این قدرت را به بشر داده که چنین چیزهایی را درست کند. کوه و دشت و بیابان را که می‌بیند به یاد می‌آورد که خداوند اینها را خلق کرده است ولی عرفاً آن ذکری که به اراده‌ی ما انجام می‌شود یعنی ما بنا بر تکلیف انجام می‌دهیم یا به زبان و یا به دل است.

بنا بر اصطلاح، ذکر را به ذکر خفی و ذکر جلی یا ذکر قلبی و ذکر لسانی تقسیم می‌کنند. ذکر لسانی مثل این است که شما از دیگری یاد خدا را بشنوید، صفات خدا را بشنوید ولی وقتی کسی نباشد

۱. پندصالح، ص ۲۶.

۲. سوره مريم، آیه ۲.

۳. سوره اعلی، آیات ۱۰ و ۱۱.

هم خودتان می‌گویید و هم خودتان می‌شنوید. این ذکر لسانی می‌شود. اما غیر از ذکر لسانی، ذکر دیگری است که ذکر قلبی یا ذکر خفی است که ذکر مؤثر است.

البته ذکر خفی بر ذکر جلی ارجحیت دارد. ذکر جلی همین اوراد و دعاهایی است که می‌خوانیم. بعضی آیات قرآن و اخبار و احادیث وارده هم بر ذکر خفی تکیه دارد؛ مثلاً در حدیث قدسی از قول خداوند می‌فرماید: من را در دل یاد کن تا من تو را در ملاء و به صورت علنی یاد کنم یا درباره‌ی زکریای نبی در قرآن می‌فرماید: ذَكَرَ رَحْمَتِ رَبِّكَ عَبَثًا زَكَرِيَّا، ذکر رحمت خداوند به زکریا. اِذْ نَادَى رَبَّهُ نِدَاءً خَفِيًّا^۱ وقتی خدا را صدا زد، ندا کرد؛ نِدَاءً خَفِيًّا یعنی با صدای بلند خدا را صدا نزد، بلکه در دلش به صورت خفی و پنهان خدا را صدا کرد، این ذکر که به صورت خفی باشد، اثرش بیشتر است برای اینکه هر عبارتی که آشکارا بیان شود، خطراتی دارد یک خطر آن احتمال تظاهر و عوام‌فریبی است و خطر دیگر آن این است که در ذکر آشکار، ممکن است انسان به دلیل اینکه در طول روز حواسش پرت می‌شود، آن ذکر را رها کند و به همین دلیل است که برخی برای اینکه حواسشان پرت نشود در گوشه‌ای به ذکر مشغول می‌شوند.

حضرت صادق علیه السلام در توصیف پدرشان حضرت باقر علیه السلام می‌فرمایند که پدرم همیشه ذکر می‌گفت (البته ما به اشتباه می‌گوییم همیشه ذکر می‌گفت. اصطلاح گفتن برای این است که مردم بفهمند ولاً ذکر فقط به گفتن نیست یعنی همیشه با ذکر بود) راه می‌رفت ذکر می‌گفت، ذکر داشت، نماز می‌خواند ذکر داشت، غذا می‌خورد ذکر می‌گفت و هیچ چیز او را از ذکر باز نمی‌داشت. حال این چگونه ذکر است که وقت غذا خوردن هم، حضرت ذکر می‌گفت؟ وقت خوابیدن هم ذکر می‌گفت؟ این ذکر لسانی نبود که ما بشنویم، زیرا در روایت آمده حضرت وقتی که در خواب هم بودند، ذکر می‌گفتند، زیرا انسان وقتی در خواب است که زبانش نمی‌تواند حرکت کند و ذکر بگوید، پس این ذکر، ذکر قلبی است که در عرفان هم می‌گوییم: اگر در اوّل خواب با یاد خدا (که حالا اسمش را ذکر یا هر چیز دیگری بگذارید) بخوابید، خوابتان هم به منزله‌ی بیداری است و دنباله‌ی همان ذکر حساب می‌شود که در علم روانکاوی امروز هم تا حدّی به صحت این قول رسیده‌اند. پس آن ذکر که به قول حضرت صادق علیه السلام، امام باقر علیه السلام همیشه در ذکر بوده‌اند، ذکر قلبی است نه این ذکر لسانی یعنی همان ذکر است که در قرآن می‌فرماید: وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ أَكْبَرُ از همه چیز است.

دلیل دیگری که می‌توان پی برد: آن ذکر که حضرت باقر علیه السلام به آن می‌پرداختند، ذکر قلبی است، این است که از قول حضرت صادق علیه السلام نقل شده که من نماز مستحبی بسیار می‌خواندم. یک‌بار پدرم حضرت باقر علیه السلام رد شدند و فرمودند: اینقدر نماز نخوان، اینقدر عبادت نکن. آیا می‌توان

۱. سوره مریم، آیه ۲.

۲. سوره مریم، آیه ۳.

گفت: (العیاذبالله) حضرت باقر علیه السلام، حضرت صادق علیه السلام را از یاد خدا منع می‌کنند؟ نه! حضرت باقر علیه السلام می‌خواستند بفرمایند که به لَدِکْرِ اللَّهِ اکْبَرِ پرداز یعنی نمازهایی را که مکلف هستی، بخوان ولی مابقی روز را به ذکر اکبر پرداز.

در عرفان و درویشی هم با ذکر قلبی، جانمان را با یاد خدا آمیخته می‌کنیم یعنی همانقدری که جان داریم، همانقدر که نفس می‌کشیم، راه می‌روییم، حیات داریم، وجودمان با ذکر خدا همراه باشد و بدون اینکه خودمان بفهمیم همیشه با یاد خدا باشیم. ذکر جلی یعنی خواندن دعا، خواندن قرآن، خواندن اوراد و نمازی که داده شده و اگر آنها را با توجه به معنی بخوانیم، این هم خودش ذکر است.

در اینجا فرموده‌اند که یاد خدا به هر صورت که باشد «دل را خاشع و بدن را خاضع» می‌گرداند. اگر بخواهیم خاشع و خاضع را به فارسی ترجمه کنیم، کلمه‌ی فروتنی برای هر دو مناسب است ولی بین خشوع و خضوع فرق است. خشوع در معنا و دل، خضوع در ظاهر و بدن است. خدا در مورد صفات مؤمنین می‌فرماید: الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ^۱، نمی‌فرماید خاضعون. خاشعون یعنی قلب و ناخودآگاه آنها احساس فروتنی کند. نه اینکه به خودش معتقد باشد و خودش را بزرگ بداند. البته رعایت ظاهر در صورتی که برای ظاهرپرستی و ریا نباشد، لازم است.

خضوع به معنای فروتنی بدن است. اینکه ما به هم سلام کرده، با سر، تعظیم می‌کنیم، خضوع است ولی خضوع در صورتی در مقابل خداوند ارزش دارد که علامت خشوع باشد. در زندگی معمولی ممکن است یک نفر نسبت به شما خیلی خضوع کند یعنی ظواهر ادب و فروتنی را انجام دهد، مثلاً در قدیم رسم بود که دست را از آستین عبا درآورند و دست به سینه بایستند یا وقتی کسی سخن می‌گوید به صورت ظاهر متوجه او باشند، این خضوع است. اما ممکن است همین کسی که خضوع دارد و ظاهراً خیلی مؤدب است، دلش آن فروتنی را نداشته باشد.

فروتنی دل را خشوع می‌گویند. این است که در اینجا لغت فارسی فروتنی را نیاورده‌اند تا تفاوت خشوع و خضوع معلوم باشد. گفته‌اند دل خاشع می‌شود و بدن خاضع یعنی وقتی که به یاد خداوند، قدرت خدا، عظمت خدا باشند ناچیز بودن بلکه نبود بودن وجود خودشان را در مقابل این عظمت احساس کرده و ظاهراً و باطناً یعنی در جسم و در دل اظهار فروتنی می‌کنند. در مورد خداوند که بهتر از خود ما از دل‌های ما خبر دارد، خضوع باید با خشوع همراه باشد. عبارت «بهتر از خود ما» که می‌گویند باعث تعجب نیست. گاهی اوقات علما حتی علمایی که الهی نیستند نتایجی می‌گیرند که حرف ما را تأیید می‌کند. مانند تقسیم ضمیر به خودآگاه و ناخودآگاه، ما خودمان از خودآگاه خود آگاهییم، می‌دانیم چه کردیم چه می‌خواهیم و کجا هستیم ولی ناخودآگاه ما مملو از خاطرات قدیمی است که خودمان هم فراموش کرده‌ایم. خداوند از آنها خبر دارد ولی خودمان فراموش کرده‌ایم. درباره‌ی روز قیامت

هم می‌فرماید: فَيَنْبَغُهُمْ يَمَّا كَانُوا يَعْمَلُونَ^۱، شما را آگاه می‌کند که چه کارها کرده‌اید یعنی شما را از آنچه که خودتان انجام داده‌اید و فراموش کرده‌اید یا خبر ندارید آگاه می‌کند.

می‌فرمایند یاد خدا دل را خاشع و بدن را خاضع و اخلاق را پسندیده می‌کند. البته منظور از یاد خدا که در اینجا می‌گوییم ذکر است به هر نحوی که انسان یاد خدا باشد. ذکر، اخلاق انسان را پسندیده می‌کند. از این لحاظ که به صورت تداعی معانی، انسان به هر موجودی در هر وضعیت و حالتی که می‌رسد، برایش یاد خدا متداعی می‌شود. احساس اینکه در مقابل خدا، با بنده‌ی خدا حرف می‌زند اخلاق را پسندیده می‌کند و بالتیجه وقتی اخلاق و درون انسان پسندیده شد، مسلماً اعمال هم چون مبتنی بر اخلاق است، پسندیده می‌شود.

خداوند در چند جای قرآن فرموده: رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ^۲، خداوند از آنها راضی است و آنها هم از خداوند راضی هستند یا در آخر سوره‌ی فجر می‌فرماید: يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الطَّمِينَةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً^۳، ای نفس مطمئنه و آرامش یافته داخل بندگان من شو در حالی که تو از من راضی هستی و من هم از تو راضی هستم یعنی این دو رضایت مقارنه دارد و با هم است.

در ادامه می‌فرمایند یاد خدا «اخلاق را پاکیزه و اعمال را پسندیده گرداند.»

وقتی به یاد خدا باشیم مسلماً اخلاق اجتماعی یعنی برخورد با دیگران و اخلاق شخصی ما، پسندیده می‌شود. خداوند فرموده است که اَلْحَلْقُ عِيَالُ اللَّهِ^۴، این مردم، این مخلوق، نان خور من هستند، عیال من و عضو خانواده‌ی من هستند. اگر کسی رئیس خانوار را دوست داشته باشد، به یاد رئیس خانوار باشد، مسلماً با افراد خانواده‌اش مهربان است و به آنها حُسن خُلق نشان می‌دهد. پس یاد خدا با توجه به این معنا موجب می‌شود که شخص برخوردش با دیگران و خُلقیاتش ملایم و خوب باشد.

یاد خدا «اعمال را پسندیده گرداند» به این معنی که اگر کسی زیاد یاد خدا بکند چون می‌داند خدا بر همه چیز و در همه حال ناظر اوست، هر کاری که بخواهد انجام دهد، احساس می‌کند که در محضر الهی است و چشمی او را می‌بیند. می‌فهمد که خداوند او را نگاه می‌کند و می‌بیند. این احساس و ادراک اعمال را پسندیده می‌کند.

خداوند این مژده را در قرآن داده که فَادْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ^۵، یاد کنید مرا تا شما را یاد کنم. البته در اینکه کدام مقدم است (یاد کردن خدا بنده را، یا یاد کردن بنده خدا را؟) به دلیل اینکه ما هنوز در مرحله‌ای هستیم که خود را می‌بینیم و از خود رسته نشده‌ایم، مشکل است. این موضوع هم بین اهل کلام که به صورت ظاهر درباره‌ی اصول دین بحث می‌کنند و هم بین عرفا مطرح است که آیا این یاد

۱. سوره انعام، آیه ۱۰۸.

۲. سوره مائده، آیه ۱۱۹ / سوره توبه، آیه ۱۰۰ / سوره مجادله، آیه ۲۲ / سوره بینه، آیه ۸.

۳. سوره فجر، آیات ۲۷ و ۲۸.

۴. بحارالانوار، ج ۷۱، ص ۳۰۷.

۵. سوره بقره، آیه ۱۵۲.

کردن تقدّم زمانی دارد؟ یعنی وقتی ما یاد خدا بکنیم، خدا یاد ما می‌کند یا خدا وقتی یاد ما بکند، ما یاد او می‌کنیم؟ اصلاً در یاد واقعی این بحث موضوعیت ندارد. به این معنی که ما در این دنیای مادی که زندگی می‌کنیم، زمان در روال زندگی ما خیلی مؤثر است. ما همیشه امروز یا فردا را در ذهن داریم. مسلماً فردا بعد از امروز است و امروز قبل از فرداست. در مورد یاد خدا و یاد بنده هم چون دو واقعه است، خیلی‌ها کوشیدند که بگویند کدام یکی مقدّم است؟ آیا ما خدا را یاد می‌کنیم یا خدا ما را یاد می‌کند؟ عارفان می‌گویند در روابط انسان با خدا، در هر جا، در هر واقعه‌ای که ما خدا را به یاد بیاوریم، دیگر زمان معنی ندارد. اصلاً همین که ما یاد خدا می‌کنیم علامت آن است که خدا به ما این توفیق را داده است و الاً این توفیق را از کجا داریم؟

کمالینکه در شرح حال حضرت ایوب علیه السلام نقل است که پس از آن همه بلا که حضرت دید، شیطان دسیسه‌ی آخر را به کار برد که همسر حضرت ناچار شد برای اینکه نان تهیّه کند موی خود را بفروشد. ایوب وقتی شنید موی همسرش کوتاه شده (چون رسم این بود که زنی که خطا کند زلفش را می‌بریدند) خیلی ناراحت شد. عرض کرد: خدایا فرزندانم را بردی صبر کردم، مال و ثروتم را بردی صبر کردم، ریاست قبیله را از من گرفتی صبر کردم، مریض شدم (به این صورت که در بدن حضرت کرم افتاد. حتی می‌گویند یک بار کرمی از بدن حضرت بر روی زمین افتاد. حضرت کرم را برداشت و سر جای خودش روی بدن گذاشت و به کرم گفت خدا روزی تو را از اینجا مقرر کرده است) صبر کردم ولی این واقعه را نمی‌توانم صبر کنم. خداوند گفت: راست می‌گویی، صبر کردی! اما چه کسی توفیق صبر را به تو داد؟ می‌گویند پس از آن ایوب پشیمان و ناراحت شد به دهانش زد، خاک در دهانش ریخت که غلط کردم، هر چه هست تو کردی، تو دادی.

حالا منظور این است که در یاد خدا و اینکه خدا هم یاد ما کند تقدّم و تأخّر معنا ندارد. همان یاد خدا، علامت این است که خدا هم یاد ما کرده است. توفیق ذکر هم از ناحیه‌ی خداست ولی چون ما هنوز به این مرحله نرسیده‌ایم که احساس کنیم توفیقی هم اگر در عبادت و خدمت داریم از ناحیه‌ی خداست، اذکرونی (مرا یاد کنید) را بر اذکروکم (من شما را یاد می‌کنم) مقدّم می‌شماریم.

نباید فراموش کرد که مخاطب قرآن فقط کسانی که دارای مقامات معنوی بالا هستند، نیست، قرآن برای همه است. همانطور که وقتی حضرت رسول صلی الله علیه و آله، علی علیه السلام را مأمور یمن کردند، به‌عنوان امتحان پرسیدند: در آنجا چگونه نماز خواهی خواند؟ فرمود: مثل اضعف (ضعیف‌ترین) آنها. طبیعی است که مثلاً در نماز برای کسی که نمی‌تواند بایستد، خواندن سوره‌ی بقره خیلی مشکل است. قرآن هم آیاتی دارد که برای اضعف مؤمنین است و ما هم جزء اضعف مردم هستیم. قرآن اذکرونی را برای این مقدّم داشت که تو اوّل کار خودت را بکن یعنی به یاد من باش، ذکر کن، بعد من هم یاد تو خواهم کرد (اذکروکم). این امر مصداق همین عبارت مشهور فارسی است که: «از تو حرکت از خدا برکت» یا در حدیث

قدسی به این مضمون آمده است که هر کس یک قدم به سمت من (خداوند) بیاید من ده قدم به او نزدیک می‌شوم.^۱

به این دلیل است که اذکرونی را مقدم داشت یعنی به ما امر کرد که با اراده تصمیم بگیرید و ذکر خدا را بگویید؛ وقتی مرا به یاد آوردید من هم شما را به یاد می‌آورم. این است که در اینجا فرموده‌اند: «یاد بنده حق را که نشانه‌ی یاد خدا و هم مستلزم یاد او است بنده را»؛ در اینجا اشاره به مقام بالاتر هم فرمودند یعنی وقتی ما به یاد خدا می‌آییم نشانه‌ی این است که خدا هم یاد ما کرده است. البته این به‌عنوان تمثیل است و الاً خدا چیزی از خاطرش فراموش نشده یا مخفی نیست که بگوییم یاد ما کرده است. در قرآن هم می‌فرماید: قَالَ رَبِّ لِي حَشْرَتِي اَعْمَى وَقَدْ كُنْتُ بَصِيْرًا قَالِ كَذٰلِكَ اٰتٰنَا فَتَسِيْطٰهَا وَكَذٰلِكَ الْيَوْمَ تُنۡسَىٰ.^۲ آن کسانی که در قیامت کور محشور می‌شوند می‌گویند: خدایا ما که چشم داشتیم حالا چرا کور هستیم. خداوند می‌فرماید: آن روز که آیات مرا دیدید باید یاد من می‌کردید ولی فراموش کردید امروز هم من شما را فراموش می‌کنم. این مطلب عرفاً گفته می‌شود و الاً خداوند که فراموش نمی‌کند که بعد به یاد بیاورد، پس وقتی می‌گوید فراموش کردم یعنی به شما نعمت نمی‌دهم.

در واقع وقتی شما یاد خدا کردید نشانه‌ی این است که خدا یاد شما کرده است و به شما این توفیق را داده که یاد او بکنید ولی ظاهر عبارت این است که فاذکرونی اذکروکم^۳، مرا به یاد بیاورید تا من شما را به یاد بیاورم.

یاد خدا بالاخره انسان را «از آن هستی موهوم می‌رهاند و به هستی واقعی می‌رساند.» هستی موهوم، در هنگامی است که آنانیت یعنی خودبینی هست. یاد خدا انسان را از آنانیت خلاص می‌کند؛ به این معنی که اگر کسی یاد خدا کند، به یاد خدا باشد، ذکر او را بگوید، تدریجاً عظمت خدا و یاد خدا بر تمام وجود او مسلط می‌شود. وقتی مسلط شد، دیگر چیزی از آنانیت او نمی‌ماند. اگر لحظاتی هم حال خودبینی داشت، وقتی به خودش نگاه کند، می‌بیند خودش چیزی نیست. این هستی‌ای که دارد موهوم است. از کجا آمده، چطور آمده، چطور هست، کجا خواهد رفت؟ همه‌ی کسانی که یک وقتی بودند، حالا رفتند و الان فقط خیالی از آنها در ذهن ما وجود دارد و الاً زندگی دنیایی که ندارند. ما هم همینطور هستیم.

عمر انسان، یک روزی تمام می‌شود، ظاهراً الان هستی‌ای داریم که با مرگ از بین می‌رود. این هستی موهوم است ولی حقیقتاً هستی از بین نمی‌رود. وقتی یاد خدا همیشگی باشد، این یاد، انسان را از آن هستی موهوم و تعلقاتی که به‌واسطه‌ی این زندگی پیدا کرده، رها می‌کند. برای اینکه وقتی یاد خدا کرد، یاد این می‌کند که «من ملک بودم و فردوس برین جایم بود.» این تفکر انسان را از آن زندگی

۱. بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۱۴۹: مَنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ شَبْرًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا.

۲. سوره طه، آیات ۱۲۵ و ۱۲۶.

۳. سوره بقره، آیه ۱۵۲.

موهوم رها می‌کند و به یک هستی ابدی متصل می‌کند.

ذکر مأخوذ را باید در هر حال و هر کار مواظبت داشت که آثار آن در کردارها و زندگانی هم هویدا شود و در عالم هم به یادگار بماند خصوصاً در مواردی تأکید بیشتر شده است. از آن جمله در موقع خوردن غذا است که کَلُوا مِمَّا ذُكِرَ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ^۱، گرچه تفسیر به مورد ذبح شده ولی عمومیت دارد. یاد خدا هنگام غذا لذت را بیشتر و به واسطه‌ی توجه حرارت و روح به باطن، هضم بهتر می‌شود و تا آن غذا در بدن است حکم ذاکر دارد و بهتر توفیق می‌یابد. دیگر حال مقاربت است که طفلی که در هنگام یاد خدا پیدا شود تمام خلقت و مؤمن و صالح و با هوش گردد. دیگر وقت خوابیدن که توجه به عالم غیب است چون به یاد خدا که بخوابد در خواب حکم ذاکر دارد و خواب که بیند چه بروز حالات روحی او باشد و چه قضایای خارج، غالباً رؤیای صادقه خواهد بود. دیگر اول بیداری است که حال بازگشت به این عالم و توجه به قوی و جوارح است که در آن روز توفیق زیادتر گردد و بلکه کارهای او هم پیشرفت نماید و اول بیداری توجه به مبدأ و مظهر و توسل به انوار چهارده معصوم جسته و گشایش دل و دین و دنیا را از خداوند امید داشته باشد و چون موقع خوابیدن و بیداری هر چه را به ذهن بسپارند محفوظ ماند روح در این دو وقت به یاد خدا عادت نماید و متوجه باشد و تا بتواند آنی غافل از یاد خدا نگردد که وقت مرگ متذکر عقاید باشد.^۲

می‌فرمایند ذکر و یاد خدا، زمان مخصوصی ندارد همانطور که در زندگی عادی می‌بینیم، یاد کسی کردن یا یاد مطلبی کردن وقت خاصی ندارد. ممکن است بعضی مواقع انسان مثلاً در یک منظره‌ی خوب بهاری، یاد بهترین دوستش کند یا وقتی می‌بیند مثلاً یک جوانی با پدرش خیلی با مهربانی حرف می‌زند، یاد پدر خودش (که مرحوم شده) کند ولی یاد، زمان ندارد که کی باشد. منتها چون یاد خدا بستگی به اراده‌ی ما دارد می‌فرمایند: یاد خدا باید همیشگی باشد یعنی هیچ کاری انسان را از یاد خدا، از ذکر خدا باز ندارد. منظور از این ذکر، ذکری است که همیشه با ماست، با زبان نیست. ممکن است کسی الکن باشد، لال باشد و ذکر بگوید. این ذکر با دل است، ذکر قلبی است.

در مورد خصوصیات ذکر، نکاتی را در اینجا بیان کرده‌اند. بطور کلی گفتیم ذکر انواع و اقسامی دارد. وقتی «یا الله» می‌گوییم یا چیزی می‌گوییم که در آن اسماء خدا را به زبان می‌آوریم، در صورتی می‌شود گفت اسم آن ذکر است که یاد خدا با آن همراه باشد.

به هر حال باید همیشه به یاد خدا باشیم. ما که در زندگی معمولی غرق هستیم، گاهی مطلبی آنقدر ذهن ما را به خود مشغول می‌کند که بیشتر اوقات به یادش هستیم. مدتی که می‌گذرد فراموشش

می‌کنیم. اما یاد خدا باید طوری باشد که به تدریج حالتی به انسان دست بدهد که لحظه‌ای بدون یاد نباشد. همانطور که یک انسان که بدن سالم داشته باشد در تمام ایام و دقایق نفس می‌کشد بدون اینکه توجه به نفس کشیدن کند یعنی وجودش با نفس همراه است. چون متأسفانه امروز ذکر با لغت «گفتن» همراه شده و این اشتباه اکثراً در اذهان هست که منظور از ذکر همین لغاتی است که نام خداست یا امثال این و همان را باید گفت. اگر اینطور باشد ما چگونه موقع غذا خوردن ذکر بگوییم؟ به هر جهت منظور از ذکر آنست که فرموده‌اند غیر از ذکر لسانی است. حضرت موارد خاصی را تأکید بیشتری کرده‌اند، البته ما فقرا موظفیم تا می‌توانیم تمام لحظات به یاد خدا باشیم. اما متأسفانه خیلی قصور و ضعف داریم که نمی‌توانیم این کار را بکنیم، این ضعف نباید خدای نکرده موجب یأس شود! بلکه باید موجب تنبّه و محرک انسان باشد که بیشتر بکوشد. توقع نیست از همان اول که اراده کردیم، تمام ایام به یاد خدا باشیم. یاد خدا تدریجاً ملکه‌ی دل می‌شود، به ندرت می‌شود که تدریجی نباشد و ناگهانی این حالت به انسان دست بدهد که در شرح حال بزرگان دیده و خوانده‌اید و در کتاب *نابعه‌ی علم و عرفان* هم نوشته‌اند که آقای سلطان‌علیشاه وقتی خدمت آقای سعادت‌علیشاه رسیدند، در مجلسی که مشرف شدند، حالشان منقلب شد و تقریباً یک ساعت در حال بیهوشی و اغما بودند. حضرت سعادت‌علیشاه فرمودند: آن راهی که شما درویش‌ها در شصت سال طی می‌کنید، این آخوند خراسانی در همین یک ساعت طی کرد. این استثنای است، نباید متوقع باشیم که ما هم اینطور باشیم.

پس اصولاً انسان باید همیشه به یاد خدا باشد. خداوند درباره‌ی نمازگزاران می‌فرماید: *الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ*.^۱ آنها کسانی هستند که دائم در نمازند. اما می‌فرمایند در چهار مورد تأکید بسیار شده که خدا را یاد کنیم؛ این موارد مستند به آیات قرآن و اخباری است که از ائمه علیهم‌السلام رسیده است. این چهار مورد در هنگام «غذا خوردن» و برای زن و شوهرها موقع «نزدیکی» و مقاربت است که نطفه‌ای منعقد می‌شود و فرزند به دنیا می‌آید. دو موقع دیگر هنگام خوابیدن و بیداری است.

در موقع غذا خوردن در قرآن فرموده: *وَلَا تَأْكُلُوا مِمَّا لَمْ يُذْكَرِ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ^۲ وَ فَكُلُوا مِمَّا ذُكِرَ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ^۳*، از چیزی که نام خدا بر آن برده نشده نخورید و از چیزی که نام خدا بر آن برده شده بخورید؛ هم مثبتش را و هم منفی‌اش را آورده است. فقها از لحاظ فقهی می‌گویند منظور از این آیات، ذبیحه‌ی مسلم است یعنی در آداب ذبح، باید شرایطی رعایت شود مثل اینکه مسلمان باید ذبح را انجام بدهد، رو به قبله باید باشد، طرز سر بریدن حیوان چنین و چنان باشد و نام خدا بر آن برده شود یعنی *بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ* گفته شده باشد (یا کسی که ذبح می‌کند دلش با *بِسْمِ اللَّهِ* یکی باشد). در این صورت این ذبح، ذبح اسلامی است. البته در همین زمینه تقریباً اکثر علما (نزدیک به اتفاق و اجماع) از این آیه استنباط می‌کنند که

۱. سوره معارج، آیه ۲۳.

۲. سوره انعام، آیه ۱۲۱.

۳. سوره انعام، آیه ۱۱۸.

اَکْلِ ذَبِيحَةٍ غَيْرِ مُسْلِمٍ صَحِيحٍ نِيسَت. عَدَّه‌ی معدودی از فقها هم می‌گویند همین که اسمش ذبیحه بود، ولو ذبح حیوان مطابق دین خودشان باشد (چون ادیان زرتشتی، مسیحی و یهودی را اسلام به رسمیت می‌شناسد و آنها را اهل کتاب می‌داند) آن ذبیحه حلال می‌شود و لذا لازم نیست حتماً مسلمان باشد. البتّه این نظریّه به قول فقها خیلی شاداً است و کمتر در رساله‌های عملیّه دیده می‌شود. چون رساله‌ها برای عموم است، اینگونه موارد کمتر است ولی چنین نظریّه‌ای هم وجود دارد.

متأسفانه امروزه در فقه مصادیق این آیه بیشتر به همین مورد ذبح محدود شده است. اما اگر به تمام معانی که آیات قرآن به ما إلقاء می‌کند توجه کنیم، مضمول «غذا خوردن» هم می‌شود. جهتش این است که وقتی می‌گوییم «یاد خدا کنید» این تا وقتی است که ما زنده‌ایم و این بدن حیات دارد و اُلاً بعد از مرگ که یاد خدا معنی ندارد، یاد خدا برای مرده نیست. خود خداوند می‌داند با او چه کند، نعمت بدهد یا خدای نکرده نعمت بدهد. ما هم تا زنده‌ایم و بخواهیم ذکر بگوییم باید از این بدن مایه بگذاریم. مثل اینکه وقتی از اینجا بخواهید بروید حضرت عبدالعظیم (شهر ری) که خیلی نزدیک است، یک وسیله‌ی نقلیه می‌خواهید. ممکن است آن وسیله مال شخص دیگری باشد و آن را در مقصد به او بدهید و آن وسیله را ترک کنید. ما هم وقتی ذکر می‌گوییم، می‌خواهیم به یک هدفی برسیم، پس وسیله می‌خواهیم، وسیله‌ی ما هم این بدن یعنی فکر و جسم ماست. این فکر هم از غذاهایی که خدا داده تغذیه می‌کند. حالا آنچه که در وجود و ماهیت این غذا است، در ماهیت فکر ما هم مؤثر است. اگر غذا از چیزهایی باشد که خداوند نهی کرده، همگام و مقارن با غذا خوردن، یاد خدا از ذهن ما می‌رود و غفلت حاصل می‌شود. این است که فرموده‌اند هر غذایی می‌خورید، غیر از حلال و حرام بودن که به جای خود است، در اوّل غذا به یاد خدا باشید. گذشته از آنکه همیشه باید به یاد خدا باشید، توجه بکنید خداوند که ما را آفریده، دستور ذکر داده و گفته است از بدنت هم باید مراقبت کنی که بتوانی ذکر بگویی. بنابراین ما موظّف هستیم بدن را هم نگاه داریم. همانطور که در نماز به یاد خدا هستیم، اینجا در هنگام غذا خوردن در یک درجه پایین‌تر باید سعی کنیم به یاد خدا باشیم.

اصولاً از نظر عرفا، فقرا، از جهت احتیاط فقری و معنوی باید امور را مورد توجه قرار داده و توسعه بدهند؛ مثلاً از شبلی پرسیدند که زکات چهل دینار چقدر است، جوابش روشن است، قاعداً یک دینار است. شبلی گفت: اگر از فقیه بررسی زکات چهل دینار چقدر است می‌گوید یک دینار است. اما اگر از من می‌پرسی، می‌گویم چهل و یک دینار است؛ یک دینار برای حکم شرعی آن و چهل دینار برای اینکه چرا این دینارها را نگاه‌داشتی، ذخیره کردی و خرج مردم نکردی؟

البتّه این تفسیر عارفانه‌ای است و نمی‌شود آن را جزء فتاوی فقهای آورد. یکی حالش این چنین است که باید همه چیز را انفاق کند ولی همه اینطور نیستند. در اینجا هم وقتی ما می‌گوییم از غذایی که

نام خدا بر آن برده نشده نخورید یعنی همین غذایی را هم که می‌خورید، نام خدا را بر آن ببرید. بِسْمِ اللَّهِ یعنی ذکر خدا بگویید. حالا این ذکر یا بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ است یا آن ذکر قلبی است که ما داریم. هر دوی آنها ذکر است. البته گفتن بِسْمِ اللَّهِ هم در صورتی ذکر است که «واقعاً» به نام خدا شروع کنیم. البته این جنبه‌ی معنوی قضیه است که در اینجا فرموده‌اند.

از لحاظ طبّی، به اصطلاح فیزیولوژی یا علم الاعضاء، هم اضافه کرده‌اند که وقتی غذا می‌خورید بطور معمولی اگر حواس شما این طرف و آن طرف باشد و مضطرب باشید مثلاً یک گفتگوی تلفنی نگران‌کننده داشته باشید یا در وضعیتی باشید که حواس شما متفرق شود، آن غذا لذّت کمتری دارد یا اصولاً از غذا لذّت نمی‌برید. بعد هم دیر هضم می‌شود و نمی‌فهمید چه موقع سیر شدید. عدم تمرکز در موقع غذا خوردن این معایب را برای جسم هم دارد، پس چه بهتر که تمرکز داشته باشید و در این تمرکز به یاد خدا باشید؛ در این صورت شما به نیروی عظیمی که همه‌ی نیروهای جهان تحت امر اوست، تکیه داده‌اید و مسلماً از لحاظ ظاهری هم لذّت این غذا بیشتر و نیرویی که به بدن می‌دهد بهتر است و غذا بطور کامل جذب می‌شود. اصولاً آنچه در قرآن یا اخبار و احادیث دستور داده‌اند، گذشته از فواید معنوی، فواید جزئی مادی هم دارد.

دوم، موقع مقاربت است. خداوند برای انسان‌ها و تقریباً برای تمام جانداران دو وظیفه بر اساس دو گزینه تعیین کرده است: یکی اینکه خودش را به طریق شرعی و صحیح نگاه دارد یعنی غذا بخورد و خود را سلامت نگاه دارد و... دیگر اینکه چون رفتنی است و بالاخره این بدن از بین می‌رود؛ خدا نمی‌خواهد با از بین رفتن این بدن آن روح هم از این دنیا برود. از این رو می‌خواهد انسان یکی را از نوع خود فراهم کند. در موقع «انعقاد نطفه» باید بیشتر به یاد خدا بود. ما وظیفه داریم در ایام زندگی یاد خدا باشیم تا فرزند ما هم، مثل خود ما چنین باشد. البته خود ایده‌آل، نه همین خودی که غالباً هستیم و از شیطنت کم نمی‌آییم ولی خود ایده‌آل یعنی خودی که محو در جمال حق باشد، این خود باید به یاد خدا باشد که اولادی هم که به وجود می‌آید، بنده‌ی صالح خدا باشد.

آیه‌ای در قرآن هست که خداوند به شیطان (بعد از آنکه آن جریان رخ می‌دهد و شیطان مطرود می‌شود) خطاب می‌کند: *وَاسْتَفْزِرْ مِنْ اسْتَعْزُرْ مِنْهُمْ بِصَوْتِكَ وَأَجْلِبْ عَلَيْهِمْ بِخَيْلِكَ وَرَجِلِكَ وَشَارِكْهُمْ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ*، خداوند به شیطان می‌گوید: به هر یک از آنها که می‌توانی هجوم ببر و با صدایت آنها را در برگیر. (این وسوسه‌هایی که گاهی در دل ما پیدا می‌شود که ما را به یک راه ناشایست دعوت می‌کند اینها همان صوت شیطان است.) با مردان خود، قشون خودت، سواره و پیاده، اینها را به سوی خود بکشان و با آنها در اموال و فرزندان شریک بشو. به دنبال آن می‌فرماید: *إِنَّ عِبَادِي لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ* ۲ ولی بر

۱. سوره اسراء، آیه ۶۴.

۲. سوره اسراء، آیه ۶۵.

بندگان خالص من راهی نداری.

قشون شیطان، دو دسته‌اند هم شیاطین انس و هم جن که در آیه‌ی: *مِنْ سَرِّ الْأَوْسَابِ الْحَتَّاسِ الَّذِي يُوسُّسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ مِنَ الْجِنَّةِ وَ النَّاسِ*^۱، اسم هر دو برده شده، همه‌ی اینها جنود شیطان هستند. اگر کسی، انسانی، ظاهراً دوستی، رفیقی، ما را وسوسه کرد که فلان کار زشت را انجام بدهیم، در آن لحظه او از قشون شیطان است. بعد می‌گوید: *وَشَارِكُهُمْ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ* و با اینها در اموال و اولادشان مشارکت کن. وقتی شیطان وسوسه می‌کند که گرانفروشی کنید، احتکار کنید، ربا بگیرید، چه بکنید، چه نکنید، اموال اینها با شیطان شریک است؛ ولو اینکه مثلاً خیلی جاها می‌بینید نوشته‌اند: شرکت با حضرت ابوالفضل. اگر آن کارها را بکنند و حتی این عبارت را هم بنویسند شرکت با شیطان است.

در اولاد چگونه شرکت می‌کند؟ اولاد کی به وجود می‌آید؟ آن لحظه‌ای که زن و مرد به هم نزدیک می‌شوند. آنوقت اگر طرفین به یاد خدا باشند، شیطان فرار می‌کند. خداوند که به شیطان می‌فرماید بر بندگان خاصّ و مُخْلِص من تسلّط نداری منظورش بندگان است که همیشه به یاد او هستند. در موقع مقاربت هم اگر این نکته رعایت بشود و به یاد خدا باشیم، مسلماً شیطان شرکت نخواهد داشت. وقتی که شیطان شرکت نداشت، رحمان یعنی قشون رحمان، مَلَك، شرکت دارند. مثلاً عمل زنا آنچنان زشت است که اینقدر مجازات برایش تعیین شده، در حالی که این نزدیکی اگر بین یک زن و شوهر شرعی واقع شود خیلی هم مستحسن است، ثواب هم دارد ولی اگر غیر از این باشد زشت است. در این حالت شرعی مَلَك کمک می‌کند و شرکت دارد، در آن حالت شیطان شرکت دارد.

در اینجا هم، لاقفل برای رعایت حال طفلی که احياناً به وجود خواهد آمد، باید به یاد خدا باشند. دلیل بسیاری از کسالت‌های مادرزادی یا کسالت‌هایی که در اوّل کودکی و در شیرخوارگی ایجاد می‌شود، به واسطه‌ی این است که این قسمت رعایت نشده است، مگر اینکه خدای نکرده طبق نظر زیست‌شناسان نقصی در طرفین باشد و الاّ این قسمت هم اگر رعایت شود، اولاد حتماً سالم است.

البته غیر از این، در اخبار هم به زمان‌ها و مواقعی اشاره شده است که به زن و شوهرها توصیه کرده‌اند که در آن مواقع نزدیکی نکنند. برای اینکه چه بسا طفلی که به دنیا می‌آید نقصی خواهد داشت؛ مثلاً شب عید فطر، شب عید غدیر، موقع زلزله، موقع طوفان و مواقع مختلف دیگر که ذکر شده است و برای هر کدام هم گفته‌اند که مثلاً اگر این شب نطفه‌ی طفلی منعقد شود این نقص را خواهد داشت. این است که والدین باید در این باره فکر کنند. غالب اطفال و فرزندان که یک نقیصه‌ی مادرزادی دارند، از نادانی والدین است که نمی‌دانستند چه باید بکنند.

مورد سوّم که باید بیشتر به یاد خدا باشیم، موقع خوابیدن است یعنی وقتی که خود ما می‌خواهیم از این دنیا و از این خستگی که ما را گرفته، رها بشویم و می‌خواهیم به دنیای دیگری برویم؛ دنیای

بی‌خبری. در موقع خوابیدن هم دستوراتی داده شده که باید حتماً انجام دهیم. آیه‌ی قرآن در مورد مؤمنین می‌فرماید: **الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ**^۱، کسانی هستند که یاد خدا می‌کنند چه ایستاده باشند چه نشسته و چه خوابیده بر پهلوهایشان (عَلَىٰ جُنُوبِهِمْ). البته خوابیده به معنای معمولی هم می‌تواند باشد.

از لحاظ روانشناسی، روانکاوی، مشکل است حدّ دقیقی بین خواب و بیداری پیدا کرد. غالباً همان اول که می‌خوابیم مدّتی فکر می‌کنیم بیداریم در حالی که در خوابیم. در این موقع اگر به یاد خدا باشیم، دنباله‌ی همان یاد، در خواب هم همراه با ماست. خواب‌مان هم به یاد خداست و آنچه در آنجا یاد می‌گیریم (به اصطلاح می‌بینیم) با یاد خدا توأم است و گاه تبدیل به رؤیا می‌شود. امروزه روان‌شناسان در مورد تلقین (چه تلقین به نفس چه تلقین به دیگری) می‌گویند از مواقعی که تلقین خیلی مؤثر است، اول خواب است و حتی اخیراً در اخبار دیدم برای اینکه مثلاً یک زبان خارجی یاد بگیرند یا وقتی درس می‌خوانند بهتر یاد بگیرند، در ضبط صوتی، دروس را با صدای ملایم ضبط می‌کنند و موقع خواب می‌گذارند. شخص خواب است ولی این صداها به گوشش می‌رسد. این موجب می‌شود که تمام مدّت خواب حالت یادگیری را داشته باشد. حالا چرا خود ما که، هم آن دستگاه ضبط صوت را داریم و هم دستگاه شنیدنش را، برای خودمان این کار را نکنیم؟ وقتی به یاد خدا بخوابیم در خواب هم آن ذکر ادامه پیدا می‌کند.

موقع چهارم که اینجا ذکر فرموده‌اند هنگام بیدار شدن از خواب است. در موقع بیدار شدن، اول بیداری، چون از عالم غیبی که خودمان به آنجا رفتیم، به همین عالمی برمی‌گردیم که زندگی داریم، باید در واقع به خودمان اعلام کنیم که به قواعد این زندگی دنیایی تسلیم هستیم و از آن اطاعت می‌کنیم، یکی از قواعد عمده‌ی این زندگی این است که باید هدایت پیدا کنیم. **فَلَمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ**^۲، از جانب من برای شما هدایت فرستاده می‌شود، اگر کسی از هدایت من پیروی کند. این هدایت، از لحاظ ما شیعیان، در اسلام و قرآن است که مظهرش چهارده معصوم هستند. به این دلیل باید در اول بیداری به انوار این چهارده معصوم توسّل کنیم در اورادی که داده می‌شود، همه‌ی این نکات در آن رعایت شده است.

در قرآن سوره‌ی سجده فرموده: **تَجَافَىٰ جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا**^۳، پهلویشان را از رختخواب بر می‌کنند و با ترس و امید به یاد خدا هستند.

خوشبختانه ما فقرا موظف هستیم که در این دو موقع خواب و بیداری بیشتر به یاد خدا باشیم. البته در سایر مواقع هم باید به یاد خدا باشیم. ذکر هم که اینجا فرموده‌اند (چه ذکر قلبی یا ذکر زبانی

۱. سوره آل عمران، آیه ۱۹۱.

۲. سوره بقره، آیه ۳۸.

۳. سوره سجده، آیه ۱۶.

باشد) هر دستوری که داشته باشیم به همان باید رفتار کنیم. هنگام بیداری، موقع خوابیدن، به همان نحوی که گفته‌اند باید یاد خدا کنیم. البته اگر فاصله‌ای هم تا به خواب رفتن بود باید توجه به ذکر قلبی کرد تا به خواب برویم.

پس انواع یاد خدا بطور کلی: ذکر خفی، ذکر جلی یا ذکر دل و ذکر زبان است ولی ذکر منحصر به دل و زبان نیست. چشم هم ذکر می‌گوید. اگر به هر چه نگاه می‌کند صُنع خدا را ببیند و یاد خدا بکند، این ذکر چشم است. ذکر گوش این است که هر آوازی مثل صدای بلبل، صدای رودخانه را که بشنود، یاد عظمت خدا کند، این خودش ذکر است ولی عمده‌ترین ذکر در این انواع، ذکر خفی و ذکر جلی یا ذکر قلبی و ذکر زبانی است.

و بی فکر ننشیند بلکه به مرکب فکر سیر نماید که حقایق عالم را دریابد و از دریچه‌ی غیب خود متوجه غیب مطلق گردیده انتظار فرج جان داشته باشد که: لَارَاحَةَ لِلْمُؤْمِنِ دُونَ لِقَاءِ اللَّهِ.^۲

تعبیر ذکر و فکر در اصطلاح عرفا بسیار به کار برده می‌شود. هر مطلبی که انسان را به یاد خدا بیندازد یک نوع ذکر است ولی فرد جلی ذکر^۳ (آنچه همه می‌فهمند) ذکر زبانی یا لسانی است یعنی با زبان، نام خدا را ببرند. البته ذکر زبانی خوب است و همان ادعیه و اورادی که به فقرا دستور داده شده، همه ذکر زبانی است ولی برای تکمیل آن، ذکر قلبی هم لازم است که همیشه دل به یاد خدا باشد؛ ذکر قلبی ذکر خفی است.

بعضی‌ها با انتقاد می‌گویند که ذکر خفی چیست؟ اسمی از ذکر خفی در قرآن برده نشده است. اگر بخواهیم اینطور فکر کنیم از ذکر لسانی هم در قرآن اسم برده نشده است. بطور کلی در قرآن فرموده است: ذکر ولی در قرآن هم آیات زیادی در این باره هست، مثلاً راجع به حضرت زکریا، قرآن می‌فرماید: ذِكْرُ رَحْمَتِ رَبِّكَ عَبْدًا زَكِيًّا إِذْ نَادَى رَبَّهُ نِدَاءً خَفِيًّا.^۴ نِدَاءً خَفِيًّا یعنی در خفا خدا را خواندن یا حضرت سجّاد می‌فرماید: اَلْهِ اَئِسْنَا بِالذِّكْرِ الْخَفِيِّ، خداوندا ما را به ذکر خفی اُنس بده. این دعا هم نشان‌دهنده‌ی وجود ذکرِی به نام ذکر خفی است و هم نشان می‌دهد که این ذکر به صورت عادی نیست؛ چون در ذکر زبانی مثلاً اگر صد بار، هزار بار، «یا الله» بگوییم، «الله اکبر» بگوییم اُنس معنی ندارد. اَئِسْنَا یعنی ما را اُنس بده. اُنس دادن یعنی نسبت به چیزی که اول از ما دور است، کاری کن که ما به آن نزدیک بشویم. پس «اَئِسْنَا» نشان‌دهنده‌ی این است که توجه به ذکر خفی ذکر قلبی با کوشش و زحمت است. البته اول، کوشش و زحمت دارد ولی بعد خداوند آن دعایی را که حضرت سجّاد فرموده است، در مورد ما اجابت می‌فرماید. البته خود آن حضرت نه تنها به ذکر خفی اُنس داشت بلکه خودش ذکر بود ولی این دعا را فرمود شاید ما توجه کنیم؛ مثل دیگر ادعیه.

ذکر قلبی و ذکر خفی همانطور که گفته شد اول ناراحتی دارد یعنی با اختیار و دقت باید انجام داد. به تدریج دل با ذکر خفی اُنس می‌گیرد یعنی همیشه به یاد خداست. مولوی می‌گوید: «ذکر و فکر اختیاری دوزخ است»^۵ یعنی چون به اختیار و دقت انجام می‌شود زحمت دارد، مثل دوزخ است ولی از این دوزخ باید رد شویم تا به اَئِسْنَا بِالذِّكْرِ الْخَفِيِّ برسیم که آنجا جنت است. شاید یکی از تعبیرات و مفاهیم آیه‌ی: وَإِنْ مِنْكُمْ إِلَّا وَارِدُهَا كَانَ عَلَى رَبِّكَ حَتْمًا مَقْضِيًّا ثُمَّ نُنَجِّي الَّذِينَ اتَّقَوْا^۶ این باشد. می‌فرماید هیچیک از شما

۱. برگرفته از شرح رساله‌ی شریفه بندصالح، قسمت فکر، در جلسات فقری شب‌های جمعه، تلفیق دوره‌ی اول تاریخ ۱۳۷۶/۵/۹ ه. ش و دوره‌ی دوم تاریخ ۱۳۸۶/۱۲/۲ ه. ش.

۲. بندصالح، صص ۲۹-۲۸.

۳. نمونه‌ی بارز و نوع آشکار ذکر.

۴. سوره مریم، آیه ۳.

۵. مثنوی معنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۶.

۶. سوره مریم، آیات ۷۱ و ۷۲.

نیست جز اینکه وارد دوزخ می‌شوید، سپس ما متّقین را نجات می‌دهیم. بعد از نزول این آیه از حضرت پرسیدند: شما هم همینطور؟ فرمودند: بله. (حالا با تفسیر و توضیح آن کاری نداریم.) این هم شاید یکی از مراحل ذکر خفی باشد که شروع ذکر خفی، اختیاری است یعنی باید با اختیار و اراده انجام شود که دوزخ است و زحمت دارد ولی به تدریج برای متّقین (یعنی ذاکرین) راحت می‌شود یا در جای دیگر وقتی که می‌فرماید: إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ، نماز انسان را از بدی و زشتی نهی می‌کند، در ادامه آمده: وَلَذِكْرِ اللَّهِ أَكْبَرُ^۱، ذکر خدا از آن هم (یعنی از آن نماز) بالاتر است. اینجا این «صلاة» به معنی نماز معمولی است. اگر منظور از ذکر خدا که بالاتر از نماز است همین ذکر زبانی بود که خود نماز هم ذکر زبانی است و دیگر بالاتر از نماز، معنی ندارد. این ذکر، ذکری است که همیشه با انسان است و او را مصداق الدّین هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَانُونَ^۲، کسانی که دائم در نمازند، می‌کند.

از حضرت صادق علیه السلام نقل است که خداوند فرمود: هر که مرا در نهان یاد کند، من او را آشکارا یاد می‌کنم. اینکه خداوند خطاب به عیسی علیه السلام فرمود: مرا در خاطر خود یاد کن تا من هم تو را در خاطر خود یاد کنم، همان فَأَذْكُرُونِي أَذْكَرُكُمْ^۳ است؛ یاد من بکنید، یاد شما می‌کنم.

تمام اینها نشان‌دهنده‌ی این است که ذکر خفی بالاتر از ذکر جلی است، ذکر جلی به جای خود نیکو است. تسبیحات اربعه که در نماز می‌خوانیم یا تسبیح حضرت فاطمه علیها السلام را که پس از هر نماز می‌خوانیم، همه ذکر زبانی است و درست است ولی ذکر خفی بالاتر از اینهاست. با این ذکر باید متوجّه فکر هم باشد. تعریف عمومی که از فکر کردند این است که فکر یعنی سیر از امر ظاهر و بدیهی به امری که ظاهر نیست. این معنای عامّ فکر است. این فکر در زندگی معمولی ما نیز هست. همه‌ی کارهایی که می‌کنیم با تفکّری انجام می‌دهیم و به نتیجه‌اش فکر می‌کنیم. در زندگی خارجی اگر به زمین و زمان و گردش این چرخ و فلک آسمان و نظمی که در آن است فکر کنیم، به این نتیجه می‌رسیم که یک گرداننده‌ای هست، این معنای کلی فکر است.

در قرآن هم در بسیاری جاها از «فکر» یاد شده است. چنانکه می‌فرماید: أَفَلَا تَتَفَكَّرُونَ؟ أَفَلَا تَعْقِلُونَ هم که در قرآن ذکر شده، در واقع همین معنای تفکّر را می‌دهد. فکر انسان مثل سلسله‌ی نخعی، مانند رشته‌ای است، اگر خودتان آن را به دست نگیرید از دستتان در می‌رود و آن، شما را در دست می‌گیرد. افکار و وسوس شیطانی همیشه دنبال هم می‌آید، به همان نحو که فرزندان شیطان، اعوان و یاران او، به دنبال رئیس‌شان که خود ابلیس بود، از بهشت بیرون شدند. این داستان به رمز و اشاره است یعنی وقتی یک فکر نادرست یا وسواسی آمد، دنباله‌اش همینطور کشانده می‌شود.

بنابراین باید در همه‌ی مواردی که خداوند در قرآن فرموده است، تفکّر کنید، اصولاً مسائل مربوط

۱. سوره عنکبوت، آیه ۴۵.

۲. سوره معارج، آیه ۲۳.

۳. سوره بقره، آیه ۱۵۲.

به عبادات و شرایط سلوک همه به هم مربوط است. همین که فرموده‌اند حتماً هر روز صبح قسمتی از قرآن خوانده شود برای این است که مایه‌ی تفکر انسان شود. در جاهای دیگر قرآن، فکر کردن به این صورت نیز آمده: أَفَلَا يَنْظُرُونَ، چنانکه می‌فرماید: أَفَلَا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبْلِ كَيْفَ خُلِقَتْ^۱ یعنی نگاه نمی‌کنید و فکر نمی‌کنید که چطور این موجود (شتر) خلق شده است؟

معنای عرفانی فکر که در مقابل ذکر است، این است که با تفکر، از ظواهر به معانی ذکر قلبی برسیم. برای این است که سالکان با توجه به این ذکر، کم‌کم احساس کنند که خداوند در دلشان جای دارد. همانطوری که فرمود: أَنَا عِنْدَ التَّكْسِرَةِ قُلُوبُهُمْ، من نزد شکسته دلانم یا فرمود: من در زمین و آسمان نمی‌گنجم ولی در دل مؤمن جا دارم. فقیر باید دل را آماده کند برای اینکه این موهبت را داشته باشد. این موهبت به معانی مختلفی گفته شده است.

در اینجا در مورد مسأله‌ی صورت فکریه زیاد بحث می‌شود و این از مواردی است که اگر به آن توجه نکنند، هر دو طرف افراط و تفریطش مورد اشکال زیاد قرار می‌گیرد؛ فهم این مسأله به یک قاعده‌ی کلی روانشناسی بستگی دارد که به آن تداعی معانی می‌گویند. تداعی معانی یعنی یک معنایی، معنای دیگری را در ذهن بخواند. فرض کنید هر وقت گفته می‌شود فروردین فوراً در خاطرتان عید نوروز، سیزده نوروز، ماه اول سال تداعی می‌شود. برای اینکه همه‌ی این معانی به هم وصل هستند و یکدیگر را می‌خوانند یا اینکه وقتی از دوستی هدیه‌ای دریافت کرده‌اید، مثل تسبیحی یا انگشتری یا کتابی، هر وقت به آن هدیه نگاه می‌کنید و با آن تماس حاصل می‌کنید، بدون اینکه خودتان بخواهید، ذهنتان او را هم در فکر احضار می‌کند یعنی به یاد آن دوست می‌افتید. علت اینکه انسان چیزهای یادگاری را دوست دارد و نگاه می‌دارد، این است که غیر از خود یادگاری، یادآور امر دیگری است که آن هم در نظر ما عزیز است. شاید علت اینکه استحباب شرعی است که وقتی به مکه مشرف شدید، در برگشتن حتماً برای نزدیکانتان سوغاتی مختصری هم که شده، مثلاً یک تسبیح بیاورید، این است که آن شخص هر وقت تسبیح را نگاه می‌کند، بی‌اختیار یاد شما و حج و مکه می‌افتد و این یادآوری، یادآوری مهرآمیزی است، با مهر و محبت توأم است و به این طریق راه به‌سوی ایمان و اعتقاد قلبی برای او، صاف‌تر می‌شود.

به همین حساب می‌گویند وقتی کسی به فقر مشرف شد، ایمان آورد و نزدیکی از بزرگان، مشایخ عرفان ذکر می‌گرفت، هر وقت آن ذکر را می‌گوید و به آن ذکر توجه می‌کند، بی‌اختیار یاد پیرش در نظرش مجسم می‌شود؛ این یادآوری به اختیار نیست. آنهایی که انتقاد می‌کنند و حتی شاید بعضی فقرا هم اشتباهاً در مورد ذکر می‌گویند که اینها صورت پیر را در نظر می‌گیرند. این قبیل قواعد روانشناسی بطور خودکار بر بشر حاکم است. سالک بطور خودکار یاد شیخ خود می‌افتد و صورت او در نظرش مجسم می‌شود، نه اینکه او را در نظر بیاورد. در واقع تصویری که ممکن است برای او به هر

اندازه مجسم شود (یا مجسم هم نشود) این است که یاد او می‌آید که شیخ این ذکر را به من داده است و در واقع مثل اینکه در حضور شیخ ذکر می‌گوید و شیخ را شاهد می‌گیرد، تصویر شیخ را شاهد می‌گیرد که من دارم ذکر می‌گویم.

البته این حالتی است که برای همه هم ایجاد نمی‌شود. نباید به زور این کار را کرد، نباید کسی بطور ارادی این کار را انجام دهد و این صورت را مجسم کند، این درست نیست و غلط است. در درویشی این صورت را اصطلاحاً صورت فکریه می‌گویند.

به این دلیل هم می‌گوییم «ذکر دوام و فکر مدام» که ذکر منفصل است و عدد دارد، ۱۰۰ بار، ۲۰۰ بار، ۳۰۰ بار ولی فکر عدد ندارد، تفکر مثل یک رشته‌ای به هم متصل است.

«سکینه‌ی قلبی» هم که در قرآن بارها ذکر شده است، اشاره به آرامشی است که در اثر توجه به ذکر برای مؤمن پیدا می‌شود، قرآن چند جا به سکینه اشاره کرده است، یکی در مورد غار ثور که حضرت محمد ﷺ شب با همراهشان ابوبکر به آنجا پناه برده بودند. ابوبکر می‌ترسید، حضرت فرمود: لَا تَحْزَنْ، نگران نباش، إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا، خدا با ماست، فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَ آيَةً يُجْنِدُ لِمَنْ تَرَاهَا، خداوند سکینه‌اش را بر او فرستاد و با لشکریانی نادیدنی کمکش کرد.

چنانکه در این آیه و آیه‌ی بعد می‌بینیم سکینه به دنبال قشون و لشکری که دیده نمی‌شود (لشکریان معنوی) نازل می‌شود یعنی پس از توجه به قلب و توجه به این فکر و اینکه دل را آماده‌ی جایگاه خداوند کرده، نازل می‌شود. در جای دیگر می‌گوید: ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَنْزَلَ جُنُوداً لِمَنْ تَرَاهَا، خداوند سکینه‌اش را بر پیامبرش و بر مؤمنان نازل کرد و سپاهی که شما نمی‌دیدید فرستاد.

وقتی این سکینه در قلب مؤمن پیدا شد، این همان نوری است که خداوند می‌گوید: نُورُهُمْ يَسْعَى بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَبِأَيْمَانِهِمْ^۳، در روز قیامت نورشان در جلو راهشان یا راست و چپشان آنها را می‌برد و هدایت می‌کند. مثل حضرت موسی ﷺ که آن نور را دید و این نور همیشه جلو می‌رفت و حضرت را راهنمایی می‌کرد. در واقع این اتصال قلبی حضرت موسی ﷺ به مبدأ غیبی بود.

وقتی این فکر، این سکینه، برای مؤمن ایجاد شد دلش جایگاه خداوند می‌شود، در اخبار آمده است که خداوند در دل بنده‌ی مؤمن جای می‌گیرد. در اخبار دیگری نقل شده که اگر کسی مؤمنی را اذیت کند خدا را اذیت کرده است؛ اگر کسی به مؤمنی ناسزا بگوید، مثل این است که به خدا ناسزا گفته است. نه اینکه مؤمن خداست، بلکه مؤمن دلش جایگاه خداوند است یعنی آن روح و دلی که این جسم را اداره می‌کند جایگاه خداوند است.

۱. سوره توبه، آیه ۴۰.

۲. سوره توبه، آیه ۲۶.

۳. سوره تحریم، آیه ۸.

سالک با این دل از غیب خود متوجه غیب مطلق می‌شود. ما عادتاً تصور می‌کنیم که «حضور ما» به اصطلاح این دست و پا و گوش و چشم اینها است ولی ما جنبه‌ای داریم که دیده نمی‌شود و آن معنویت ماست. گاهی آنقدر در دنیای مادی غرق می‌شویم که اصلاً یادمان می‌رود که ما معنویتی غیر از این دست و پا و گوش و چشم داریم.

فکر مصطلح عرفا، انسان را متوجه غیب خودش می‌کند و بعد از توجه کردن به غیب خودش، به غیب مطلق جهان متصل می‌شود.

پس از توجه به غیب مطلق، انسان انتظار فرج دارد که فرموده: *مُوْتُوا قَبْلَ أَنْ تَمُوْتُوا*، بمیرید قبل از آنکه مرگ به سراغتان بیاید. همیشه انتظار دارد به محبوب و معبود خودش برسد و تا وقتی به آن معبود نرسیده است به لقاء خداوند نرسیده است. البته بعضی‌ها می‌گویند که خداوند با این چشم قابل رؤیت نیست، قابل لقاء نیست، بله: *لَا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ وَهُوَ يُدْرِكُ الْأَبْصَارَ*، او چشم‌ها را می‌بیند ولی چشم‌ها هرگز او را نمی‌بینند ولی در آیه‌ی دیگری می‌فرماید: *فَمَنْ كُنْ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا*^۱، کسی که امیدوار است و می‌خواهد به لقاء الله برسد باید عمل صالح بکند و در دلش هیچ چیزی را شریک خداوند قرار ندهد. لقاء الله یعنی اینکه دلش به آن نفخه‌ای که خداوند در ما آفریده، متصل شود. وقتی خداوند آدم را آفرید گفت: *فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ*^۲، وقتی که آماده‌اش کردم و از روح خودم در او دمیدم، بر او سجده کنید. سجده‌ی ملائکه، بر روح خدایی است که در ما دمیده است، وقتی ما راحت می‌شویم که این روح که خداوند در ما دمیده به مبدأ و مقصدش برسد.

۱. بحار الانوار، ج ۶۶، ص ۳۱۷.
 ۲. سوره انعام، آیه ۱۰۳.
 ۳. سوره کهف، آیه ۱۱۰.
 ۴. سوره حجر، آیه ۲۹ و سوره ص، آیه ۷۲.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

قال الصادق عليه السلام: مَنْ كَانَ ذَاكِرًا لِلَّهِ عَلَى الْحَقِيقَةِ فَهُوَ مُطِيعٌ وَمَنْ كَانَ غَافِلًا عَنْهُ فَهُوَ عَاصٍ. وَالطَّاعَةُ عَلَامَةُ الْهُدَايَةِ وَالْمَعْصِيَةُ عَلَامَةُ الضَّلَالَةِ وَأَصْلُهُمَا مِنَ الذِّكْرِ وَالنَّفْلَةِ. فَاجْعَلْ قَلْبَكَ قِبْلَةً لِسَانَكَ لِاتِّحَاذِكَ الْإِبْرَاهِيمَةَ وَالْمُؤَاقَفَةَ الْعَقْلِ وَرِضَى الْأَيْمَانِ فَإِنَّ اللَّهَ عَالِمٌ سِرِّكَ وَجَهْرِكَ وَكُنْ كَالنَّازِعِ زَوْجَهُ أَوْ كَالْوَاقِفِ فِي الْعَرَضِ الْأَكْبَرِ عَمْرٍ شَاغِلٌ نَفْسَكَ عَمَّا عَنَّاكَ بِمَا كَلَّفَكَ بِهِ رَبُّكَ فِي أَمْرِهِ وَنَهَيْهِ وَوَعْدِهِ وَوَعِيدِهِ. وَلَا تَشْغَلْهَا بِدُونِ مَا كَلَّفَ بِهِ رَبُّكَ وَأَغْسِلْ قَلْبَكَ بِمَاءِ الْحُزْنِ وَالْحَوْفِ.^۲

ذکر به معنی یاد است. یادی که به اصطلاح جاذب باشد نه همینطور ی فلان قضیه یاد آدم بیاید و رد شود، این را ذکر نمی‌گویند. این لغت به همین معنا در قرآن فراوان به کار برده شده، در هر آیه‌ای یک اثر و ترکیبات خاصی برایش فرموده‌اند. کمالینکه خداوند در قرآن خطاب به پیغمبر صلی الله علیه و آله می‌فرماید: **وَأَذْكُرْ فِي الْكِتَابِ إِبْرَاهِيمَ**^۳، **وَأَذْكُرْ فِي الْكِتَابِ مُوسَى**^۴، **وَأَذْكُرْ فِي الْكِتَابِ مَرْيَمَ**^۵، و... می‌فرماید: در این کتاب به یادت بیاور، ذکر کن از ابراهیم، از موسی، از مریم، از...

البته ذکر وقتی مطلق بیاید، مراد ذکر خداوند است.

از اقسام ذکر یکی، ذکر لسانی است و یکی ذکر قلبی. ذکر لسانی یعنی ذکر زبانی، ذکر است که عدد دارد ولی ذکر قلبی عدد ندارد چنانکه شما همیشه به یاد یک واقعه‌ی بزرگ هستید چه واقعه‌ی شادی آور، چه واقعه‌ی هولناک، همیشه به یادش هستید، این ذکر لسانی که عدد دارد، نیست. پس یاد خدا می‌کنید با ذکر قلبی یا با ذکر لسانی.

راجع به اقسام ذکر، آیتی در قرآن هست؛ از جمله می‌فرماید: **وَأَذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ**^۶، خدا را زیاد یاد کنید. این مطلب غیر از آن است که انسان همیشه به یاد خدا باشد یعنی همانطور که از خودش خبر دارد از خدا خبر داشته باشد.

و بعد راجع به عظمت این ذکر و اینکه این ذکر چگونه باید باشد، می‌فرماید: **فَأَذْكُرُوا اللَّهَ كَذِكْرِكُمْ آبَاءَكُمْ أَوْ أَشَدَّ ذِكْرًا**^۷، همانطور یاد من کنید که یاد پدرانتان می‌کنید بلکه از آن هم شدیدتر. به نظر می‌رسد به این جهت پدران را ذکر فرمود چون خالق مستقیم ما در عالم طبیعت پدر و مادر هستند و خداوند که خالق پدر و مادر ما نیز می‌باشد احسن الخالقین است یعنی از همه‌ی خالقین بهتر و بالاتر است.

پس، از این آیه فهمیده می‌شود که یک لحظه هم نباید ذکر خدا را فراموش کرد. همانطور که یک لحظه نمی‌توانیم فراموش کنیم که از چه پدر و مادری زاییده شده‌ایم. **أَوْ أَشَدَّ ذِكْرًا** می‌فرماید همانطور که

۱. برگرفته از شرح مصباح‌الشریعة و مفتاح‌الحقیقة، شرح ذکر، قسمت اول، شب جمعه، تاریخ ۱۳۸۰/۳/۳۱ ه. ش.

۲. مصباح‌الشریعة و مفتاح‌الحقیقة، ص ۲۱.

۳. سوره مریم، آیه ۴۱.

۴. سوره مریم، آیه ۵۱.

۵. سوره مریم، آیه ۱۶.

۶. سوره انفال، آیه ۴۵ و سوره جمعه، آیه ۱۰.

۷. سوره بقره، آیه ۲۰۰.

پدرتان را ذکر می‌کنید یا شدیدتر از آن هم. در مورد پدرتان ممکن است وقتی نیست یا مرحوم شده کمتر یادش کنید ولی در مورد خداوند باید همیشه به یادش باشید و اما ممکن است این همیشه به یاد بودن، امکان نداشته باشد، این است که در جایی دیگر می‌فرماید: **وَأَذْكُرُ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتُ**^۱، یاد خدا کن اگر یادادت رفت بلافاصله تا به ذهنت آمد یاد خدا کن.

این آیه‌ی شریفه در سوره‌ی کهف آمده است و شأن نزولش این است که یهودی‌ها و مسیحی‌ها خدمت حضرت می‌آمدند و از حضرت معجزه می‌خواستند. یک مرتبه آمدند گفتند: به خدایت بگو داستان اصحاب کهف و داستان خضر و موسی و داستان ذوالقرنین را به تو بگوید. این داستان‌ها مربوط به **تورات** و **کتاب مقدس** بود و فقط در دسترس روحانیون‌شان بود. مردم از این داستان‌ها خبر نداشتند. حضرت فرمودند: بروید فردا بیایید. اینها رفتند و فردا آمدند. وحی نازل نشد. فرمودند: بروید باز فردا بیایید. همینطور هر روز آمدند و حضرت فرمودند: بروید و فردا بیایید؛ تا چهل روز شد. همه ناراحت شدند. خود حضرت هم خیلی ناراحت و نگران شدند. مؤمنین نیز ناراحت شدند. آنها هم شروع به طعنه زدن کردند، تا روز چهارم؛ سوره‌ی کهف آمد که هر سه داستان در آن ذکر شده و در آن سوره می‌فرماید که: **وَلَا تَقُولَنَّ لِشَيْءٍ إِنِّي فَاعِلٌ ذَلِكَ غَدًا إِلَّا أَن يَشَاءَ اللَّهُ** **وَأَذْكُرُ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتُ**^۲، هیچگاه نگو فردا این کار را خواهم کرد مگر اینکه بگویی اگر خدا بخواهد یا مگر آنکه خدا نخواهد یعنی به هر حال باید کارها را به خدا وصل کنی و در دنباله‌اش می‌فرماید: اگر فراموش کردی هر وقت یادت آمد بگو.

شاید بشود از این آیه استنباط کرد که در مورد نمازها هم هر وقت نمازشان قضا شده، فوری نماز قضا را بخوانند. برای اینکه **نَسِيتَ** یعنی هر نوع نسیانی. اما این برای ما که ذکر را باید بگوییم فراموش می‌کنیم یک دستورالعمل است که هر چه زودتر باید انجام دهیم. نگوییم وقتش گذشته. یاد خدا وقت ندارد. یاد خدا همیشگی است.

اثر این ذکر چیست؟ در مورد اثر ذکر می‌فرماید: **الْأَبْدَانُ لِلَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**^۳، با یاد خدا قلب‌ها اطمینان و آرامش پیدا می‌کند. به این معنی که وقتی سالک یاد خدا کرد تمام صفات خداوند، قدرت، رحمت، علم خداوند و همه‌ی اینها را بدون اینکه ذکر کند خودبه‌خود در خاطرش مجسم می‌شود. چون یاد کسی می‌کند که همه چیز در اختیار اوست. بنابراین به هر نحوی که زندگی کرده باشد هر گرفتاری و ناراحتی داشته باشد، یادش می‌رود. زیرا می‌داند همه‌ی اینها را خدا کرده است. خداوند مقدر کرده پس اینطور شده است و یک آرامشی پیدا می‌کند. به این دلیل مسأله‌ی ذکر مهم است چه ذکر جلی (مثل اوراد نماز یا تسبیحات اربعه) چه ذکر خفی، اینها همه ذکر خداوند است.

۱. سوره کهف، آیه ۲۴.

۲. سوره کهف، آیات ۲۳-۲۴.

۳. سوره رعد، آیه ۲۸.

خداوند در قرآن می‌فرماید: إِنَّ الصَّلَاةَ تَهَيِّئُ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرِ اللَّهِ أَكْبَرُ^۱، نماز شما را از فحشا و منکر نهی می‌کند. دنباله‌اش می‌فرماید: وَلَذِكْرِ اللَّهِ أَكْبَرُ، ذکر خداوند بالاتر است. همین معنا را خداوند در اولین وحی‌هایی که به موسی علیه السلام کرد، ذکر کرده است؛ وقتی که حضرت موسی رفت و به آن درخت رسید، صدایی شنید: اِنِّي اَنَا اللَّهُ لَا اِلَهَ اِلَّا اَنَا فَاعْبُدْنِي وَاَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي^۲. از آنجا صدا می‌آمد ولی درخت، خدای حضرت نبود از درخت صدا در می‌آمد که من خدای تو هستم، جز من خدایی نیست، مرا بپرست. وَاَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي نماز را یعنی شکل خاص یاد خدا را، برای ذکر من بر پا دار. پس یاد خدا مقدم و واجب‌تر از هر چیزی است. مثل اینکه ما بگوییم نفس کشیدن واجب‌تر از هر چیزی است. اصلاً تصوّر این را که نفس نکشیم نمی‌شود کرد؛ اینقدر باید یاد خدا باشیم. کسی می‌گفت اگر اینطوری است، وَلَذِكْرِ اللَّهِ أَكْبَرُ، چرا آدم به این صورت، به این شکل نماز بخواند، همان یاد خدا بکند. گفتم نماز چندین فایده دارد: اولاً نماز خودش برای یاد خداست. فرموده: وَاَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي. به‌علاوه برای نشان دادن، یاد دادن این است که حرکت هم که می‌کنیم همیشه باید به یاد خدا باشیم؛ چه نشسته، چه ایستاده، چه در حال رکوع، چه در حال سجود، باید به یاد خدا باشیم. به‌علاوه نماز به این شکل خاص خودش ما را موظف می‌کند، به ما نشان می‌دهد که به ذکر بپردازیم. ذکر یادمان نرود. برای مثال فرض کنید یک عکس خیلی خوب دارید. آن را قاب می‌گیرید، شیشه‌ای روی قاب می‌کنید، روی طاقچه می‌گذارید. ممکن است قاب هم زیبا، نفیس و مورد نظر باشد ولی اصل، عکس است یعنی ممکن است نماز هم آنقدر خوب اقامه شود که خود نماز هم ذکر خدا شود. ذکر خدا مثل عکس است و این صورت ظاهری نماز (مثل رکوع و سجود) مثل قاب عکس. خوب است عکس را کجا بگذارد؟ عکس را باید در آلبوم گذاشت؛ عکس تنها را.

لذا لازم است انسان خود نماز را هم، با این شکل خاص انجام دهد برای اینکه اولاً خودش را به یک نظمی مقید کند و بعد هم یاد بگیرد که در هر حال و حرکتی یاد خدا بکند.

پس تا اینجا گفتیم در آیات مختلف قرآن درباره‌ی ذکر تعریف شده و آثارش هم گفته شده است. در مورد یکی از آثارش می‌فرماید که: وَمَنْ أَعْرَضَ عَنِ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى قَالَ رَبِّ لِي حَسْرَتِي أَعْمَى وَقَدْ كُنْتُ بَصِيْرًا قَالَ كَذَلِكَ أَتَتْكَ آيَاتُنَا فَنَسِيَهَا وَكَذَلِكَ الْيَوْمَ تُنْسَى^۳، کسی که از ذکر من اعراض کرد (نه اینکه فراموش کرد. در مورد فراموشی فرمود: وَادْكُرْ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتَ، فراموشی قابل جبران است). در آن صورت معیشت و زندگی‌اش را سخت قرار می‌دهم. سخت به این معنی نیست که فقط درآمد نداشته باشد، نه! ممکن است درآمد همه‌ی جهان را داشته باشد ولی در سختی زندگی کند. روز قیامت هم کور محسوس می‌شود، می‌گوید: خدایا من که در آن دنیا بینا بودم، چرا من را کور کردی؟

۱. سوره عنکبوت، آیه ۴۵.

۲. سوره طه، آیه ۱۴.

۳. سوره طه، آیات ۱۲۶-۱۲۴.

خداوند می‌فرماید: آیات ما به سوی تو می‌آمد، ندیدی، فراموش کردی، امروز هم ما تو را فراموش می‌کنیم، البتّه خدا فراموش نمی‌کند، این اصطلاح برای روشن کردن ذهن ماست یا در آیه‌ی دیگر می‌فرماید: وَمَنْ يَعْشُ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقَيِّضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ^۱، کسی که از یاد خدا اعراض کرد (اعراض یعنی روگردان یعنی به اراده اهمّیت نمی‌دهد و رو می‌گرداند) یک شیطانی به گردش آویزان است که همراهش است: فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ. این اثر اعراض است. این آیه آن فرمایش حضرت صادق را تداعی می‌کند که کسی که ذاکر حقیقی خداوند باشد، او مطیع خداست و کسی که از یاد خدا غافل باشد، او عاصی و گناهکار است، از طاعت عصیان کرده است. اطاعت از خداوند علامت هدایت و غفلت از وی معصیت و مقدمه‌ی ضلالت است. اصل این دو از ذکر و غفلت است.

کسی که ذکر بگوید مطیع خداوند است. در زندگی عادی هم ما می‌بینیم وقتی کسی با یک شخص بزرگی مذاکره یا مصاحبه می‌کند، در جلوی او تمام احترامات را رعایت می‌کند. ممکن است در بیرون این کار را نکند ولی در حضور او رعایت می‌کند. کسی که خدا را ذکر می‌کند چون بالاترین عظمت متصوّر در ذهن بشر خداوند است که یاد می‌کند، این خودش هدایت است. نه اینکه هدایت شود، خود یاد خداوند هدایت است و کسی که غفلت کند، معصیت است و گمراهی دارد، هر لحظه در گمراهی است. فرموده است: نُقَيِّضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ، هر لحظه آن شیطان او را به یک راه می‌برد. هر لحظه وادارش می‌کند که گناه جدیدی بکند.

به همین جهت در عبارات اخیر مصباح/الشریعة فرموده است: زبانت را جز به امر قلبت به حرکت در نیاور یعنی چیزی که در قلبت نیست نگو، خلاف دلت نگو. برای اینکه این عمل ریا است. هر چه می‌گویی با اشاره و استشاره‌ی قلبت و منطبق با عقل و رضایت ایمان باشد. این شرایط گفتار توست. زیرا خداوند به ظاهر و باطن تو آشناست و اطلاع دارد.

بعد می‌فرماید: همیشه طوری باش مثل اینکه الان حالت نزع و جان دادن آمده، به تو گفته‌اند که بیا. این همان عبارتی است که معصوم علیه السلام هم فرمود: برای کار دنیایت چنان باش مثل اینکه همیشه هستی ولی برای کار آخرت فکر کن الان می‌خواهی بروی.^۲ وقتی این حالت را داشته باشی نه تنها در واجبات بلکه در مستحبات هم می‌کوشی.

در تذکرة الاولیاء به این مضمون آمده که جنید با عده‌ای از اصحاب در بغداد، طرف‌های دجله می‌رفتند. جنید ایستاد تیمّم کرد یکی از مریدان گفت: آن آب، دجله آنجاست، شما تیمّم گرفتید؟ جنید فرمود که: تو مطمئنی که من تا به آنجا برسم زنده خواهم ماند؟

این یک حالت است یعنی باید این حالت را داشته باشید که الان می‌خواهید بروید. وقتی این حال

۱. سوره زخرف، آیه ۳۶.

۲. بحار/الانوار، ج ۴۴، ص ۱۳۹: اَعْمَلْ لِدُنْيَاكَ كَأَنَّكَ تَعِيشُ أَبَدًا وَ اَعْمَلْ لِآخِرَتِكَ كَأَنَّكَ تَمُوتُ غَدًا.

را داشته باشید کار دنیای‌تان هم مرتب است یعنی فکر می‌کنید من اگر رفتم، فرزندانم و کارهایم چطور می‌شود؟ این است که آنها را منظم می‌کنید مثل اینکه واقعاً حاضرید یا مثل کسی باشید که جلوی خداوند در روز قیامت ایستاده‌اید و خداوند از شما حساب می‌کشد. برای اینکه خداوند ظاهر و باطن شما را می‌داند، از این رو ملاحظه‌ی کارهای خودتان را می‌کنید. جز به امر خداوند، هیچ کاری نکنید. کارهایی را که خداوند در امر و نهی و وعده و وعید داده را انجام بدهید.

البته اینجا این اشتباه نشود که منظور از امر خداوند این است که همیشه به نماز بایستید، هر روز، روزه بگیرید؛ آنها به جای خود. حداقلش را فرموده‌اند نماز پنج‌بار در روز، روزه در ماه رمضان. هر کاری غیر از آن را نیز که به امر خدا بکنید و به نیت بندگی خدا باشد آن کار برای شما ثواب است. فرموده‌اند: اگر مردی زحمت بکشد، عرق بریزد تا نان خود و خانواده‌اش را در بیاورد، این خود عبادت است. اینها همه به درون، به قلب و به نیت برمی‌گردد.

چند نفر برای زیارت به مدینه آمدند. دم دروازه، دیدند پیرمردی کارهای زراعتی می‌کند. پیرمرد چاقی در آفتاب بیل می‌زند و عرق می‌ریزد. یکی از اینها گفت من بروم این پیرمرد را نصیحت کنم. رفت جلو و سلام کرد. او را شناخت مثل اینکه، حضرت باقر بودند. گفت: آخر شما چرا اینقدر زحمت می‌کشید؟ فرمودند: من کار می‌کنم که زندگی خانواده‌ام را مرفه‌تر کنم و دست نیاز به سوی امثال تو دراز نکنم. این نمونه‌ی عبادت است.

بنابراین عبادت فقط نماز و روزه نیست هر کاری که با یاد خدا کنید و به قصد اطاعت امر خدا باشد، عبادت تلقی می‌شود و جزء ذکر به حساب می‌آید.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

وَاجْعَلْ ذِكْرَ اللَّهِ تَعَالَى مِنْ أَجْلِ ذِكْرِهِ تَعَالَى يَا كَ فَائَهُ ذَكَرَكَ وَهُوَ عَنِّي عَنْكَ فَذِكْرُهُ لَكَ أَجَلٌ وَأَشْهُى وَابْهَى
وَأَمَّ مِنْ ذِكْرِكَ لَهُ وَأَسْبَقَ وَمَعْرِفَتِكَ بِذِكْرِهِ لَكَ ثَوْرَتُكَ الْخُضُوعَ وَالْإِسْتِخْيَاءَ وَالْإِنْكَسَارَ وَتَوَلَّدُ مِنْ ذَلِكَ رُؤْيَةُ كَرَمِهِ
وَفَضْلِهِ السَّابِقِ وَتَصَغُرُ عِنْدَ ذَلِكَ طَاعَاتُكَ وَإِنْ كَثُرَتْ فِي جَنْبِ مِنْهُ وَتَحَلَّصَ لَوْجِهِهِ. وَرُؤْيَتُكَ ذِكْرَكَ لَهُ ثَوْرَتُكَ الرِّبَا
وَالْعُجْبَ وَالسَّفَةَ وَالْعِلْطَةَ فِي خَلْقِهِ وَاسْتِكْبَارِ الطَّاعَةِ وَنِسْيَانِ فَضْلِهِ وَكَرَمِهِ. وَلَا تَزِدْهُ بِذَلِكَ مِنَ اللَّهِ تَعَالَى إِلَّا بُعْدًا
وَلَا تُسَجِّبْ بِهِ عَلَى مُضِيِّ الْإِيَّامِ إِلَّا وَحْشَةً^۲.

دنباله‌ی بحث ذکر است. در جلسه‌ی قبل راجع به ذکر، تعریف و معانی آن گفته شد. در اینجا راجع به ذکر خداوند می‌فرماید: ذکر تو موجب می‌شود که خداوند ذکر تو را بکند. البته لازم است که یادآوری شود ذکر خدا همیشه این نیست که آدم همه‌ی کار و زندگی را بگذارد، بنشیند و تسبیح بگرداند و یا الله، یا الله و سبحان الله بگوید و از کار و زندگی بگذرد و به ذکر بپردازد. بلکه زندگی و خدمت به خلق و انجام وظیفه، خودش ذکر می‌آورد.

حضرت موسی علیه السلام به خداوند عرض کرد که می‌خواهم، عابدترین بندگانت را ببینم. خطاب رسید: در این راه برو. حضرت رفت، به یک نفر رسید. او مطالبی را به موسی گفت و گفت: برو پیش فلان کس. نفر دوم گفت: از همه عابدتر فلان کس است که در فلان جاست. او پیش نفر سوم که آهنگری بود رفت. دید او کار می‌کند و موقع نمازش که شد می‌آید نماز می‌خواند و دو مرتبه کار می‌کند. شب مزدی را که گرفته بود می‌آورد، ثلثش را انفاق می‌کند، ثلثش را خودش نگاه می‌دارد، ثلثش را به دیگری می‌دهد. از او پرسید: کیستی؟ گفت: من غلام آن شخص هستم. امین او هستم. نمی‌توانم همیشه کار را ول کنم و فقط به ذکر بنشینم. من خودم امانتی از او هستم و از طرف خداوند وظیفه دارم همانطور که بندگی خدا را باید بکنم، در صورت ظاهر هم چون بنده‌ی او هستم، بندگی او را کنم. این است که کارم را تعطیل نمی‌کنم. البته این داستان‌ها بیشتر سمبلیک است ولی منظور این است که آن کاری هم که او می‌کند ذکر خداوند است.

در اینجا عبارتی که حضرت صادق فرموده‌اند این است: ذکر خداوند سابق بر ذکر تو است. این اشاره به آیه‌ی قرآن است: فَادْكُرُونِي أَذْكَرُكُمْ^۳، یاد من کنید تا یاد شما کنم. ظاهر عبارت این معنی را می‌رساند یعنی اگر دو نفر انسان، یکی به دیگری می‌گوید چرا ما را فراموش کردی؟ یاد من نمی‌کنی؟ می‌گوید: فَادْكُرْنِي أَذْكَرُكُمْ یعنی یاد من کن تا من یاد تو کنم ولی در مورد خداوند؛ مقام خداوند و یاد خداوند مافوق زمان و مکان است. نمی‌شود گفت آن مقدم است یا این مقدم است. یاد من کن تا یادت کنم. یا چون من یادت کردم توفیق پیدا کردی که یاد من کنی. در آن مقام، زمان و تقدّم زمانی نیست و اینکه

۱. برگرفته از شرح مصباح‌الشریعة و مفتاح‌الحقیقة، شرح ذکر، قسمت دوم، شب جمعه، تاریخ ۱۳۸۰/۴/۲۱ ه. ش.

۲. مصباح‌الشریعة و مفتاح‌الحقیقة، صص ۲۳-۲۲.

۳. سوره بقره، آیه ۱۵۲.

فرموده‌اند ذکر او سابق بر ذکر تو است، نه اینکه سابق زمانی یعنی مقدّم بر ذکر تو است. در معنا اینطور است. اگر هم منظور، اوّل زمانی باشد، باید خدا را ذکر کنیم تا خدا یاد ما کند و در جای دیگر قرآن آمده: وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَمُحْشَرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى قَالَ رَبِّ لِي حَسْرَتِي أَعْمَى وَقَدْ كُنْتُ بَصِيراً قَالَ كَذَلِكَ أَتَتْكَ آيَاتُنَا فَنَسِيْتَهَا وَكَذَلِكَ الْيَوْمَ تُنْسَى^۱، کسی که از یاد خدا اعراض کرده، می‌پرسد: چرا مرا کور آفریدی؟ خداوند می‌فرماید که آیات من در دنیا برای تو آمد؛ فراموشش کردی. بنابراین امروز هم ما تو را فراموش می‌کنیم. خداوند که فراموشی ندارد! در جای دیگر می‌فرماید: مانند کسانی نباشید که خدا را فراموش کردند و خدا نیز کاری کرد که خود را فراموش کنند.^۲ این، فراموشی هویت است که خودش در واقع یک بیماری هم می‌شود.

این است که یاد خداوند انسان را و یاد انسان از خداوند، تقدّم و تأخّر زمانی ندارد. مافوق زمان است. خود ذکر در معنا مافوق زمان است.

می‌فرمایند که وقتی ذکر می‌گویی یادت بیاور که خداوند وعده کرده است که در همانوقت یعنی همانطور که ذکر او را می‌گویی او هم تو را به یاد می‌آورد و با ذکر او، تو به یاد او می‌افتی و این خیلی مهمتر و بزرگ‌تر از این است که تو یاد او بکنی و به یاد او باش تا این امر موجب شود که خضوع و خشوع تو به درگاه الهی بیشتر شود و ذکر خودت را هیچ ببینی. مثلاً وقتی یک قطره‌ی دریا، دریا را ببیند، خودش را هیچ می‌بیند آن شعر مشهور اشاره به همین معناست:

قطره، قطره است اگر بی‌دریاست قطره دریاست اگر با دریاست

یا سعدی هم همین موضوع را به زیبایی به شعر در آورده آنجا که می‌گوید:

یکی قطره باران ز ابری چکید خجل شد چو پهنای دریا بدید

که جایی که دریاست من کیستم گر او هست حقاً که من نیستم

چو خود را به چشم حقارت بدید صدف در کنارش به جان پرورید

سپهرش به جایی رسانید کار که شد نامور لؤلؤ شاهوار

بلندی از آن یافت کو پست شد در نیستی کوفت تا هست شد^۳

قطره‌ی باران وقتی خودش را در مقابل دریا دید که چیزی نیست، خجل شد. خضوع و خشوعی پیدا کرد و بالتّیجه در داخل صدفی افتاد و تبدیل به مروارید شد یعنی خضوع و خشوع موجب شد که یک قطره آب بی‌قیمت، تبدیل به مروارید شود. اینجا هم همین را فرموده‌اند: اگر خودت را کوچک ببینی و ذکری که می‌گویی در مقابل ذکر خداوند که تو را وعده کرده است که از تو یاد کند کوچک ببینی (برای اینکه موجود و ذره‌ی بسیار حقیری هستی که خداوند تو و همه‌ی جهان را آفریده

۱. سوره طه، آیات ۱۲۶-۱۲۴.

۲. سوره حشر، آیه ۱۹: وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ.

۳. کلیات سعدی، بوستان، باب چهارم، ص ۲۶۱.

است) او یاد تو کند، این خیلی عظیم است ولی اگر در مقابل آن ذکر خداوند که تو را یاد می‌کند یاد خودت، ذکر خودت، را هم که می‌گویی ببینی یا عبادات خودت را که ذکر، اهم آنهاست، ببینی، به عکس موجب ریا می‌شود. موجب این می‌شود که خودخواهی و خودبینی پیدا شود و خودخواهی و خودبینی همه این خصوصیات را از بین می‌برد.

در اخبار آمده که در قیامت کسی را پای حساب آوردند، همه‌ی معاصی‌اش را جلوی چشمش آورده، گفتند این کارها را کردی، بعد به او گفتند که اگر کار خیری کردی بگو، شاید وضعت خوب شود. چندین چیز را گفت. گفت: به فلان کس کمک کردم. گفتند این کار مهمی نیست برای اینکه می‌خواستی از او اجری ببری. فلان عبادت را کردم. آن عبادات به چه درد می‌خورد وقتی که در آن هیچ خلوصی نداشتی. در سال قحطی این کار را کردم. گفتند این هم چیزی نیست. اگر نمی‌کردی مردم می‌ریختند و انبار گندم را می‌بردند. دیگر چه داری؟ او گفت: دیگر هیچی، چیزی ندارم. گفتند: خوب فکر کن. فکری کرد و گفت: دیگر هیچی ندارم. آنوقت خداوند فرمود: فلان کار که کردی و یادت نیست، همان را به حساب می‌آورم. منظور اینکه اگر عبادت و بندگی خودت را ببینی و در نظرت بزرگ بیاید به درد نمی‌خورد. بهتر آن است که فراموش کنی. در اینجا هم همین را می‌فرماید که اگر عبادت خودت را و ذکری که کردی، ببینی، این کار کم موجب ریا می‌شود.

در اینجا این بحث پیش می‌آید که اگر ذکری یا عبادتی اینطور باشد که ممکن است موجب ریا شود، پس عبادات اجتماعی چیست؟ نماز جماعت استحباب دارد و ثوابش از نماز عادی بیشتر است. نماز عیدین و جمعه باید به جماعت باشد. این دستور برای این است که در ضمن اینکه هر انسانی خودش به تنهایی با خداوند ارتباط دارد ولی خطاب به هر انسان فرموده‌اند: **كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ** یعنی هر یک از شما به منزله‌ی چوپان و در واقع هدایت‌کننده‌ی دیگران هستید و هر کدامتان به تنهایی در مقابل مردم، در مقابل رعیت، در مقابل به اصطلاح گله‌تان مسئول هستید. پس هر انسانی گذشته از اینکه برای خودش نماز می‌خواند، باید برای تشویق دیگران به همه‌ی جامعه نشان بدهد که من اینطور نماز خوان هستم. به علاوه خودش هم وقتی ببیند یک جمعی نماز می‌خوانند حالت خلوصش بیشتر می‌شود. در این مسأله یکی نیت واقعی انسان مطرح است که در نماز جماعت و در اجتماع شرکت می‌کند به قصد اینکه نشان بدهد جزء این اجتماع بوده و با این اجتماع همراه است. هم روحیه‌ی خودش تقویت می‌شود، هم به دیگران اشاره می‌کند. همچنین در نماز عید و جمعه (که جمعه هم به عنوان عید و لذا شرکت کردن در عید و شادی دیگران تلقی می‌شود) مانند آن است که اگر عیدی، جشنی، دیگران دارند، کافی نیست که شما در منزلتان بگویید تبریک عرض می‌کنم. باید به او نشان دهید که عید او را عید خودتان می‌دانید. کما اینکه مستحب است که در مجالس عروسی برای تبریک شرکت کرد. همچنین در

مجالس عزا هم به قصد و به اندازه‌ی تسلیت بازماندگان دخالت کند.

در مورد نماز جماعت هم اگر سعی کند که از هرگونه ریا خالی باشد، به دو ثواب می‌رسد: یکی ثواب خود نماز و دیگری ثواب جماعت. به شرط اینکه سعی خویش را بکند. اگر نه، به هر جهت به ثواب جماعت می‌رسد.

در مسأله‌ی جلوگیری از ریا می‌فرماید: ریا در این کار هیچ اثری برایت ندارد جز اینکه از خداوند دور می‌شوی. دوریت از خداوند زیاد می‌شود. یکی از مزایای ذکر خفی بر ذکر جلی همین است که احتمال خطر ریا در آن کم است. البته به استناد آن آیه‌ی قرآن است که *وَادْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ*^۱، ذکر خداوند را در درون خودت و با احساس خوف از عظمت خداوند بدون اینکه صدایی آشکار باشد انجام بده ولی ذکر آشکار هم در بسیاری از مواقع خوب است، به شرطی که از بروز ریا جلوگیری کند.

در مورد عبادات، چون عبادات خودش یک نوع ذکر است، واجبات را برای تشویق دیگران بهتر است که علنی کند یعنی مثلاً وقتی وجوه شرعی را می‌خواهد بدهد، علناً بدهد یا وقتی نماز واجب می‌خواهد بخواند، علناً بخواند ولی در مستحبات برای اینکه از ریا دور باشد بهتر است که در خفا انجام دهد.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

مسأله‌ی ذکر مفصل است، در واقع اساس تکامل و سلوک سالک توّجّه به ذکر است، این است که هر چه راجع به ذکر فکر کنیم، نه اینکه فقط حرف بزنیم، بلکه فکر کنیم، خوب است و کم گفته‌ایم. حرف زدن راجع به ذکر، ما را در مورد آن حرف‌ها به فکر وامی‌دارد. می‌فرماید:

وَالذِّكْرُ ذِكْرَانِ: ذِكْرٌ خَالِصٌ مُوَافَقَةٌ الْقَلْبِ. وَذِكْرٌ (صارف لك بنفي) صَادِقٌ يَنْفِي ذِكْرَ غَيْرِهِ كَمَا قَالَ رَسُولُ اللَّهِ انا لأحصي ثناءً عَلَيْكَ أَنْتَ كَمَا أَثْنَيْتَ عَلَى نَفْسِكَ. فَرسولُ اللَّهِ لَمْ يَجْعَلْ لِذِكْرِهِ اللَّهُ تَعَالَى مِقْدَاراً عِنْدَ عِلْمِهِ بِحَقِيقَةِ سَابِقَةِ ذِكْرِ اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ لَهُ مِنْ قَبْلِ ذِكْرِهِ لَهُ فَمَنْ ذُوْنَهُ أَوْلَى. فَمَنْ أَرَادَ أَنْ يَذْكَرَ اللَّهَ الْعَبْدَ بِالتَّوْفِيقِ لِذِكْرِهِ لَا يَقْدِرُ الْعَبْدُ عَلَى ذِكْرِهِ.^۲

می‌فرماید ذکر دو نوع است: یک ذکر خالص که با موافقت قلب یعنی قلب و زبان یا قلب به تنهایی می‌گوید، موافقت قلب یعنی قلب همراه آن ذکر است، چه ذکر به زبان باشد چه ذکر دیگری باشد (ذکر خفی) و همه‌ی ذکرها می‌توانند اینطور باشند. ذکر دیگری هست که در نزد تو ذکر غیر خدا را نفی می‌کند. این ذکر، ذکر صادق یا ذکر حقیقی است که هر چیز دیگر را نفی می‌کند. در مورد ذکر صادق فرموده‌اند: هیچ یادی نیست، فقط وجود خداوند را یاد می‌کند. با تمام وجود به یادش می‌آید که خالق‌ی دارد و در آن حالت هیچی از او نمی‌خواهد. محو در یاد حق می‌شود.

مرحله‌ی پایین‌تری در ذکر حق وجود دارد که شخص هنوز محو نیست. هنوز تتمه‌ی شخصیت و هویتش در راه سلوک وجود دارد. به این معنی که خداوند را به یکی از اسمائش می‌خواند. لغت «الله» از این جهت اسم اعظم است که حاوی تمام صفات ثبوتیه و سلبيه‌ی خداوند است یعنی صفاتی که ما برای خداوند قائل هستیم، چه ثبوتی (مثل اینکه می‌گوییم عادل است، کریم است و سخی است، جبار است، عظیم است و مقتدر) چه آنهایی که نفی صفت سلبيه‌ای است مثل خداوند شریک ندارد، فرزند ندارد، ابوبین ندارد. اینها صفات نفی است. وقتی می‌گوییم «الله»، این جامع همه‌ی صفات است و به آن اسم اعظم می‌گویند. به این معنا می‌توانیم بگوییم «الله» اسم اعظم است ولی به هر جهت اسم است، مسمّا نیست. اسم اعظم وقتی اعظم می‌شود و آن خواص را دارد که بر مسمّای اعظم دلالت کند. مسمّا یکی است ولی در ذهن ما درجات دارد ولی «الله» اسم اعظم است. گاهی خداوند را به یکی از صفاتش می‌خوانید. کما اینکه در اخبار وارد است که هر وقت دعایی می‌کنید و از خدا چیزی می‌خواهید، خداوند را به آن صفت خاصش بخوانید. وقتی از خداوند روزی می‌خواهید، «یا رزّاق» را بخوانید. وقتی از خداوند بر حال خودتان ترخّم می‌خواهید، خداوند را با نام «یا رحیم» بخوانید. البته مانعی ندارد اسامی دیگر را بخوانید، خداوند خودش بر همه چیز مسلط است ولی از لحاظ نظم فکری خود انسان، این طریق باید

۱. برگرفته از شرح مصباح‌الشریعة و مفتاح‌الحقیقة، شرح ذکر، قسمت سوّم، شب جمعه، تاریخ ۱۳۸۰/۴/۲۸ ه. ش.

۲. مصباح‌الشریعة و مفتاح‌الحقیقة، ص ۲۴.

رعایت شود. مثلاً اگر وقتی روزی می‌خواهید بگویید «یا قهار»، از صفت قهاری خدا نیست که روزی می‌رساند.

ذکری هم هست که وقتی خدا را به یک صفتی می‌خوانید واقعاً عملتان و فکرتان مطابق با آن صفت باشد. وقتی خداوند را برای روزی می‌خوانید و صبح که بلند می‌شوید به کار و کاسبی می‌روید و از خداوند روزی می‌خواهید، می‌گویید «یا رزاق». پس در این حال خداوند را به صفت رزّاقی می‌شناسید و در عمل نیز باید نشان دهید که خداوند را به این صفت می‌خوانید. آن ذکر شما می‌شود. ذکر صرّف لک یا صادق این است. چنانکه اگر اهل کسب هستید به خیال اینکه مشتری جلب کنید، در مورد کالا دروغی بگویید یا اگر خریدار پرسید: کدامیک از اینها بهتر است، شما به‌خاطر خودتان آن جنسی را که بیشتر می‌خواهید بفروشید، بگویید این بهتر است و حال آنکه اینطور نباشد، آن ذکر «یا رزّاق» تان هم اثر ندارد. البته این ذکر هم ذکر خداوند است. باز اثر دارد، ارزش دارد، منتها ذکر است که به‌قولی محو نیست. ذکر کاملاً خالص نیست یا اینکه وقتی آن ذکر را می‌گویید، وقتی به مغازه یا به کاسبی می‌روید، فکر نکنید این مغازه است که به شما روزی می‌دهد. نه! چون خدا امر کرده کاسبی کنید به مغازه می‌روید تا بیکار نباشید. به این اعتبار می‌روید ولی روزی را از خدا می‌خواهید. البته وقتی پیغمبر می‌فرماید، دیگر به‌قول مشهور:

جایی که عقاب پر بریزد از پشه‌ی لاغری چه خیزد

پیغمبر فرمود: نمی‌توانیم ثنای تو را بگوییم مگر همانطور که خودت فرمودی.

خداوند در عبارات مختلفی در آیات قرآن می‌گوید جز به همان نام‌ها، نباید خدا را خواند. برای اینکه نام‌های دیگر نام خدا نیست. ممکن است ما صفتی را در خداوند احساس کنیم ولی نام خداوند همان هاست. اوایل سوره‌ی حدید می‌فرماید: هُوَ الْأَوَّلُ وَالْآخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ^۱، یا آیات آخر سوره‌ی حشر: هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ الْمُحَيِّمُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ^۲، اینها اسماء الهی است ولی ما فقط آنطور باید خدا را ثنا بگوییم که خودش، خودش را معرفی کرده و ثنا گفته است. به‌قول سنایی در مقام عجز از ثنا گفتن خدا:

پس ثنا گفتن ز من ترک ثناست این دلیل هستی و هستی خطاست

خدایا من برایت چه ثنا بگویم؟ این در واقع ترک ثنا است یعنی گویی در مقابل وجود تو، منی هستیم، دارم ثنا می‌گویم، این دلیل هستی است و هستی‌ای که در مقابل تو ابراز کنیم، خطاست. اینجا راه باریکی است جزء خصوصیات که در مورد صراط می‌گویند، که آنقدر مطلب باریک و دقیق است که باید این فکر را بکنیم که وقتی ثنای خداوند را می‌گوییم و از خداوند چیزی می‌خواهیم، نگوئیم و احساس

۱. سوره حدید، آیه ۳: اوست اول و آخر و ظاهر و باطن و او به هر چیزی داناست.

۲. سوره حشر، آیه ۲۳: اوست خدای یگانه که هیچ خدای دیگری جز او نیست، فرمانروا است، پاک است، عاری از هر عیب است، ایمنی‌بخش است، نگهبان است، پیروزمند است، با جبروت است و بزرگوار است.

نکنیم که خدایی هست، ما هم هستیم و ما از او داریم چیزی می‌خواهیم.

البته در مورد حال دعا، وقتی فرمودند دعا کند، خود این دستور و خود این حالت، نشان‌دهنده‌ی آن است که به ما یک هویت، یک شخصیت مستقل داده‌اند که از خدا بخواهیم ولی در عین احساس اینکه منی هستم از خدا تقاضا می‌کنم، باید این احساس با این فکر توأم باشد که خود این «من» را خداوند داده است. در واقع می‌گوییم خدایا تو که مرا آفریدی تو خودت به من هویت دادی، این را هم بده. احساس اینکه باز هم هر چه داریم از خداوند است.

و پیغمبر ﷺ در ذکرش در مقابل خداوند هنگامی که از بشر یاد می‌کند، برای خود مقداری قائل نبود. در مقابل اینکه خداوند می‌فرماید: فَادْكُرُونِي اَدْكُرْكُمْ، پیغمبر برای خودش ارزش قائل نبود. زیرا پیغمبر می‌دانست که قبل از اینکه او ذکر خدا را بگوید، خدا ذکر او را داده است یعنی توفیق داده که به یاد خدا باشیم.

داستان حضرت ایوب نبی را می‌دانید. او مبتلا به همه‌ی گرفتاری‌های مفصل بود. تا آنجا که در آن خرابه افتاده و بیمار شده بود، کسالتی که بدنش بو گرفته، کرم زده بود، از ده بیرونش کرده بودند. فقط یکی از زن‌های حضرت که زن بزرگواری بود با حضرت مانده بود. روزها در ده یعنی در همان جایی که ایوب رئیس آنجا بود، کار می‌کرد، رختشویی، آشپزی، هر کاری بود، می‌کرد، در واقع کلفتی می‌کرد. آخر شب مزدی می‌گرفت و خواروبار می‌خرید می‌برد با همسر بزرگوارش می‌خورد. یک مرتبه کار پیدا نشد البته خود این را هم شیطان موجب شد که کار برایش پیدا نشد. آخر شب دید باید به خانه برگردد هیچ کاری نیست، پولی گیرش نیامده گرسنه است. چه کند؟ شیطان برایش به‌صورت انسان معمولی ظاهر شد. گفت: چرا اینجا بیکاری؟ زن حضرت گفت: کار می‌خواستم، امروز کاری پیدا نکردم. می‌خواهم غذا بخرم. گفت تو موهای قشنگی داری. این موها را به من بفروش من موهایت را قیچی می‌کنم بعد پولی به تو می‌دهم. زن حضرت از ناچاری قبول کرد. موهای خودش را داد و پول گرفت، غذا گرفت که به نزد شوهرش برود. از این طرف همانوقت شیطان رفت پیش حضرت ایوب و گفت: چه نشستی که زنت بدکاره شده (آنوقت‌ها رسم بود سر زن بدکاره را می‌تراشیدند) دلیلش هم این موهای تراشیده‌ی اوست. حضرت ایوب قبل از اینکه تحقیق کند و منتظر شود، قسم خورد که اگر سر زن تراشیده باشد صد ترکه شلاق به او بزند. البته ما آیه‌ای داریم که حادثه‌ای شبیه به این در اسلام واقع شد که خداوند فرمود: يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بَدِيًّا فَتَّبِعُونَا، ای مؤمنان وقتی فاسقی آمد خبری به شما داد، به حرفش گوش ندهید، تحقیق کنید که در اشتباه نیفتید.

به هر جهت حضرت ایوب عرض کرد: خدایا فرزندانم رفتند، صبر کردم، اموال و چهارپایانم رفتند صبر کردم، سلامت‌م رفت، مریض شدم، صبر کردم، مرا از ده بیرون کردند، صبر کردم. در برابر این واقعه

نمی‌توانم صبر کنم که زخم اینطور باشد. خداوند فرمود: صبر کردی، درست ولی چه کسی توفیق صبر را به تو داد؟

هم دعا از تو اجابت هم ز تو ایمنی از تو مهابت هم ز تو^۱

حضرت ایوب به دهانش زد و خاک به دهانش ریخت، گفت: غلط کردم، صبرم هم از توست. نکته‌ی قابل توجه اینکه حضرت برای ذکر خداوند که می‌کرد ارزشی قائل نبود، برای اینکه می‌دانست تا خداوند یادش نکند او توفیق یاد خداوند را ندارد. در متن این کتاب می‌فرماید جایی که پیغمبر اینطور باشد سایرین معلوم است چه باید بکنند. پس مادامی که خداوند به بنده توجه نکند او توفیق پیدا نمی‌کند که یاد خداوند کند.

یک ذکر تکوینی هم هست. ذکر تکوینی، یاد آن پیمان آلت است که خداوند به حضرت آدم و ذریه‌ی او فرمود: **الَّتِیْ بِرَبِّکُمْ**^۲، همه گفتند: بله، **قَالُوا بَلٰی**^۳. یاد آن پیمان ازلی، جزء خلقت ما است. البته ذکر تکلیفی در مقابلش ذکر تکوینی است. ذکر تکلیفی همان عباداتی است که انجام می‌دهیم یا ذکر می‌کنیم که به لسان می‌گوییم. ذکر تکوینی با وجود ما توأم است یعنی از ارکان وجود و هدایت انسانی ماست. اگر فرموده‌اند: **فَاذْکُرُونِیْ اَذْکُرْکُمْ**، ظاهر عبارت این است که چون **اَذْکُرُونِیْ** اول آمده و **اَذْکُرْکُمْ** بعد یعنی تو یاد من کن تا من یاد تو بکنم ولی این برای توجه ماست.

آیات دیگری هم هست که می‌فرماید: کسی که ذکر رحمان را فراموش کند روز قیامت کور آفریده می‌شود و به خداوند عرض می‌کند چرا من کور هستم و حال آنکه در دنیا بینا بودم؟ خداوند می‌فرماید: **کَذٰلِکَ اَتٰتْکَ آیٰتِنَا فَنَسِیْهَا وَکَذٰلِکَ الْیَوْمَ تُنْسٰی**^۴، آیات ما آمد، تو فراموش کردی، امروز هم ما فراموش می‌کنیم یعنی آن **اَذْکُرْکُمْ** را نمی‌کنیم. یادت نمی‌کنیم. نه اینکه خدا فراموش کند چون در خدا فراموشی نیست. باید نفس خود یا دل خود را مشغول بداریم که اگر او را به یاد خدا مشغول نکنیم، او ما را مشغول می‌کند. **وَمَنْ یَعِشْ عَنْ ذِکْرِ الرَّحْمٰنِ نُفِیْضْ لَهُ شَیْطٰنًا فَهُوَ لَهُ قَرِیْنٌ**^۵، کسی که از ذکر رحمان برگردد و روی گردان شود شیطانی به گردش می‌آویزیم که همیشه با هم هستند یعنی دل یا جای رحمان است یا جای شیطان. البته در اینجا خداوند فرموده است، در واقع به ما تخفیف داده است، ذکر زبانی را هم دستور داده تا به آن بهانه شاید کمی ما را ببخشد.

جای دیگر می‌فرماید: **اَذْکُرْ رَبَّکَ کَثِیْرًا**^۶، خدا را زیاد یاد کن. ذکر را زیاد بگویند یا می‌فرماید وقتی که یادت رفت برگرد، استغفار کن و یاد خدا بیفت. از ما پذیرفته است که ممکن است گاهی اوقات

۱. مثنوی معنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۴.

۲. سوره اعراف، آیه ۱۷۲.

۳. سوره اعراف، آیه ۱۷۲.

۴. سوره طه، آیه ۱۲۶.

۵. سوره زخرف، آیه ۳۶.

۶. سوره آل عمران، آیه ۴۱.

فراموش کنیم ولی *يَعِشُ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ*، را نه! در مورد کسی است که در کمال آگاهی و شعور اعراض از ذکر رحمان کند و یاد خدا نکند ولی اینکه فراموش کند، خداوند ارفاق کرده است.

ذکر، بطور کلی و در اساس سلوک، همانطور که گفتیم، عصای سلوک سالک است، ماشین رونده‌ای که سالک در آن سوار است، ذکر است؛ یاد خداوند است.

ذکر، اعم از نماز است، نماز هم یک نوع ذکر است. می‌فرماید: *وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي*^۱. در همان زمانی که حضرت موسی هنوز محو جمال بود، *أَنَا الْحَقُّ* شنید که خداوند در بیاناتش فرمود: *فَاسْتَمِعْ لِمَا يُوحَى*^۲، *وَاصْطَنَعْتُكَ لِنَفْسِي*^۳، گوش بده آنچه می‌گویم، من تو را برای خودم برگزیدم. نماز را به خاطر یاد من بخوان. آیه‌ی دیگر قرآن می‌فرماید: *إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ*^۴، ذکر خدا از آن هم بالاتر است. به همین جهت زن‌ها که در بعضی روزها، حتی نماز نباید بخوانند ولی ذکر را باید بگویند. برای اینکه در همان ایام هم خداوند گفته اینطور یعنی به صورت نماز، ذکر مرا نگویند ولی نه خدا، از خدایی افتاده، نه ما از بندگی. نه ما از شمول این آیات و آن دستورات فرار کرده‌ایم. این است که آن ذکر و آن یاد خدا همیشگی است.

۱. سوره طه، آیه ۱۴: نماز را به پا دار تا ذکر من کنی.

۲. سوره طه، آیه ۱۳.

۳. سوره طه، آیه ۴۱.

۴. سوره عنکبوت، آیه ۴۵: نماز، انسان را از زشتی و بدی دور می‌کند.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

در مورد اینکه نوشته‌اید باید همیشه به یاد خدا بود، یاد خدا این نیست که در گوشه‌ای بنشینیم و مدام الله، الله، بگوییم و یا بدون اینکه به وظایف خودمان برسیم متوجه ذکر باشیم. یاد خدا و تجلیل از خدا متضمن این است که دستورات او را اجرا کنیم.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

الآن به خصوص در شرایط کنونی و وضع زندگی اجتماعی، در خود نماز به زحمت می‌شود
حالت تذکر و حضور قلب پیدا کرد، حال چگونه می‌شود در زندگی اجتماعی فعلی، با این همه
گرفتاری‌ها و تکثر کارها و تکثر فکر و تفرقه‌ی خاطر، به یاد خدا بود؟

اول باید بپرسیم مقصود از خدا و یاد خدا چیست؟ خداوند در قرآن می‌فرماید: نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ
رُوحِي^۲، پس این نفخه‌ی الهی که در وجود ماست، از همان خداست. چنانکه مولوی می‌گوید:
آن‌ان که طلب‌کار خدایید، خود آییند

بیرون ز شما نیست شما یید، شما یید

که البته برخی به مفهوم مصراع اول توجه ندارند و به غلط «خود آییند» را «خدایید»
می‌نویسند و می‌خوانند.

به طالب در موقع گرفتن بیعت ایمانی، دستورالعمل و ذکر داده می‌شود که به هر اندازه بتواند به
آن عمل کند. تدریجاً آن ذکر قلبی و یاد خدا جزء وجودش می‌شود مثل اینکه فرض کنید اگر کسی تشنه
باشد نیاز ندارد که شما به او یاد بدهید که چگونه آب بخورد، او به محض اینکه آب را ببیند می‌خورد
یعنی اگر آن حالت تشنگی در وجودش پیدا شود دیگر همه چیز برایش آب می‌شود:

آب کم جو تشنگی آور به دست

تا بجوشد آب از بالا و پست^۳

بنابراین اگر سالک به انجام آن دستور ادامه دهد کم‌کم به یک احساس و درکی می‌رسد که
خودش وجودی ندارد جز وجود خداوند یعنی متوجه می‌شود که از خود چیزی ندارد و این حالت همان
توجه و به یاد خدا بودن است ولو به صورت ظاهر و به اصطلاح الله، الله نگویید. چنانکه از یکی از ائمه علیهم‌السلام
مروی است که می‌فرماید: من نماز مستحبی بسیار می‌خواندم. پدرم به من فرمودند اینقدر به نماز نپرداز.
البته نه اینکه حضرت فرمودند نماز نخواند بلکه مقصودشان این بود که فقط به صورت ظاهر عبادت
نپردازد بلکه به معنا و حقیقت آن هم توجه داشته باشد و یا در اصول کافی از حضرت صادق روایت شده
که می‌فرمایند: پدرم راه می‌رفت ذکر می‌گفت، سخن می‌گفت ذکر می‌گفت، غذا می‌خورد ذکر می‌گفت.
حال نکته اینجاست که انسان هنگام جویدن لقمه که نمی‌تواند ذکر بگوید پس گویی منظور آن است که
وجود حضرت در واقع ذکر بود. مؤمن هم تا به آن مراتب عالیه نرسیده است، به هر اندازه که می‌تواند
نباید یاد خدا را فراموش کند. خدا در مورد فراموشی در قرآن فرموده: وَإِنَّمَا يُنْسِيَنَّكَ الشَّيْطَانُ^۴ (اگر شیطان تو

۱. برگرفته از گفت‌وگوی اختصاصی با حضرت آقای حاج دکتر نورعلی تابنده (مجنوب‌علی‌شاه) در تاریخ ۱۳۸۸/۲/۱۵ ه. ش.

۲. سوره حجر، آیه ۲۹.

۳. مثنوی معنوی، تصحیح توفیق سبحانی، روزنه، ۱۳۸۶، دفتر سوم، بیت ۳۲۱۳.

۴. سوره انعام، آیه ۶۸.

را از ذکر و یاد خدا غافل کرد، تو هم تا متوجه شدی استغفار کن و ذکرت را بگو) یعنی در هر صورت به همان اندازه که می‌توانی باید مشغول ذکر باشی. البته اینکه می‌گویند همیشه در حال ذکر باشد، آن حالت ایده‌آل است. ما آنوقت‌ها در درس جبر خط مجانب می‌خواندیم یعنی یک خط کجی را در کنار یک خط راستی می‌کشیدیم و آن خط کج را ادامه می‌دادیم که به آن خط راست نزدیک و نزدیک‌تر می‌شد ولی به آن نمی‌رسید. حالا ما هم حرکت به سوی آن خط مجانب را ادامه داده و رو به سوی او می‌رویم ولی کاملاً به او نمی‌رسیم.

چقدر مشکلات و معضلات اقتصادی و اجتماعی می‌تواند دخالت داشته باشد در عدم دائم‌الذکر بودن؟ یعنی اگر نیت کسی این باشد که حتی در کارهای ظاهری خود مثل سر کلاس درس رفتن، خدا را در نظر داشته باشد، آیا این می‌تواند ذکر باشد؟ آیا اگر کارهای دنیایی را به نیت خدایی انجام دهیم می‌توانیم اسمش را ذکر بگذاریم؟

بله، این عبادت و ذکر است برای اینکه هر کاری که برای خدا می‌کند به یاد خدا است. منتها نه ذکر به معنای خاص آن. او در آن صورت هر کاری که بکند یاد خداست.

پس می‌توانیم بگوییم آن دستور سلوکی که داده می‌شود، در واقع تمرینی است برای اینکه سالک در همه حال به یاد خدا باشد ولی آن وضعیت در حالت عادی ممکن نیست اما می‌تواند مثل تمرین مقدماتی باشد که به یک ورزشکار می‌دهند تا آن ورزش خاص را انجام دهد.

آن دستور سلوکی مثل تمرین و ورزشی است که یک ورزشکار انجام می‌دهد ولی آن تمرین هدف نیست، بلکه ورزش و تمرین می‌کند که عضلاتش قوی شود تا مثلاً بتواند بدود، پس صرفاً قوی شدن عضلات هدف نیست اما اگر عضلات قوی شود به چه درد می‌خورد؟ برای اینکه بتواند بدود. دستوراتی هم که به سالک می‌دهند برای این است که عضلاتش قوی شود و بدود تا به مقصد برسد.

مشهور است که شیخ جنید بغدادی در تعریف تصوف گفته: تصوف تصحیح خیال است. نسبت

خیال با ذکر و فکر چیست؟

ذکر چیزی است که از اول ارادی است و از طریق ذکر، خیال را با اراده به سوی خداوند می‌بریم، منتها نه به معنای موهوم خیال. خیال یعنی تصوّر چیزی که وجود ندارد و ما یا علاقه‌مندیم به وجودش یا می‌ترسیم از وجودش، این خیال است ولی وقتی خیال را به ذکر خداوند تبدیل کنیم یعنی متوجه چیزی می‌شویم که وجود دارد و ترس هم ندارد. این تصحیح خیال است یعنی خیال را از موهومات به واجب‌الوجود متوجه کنیم، این همان تصحیح خیال است.

آیا تصحیح خیال فقط با ذکر میسر می‌شود؟

ذکر برای تمرکز فکر و خیال است نسبت به خداوند. اما کسانی هم هستند که ذکر ندارند مثلاً اسحاق نیوتن که وقتی سیب از درخت افتاد فکر کرد و پی به قانون جاذبه برد در صورتی که من و شما و

اجداد ما هم خیلی می‌دیدند که سبب می‌افتاد ولی پی به قانون جاذبه نبردند، اما چون نیوتن تمرکزش روی این مسائل بود، آن تمرکز و آن معنی مورد توجه او، این فکر را به او القاء کرد ولی ما، در عرفان می‌گوییم که خداوند این فکر را بر ما القاء می‌کند. منتها نیوتن، خدایی که خودش آفریده بود که خیال باشد، به او موضوع جاذبه را القاء کرد به همین دلیل ممکن است که در آینده نظریه‌ی جاذبه‌ی نیوتن رد بشود کمالینکه برخی معتقدند جاذبه وجود ندارد بلکه دافعه است به این معنی که زمین و ماه نسبت به هم دافعه دارند و می‌خواهند همدیگر را دور کنند ولی به دافعه‌ی خورشید برمی‌خورد و زمین این وسط می‌ماند لذا می‌گویند جاذبه وجود ندارد و قانون جاذبه معنی ندارد. حالا ما کاری نداریم که آیا جاذبه وجود دارد یا ندارد ولی ما می‌گوییم چون نیوتن تمرکزش روی این موضوع بود و آن معنای مورد توجهش، خدای او بود، همان خدای خودش قانون جاذبه را به او القاء کرد.

آیا مراقبه به سبکی که مثلاً در یوگا گفته می‌شود یا الان در مدیتیشن می‌گویند در تصحیح

خیال مؤثر است؟

بله منتها آنها یک چیز موهومی را به‌عنوان خدا در نظر می‌گیرند ولی ما همه چیز را با یک نخ به خدا وصل می‌کنیم یعنی به آن واجب‌الوجودی که اصل و علت همه چیز است. البته برخی از فلاسفه در وجود اصل علیت ایراد گرفته‌اند و می‌گویند مثلاً اینکه آب، در صد درجه به جوش می‌آید یا اگر اینطور بشود فلان واقعه اتفاق می‌افتد؛ می‌گویند اینطور نیست که یک رابطه علی میان آنها باشد، بلکه چون این دو واقعه چند بار در کنار هم اتفاق افتاده، لذا شما هم به دلیل عادت گفته‌اید که این علت آن است یا مثلاً اینکه گفته می‌شود عسل و خربزه را با هم نخورید، می‌گویند چون دو، سه بار عسل و خربزه را با هم خورده‌اید و اشکالات جسمانی برای شما به وجود آمده است، بنابراین گفته‌اند خوردن آنها با هم بد است ولی شاید دفعه‌ی بعد که با هم خورده شوند، این موضوع اتفاق نیفتد. سوفسطاییان قدیم نیز به طریقی دیگر منکر اصل علیت بودند.

البته مولوی می‌گوید:

از سبب‌سازیش من شیدایی‌ام

از سبب سوزیش سوفسطایی‌ام

در واقع، او همه‌ی این حرف‌ها را کنار می‌زند و می‌گوید نه اسباب هستند و نه نیستند و اصلاً به من ربطی ندارد، من فقط یک سبب که همان خداوند است، می‌شناسم.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

با عرض سلام. نامه‌ی شما رسید. هرگز یأس و ناامیدی را به خودتان راه ندهید. درگاه الهی درگاه ناامیدی نیست. باید همواره خوف و رجا با هم باشد و نباید همیشه خوف داشت و ترسید و نگران بود، بلکه باید به کرم خداوند هم امیدوار بود. اما اینکه نوشته بودید جمعیت خاطر ندارید، اصولاً هیچ کس همیشه آنطور که باید نمی‌تواند متوجه ذکر باشد یا در نماز حواسش را جمع کند و اشخاص مختلف بر حسب احوال خود کم و بیش حواسشان پرت می‌شود. لذا از این مسأله نباید نگران شوید، بلکه به کارتان و خدمتان ادامه دهید و توجه به وجهه‌ی الهی را قطع نکنید و از خداوند همواره بخواهید که توفیق بیشتر عنایت بفرماید و خلاصه از این جهت ناامید نباشید که خداوند خودش فرموده که اگر گناهی هم کرده باشید، همین که به درگاه الهی استغفار کرده و به اصطلاح معذرت بخواهید، او می‌بخشد. به قول شاعر: «صد بار اگر توبه شکستی باز آ». پس اگر صد بار توبه کردید و دوباره اشتباه کردید، اگر متوجه اشتباهتان شدید و استغفار کردید، خداوند می‌بخشد. بنابراین همیشه به درگاه خداوند، استغفار و معذرت‌خواهی کنید و بخواهید که توفیق بندگی و عبادت به شما عنایت کند. «حال» هم از جمله واردات است که خداوند می‌فرستد. شما در طریق خدمت و بندگی باشید، ان شاء الله حال مناسب برای شما خواهد آمد. خدا نگهدار شما. والسلام.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

مراقبه لغتاً به معنی مراقب بودن و کمین کردن است. به این معنی که جنید بغدادی گفت: من مراقبه را از یک گربه آموختم که وقتی می‌خواست شکار کند چنان تمام حواسش متوجه شکار و کمین بود که هیچ چیز را نمی‌دید. مراقبه عبارت از آن است که تمام وجود را از دست و چشم و گوش و هوش و همه چیز را در لحظه‌ی خاصی متوجه یار کرده و به ذکر و فکر توجه داشته باشیم. اَمَّا تَفَكُّرٌ از لحاظ لغوی (به معنی که ما متداولاً می‌گوییم) استدلال کردن، فکر کردن، نتیجه‌گیری کردن است ولی فکر (و نه تفکر) به معنای درویشی، جزئی است از دستوراتی که داده شده است که عبارت است از: ذکر و فکر. توجه به مجموعه‌ی این دو (یعنی به ذکر و فکر) در لحظه‌ی خاصی، با آن شرایطی که گفته شد، اصطلاحاً «مراقبه» گفته می‌شود.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

با عرض سلام، نامه‌ی شما رسید. قطعاً توجّه کرده‌اید که در تشرّف به شما گفته‌اند آنچه راجع به ذکر و فکر است مختصّ خود شماست و باید شفاهاً از من یا یکی از مشایخ بپرسید و بنابراین با کاغذ و نامه نمی‌توان به آن پاسخ گفت. اما آنچه که با کاغذ و نامه می‌توان پاسخ گفت و درباره‌اش با کاغذ و نامه می‌توان نوشت در کتاب‌ها هم نوشته شده است. بنابراین برای یافتن پاسخ بعضی از سوالات خود به رساله‌ی رفع تشبّهات مراجعه فرمایید و اصولاً آن رساله را داشته باشید و هر چند وقتی یک‌بار مطالعه کنید.

و اما در مورد خشک شدن پیوند ولایت، پیوند ولایت وقتی گرفت به ندرت ممکن است به کلی خشک شود. ممکن است از رشد بیفتد و در همان حال بماند ولی خشک نمی‌شود. خدای نکرده اگر خشک شود از علائم آن یأس از رحمت خداست و رها کردن تمام وظایفی است که انسان به گردن دارد.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

در مورد نماز که قرآن فرموده است: لَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ^۲، ذکر یعنی یاد خدا بالاتر از نماز است. بنابراین مسلماً خود نماز هم برای این است که به یاد خدا باشیم. بنابراین اگر همیشه بتوانید به یاد خدا باشید این مسأله از نماز عرفی یعنی نمازی که پنج نوبت بایستید و آن حرکات را بکنید و مثلاً کلماتی بگویید که چندان توجهی به معنای آن نداشته باشید، مسلماً بهتر است ولی این بهتری مانع آن نیست که نماز انجام نشود. نماز حتماً باید خوانده شود. برای اینکه هر امری به جای خود واجب است. مثل اینکه از شما بپرسند که آب بهتر است یا شربت سکنجبین یا آب میوه؟ هر کدام به جای خود خاصیتی دارد. واجبات نماز را هم به هر جهت و به هر صورتی که بتوان باید انجام داد. منتها آن هم کافی نیست و در واقع امتحانی است برای اینکه ما عادت کنیم به اطاعت امر؛ ولو معنی نماز را هم ندانیم یا اینکه حواسمان پرت شود ولی چون فرموده‌اند که در این ساعات بایستید به نماز و این گونه نماز به پا دارید، باید اطاعت کنیم و اما آن نمازی که تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ^۳ می‌کند یا نمازی که در حدیث از پیغمبر آمده: الصَّلَاةُ مِعْرَاجُ الْمُؤْمِنِ، آن ایده‌آل است یعنی آخرین درجه از نمازی است که برای انسان امکان دارد و مقدر شده است. بنابراین اگر نماز این کار را انجام داد و تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ را عمل کرد، آن نماز درست است و به هر اندازه که این کار انجام شد، به همان اندازه هم مورد قبول قرار گرفته است. منتها بنا به مثل مشهور: مَنْ لَا يُذْرِكُ كَلَّةً لَا يَتْرُكُ كَلَّةً، کسی که کل را نمی‌تواند به دست بیاورد نباید از بعضی جزئیات بگذرد. وقتی کسی گرسنه است اگر برای او دو لقمه غذا دادند آن دو لقمه را باید قبول و استفاده بکند، منتها در صدد این باشد که رزق و روزی بیشتری به دست آورد و لذا مادامی که آن نماز اصلی برای شخص حاصل نشده است از این نماز قالبی نباید غفلت کند.

۱. برگرفته از مکاتیب عرفانی، ۱۳۸۰/۱/۲ ه. ش.

۲. سوره عنکبوت، آیه ۴۵.

۳. سوره عنکبوت، آیه ۴۵.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

در اولین دستور به حضرت موسی علیه السلام، خداوند می‌فرماید: **أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي**^۲، نماز را به خاطر یاد من بخوان. ظاهراً به نظر می‌رسد که قبل از این، موسی علیه السلام نمازی می‌خواند (اینکه می‌خواند یا نمی‌خواند به ما ربطی ندارد. ما آن موسی را می‌شناسیم که پیغمبر خداست و از اول معصوم بوده) به هر جهت، برای اینکه یاد من بکنی، به یاد من باشی، نماز بخوان، **أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي**. در آیه‌ی دیگری خطاب به پیغمبری که هم ما تابع همان پیغمبر هستیم و هم همه‌ی پیغمبران، می‌فرماید: **إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ**^۳، ذکر خدا، یاد خدا از این هم بالاتر است. تفاوتش این است که نماز و به اصطلاح **صَلَاة**، زمان محدودی دارد. دو، سه، چهار رکعت که انجام شد، دیگر نماز تمام شده است ولی ذکر الله و یاد خدا همیشه است؛ در خواب هم هست؛ در غیر نماز هم هست؛ در موقع غذا خوردن، موقع راه رفتن هم هست.

این همان ذکرى است که حضرت صادق علیه السلام می‌فرماید: من داشتم نماز می‌خواندم که عرق از صورتم می‌آمد (حضرت چاق هم بودند) پدرم رد شدند، فرمودند که اینقدر به خودت در عبادات فشار نیاور. بعد حضرت صادق توضیحی اضافه می‌کنند که پدرم همیشه به یاد خدا بودند. راه می‌رفتند و ذکر خدا داشتند؛ غذا می‌خوردند ذکر خدا داشتند؛ نماز می‌خواندند ذکر خدا داشتند. هر کاری می‌کردند، ذکر خدا داشتند. آیا ذکر خدا همین است که پیوسته الله اکبر، الله اکبر بگوییم؟ اگر اینطوری است که موقع غذا خوردن نمی‌شود ذکر خدا گفت! ذکر خدا یعنی آن یاد خدا که همیشه در دل ما باشد. ان شاء الله خداوند به ما توفیق بدهد. البته ما از خدا توفیق کامل می‌خواهیم ولی به هر اندازه خودش می‌داند این توفیق را بدهد. اگر هم لایق نیستیم، لیاقت را هم خودش بدهد؛ لیاقت را بدهد و بعد این توفیق را. ان شاء الله.

۱. برگرفته از شرح رساله حقوق، شب‌جمعه، ۱۳۸۵/۱/۲۴ ه. ش.

۲. سوره طه، آیه ۱۴.

۳. سوره عنکبوت، آیه ۴۵.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ.^۱

همانطوری که توجّه دارید در اخباری که رسیده است گفته‌اند: الطَّرُقُ إِلَى اللَّهِ بِعَدَدِ انْفَاسِ الْخَلَائِقِ^۲، بعضی هم گفته‌اند: بِعَدَدِ نَفُوسِ الْخَلَائِقِ یعنی راه‌های به سوی خدا به عدد مردم روی زمین یا به عدد نفَس‌های خلائق است. به هر جهت هرطور که باشد منظور این است که هر کسی راه خاصی به سوی خدا دارد. بنابراین هیچ راهی عین تقلید نیست فقط باید یاد خدا بود؛ مثل اینکه از روی پل یا راه باریکی که رد می‌شوید اگر به این طرف و آن طرف نگاه کنید می‌افتید. باید نگاه به روبرو یا به مقصد کرد. حالات مختلف هم که در عرفا دیده شده است بستگی به حالات خود آنها دارد، که البته بعضی حالات از ذکر ایجاد می‌شود و خود ذکر هم متناسب با حالت اشخاص داده می‌شود. کسی که بیشتر کار و فعالیت می‌کند و به فکر دنیا است یک نوع ذکر دارد و دیگری که در سنینی است که نمی‌تواند کاری بکند و بیشتر در منزل است و بر حسب اعتقاداتی که برای او پیدا شده ذکر دیگری دارد. بنابراین اصل مشترک و صحیح برای تمام سالکان و برای تمام پویندگان راه خدا این است که همواره خدا را در نظر بگیرند و هر چه می‌کنند به خاطر تقرب به خداوند باشد و فُرْبَةً إِلَى اللَّهِ را از صمیم دل بگویند.

۱. برگرفته از مکاتیب عرفانی، ۱۳۸۲/۳/۱۲ ه. ش.
 ۲. بحار الانوار، ج ۶۴، ص ۱۳۷.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

وقتی شخصی به ذکر و فکر مأخوذ علاقه‌مند شد، کم‌کم خودبه‌خود به صورت تداعی معانی و ناخودآگاه، در ضمن گفتن آن ذکر، ذهن او به آنجا می‌رود که این ذکر را چه کسی داده است و صورتی در مقابل او مجسم می‌شود. نه اینکه مجسم کند، بلکه در یک لحظه دیده می‌شود؛ کما اینکه مثلاً شما تسبیحی دارید که یادگاری از شخص عزیزی است که آن را به شما سپرده است، وقتی آن را می‌بینید گاهی ناگهان به یاد آن دوست می‌افتید. بنابراین مسأله به صورتی که شما سؤال کرده‌اید نیست که حتماً به صورت قطب وقت باشد. ممکن است قطب گذشته باشد و ممکن است آن کسی که باعث این ذکر و فکر شده است تجسم پیدا کند.

و اما غفلت غیر ارادی از ذکر و فکر ایرادی ندارد برای اینکه خداوند فرموده است: **وَأَمَّا يُنْسِيَنَّكَ الشَّيْطَانُ فَلَا تَقْعُدْ بَعْدَ الذِّكْرِی مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِینَ**^۲ و هر گاه شیطان تو را به فراموشی وادار کرد وقتی توجه کردی و از آن غفلت خلاص شدی ذکر کن. این غفلت به سبب گرفتاری‌های فعلی جهان است که خودبه‌خود است ولی باید سعی کرد که به صورت عمدی نباشد.

۱. برگرفته از مکاتیب عرفانی، ۱۳۸۴/۲/۲۶ ه. ش.
 ۲. سوره انعام، آیه ۶۸.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

... تشرّف و ذکر اوّلیه برای درویش مثل این است که از یک باغ وسیعی کسی بخواهد استفاده کند. او از پنج یا شش در موجود وارد می‌شود ولی بعد که وارد شد می‌تواند به همه طرف برود. بنابراین اگر به آن ذکر اوّلیه عمل کردند و تکامل پیدا کردند بر حسب تکاملی که پیدا کردند و راهی که در این باغ پیش گرفته‌اند اذکار اضافی هم به آنها داده می‌شود. تمام این مسائلی که فرموده‌اید در تاریخ اسلام سابقه دارد و اگر دقّت کنید خود همان امر مجوز آن است. بنابراین اذکاری که با عدد مشخص داده می‌شود، ایرادی ندارد.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

اما اینکه گفته‌اید جواب از درون خود انسان فهمیده می‌شود، این قول صحیح است ولی به شرط اینکه ارتباط ظاهر و درون شما، برای خودتان مشخص باشد یعنی به دستورات شرعی عمل کرده باشید و اضافه بر آن، به دستورات فقری هم که داده شده دقت کنید. به علاوه وقتی به مجالس فقری می‌روید، فقط دید و بازدید نباشد، باید به سخنانی که گفته می‌شود توجه کنید؛ چرا که جواب بسیاری از سؤالات شما در آن است.

و اما اگر توجه کرده باشید بنا بر قرآن کریم خود پیغمبر می‌فرماید: *أَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ*^۲، من بشری مثل شما هستم. بنابراین، توقع از بندگان و راهنمایان هم به اندازه‌ای باید باشد که امکان بشری آنها بتواند جوابگو باشد و این در صورتی است که شما به دستوراتی که داده شده است، رفتار کنید و بعد از رفتار به آنها، اگر آرامشی پیدا نکردید و سؤالی برای شما ایجاد شد، پرسید؛ و الا جواب سؤالات در همان دستورات فقری نهفته است که عمده‌ی آنها ذکر قلبی است.

و اما اینکه گفتید راز هستی بر من آشکار شد. راز هستی بر کسی که برای خود، هستی مستقلی احساس می‌کند، آشکار نمی‌شود. انسان به هر درجه‌ای که به نیستی نزدیک‌تر شود، راز هستی برای او آشکارتر می‌شود. چون راز هستی یعنی اینکه انسان خودش را بشناسد. انسان خودش را که بشناسد تا حدی به راز هستی آشنا می‌شود یعنی تا آن حد که به هستی خودش مربوط است و نه به تمام عالم. اینکه شک برای شما ایجاد شده بسیار خوب است. این شک، شکی است که باید به آن توجه کنید. هرگز قناعت به آنچه بر شما آشکار می‌شود نکنید. همواره درصدد جستجو باشید.

و اما از آنچه که گفته‌اید، خود علم و اطلاع و آشنا شدن به مسأله‌های جدید، مقداری مسئولیت و مقداری محدودیت برای انسان ایجاد می‌کند. اگر داستان موسی و شبان را که در مثنوی است، بخوانید و دقت کنید، بسیاری از این گونه مشکلات شما حل خواهد شد. آن چوپان، پیش از علم و آگاهی یافتن، چوپان دیگری بود و بعد از راهنمایی موسی، چوپان دیگری شد و وظایف و مسئولیت‌های دیگری داشت. شما هم همیشه باید جلو بروید و هرگز سعی نکنید که در محلی که هستید بمانید. در مسیر هم باید فقط دستوراتی را که داده شده است، اجرا نمایید. مراحل سلوک مثل راه زمینی نیست که منازل مشخصی داشته باشد و بتوان به هر کسی گفت در چه منزلی هستی. اینکه گفته‌اند: هر کسی را به سوی خدا راهی است و یا گفته‌اند که: راه‌های به سوی خدا به عدد انفاس خلایق است یعنی همه‌ی خلایق، هر کدام یک نحوه راهی به سوی خدا دارند. بنابراین نمی‌توان برای کسی دقیقاً منزلی را مشخص کرد. فقط باید جلو برویم. علامت به جلو رفتن شما هم این باشد که از انجام دستورات لذت ببرید. از عبادات لذت ببرید،

۱. برگرفته از مکاتیب عرفانی، ۱۳۸۷/۲/۲۲ ه. ش.

۲. سوره کهف، آیه ۱۱۰ و سوره فصلت، آیه ۶.

از اینکه موفق شوید خدمتی به یک بنده‌ی خدا بکنید خرسند شوید؛ اینها دلایل پیشرفت است. اما مسأله‌ی تردید و شک در تمام طول زندگی، برای همه‌ی انسان‌ها وجود دارد، حتی در رابطه‌ی میان مولوی و شمس. همه می‌دانند مولوی به شمس چقدر ارادت و اعتقاد داشت و محو در او بود ولی با این حال می‌گوید:

صد هزاران بار بیریدم امید

از که؟ از شمس این ز من باور کنید

و در آن حالات شک و تردید، متوسل به ذکر قلبی‌تان بشوید و توجه و تمرکزتان را در معنای آن ذکر بکار ببرید و فکرتان دنبال راه حق باشد. در این صورت شک مرتفع می‌شود. ان شاءالله.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

در همه‌ی موارد، چه موارد شادی و چه در مواقع عُسر و ناراحتی، به ذکرتان توجّه داشته باشید. به‌خصوص مرتباً در موقع خواب، اوراد مخصوص را بخوانید و فراموش نکنید و بعد از بیدار شدن برای نماز صبح هم دستور یادآوری زبانی، چهارده بار ذکر و چهارده بار صلوات را، از خاطر نبرید. پیغمبر فرمود: *أَنَا وَ عَلِيٌّ أَبَوَا هَذِهِ الْأُمَّةِ*^۲، من و علی پدر این امت هستیم. بنا بر این عبارت خداوند خواسته است شما را جزء امت پیغمبر محسوب بدارد. برای تمام خواب‌ها و رویاهایی که دیده‌اید و حالاتتان، شکرگزاری کنید ولی به هیچکس نگوئید. اضافه بر آن دستوراتی که دارید، همیشه بعد از نماز آیه‌ی: *أَفْوُضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ*^۳ را بخوانید و در خواندن قرآن دقت کنید و هر روز قرآن بخوانید که ان شاءالله این خواب‌ها به نحو منظم و صحیحی شما را جلو ببرد.

۱. برگرفته از مکاتیب عرفانی، ۱۳۸۷/۲/۲۹ ه. ش.

۲. بحارالانوار، ج ۱۶، ص ۹۵.

۳. سوره غافر، آیه ۴۴: من کار خویش به خدا واگذار کردم، زیرا او بندگان را می‌بیند.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

در زمان غیبت، وکیل و نماینده‌ی امام معین شده است که از طرف حضرت بیعت بگیرد و بعد جانشین تعیین کند تا برسد به امروز که قبر آن چهار نفر از بزرگوارانی را که شما دیدید، چهار نفری هستند که آخرین کسانی بودند که در این سلسله مرجعیت داشتند و بعد از ایشان هم یعنی بعد از آخرین آنها، مرحوم حاج علی تابنده (محبوب‌علیشاه) بود که من جانشین ایشان هستم و این سلسله به اینجا رسیده است. تفاوتی که در شیعه، بین فقها و عرفا هست معنأً اختلاف نیست بلکه تفاوت نظر است. آقایان فقها می‌گویند که ما دلیلی نداریم بر اینکه در زمان غیبت نیز نمایندگان خاصی که بطور مستقیم یا غیرمستقیم بیعت بگیرند معین شده باشند و دلیلی بر این امر وجود ندارد و بنابراین امر دین صرفاً مربوط به فقها است که بنا بر روایاتی که شده است می‌گویند: مَنْ كَانَ مِنَ الْفُقَهَاءِ صَانِئاً لِنَفْسِهِ حَافِظاً لِدِينِهِ مُحَافِظاً عَلَى هَوَاهُ مُطِيعاً لِأَمْرِ مَوْلَاهُ فَلِلْعَوَامِّ أَنْ يُقَلَّدُوهُ، کسانی که از فقها، دانشمندان علمی، دارای این خصوصیات بودند؛ بر مردم عوام است که از آنها در اعمال شرع تقلید کنند. عرفا و ما می‌گوییم تقلید به جای خود درست است ولی تقلید در اعمال شرعی است و در اعتقادات تقلید نیست. در اعتقادات باید از کسی که مجاز از طرف امام باشد تلقین ذکر گرفت و باید بیعت کرد و با این بیعت اتصال به امام پیدا کرد یعنی در واقع شخص آماده می‌شود برای اینکه اگر امام دوازدهم علیه السلام ظاهر شدند جزء قشون آن حضرت باشد. به علاوه ذکر و یاد زبانی کافی نیست برای اینکه خیلی اوقات زبان، کلامی می‌گوید ولی دل خبر نمی‌شود. منظور از دل، روح انسان است یعنی با زبان چیزی می‌گوید ولی لقلقه‌ی زبان تلقی می‌شود. باید بر ذکر قلبی که از طرف شخص مجاز از طرف امام داده می‌شود، بر آن ذکر مداومت کند و تقریباً بدین طریق می‌توان گفت که همیشه به یاد خدا باشد، نه تنها در نماز یا عبادات دیگر، بلکه همواره به یاد خدا باشد.

اساس عرفان بر این است که انسان باید همواره به یاد خدا باشد و یاد و ذکر زبانی کافی نیست؛ زیرا اولاً در دل همیشه اثر نمی‌کند. ثانیاً نمی‌تواند مداوم باشد. بنابراین پیامبران و ائمه‌ی شیعه و نمایندگان امام، هر کسی را لایق دیدند به او ذکر قلبی می‌دهند که با انجام آن، دل همیشه به یاد خدا باشد. عبادات و نیایش‌های فردی و اجتماعی مانند سایر مسلمانان است.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

ذکرها انواع دارد که بر حسب دستور ممکن است به بعضی‌ها داده شود و چون هیچ کس از ذکر دیگری مطلع نیست ضرورتی ندارد که شما این مطلب را بدانید. تجسّم صورتِ مرشد، صحیح نیست و این از دروغ‌هایی است که می‌بندند. گاهی ممکن است خودبه‌خود چنین صورتی در دل مجسّم شود و این برحسب قاعده‌ی تداعی معانی است. کسی که نماز می‌خواند، کسی که توجّه به خدا می‌کند، ممکن است در یک لحظه خودبه‌خود و ناخودآگاه به یاد بیاورد که مرشد او دست او را گرفته است و این راه را نشان داده است ولی خودبه‌خود این صورت برای او پیدا شده است.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

ذکر در لغت یعنی یاد ولی در قلمرو امور دینی یعنی یاد خدا. نه یاد چیز دیگری، آنوقت اهل شریعت می‌گویند که هر نام خدا را که تکرار کنید و بگویید، می‌شود ذکر که البته معمولاً به تناسب آنچه که می‌خواهند می‌گویند؛ مثلاً کسی مریضی دارد یا دکتری است که می‌خواهد مریض‌هایش شفا پیدا کنند، می‌گوید: «یا شافی». یکی روزی‌اش می‌خواهد زیادت‌ر شود می‌گوید: «یا رزاق» اگر هم بگوید: «یا جبار»، «یا قهار» گناه ندارد ولی معنایش این است که خدایا از این بدترش کن. ذکرهایی که اینطور می‌گویند، بسته به تناسب خواسته‌ای است که از خدا دارند، البته خواسته را خدا از مردم عوام مثل ما قبول می‌کند و الاً ذکر می‌کند که برای چیزی باشد ذکر نیست.

در قلمرو مذهبی، در بین عرفا و متصوفه، ذکر معنای خاصی دارد. همان معناست، کوچکتر مثل اینکه یک ذره‌بین می‌گیرید، تا مطلب روی این کاغذ را بخوانید. بعد همینطور دایره را تنگ‌تر می‌کنید و ذره‌بین را می‌آورید جلو، از دو طرف کم می‌شود تا اینکه به یک نقطه توجه می‌کنید. ذکر در عرفان هم همینطور است یعنی یاد خدا، یاد یکی از صفات خدا و خاصیتی که بیشتر از این دارد، این است که کسی که سِمَت ارشاد و تربیت عرفانی دارد، به تناسب حالات طالب، ذکر می‌انتخاب می‌کند و به او می‌گوید. حالا تفاوت این با ذکر می‌گویی چیست؟ البته در همه‌ی درجات ذکر، مهم است که حواس کاملاً متوجه مطلب ذکر باشد ولی ذکرهای لسانی که علماً معمولاً می‌گویند، فقط تکرار به زبان است. البته این بی‌اثر نیست ولی اثر عمده‌ای ندارد. به‌خصوص خیلی که تکرار شود، اصلاً از معنی خود می‌افتد. اما ذکر می‌دهند، اثر قطعی و هدفی هم که بیشتر از آن می‌خواهند همین است که حواس انسان متوجه یک نقطه‌ی خاصی شود که بتواند هر وقت خواست و اراده کرد حواس خود را در جایی متمرکز کند. اما اگر مقصود فقط این باشد کارهایی که در یوگا هست، در مدیتیشن هست، که همین کارها را می‌کند ولی تفاوت اصلی این است که در ذکر عرفانی فقط خود را نمی‌بیند چون این ذکر را کسی به او داده، پیر به او داده است، در همان حالی که این ذکر را می‌گوید، پیر خودبه‌خود بر او ظاهر می‌شود و به‌علاوه همان صفتی از صفات الهی که باید راهرو و سالک به او توجه کند، او را مورد نظر دارد.

یک نامی از خدا هست به نام «الله» که شامل تمام اسماء و صفات خدایی است یعنی وقتی می‌گوید «الله» تمام اسماء و صفات خدا را در نظر دارد. این است که می‌گویند الله اسم جامع است ولی وقتی که سالک خیلی دلتنگ است، ذکر می‌دهند که راجع به راحتی باشد می‌گویند: «یا مفرح» در آیه‌ای از قرآن هست: الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنَّا الْحَزْنَ^۲، شکر خدایی که حزن را از ما دور کرد یا در آیه‌ی

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی صبح یک‌شنبه، تاریخ ۱۳۸۸/۱۲/۹ ه. ش.

۲. سوره فاطر، آیه ۳۴.

دیگر می‌فرماید: لَا تَخَفْ وَلَا تَحْزَنْ^۱، ترس و حزن به خرج نده. البته اسم «هو»، اسم «الله»، همه‌ی اینها را شامل می‌شود. ممکن است اسم الله که تمرکز فکر را به خود گرفت، آنوقت ذکرهای دیگری به او بدهند یا ذکرهایی را خودش انتخاب کند و برحسب حال و با اجازه بگیرد. این هدف عمده‌ی ذکر است که در واقع بتواند تمرکز حواس داشته باشد و این تمرکز حواس روی یک صفت و اسم خاصی است که مورد نیاز روحی شخص است. اما در مورد فکر ببینید، طرق یاد خدا، یکی به زبان است (که می‌شود ذکر زبانی یا همان ذکر لسانی) دیگری ذکر قلبی که بین قلب و زبان است. اما در پیچه‌ی دیگری که مطالبی وارد ذهن ما می‌شود، چشم و دیدن است. برای اینکه سالک جز خدا نبیند. به قول سعدی:

رسد آدمی به جایی که به جز خدا نبیند

بنگر که تا چه حد است مقام آدمیت

چشم همه‌ی چیزهای اطراف را می‌بیند و همه چیزهایی را که می‌بیند، نمی‌شود از بین برد. این همه در محیط چیزهای مختلف را همه را می‌بینیم. نگاه نمی‌کنیم ولی می‌بینیم. اما آنچه ما می‌خواهیم وارد روح ما شود، فکر گفته‌اند و به قولی صورت فکریه. تصوّر لغت همان فکر است. فکر غالباً به اختیار ما نیست. گاهی در فکر، مثل این است که خوابمان ببرد. یک ربع می‌گذرد و می‌فهمید که مدّتی در مورد مسائلی که چه بسا مهم نبوده فکر کرده‌اید. در اینجا هم برای اینکه فکر را در اختیار بگیرید، درجه‌ی اولیه این است که به اصطلاح رشته‌ی خاصی، مثلاً معانی فلان چیز را، بگویند. خود این فکر ادامه پیدا می‌کند. در اینجا عمده هدف این است که فکر خودمان و سلسله‌ی افکار خودمان را به اختیار بگیریم یعنی نگذاریم همیشه فکر از دست ما در رود و خودمان نفهمیم راجع به چه داریم فکر می‌کنیم. البته این فکر که از دست در می‌رود، اگر خیلی سر خود شده باشد، بیماری‌های روانی خاصی ایجاد می‌کند و برای اینکه از آنها جلوگیری شود می‌گوییم اینطوری فکر کنید. بعد فکر چون همیشه در ما هست، چه در حالی که غذا می‌خوریم و چه حرف می‌زنیم، چه نگاه به جایی می‌کنیم، در همه‌ی این موارد فکر کار خود را می‌کند. برای اینکه بتوانیم وقتی کاری می‌کنیم، فکر خود را متوجّه آن کنیم، فکر و صورت فکریه را به شما می‌گویند. تمام اینها برای این است که قوای روحی خودتان در تحت اختیار خودتان باشد. به آنچه لازم است فکر کنید و آنچه لازم است مد نظر بیاورید و آنچه لازم است بگویید. آنوقت اینجا ذکر قلبی می‌آید. ذکر قلبی که می‌گویند منظور این قلب نیست. منظور درون ماست که خودآگاه و ناخودآگاه ما، هر دو باشد.

به این طریق فرقی نمی‌کند که ذکر یا فکری را تغییر بدهند یا عوض شود. پس چرا گاهی اوقات آن را عوض می‌کنند؟ مثالی می‌زنم. در دستورات طبی به یکی که روماتیسم یا آرتروز دارد می‌گویند صبح‌ها نصف استکان آب‌غوره بخور، برای تو خیلی خوب است ولی یک مدّتی که می‌گذرد وقتی آرتروز او

بهتر شده و شخص بر آن بیماری مسلط و حالش بهتر شده، می‌بیند معده‌ی او به درد آمده و طاقت آبغوره خوردن ندارد. در این حالت داروی او را عوض می‌کنند و می‌گویند: دیگر آبغوره نخور. مثال‌های خوراکی که می‌زنم برای این است که خیلی مشخص است. حال یکی لَافَتَى إِلَّا عَلَيَّ لَاسَيْفَ إِلَّا ذُو الْفَقَارِ می‌گفته؛ مدتی بعد احساس می‌کند که شمشیر ذوالفقار بالای سر اوست. او در ضمن اینکه می‌ترسد دچار ناراحتی می‌شود، به او می‌گویند بعد از این دیگر این را نگو. بگو «یا رحمان» و «یا رحیم». وقتی مقصود آن ذکر حاصل شد، به نحوی که تمام وجود او به آن ذکر و فکر تعلق داشت و آن وقت اقتضا داشت که ذکرش عوض شود، عوض می‌شود ولی نه اینکه حتماً باید بعد از مدتی عوض شود. این مدّت را هم در بعضی موارد تعیین کرده‌اند؛ در بعضی موارد دیگر تقریبی است.

اما در مورد ذکر و فکر که دنباله‌ی اوست، سالک وقتی صفت رحمانیت خدا را در نظر می‌گیرد، اگر خیلی به صفت رحمت خدا تکیه کند، ممکن است از گناهان پرهیز نکند. این است که ذکرش را عوض می‌کنند و می‌گویند: «یا غَفَّارُ الذُّنُوبِ» بگو. فکر نکنید این موضوع برای همه است، نه برای بعضی حالات است. اصل عمده این است ذکر که داده شده کلاً بر وجود انسان مسلط باشد و آدم احساس کند وقتی فکر رحمت خدا می‌کند، احساس کند که همه چیز او رحمت است که خدا داده. این نتیجه و هدف ذکر است که ان‌شالله برای همه‌ی ما حاصل شود.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

لغت ذکر لغت عربی به معنی یاد است ولی هر یادی به معنی خاص ذکر نیست و هر لغتی هم به معنای ظاهری آن همیشه مورد نظر نیست.

حالا ذکر، هم به معنی یاد است ولی در هر موردی یک معنایی پیدا کرده است. از آن لغاتی است که از عربی به زبان‌های مسلمانان رفته است چون زبانی که اسلام اولیه با آن بیان شده است، زبان عربی است. در زبان عربی این لغت ذکر به کار رفته و تمام خصوصیات اسلامی را گرفته بعد در فارسی هم آمده است و در فارسی هم معنای مختلفی پیدا کرده. مثل اینکه می‌گویند ذکر خیرت یعنی به یاد تو. فَادْکُرُوا مَوْتَکُمْ بِالْخَيْرِ، رفتگانتان را به خیر، با خوبی یاد کنید. منظور لغت یاد کردن است. نکته‌ای که از معنای این لغت برمی‌آید این است که وقتی می‌گویید، یاد کنید یعنی تا حالا غفلت داشتید. مثلاً وقتی می‌گویید یاد پدرتان بیایید یعنی آنهایی که پدرشان رفته تا مدتی به یاد او هستند ولی بعد باید خودش دومرتبه به یاد بیاورد. به این معنی گفته‌اند که ذکر خدا، یاد خدا، باید همیشه باشد، به نحو ارادی یا حتی غیرارادی. محتاج به یاد زبانی نیست. در نفس کشیدن، هوا را به داخل می‌برید و بعد می‌آورید بیرون. نفس کشیدن همیشه با ما هست. بدون نفس نمی‌توانیم زندگی کنیم. خداوند هم همینطوری است. خداوند نفخه‌ای از روح خودش را در ما انسان‌ها دمیده. پس روح انسانی با روح الهی از یک جنس است. این همیشه با ما هست. فراموشی ندارد. شما ان شاء الله فراموش نکنید که نفس بکشید. بدون فراموشی نفس می‌کشید. خداوند را هم باید همیشه به یاد داشت، بدون فراموشی. منتها چون خود خداوند ما را مأمور کرده و با این خصوصیت جسمانی به این جهان فرستاده، می‌گوییم این خصوصیات ما را در برگرفته. این «ما» کیست؟ این «ما» همان نفخه‌ی الهی است که خدا فرمود: فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ^۲، وقتی که خلقت انسان را، آماده‌اش کردم یعنی دست و پا و چشم و گوش و معده و همه‌ی اینها را گذاشتم که اینها مرتب کار بکنند، آنوقت وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي، از روح خودم در او دمیدم، حال به فرشتگان می‌گوید بر او سجده کنید. این سجده بر روح خداوند است. به کی گفت که سجده کنید؟ فرشتگان یا ملائکه در وجود ما همین اعضاء و قوا هستند. شاعر می‌گوید:

حقّ جان جهان است و جهان جمله بدن

اصناف ملائکه قوای این تن

تمام جهان، کره‌ی زمین، مریخ، شمس، ستاره‌های دیگر همه‌ی اینها را تشبیه کرده به یک تنی که ملائکه، قوا و اعضای آن هستند. حقّ جان این است. خداوند جان این بدن است یعنی جان تمام خلقت. به این معنی که گردش تمام افلاک، تمام اشیاء و اشخاص، با اراده‌ی الهی است. همانطوری که ما

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی صبح شنبه، تاریخ ۱۳۸۸/۴/۱۳ ه. ش. (جلسه خواهران ایمانی)

۲. سوره حجر، آیه ۲۹ و سوره ص، آیه ۷۲.

هر کاری می‌کنیم روح ماست که دستور می‌دهد، جان ماست که دستور می‌دهد، این کار را بکن آن کار را نکن.

خداوند وقتی از روح خودش گفت، روح خودش آن روحی است که همه‌ی جهان را اداره می‌کند. جهان، نه همین کره‌ی زمین، همه‌ی جهانی که می‌بینید و نمی‌بینید، اداره می‌کند. از آن روح وقتی در ما باشد، ملائکه یک جزء کوچکی از آن هستند، ملائکه حتماً باید سجده کنند. برای اینکه بیکار هم نباشیم، خداوند به شیطان هم مثل اینکه گوشه‌ی چشمی نشان داد که او جرأت کند تخلف کند. در اخبار و احادیث هست که شیطان را به‌عنوان ممتحن بزرگ گفته‌اند. شیطان، همه‌ی پیغمبران و همه‌ی امامان را هم امتحان کرده است. بندگان معمولی مثل ما را هم امتحان می‌کند. او از طرف خداوند مأمور به امتحان است؛ ممتحن بزرگ. شیطان را ممتحن کرده که ما همواره بدانیم یکی مراقب ما هست که ما را اذیت کند و مراقب خودمان باشیم. برای این، خداوند به بشر در بین همه‌ی موجودات خیلی محبت کرده. البته مسئولیت سنگینی هم بر دوش او گذاشته است. نگاه کنید که چگونه حیوانات راحت می‌آیند می‌خورند و می‌خوابند و می‌روند و زندگی‌شان تمام می‌شود ولی یک بشر چقدر زحمت می‌کشد و این زحمت فقط هم برای خوراکش نیست، برای انواع چیزها، برای تمام مسائل دیگر بشر است. خداوند می‌گوید: **وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ**^۱، بعد از آنکه خلقت‌ها را فرموده، می‌گوید بنی آدم را ما بزرگی دادیم یعنی به او احترام گذاشتیم. به او کرم کردیم که می‌خواهد همیشه یاد ما باشد، یادمان نرود که باید نفس بکشیم. خودبه‌خود نفس می‌آید و می‌رود ولی ما نباید یادمان برود. به این ذکر گفته‌اند یعنی در لحظاتی آن جنبه‌ی تمرد که یک مقدارش در وجود شیطان است، شیطان وادارش می‌کند به تمرد و انسان باید فکر کند، استدلال کند و تمرد نکند. سایر موجودات، چه جانداران و چه غیره، تمردی ندارند. همانطوری که خداوند گفته، رفتار می‌کنند. ماه و خورشید و ستاره‌ها و اینها همه گردش مشخصی دارند. آنقدر مشخص است که ما بشر فهمیدیم، کشف کردیم که خورشید مثلاً در سیصد و شصت و پنج روز و چند ساعت یک دور می‌گردد. اینقدر منظم است. خود خداوند هم فرمود: وقتی که من زمین و آسمان‌ها خلاصه همه‌ی موجودات دیگر را آفریدم، از آنها پرسیدم که اطاعت می‌کنید؟ **قَالُوا أَتَيْنَا طَائِعِينَ**^۲ یعنی هم زمین و هم آسمان‌ها گفتند: ما با کمال اطاعت آمدیم ولی در مورد انسان، خداوند آدم را مختار کرد، بعد خداوند می‌فرماید: **وَلَوْ نَجِدْ لَهُ عَزْماً**^۳، ما آدم را چنین موجودی ندیدیم که موجود خیلی استواری، با همت و عزم باشد. شاید هم خودش آفریده و بعد می‌گوید: **وَلَوْ نَجِدْ لَهُ عَزْماً**.

۱. سوره اسراء، آیه ۷۰.

۲. سوره فصلت، آیه ۱۱.

۳. سوره طه، آیه ۱۱۵.

شاید به همین جهت بود که خطای آدم را بخشید. البتّه چون آدم خودش تضرّع کرد. امّا شیطان همانطور گردنش را بالا گرفت و چیزی نگفت. خدا هم نبخشیدش و گفت برو و به او فرصت داد.

وقتی اینها را بدانیم، در ذکر که یاد خدا باشد همه‌ی اینها با هم به یاد ما می‌آید. به قول روانکاوها این چیزها که در خاطرات ما هست، این اطلاعات که در لاشعور ما یا شعور مخفی ما هست، به محض اینکه یک گوشه‌اش یادمان بیاید همه‌ی اینها خودبه‌خود به یاد ما می‌آید و این نتیجه، محتاج به زبان نیست. البتّه نه اینکه نباید به زبان گفت، نه! محتاج به زبان نیست ولی هم ذکر زبانی را تقویت می‌کند و هم ذکر زبانی این فکر را تقویت می‌کند. بنابراین ذکر یعنی یاد خدا که ما احیاناً فراموش کردیم. اگر یک لحظه فراموش کردیم نفس بکشیم، دومرتبه که بخواهیم نفس بکشیم این برای ما مثل ذکر است. آیه‌ی قرآن دارد که اگر فراموش کردید، دوباره یاد خدا بکن، *وَادْكُرْ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتَ*^۱. اگر شما یک لحظه یادتان رفت نفس بکشید همان اول خفه نمی‌شوید، اول یک خرده تشنج پیدا می‌کنید و بعد کم‌کم اگر نفس کشیدید به حال اولیه برمی‌گردید. می‌فرماید: اگر فراموش کردید بعد که به یاد خدا آمدید توبه کنید و از خدا استغفار کنید یعنی بگویید: خدایا ببخش. این بدن هم همینطور. وقتی که یادت رفت نفس بکشی دکتر که آمد به دستور دکتر رفتار کن.

این معنایی است که ما از ذکر معمولاً در نظر داریم. آنوقت این هم ذکر لسانی می‌شود، هم ذکر قلبی. ذکر لسانی با زبان است، ذکر قلبی با قلب. معانی دیگری هم در قرآن از ذکر شده چنانکه یکی از نام‌های خود قرآن، ذکر است ولی آن ذکر که در عرف عامه است این است. ذکر قلبی چنان است که بدون اینکه به زبان بگوییم باید خودمان متوجّه بشویم. ذکر لسانی را به زبان می‌گوییم. برای چه؟ برای اینکه معنای آن یادمان بیاید. وقتی می‌گوییم: *لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ* معنی آن را می‌دانستیم ولی وقتی که اینطوری گفتیم، تأکید می‌شود که هیچ حرکتی، هیچ تحوّلی نیست، جز از جانب خداوند. اثر از این حرف زبانی نیست، اثر از آن معنایی است که ما در نظر داریم. بنابراین اگر معنای آن را ندانیم آن اثر را شاید نداشته باشد. متأسّفانه اوضاع چنان شده که سطح معنویت و سطح ارزش‌ها را خیلی پایین آورده‌اند. مثلاً به من می‌گویند به من ذکری بدهید که کاسبی من روبراه بشود. گفتم یک مغازه ذکرفروشی پیدا کن برو از آنجا بخر. آخر ذکر که آب‌نبات و شکلات و این چیزها نیست.

نماز هم گذشته از اینکه برای ذکر است یک اسمش ذکر است. اول مکالمه‌ای که خداوند با موسی علیه السلام فرمود (چون موسی کلیم‌الله بود با خدا هم‌صحبت می‌شد) فرمود: *وَأَقِم*

الصَّلَاةَ لِذِكْرِي^۱، نماز را بر پای دار برای ذکر من و یا می فرماید: *وَاصْطَنَعْتُكَ لِنَفْسِي^۲*، تو را برگزیدم برای ذکر من، یاد من. خدا از این ذکری که ما می گوییم، بهره نمی برد ولی ما بهره می بریم. خداوند می خواهد ما باشیم. زنده باشیم، می گوید نَفَسَ يَادَتِ نَرُود. درباره ی ذکر همینطور است. ان شاء الله همه ی ما زنده باشیم.

۱. سوره طه، آیه ۱۴.

۲. سوره طه، آیه ۴۱.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

ذکر و فکری که فرمودند برای این است که اولاً همیشه به یاد خدا باشیم و یادمان باشد که «ما ز بالاییم و بالا می‌رویم» البته هنوز به بالا نرفته‌ایم ولی بالاخره به بالا می‌رویم و بعد هم بتوانیم تمرکز فکر پیدا کنیم، هم خود ذکر را باید با تمرکز فکر انجام داد و هم ذکر برای این است که تمرکز فکر را پیدا کنیم؛ بنابراین به هر اندازه که خدا قسمت کرد و توانستیم حواس خود را جمع کنیم و با تمرکز فکر، ذکر خود را بگوییم، باید خوشحال باشیم ولی درصدد پیشرفت باشیم.

این مسائل معنوی (به اصطلاح ذکر و فکر و تمرکز فکری و غیره) حد ندارد که بگوییم دیگر الان تمرکز پیدا کرده‌ایم، نه، باز هم باید تلاش بیشتر کرد، توقف در آن غلط است، باید حرکت کرد و بیشتر جلو رفت، این است که اگر می‌گویید تمرکز ما کم است، همان مقدار هم که هست ان شاء الله در مسیر سلوک است، ما وظیفه داریم در این مسیر کوشش کنیم تا بیشتر شود، حالا شد یا نشد آن دیگر زیاد به کوشش ما بستگی ندارد:

گر چه وصالش نه به کوشش دهند

در طلبش هر چه توانی بکوش

چیزی که بیشتر موجب حواس پرتی ما می‌شود، مسائل زندگی و مادی است، به خصوص این مسأله برای خانم‌ها بیشتر است چون بار مسئولیت داخل خانواده از قبیل تربیت فرزندان و تحمّل ناراحتی‌های خانوادگی و ایجاد آرامش در خانواده بیشتر بر عهده‌ی آنهاست، لذا به همان اندازه که کوشش می‌کنند، عبادت محسوب می‌شود.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

ذکری که در این مسیر به سالک می‌دهند، اولاً مثل یک ورزش است، باید ورزش کرد که حواس، متوجه خداوند شود و ثانیاً مثل فریاد آن مورچه‌ای است که گم شده است و اگر فریاد بزند من گم شده‌ام، صدای او به گوش شبانش می‌رسد. البته خداوند همه‌ی صداها را می‌شنود، اگر ناله کنید یا فریاد بزنید، خداوند همه را می‌شنود؛ ذکر به منزله‌ی فریادی است که می‌گویید من اینجا هستم، دست من را بگیرید و من را ببرید، به این جهت ذکر به سالک داده می‌شود و یا مثل این موبایل‌هاست که الان در دسترس همه است. در بعضی موبایل‌ها وقتی نام مخاطب را می‌گویید، خودش شماره را می‌گیرد. اگر نام دیگری را بگویید که طرف شما نیست، نمی‌تواند آن را بگیرد، چون برای آن نام تنظیم شده؛ مثلاً اگر برای نام «حسن آقا» تنظیم شده ولی شما بگویید «حسن» یا «آقا حسن» باز نمی‌شود ولی اگر بگویید «حسن آقا» جواب می‌دهد و شماره می‌گیرد. این رمزی بین خود شما و موبایلی است که رمز را به آن داده‌اید، ذکری هم که داده‌اند، همینطور است. فرض بفرمایید کسی در راه گم شده و علت گم شدن او هم این است که به خدا خیلی رجاء دارد و می‌گوید: خدا همه‌ی گناهان را می‌بخشد، پس من همه نوع گناه می‌کنم؛ کلیدی که به این شخص می‌دهند، باید بگوید: «یا غَفَّار»، این رمز بین او و خداست یعنی اگر من خطا کردم می‌بخشی؛ البته نه اینکه اگر این شخص بجای «یا غَفَّار» بگوید «یا رحمان»، خدا جواب نمی‌دهد، نه! ولی این دواى درد او نمی‌شود، خدا می‌گوید: چه می‌گویی؟ و سیم ارتباط قطع می‌شود ولی اگر ذکر خود را بگویند اثر دارد. مقصود از اینکه گفته‌اند ذکر شما همان ذکر گفته شده به شما است، نه اینکه سایر اذکار، الهی نیست؛ سایر اذکار الهی هم اسماء و صفات خداوند است اما این ذکر، ذکری است که باید مداوم بگویید. هَمِينَ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، چندین ذکر در آن دارد: الله، رَبِّ الْعَالَمِينَ، اینها همه ذکر است، منتها به دلیلی که گفته شد ذکری را باید همیشه بگویید که به شما داده‌اند.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

ما در فاتحه‌الاولیاء می‌گوییم: ذکر دوام و فکر مدام. یکی از انواع ذکر، ذکر زبانی است؛ یعنی با زبان می‌گویید: «یا الله»، «یا الله» و دیگری ذکر قلبی است، که ما فقراً ذکر قلبی داریم. ذکر قلبی همان ذکر زبانی بوده که با زبان دل است. دل که زبان ندارد ولی ما فرض می‌کنیم که دل زبانی دارد و این حرف را می‌زند. بنابراین، با این زبان نمی‌گوییم ولی فکر ما می‌شنود که دل ما مشغول گفتن ذکر است. به تدریج که ادامه بدهیم، گوش ما هم این ذکر را می‌شنود. ذکر دوام یعنی همیشه ذکر بگویید. منتها همیشه ذکر گفتن، با ذکر زبانی که نمی‌شود، با ذکر قلبی میسر است. ذکر زبانی مقطعی است یعنی وقتی می‌گویید: الله اکبر، یک الله اکبر گفتید، تمام می‌شود، قطع می‌شود؛ یک الله اکبر دیگر می‌گویید. اما فکر معمولی هم که ما می‌گوییم، فکر مقطعی نیست، شما همینطور فکر می‌کنید و قطع نمی‌شود. این است که برای فکر می‌گویند: فکر مدام. برای اینکه اختیار رشته‌ی فکر از دست ما خارج نشود؛ کاری می‌کنیم که فکر نرود به دنیای خارج یا زندگی روزمره یا هر چیزی که ربطی به معنویت ندارد.

در مورد فکر، خیلی‌ها ممکن است ذکر بگویند ولی معنی ذکر را ندانند. این است که من توصیه می‌کنم اگر ذکر زبانی هم می‌گویید، معنی آن را بدانید. البته ذکر قلبی هم معنایی دارد و آن معنا را باید بدانیم. توجه در آن معنا و فکر کردن در آن فکر می‌شود، نقش اولیه‌ی فکر. این قدم اول است، به تدریج که ان شاء الله در سلوک پیش رفتید ممکن است نحوه‌ی دیگری هم از فکر به شما گفته شود که در آن صورت صریحاً می‌گویند: فکر این است ولی تا نگفته‌اند برای اینکه بدانید فکر چیست، فکر همین است. این سؤالی بود که خیلی وقت‌ها مطرح می‌شود.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ.^۱

چرا به این ذکر، ذکر قلبی می‌گویند؟ ذکر لسانی چیست؟ برای این می‌گویند ذکر لسانی که فقط زبان می‌گوید، البته گاهی اگر فرد حوصله داشته باشد، گوش هم می‌شنود ولی در ذکر قلبی تمام وجود ذکر می‌گوید، برای اینکه ذکر قلبی همه‌ی حواس را به سمت خودش جمع می‌کند، تمرکزی ایجاد می‌کند که در آن تمرکز، غریبه‌ای را راه نمی‌دهد. فقط آن نام، آن ذکر که به او داده شده، فقط آن را راه می‌دهد. این است که تمام وجودش متوجه ذکر می‌شود. اگر در این حالت پیشرفت کند هیچ چیز دیگری به او اثر نخواهد کرد یعنی همه‌ی این گرفتاری‌های دنیا برایش بی‌اثر می‌شود. اصلاً حواسش به آن‌ها نیست. چون اگر انسان بتواند حواسش را از بعضی مشکلات منحرف کند و متوجه مطلب دیگری بکند، به خصوص اگر متوجه ذکر نماید، فکر هم آماده‌تر می‌شود که راه حل پیدا بکند.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ.^۲

بعضی فکرها خاص است، بعضی هم فکر است راجع به معنی ذکر. بطور مثال، ذکر مثل ملاقه‌ای است که در ایام مخصوص دیگ‌های بزرگ آش یا حلیم را با آن هم می‌زنند، فکر هم به منزله‌ی آن غذاست.

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی، تاریخ ۱۳۸۰/۲/۲ ه. ش.
۲. برگرفته از گفتارهای عرفانی، تاریخ ۱۳۸۷/۹/۲ ه. ش.

حضرت آقای سلطان‌علیشاه در کتاب *بشارة المؤمنین و همچنین مجمع السعادات* شرح مفصّلی راجع به معنای فکر و ذکر گفته‌اند. در هنگام فکر آنچه به خاطر ما می‌رسد خیلی روشن و بدیهی است و محتاج به تعریفی نیست. فکر ما مثل مسافرت‌هایی است که باید برویم یا رفته‌ایم و مشکلاتی که ممکن است پیش آمده و رفع شده باشد و همه‌ی اینها، در اینجا فکر با تخیل همکاری می‌کند؛ مثلاً فکر می‌کنید که برای گردش و تماشای پاریس بروید. بعد در این فکر که دارید می‌گویید به جنگل فلان برای گردش می‌رویم و اگر رفتیم کنار آن دریاچه می‌نشینیم و یک بستنی می‌خوریم، اینجا تخیل به کار می‌آید. خیال و فکر گاهی با هم است گاهی پشت سر هم. فکر و شروع فکر، با اراده است مثلاً فکر می‌کنید در مورد این مسافرت آنچه لازم دارید می‌نویسید و آن را فراهم می‌کنید. اما تخیل به اختیار انسان نیست. از همه طرف تخیل می‌آید. گاهی اوقات تخیل همراه و همسفر فکر شماست که به فکر هم کمک می‌کند. گاهی اوقات با آن همراه نیست و جلوی فکر را می‌گیرد. برای اینکه فکر یا تخیل یا هر دو متفرّق نشود و زیاد از اختیار ما خارج نشود، بدن را وادار به کارهایی می‌کنند که حواس به آن طرف برود. خود حرکات نماز، اگر سعی کنید که نماز شما حقیقی باشد و ضمن آن حرکات دعا و آیاتی را می‌خوانید، این حرکات برای این است که فکر شما به جاهای دیگر منحرف نشود چنانکه اگر همان عباراتی را که در نماز می‌گویید، بنشینید بدون اینکه حرکتی کنید بگویید، فکر شما متفرّق شده همه جا می‌رود ولی اینطوری گفته‌اند که باید مشغول شوید که حواس این طرف و آن طرف نرود. مثلاً گوش که به اختیار خود ما نیست که چه بشنویم، صدا می‌آید و نمی‌شود جلوی صدا را گرفت. چشم هم به اختیار ما نیست که چه ببینیم و چه نبینیم ولی می‌توانیم آن را اینطور به اختیار بگیریم که چشم را هم بگذاریم که ببینیم یا به این طرف نگاه کنیم که آن طرف را نبینیم و یا بالعکس. زبان برای اینکه در اختیار قرار بگیرد تمرینی دارد. خیلی اوقات حرف‌هایی می‌زنید و کارهایی می‌کنید که قبلاً نمی‌دانستید حرف یا کلام شما را به همان مسیر می‌کشاند ولی برای اینکه مسیری که شما را می‌کشاند خارج از مصلحت الهی نباشد، به زبان گفته‌اند مشغول باشد. به چه مشغول باشد؟ به یاد خدا، به ذکر خدا. وقتی فلان ذکر را می‌گویید، درست است زبان شما کار می‌کند ولی یاد او می‌کنید. زبان را به این طریق افسار کرده‌اند.

و اما در مورد فکر و تخیل، آنها را خیلی نمی‌شود افسار کرد؛ لذا گفته‌اند فکر باید در همان مسیر ذکر باشد. البته در طیّ سلوک، بعضی‌ها ذکر و فکرشان عوض می‌شود. چیز دیگری می‌شود. برای اینکه هم زبان عادت کند و هم فکرشان به جهات دیگری از خداوند فکر کند. بنابراین در مورد همه‌ی درویش‌ها فکر این است که در همان مسیر برود که ذکر می‌گویند، تا تخیل هم به آن مربوط شود. مثلاً

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی، تاریخ ۱۳۸۷/۹/۱۰ ه. ش.

یکی ذکر «یا رزاق» می‌گوید؛ رزاق یعنی روزی‌دهنده. همینطور که «یا رزاق» را می‌گوید در فکر خودش هر مرتبه به آن کسی که روزی می‌دهد فکر می‌کند و پیش خود می‌گوید غذا که می‌گیرم از بیرون و بازار است. آن را می‌پزم و می‌خورم. همان کسی که من از او جنس می‌خرم و غذا درست می‌کنم، او از کجا غذا می‌خورد؟ و آن یکی، و آن یکی.... فکر می‌کند. خداوند در ضمن صفت رزاق خود می‌خواسته همه‌ی شما را به هم نزدیک کند. به این طریق فکر شما کم‌کم به تمام صفات الهی توجّه می‌کند. درباره‌ی ذکر دوام و فکر مدام؛ ذکر عددی است و به اصطلاح گردو شمار است یعنی وقتی می‌گویید «یا رزاق»، یکی «یا رزاق»، دو تا «یا رزاق»، سه تا، عدد دارد ولی فکر عدد ندارد. مثل دریاست. همه به هم وصل است. این است که می‌گویند ذکر دوام یعنی همیشه آن ذکر را بگوید و فکر مدام یعنی مدام در آن مورد فکر کنید.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

خیلی از فقراء، (البته فقراى قدیمی نه) به اینکه فرموده‌اند ذکر تان را به کسی نگوید توجّه ندارند و به اهمّیت این مسأله پی نبرده‌اند. البته وقتی خود گفتن ذکر به دیگری صحیح نیست، مسلماً پرسیدن از ذکر کسی هم صحیح نیست. اگر کسی پرسید ذکر ت چیست، او فقط باید بگوید: به تو چه! جوابش فقط این است. خیلی‌ها به اهمّیت این امر توجّه ندارند و بالطبع به اهمّیت این موضوع که نبات تشرف را فقط به درویش می‌شود داد و خوراند. البته قدری هم به این دلیل است که خودشان تشرف و فقر را آنقدر مهم نمی‌دانند و حال آنکه باید در درجه‌ی اوّل اهمّیت باشد.

در مورد ذکر و گفتن و نگفتنش، خود فقرا و مشرفین باید توجّه کنند و در این زمینه کوتاهی نکنند. شاید بعضی افراد در ذهن خودشان این گناه را بیندازند به گردن آن بزرگی که دستشان را گرفته، چه شیخ، چه قطب. نمی‌دانم، شاید هم بعضی وقت‌ها حق داشته باشند. اگر اینگونه باشد قصور از مشایخ است، البته قصور است برای اینکه باید تذکر بدهند، تقصیر آنها نیست، تقصیر از جانب خود آن فرد است. بعضی‌ها هم که این ایراد را بر ما می‌گیرند، مانعی ندارد خود این ایراد را بشنوید و دم فرو بندید. خودش هم یکی از امتحانات و هم از مراحل سلوک است. بنابراین اهمّیت ندهید به اینکه بر ما ایراد می‌گیرند یا انتقاد می‌کنند که ذکر چیست که نباید به دیگران گفت. بعد هم شاید وقتی می‌بینید به صورت ظاهر می‌توانید ذکر را بگویید یا نگوید، بدانید این همان وسوسه‌ای است که طبق آیه‌ی قرآن که می‌فرماید: قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ^۲، مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ^۳، خناس در دل‌های مردم وسوسه می‌کند. همین وسوسه است. گفته‌اند آن را به کسی نگوید، از کسی هم نپرسید، یک کسی امانتی به شما داده، تُوذُوا الْأَمَانَاتِ إِلَى أَهْلِهَا^۴، امانات را به اهلش برسانید یعنی امانت را باید حفظ کرد، اگر نمی‌خواهید، نباید بیایید این امانت را بگیرید. وقتی این امانت را گرفتید، ولو یک ورق کاغذ بود، این ورق کاغذ را من به شما می‌دهم به خودم برگردانید. دیگر اینکه چه ارزشی دارد یا ندارد، آن را صاحبش می‌داند یعنی آن کسی که داده. آنها هم که تخلف کرده‌اند، از این تخلف آنها دشمنان استفاده کرده و می‌کنند و خواهند کرد. اگر خدای نکرده چنین تخلفی باشد، خود این تخلف یک ضررش است و ضرر دیگرش هم آن گمراهی است که ممکن است بعضی‌ها در اثر آن پیدا کنند که گناهش بر گردن این شخص است ولی خداوندی که می‌فرماید: إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا^۵، وقتی او متوجّه شد او را می‌بخشد یعنی فکر کند که بعد از این، دیگر چنین نخواهم کرد. البته یک سیاهی، یک لکه، بر دل می‌افتد، آن لکه را باید با ادامه‌ی توجّه به همان ذکر حل کرد.

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی، تاریخ ۱۳۸۹/۵/۲۳ ه. ش. (جلسه برادران ایمانی)

۲. سوره ناس، آیه ۱.

۳. سوره ناس، آیات ۴-۵.

۴. سوره نساء، آیه ۵۸.

۵. سوره زمر، آیه ۵۳.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

در مسائل معنوی، گفته‌اند ذکر را به هیچکس نگویند. البتّه استنباط‌های مختلف از این دستور می‌شود. بعضی‌ها این توجّه را ندارند. مثلاً من خیلی وقت پیش از یکی از فقرا یکی دو بار پرسیدم: ذکر چیست؟ او من مینی کرد و گفت آخر به من گفته‌اند به هیچکس نگو. راست هم می‌گفت. در دل، تحسینش کردم ولی به او حالی کردم که اینکه گفته‌اند نگو، جریانش اینطور است. بالعکس، چند روز پیش یکی گفته بود: ذکر را فراموش کرده‌ام. البتّه یک شخص طبیعی، وّلاً ممکن است انسان بیماری داشته باشد. حتّی خود من، گاهی شده، چیزهای لازمی را فراموش کرده‌ام. برای مثال یادم رفته که ناهار خوردم یا نه؟ گاهی چنین چیزهایی اتفاق می‌افتد. شاید هم، این فراموشی مفید است، از این نظر که به شخص حالی می‌کند که این تو نیستی که می‌فهمی و حساب می‌کنی. هر لحظه، یک قدرتی را خداوند به تو می‌دهد که این کار را بکنی و اگر یک لحظه این قدرت را ندهد، نمی‌توانی آن کار را بکنی. به هر جهت، گاهی فراموش می‌کنیم. البتّه در مورد بعضی‌ها (آن، بسته به تشخیص است) ممکن است کسالتی، واقعه‌ای، حادث شده باشد که او ذکرش را از یاد برده است یا از اول، طرز توّسل به این ذکر را درست متوجّه نشده است. یکی، دو بار هم شده که به کسانی گفتم که شما لایق آن ذکر نبودید که یادتان رفته است. بنابراین باید منتظر بمانی، اگر لیاقت پیدا کردی، دومرتبه یادت خواهد آمد. اگر نه، یادت نخواهد آمد.

البتّه خود ذکر، همانطور که گفتم، محرمانه نیست، همه‌ی شما قرآن می‌خوانید، دعاها را می‌خوانید، می‌بینید که ذکر خداوند هم بطور اعمّ و هم ذکری که دارید بطور اخص در آن هست ولی این مثل عصای ذیقیمتی است که به شما می‌دهند. البتّه وقتی نشسته‌اید، به آن عصا کاری ندارید. آن عصا با چوبدستی‌هایی که چوپان‌ها دارند، با عصایی که یکی دیگر دارد، فرقی ندارد ولی وقتی راه می‌روید، می‌بینید چقدر این عصا به دردتان می‌خورد. این عصا را اگر به دیگری بدهید می‌بینید، یا او قدّش، بلندتر از این است، یا کوتاه‌تر است. به هر جهت، این عصا به او نمی‌خورد و با راه رفتن هم عصا و هم پایش به تدریج از بین می‌رود. البتّه خداوند در همه حال اگر از خطا توبه کنند، معذرت بخواهند، آن خطا را می‌بخشد ولی عصایی که شکست، اگر هم بازخواست نکند که چرا شکستی؟ دیگر آن عصا، برایش عصا نمی‌شود. مگر اینکه، همان کسی که عصا را داده. عصا را بچسباند. این است که در مورد ذکر، خیلی دقّت کنید.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

ما معمولاً دعاها یا اوراد معمولی را چون مفصل است، طوری می‌خوانیم که مثل شاگرد مدرسه‌ای است که می‌خواهد شعری را حفظ کند و به معلم پس بدهد. توجه به معنا نمی‌کنیم و اینکه می‌گوییم مثل شاگرد مدرسه‌ای چون خودم شاگرد مدرسه‌ای بودم و دیدم. البته بعد، شاید معنیش را بفهمیم ولی همان اول نظر به معنیش نداشتیم، نظر این بود که حفظش کنیم. اما ذکر و فکر، در واقع می‌خواهد این نقیصه را جبران کند. ما خودمان همیشه می‌گوییم که وقتی قرآن می‌خوانید، دعا می‌خوانید، نماز می‌خوانید، توجه به معنا هم نکنید که چه دارید می‌گویید؟ بنابراین ذکر را نباید مثل نقل و نبات همینطوری بخورید. هر ذکری که می‌گویید یک کلاس درس است، یک کتاب درس است، در آن دقت کنید. به این طریق اگر باشد، در هر بار ذکری که می‌گویید به یک معنای جدید توجه می‌کنید. قرآن خواندن هم همینطور است. من خودم هر دور که قرآن خواندم، نکات جالب توجه تازه‌ای را استنباط کردم. قرآن را هم می‌گویند ذکر. خود قرآن گفته هذا ذِکْرٌ مُّبَارَكٌ^۲. ما هم می‌گوییم ذکر باید همینطور باشد، نه اینکه همینطوری پشت سرهم بگویید که حفظ شوید، باید به این طریق ذکر بگویید که به ذکر توجه کنید و فکر، تربیت می‌شود یعنی آن قوای تخیل در اختیار شما قرار گیرد. خداوند که بشر را آفریده، بذر عقل (یعنی عقل عرفانی یا عقل شرعی نه عقل معاویه‌ای) عقل علوی‌وار را در این بشر کاشته و تمام قوای این موجودی را که آفریده، مقرر کرده است که باید اگر بخواهند به هدف برسند، در اختیار و مطیع این عقل باشند. ذکر هم باید بر همه چیز مسلط باشد، حتی بر خود انسان مسلط باشد. هر شخص عادی به اصطلاح روانشناسان امروز، یک ناخودآگاه دارد یعنی محتویاتی در ذهنش هست که حتی خودش هم از آنها خبر ندارد و اینها همیشه او را هدایت می‌کنند و حال آنکه ممکن است آن هدایت هم همیشه نادرست نباشد ولی ما می‌خواهیم که تمام قوا، در اختیار آن عقل باشند یعنی در اختیار معنای ذکر باشند نه عبارت. فرض کنید ما می‌گوییم الله، صد بار بگوییم الله، آن کسی که این زبان را نمی‌فهمد، مثلاً در گوشه‌های آفریقا است، اصلاً نمی‌فهمد این کلمه چیست؟ معنایش مورد توجه ماست. اگر به این معنا توجه کنیم، مجال دخالت سایر امیال، سایر خواسته‌هایی که در ذهن ما هست و خودمان هم حتی از آن خبر نداریم، برای آنها پیدا نمی‌شود و تحت سیطره درمی‌آیند. تمام قوایی که در انسان آفریده شده، خداوند آفریده، چون آفریده، مسلماً لازمند. انسان هیچیک از نیروها و خصوصیات را که در او هست، نمی‌تواند حذف کند. میل به دنیا، علاقه‌مندی به غذا، به لباس، اینها در یک حدی لازم است. خدا خودش هم می‌فرماید وَآتَاكُم مِّنْ كُلِّ مَا سَأَلْتُمُوهُ^۳، هر چیزی را که خواستید، از آن به شما دادیم. نه اینکه خواسته‌ی ما، طوری باشد که همانهایی که خدا داده، همانها را بخواهیم. بلکه تمام خواسته‌های دیگر را هم

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی صبح شنبه، تاریخ ۱۳۹۰/۱۱/۸ ه. ش. (جلسه برادران ایمانی)

۲. سوره انبیاء، آیه ۵۰.

۳. سوره ابراهیم، آیه ۳۴.

فراموش کنیم تا کم کم این ذکر جای آنها را بگیرد. اگر این ذکر را به این طریق گفتیم و آن تمرکز ایجاد شد، هر حالی که بر انسان عارض شود، یکی از مراحل سلوک است. البته مراحل سلوک که می‌گوییم نه اینکه مثلاً یکی بگوید دلم می‌خواهد فلان ماشین را داشته باشم، پول ندارم، برود بدزدد. نه! تمامی آن امیالی که صحیح است و در ما ایجاد می‌شود، اشکال ندارد. این است که تعادل بین این قوا، بین دنیا و آخرت، لفظ و معنا برای انسان واجب است، از وظایف اولیّه‌ی انسان است. شما می‌توانید در مورد معنای نماز یک ساعت فرض کنید، حرف بزنید ولی حق ندارید آن حرف‌ها را به جای نماز خواندن بدانید. نماز را باید با همان شکل، با همان عبارات که دستور داده شده، بخوانید و به معنا توجه کنید. در این صورت، از هیچ چیزی هم باک نداشته باشید. از شیاطین جنّ و انس یعنی شیاطینی که دیده می‌شود و دیده نمی‌شود، از آنها باک نداشته باشید. شیاطین هم انسان را رها نمی‌کنند، همیشه هم هستند، باید منتظر آنها باشید یعنی منتظر وسوسه‌ها، منتظر اینها باشید. خودتان این فکر را، چه آنوقت، چه قبل و بعد بکنید، آنوقت بر خودتان مسلط می‌شوید.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

در مورد ذکر و فکر، سؤالات زیادی از طرق مختلف می‌شود. البته راجع به اصل آن، چون اختصاصی است، نمی‌شود زیاد صحبت کرد و چیزی نوشت. در عرفان اصطلاحی هست که می‌گویند عالم صغیر و عالم کبیر. این جسم انسان یا روح او با هم عالم صغیر هستند. این اصطلاح هم برگرفته از شعری منسوب به حضرت علی است که به صورت خطاب می‌فرماید: آیا فکر می‌کنی تو یک موجود جسمانی کوچکی هستی؟ و حال آنکه مجموعه‌ی جهان در تو نهفته است.

أَتَزَعَمُ أَنَّكَ جِرْمٌ صَغِيرٌ

وَ فِيكَ أَنْطَوَى الْعَالَمُ الْأَكْبَرُ

البته این حرف را می‌شود اینگونه معنی کرد که تو عالم کبیری و این جهان عالم صغیر یعنی مجموعه‌ی این جهان در تو هست یا بالعکس، به هر جهت فرقی نمی‌کند. این جسم انسانی با همین کوچکی آن نسبت به جهان، لااقل نقش کلّ جهان در آن مستتر است. چطور؟ مثلاً اگر یکی گفت خواب دیدم که دارم پرواز می‌کنم، می‌توانید بگویید بیخود می‌گویی؟ انسان که پرواز نمی‌کند نه! تمام افکار، خیالات، ایده‌ها، در مغز انسان جا دارد. البته بعضی‌ها می‌گویند اگر از لحاظ جسمی بخواهیم معین کنیم، جای این افکار مغز است. مغز به این کوچکی، تمام این جهان را در خودش دارد. این داستان‌های سحر و جادو و جادوگران دوران قدیم را بخوانید. چیزهای عجیب و غریبی در آنها آمده ولی بعضی از آنها را می‌بینید که در عالم ظاهر شده. همین برق مثلاً، برق یک روشنی است ما نمی‌دانیم که از کجا و چطوری فراهم شده ولی از قدیم در افسانه‌ها می‌خواندید که کسی بدون اینکه چراغ روشن کند، شب می‌دید یا می‌توانست بدون چراغ ببیند. اینکه می‌گفتند در دست ساحر چیزی بود. ممکن بود همین چراغ‌قوه دست او باشد به هر جهت بسیاری از این چیزها ظاهر شده. بدین ترتیب کم‌کم بشر می‌بیند که آنچه در طبیعت هست، در وجود خودش هم هست. بسیاری از این چیزها را دیدیم. یادم می‌آید در یک سخنرانی، استادی که رفته بود هندوستان و برگشته بود، درباره‌ی آنجا سخن گفت. من در آخر پرسیدم پس بنابراین به عقیده‌ی شما همه‌ی اینهایی که درباره‌اش صحبت‌هایی می‌کنند و خاطراتی از مرتاضین و اینها می‌گویند، صحیح هست؟ گفت من قبل از اینکه ببینم می‌گفتم محال است، دروغ است ولی حالا هر چه ببینم می‌گویم ممکن است بعید نیست، هر چه هم بگویند می‌گویم ممکن است بعید نیست. یکی از این کارهای ظاهراً عجیب، حبس نفس است که کسی را مثلاً در قبر زنده دفن می‌کردند بعد از مدتی در می‌آوردند، زنده می‌شد. در این باره داستان حضرت نورعلیشاه اول با فتحعلی‌شاه که در کتاب طریق هم هست نقل شده که فتحعلی‌شاه به یکی از مریدان خاصّ نورعلیشاه گفت که بر نورعلیشاه لعنت کن که او نکرد بنابراین پادشاه گفت دست و پای او را ببندید در استخر بیندازید، دست و پای او را بستند و

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی صبح چهارشنبه، تاریخ ۱۳۹۱/۱/۹ ه. ش.

در استخر انداختند. بعد از مدتی مثلاً چند دقیقه یا شاید چند ساعت که گذشت یادش آمد گفت او را درآورد جنازه را که در آوردند، آن غریق یک نفسی کشید و بلند شد نشست. گفت من ریاضت حبس نفس داشتم. الان شما خودتان هم می‌توانید امتحان کنید البته با معده‌ی خالی یا سبک و فکر به اصطلاح روشنی که هیچ چیزی او را مشغول نکرده باشد. یک مدتی می‌توانید حبس نفس را هر روز اضافه کنید از لحاظ طبی هم علمای اخیر گفته‌اند مانعی ندارد همانطوری که در زنده بودن، تنفس می‌شود هم سریع باشد هم کند، البته حبس نفس برای ما هدف نیست، ممکن بود به درویشی ریاضت حبس نفس بدهند. همانطوری که ممکن است ریاضت روزه بدهند، ریاضت چله بدهند و امثال اینها. حبس نفس وسیله است، منتها ما شرقی‌ها در حرف‌های خودمان این را مسأله‌ای عادی می‌گیریم و می‌گوییم چیزی نیست رد می‌شویم ولی محققین که بررسی می‌کنند جلب توجه آنها می‌کند که این چطور می‌شود؟ این است که ما از خودمان درک نمی‌کنیم از چیزهای دیگران که نوشتند درک می‌کنیم.

این تمرین حبس، این قبیل تمرینات، ریاضت‌ها، برای این است که تمرکز قوا داشته باشیم. بطور معمولی هر انسانی مجموعه‌ای از افکار در ذهنش دارد. مثلاً دلش می‌خواهد در این هوا گردش برود، دلش می‌خواهد به زیارت برود، دلش می‌خواهد غذای خوبی بخورد. چندین فکر و آرزوی مختلف در ذهن او هست. اینها وقتی زیاد باشد، مزاحم هم می‌شود. به این معنی که من اگر الان میل دارم که یک غذای خوب جلوی من باشد، همانوقت نمی‌توانم دیگر میل و آرزو داشته باشم که بروم مسافرت، بروم گردش، برای اینکه این کار باید تمام بشود تا آن یکی آغاز شود. به هر اندازه‌ای که ما به این ذکر و فکر توجه کنیم، تمرکز به همین درجه پیدا می‌شود. اگر آنطوری که دستور دادند بیشتر اوقات به آن توجه کنیم کم‌کم این تمرکز حواس طبیعی می‌شود، برای ما فطری می‌شود. حالا ممکن است ایراد بگیرند که تمرکز حواس کردیم، چه فایده؟ برو نماز را بخوان، روزهات را بگیر، اینها بهتر است. درست است ولی تمرکز حواس خودش هدف نیست، وسیله است. مثل اینکه فرض کنید در اینجا من تعریف کنم که در حرم حضرت رضا یک چهل چراغی هست که اینطوری است، یک محرابی هست که این خصوصیات را دارد، شما علاقه‌مند می‌شوید که اینها را ببینید تا وقتی که اشتیاق زیارت در شما زیاد شود که بلند می‌شوید می‌روید زیارت. حال اگر از شما پرسند چرا مشهد می‌روید؟ چه می‌گویید؟ آیا می‌گویید می‌خواهم آن چهل چراغ را ببینم؟ نه! می‌گویید می‌روم حرم برای زیارت، وقتی زیارت رفتید آن چهل چراغ را هم می‌بینید. این است که نمی‌شود گفت دیدن آن چهل چراغ برای شما هدف مهمی است. هدف شما بالاتر است دیدن این چهل چراغ هم در آن نهفته است. تمرکز حواس، مثل دیدن این چهل چراغ است. به علاوه هر چه تمرکز حواس بیشتر حاصل بشود، بیشتر توجه می‌کنید و باز دومرتبه تمرکز شما زیادتر می‌شود. این است که ذکر و فکر با هم است. اما ممکن است مثل خیلی کلاس‌هایی که هست کلاسی هم باشد که به شما تمرکز حواس یاد بدهد ولی شما روی چه تمرکز می‌کنید؟ تمرکز یعنی یک فکری،

یک ایده‌ای، تمام وجود غیر بدنی انسانی را در برگیرد. روی چه تمرکز می‌کنید؟ مثلاً مدیتیشن^۱ که کسی از من درباره‌اش پرسید. گفتم کاری معمولی است، من آن را منع نمی‌کنم ولی این جزء کارهایی است که شما خودتان هم اگر بخواهید می‌توانید بکنید. گفت: پس شما هم مدیتیشن می‌کنید؟ گفتم: تفاوت کار ما با شما این است شما که مدیتیشن می‌کنید، وقتی یاد گرفتید، می‌خواهید به همه نشان دهید. اما ما فقط وقتی مدیتیشن می‌کنیم که می‌خواهیم فکرمان متوجه خداوند باشد یعنی مدیتیشن هدف ما نیست، مدیتیشن برای ما وسیله است و اما روی وجود خداوند تمرکز می‌کنیم. درک وجود خداوند که با خواندن نوشته‌ها و کتاب‌ها کافی نیست، خود قرآن می‌گوید برای اینکه صفات خداوند یا نعمات خداوند همه را بشمارید، اگر دریا جوهر بشود و همه‌ی درختان، قلم دست شما و بخواهید اینها را بنویسید، آن جوهرها تمام می‌شود و اگر هفت دریای دیگر البته در قدیم وقتی هفت تا می‌گفتند یعنی تمام دریا‌های روی زمین هم بیایند به کمک او باز هم تمام می‌شود^۲ یعنی نعمات و صفات خدا به کلام در نمی‌آید. چون به کلام در نمی‌آید، ما یاد او می‌کنیم و به یاد او خوشیم. اما وقتی یاد او می‌کنیم، چه توقع داریم؟ خداوند فرموده: فَادْكُرُونِي اَذْكُرْكُمْ^۳، یاد من بکنید من هم یاد شما کردم و یاد شما می‌کنم. ما می‌خواهیم که هیچ فکر اضافی، فکر غیرارادی، به ذهن ما راه پیدا نکند. الان شما اگر فرض کنید مشکلات زندگی نداشته باشید، تمرکز می‌آورد. در هر لحظه تمام افکار و امیال و آرزوهای شما در مغز شما هست، ظاهر می‌شود و به جای اینکه حل بشود با هم مخلوط می‌شود و سنگین تر می‌شود. وقتی همه‌ی اینها را مربوط به خداوند و از خداوند بدانید، دیگر این نگرانی و ناراحتی را ندارید. در اختیار شما قرار گرفته برای اینکه خود خداوند هم گفته که همه‌ی زمین و زمان را در اختیار شما قرار دادم. این است که ما می‌خواهیم این تمرکز حواس روی وجود خداوند ایجاد بشود نه روی این مشکلاتی که الان دارید و همه‌ی افکار شما روی حل این مشکلات می‌رود، می‌خواهیم از این مشکلات یک خرده کناره بگیریم و مشکل عمده‌ی شما این باشد که چطور یاد خدا بکنید. این تمرکز حواس است. اگر کم‌کم اینطور شد، دیگر محتاج به ارادی بودن هم نیست. همیشه در خاطر شما هست. چطور شما وقتی یک مشکل بزرگی داشته باشید، فرض کنید خدای نکرده پدر، مادر یا همسر شما از دنیا رفته باشند، البته بالاخره فراموشی را خدا برای همین آفریده ولی تا مدتی همیشه یاد اینها می‌کنید. دارید غذا می‌خورید به یاد آنها هستید، دارید صحبت می‌کنید به یاد آنها هستید. در ذکر و فکر تمام آن چیزی که هدف این تمرکز حواس قرار گرفته، در اختیار شماست. البته درجات عالی آن وقتی است که برای همه‌ی انسان‌ها حاصل نمی‌شود مگر برای معصومین شده باشد. پیغمبر فرمود: شَيْطَانِي يَدِيْ عِنْدِي اَعْمَارُ مَتَفَرِّقُ بِهٖ دَسْتِ مِنْ تَسْلِيْمِ شَدَّهٖ، در اختیار من است. هدف ذکر دوام و فکر مدام که می‌گویند همین است. باید به تدریج تمام افکاری که

۱. Meditation . ۱

۲. سوره لقمان، آیه ۲۷.

۳. سوره بقره، آیه ۱۵۲.

دارید زیر بار این فکر بیاید و در اختیار شما قرار بگیرد. البتّه در آن لحظه که می‌گوییم در اختیار شما قرار بگیرد، شما اختیاری ندارید ولی مقدمات آن در اختیار شما است یعنی اختیار شما، اختیار این اختیار به دست خداوند است. به دست همان مرحله‌ای است که مرحله‌ی ذکر دوام و فکر مدام باشد ان شاء الله.

اما اینکه گفته شده در هر نفس دو بار باید شکر خدا گفت، نه اینکه حتماً هر نفس که می‌کشید دو بار بگویید شکر خدا، شکر خدا. اصلاً این شکر خدا باید در وجود شما باشد همانطوری که الان اگر هوا گرم شود هی نمی‌گوید هوا گرم است، هوا گرم است چون هوا در این فضا وجود دارد. باید فضای ذکر هم چنین باشد. در آن فضا باید ذکر وجود داشته باشد و لازم نیست هر مرتبه بگویید الله اکبر. بنابراین وقتی گفتند در هر نفس باید دو شکر بگوییم توجه می‌کنیم که در این نفس معمولی که شما اصلاً فکر نمی‌کنید نفس می‌کشید و در مورد این نفس فکر نمی‌کنید همین نفس در آن واحد دو تا نعمت به شما می‌دهد همین که عمیقاً بدانید مهم است. این خودش شکرگزاری است. چون لازم نیست شکرگزاری یا همه‌ی عبارات آن با زبان باشد. با زبان البتّه باشد، زبان هم اگر اضافه بر معنا باشد، خیلی هم خوب است ولی اصل آن معنا است که در آن هست.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

کسی می‌خواسته برود مکه، یکی از دوستانش به او می‌گوید وقتی می‌روی بین آنجا چند تا ستون دارد؟ او اوّل چند تایی را می‌شمارد و بعد با خود می‌گوید: مگر من مهندسم که من را فرستادند اینجا ستون‌ها را بشمارم؟ هر چه هست باشد. به‌خصوص باید فکر کنیم که: الصَّلَاةُ عَمُودُ الدِّينِ، نماز، ستون دین است، من به این ستون‌ها دیگر احتیاج ندارم. مگر این مسجد، اگر ده تا ستون داشت، از اعتقاد من کم می‌شد؟ یا حالا که هزار تا دارد، اعتقاد زیاد می‌شود؟ آن اعتقاد اصلی و ستون اصلی را باید محکم داشت. البته، نه اینکه اصلاً ظواهر را رعایت نکنیم، نه! ظاهر به‌عنوان مظهر و نشان‌دهنده‌ی واقعیت و باطن است. به این اندازه باید مواظبش باشیم یعنی وقتی ما به زیارت شخصی، چه زنده، چه مُرده‌ای می‌رویم، حواسمان متوجّه به آن باشد. چون هر لحظه ممکن است کسی، اگر لیاقت داشته باشد، در همانجا الهامی به فکرش برسد. این است که شاعر می‌گوید:

ای بی‌خبران غافل از آن ماه نباشید

شاید که نگاهی کند آگاه نباشید

این وحدت یا به‌اصطلاح تمرکز حواس به یک نقطه، به یک چیز، فکر را روشن می‌کند. البته، این تمرکز حواس را، بعضی از این متدهای جدید، مثل مدیتیشن، هیپنوتیزم و امثال اینها دارند ولی آن کاری که آنها می‌کنند، اگر فایده‌ای داشته باشد، ضمن آن مضرّاتی هم دارد. برای اینکه انسان، فکرش، ذهنش، فضای خالی است که باید خودش چیزی در آن بگذارد. ذهن مثل یک انبار خالی است تا وقتی خالی است، صحنه‌ی ورود موش‌ها است. وقتی ما منظمش کردیم و توجّه‌مان را به آن جلب کردیم، آنوقت قابل استفاده هم می‌شود. اگر ما به همین طریقی که اینها گفتند، تمرکز حواسمان را برداریم و به یک خلاً، خالی بودنی، توجّه کنیم، تمام فکر ما با خلاً آشنا می‌شود و اصلاً کاری نمی‌کند ولی فقر و درویشی که ذهن را خالی می‌کند، به‌جای آنچه در فکر هست و آن را می‌گذارد بیرون، نام و یاد خدا را می‌گذارد البته نه اینکه وقتی آن را خالی می‌کند، خالی می‌گذارد و بعد می‌رود از انبان دیگری چیزی بر می‌دارد، به جای این می‌گذارد. همان لحظه‌ای که ذهن را، از تمام آلودگی‌های مادی پاک می‌کند، همان نیرویی که پاک می‌کند، همان نیرو، همانوقت خودش جانشین می‌شود. حکمت ذکر و فکر این است. ذکر برای این است که یاد همه چیز را از ذهن ببریم و یاد خدا را، همان ذکر را جایگزینش کنیم. ان‌شاءالله موفق باشیم و هیچ چیزی ما را از یاد خدا غافل نکند.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

چرا گاهی اوقات توجه به ذکر مشکل است، گاهی اوقات راحت تر است؟ مولوی می گوید: «ذکر و فکر اختیاری دوزخ است»، نه اینکه نباید به اختیار ذکر بگویید، بلکه خودتان را نباید وجودی حس کنید که این منم، این هم خدا، آن بالا ایستاده و ما با هم سلام و علیک می کنیم! این ذکر دوزخ است ولی ذکر بی اختیاری یعنی منی که اینجا ایستادم ناگهان او را می بینم و محو می شوم این مبارک است. البته یک معنای دیگری هم می شود برای آن گفت و آن برای کسانی است که ذکری و فکری نداشتند و بخواهند مراقب باشند چون ترک عادت است، مشکل است. البته آنها هم اگر یک خرده مراقبت کردند و ادامه دادند تبدیل به ناخودآگاه و امری غیرارادی می شود. البته بعضی می گویند مثل این نماز که ما عادت کردیم، ذکر و فکر را هم اگر از روی عادت بگوییم فایده ندارد. نه! این عادت نیست. مگر به نفس کشیدن عادت نکردیم؟ مگر می شود این عادت را ترک کرد؟ این عادت نیست. باید ذکر و فکر مثل نفس کشیدن باشد. این است که از اول هم که شروع به سلوک می کنند با نفس همراه می شود که عادت کنند. بدانند این ذکر مثل نفس است. همانطوری که نفس می کشیم و احساس خستگی و ناراحتی نمی کنیم و تا وقتی اراده‌ی الهی هست نفس خودبه خود می آید و می رود، ذکر و فکر هم باید همینطور باشد. بنابراین وقتی ذکر و فکر مشکل است باید آن را ادامه داد تا انسان را محو کند و خود ذکر و فکر موجودیت انسان را بگیرد. به هر جهت چه ارادی و چه غیرارادی باید به ذکر و فکر خود ادامه بدهید. ان شاء الله.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

نمی‌دانم آیا داستان را در یاد دارید که زنی بدنام آمد خدمت بزرگی که از بغداد رد می‌شد و به او گفت که ذکرِی به من مرحمت کنید که من خوب شوم. شیخ از اینکه آن زن وقت دیگران را هم گرفته بود، گفت: ای فاحشه برو. فاحشه در زبان عربی یعنی کسی که کاری زشت و بد می‌کند ولی کار زشتش به اندازه‌ی گناه نیست، قابل بخشش است. او به احترام حرف شیخ رفت. چند سال بعد، شیخ دوباره که به بغداد رفت، گفتند یک زنی اینجا است که مستجاب‌الدعوه است، هر چه از خدا می‌خواهد انجام می‌شود. شیخ گفت برویم او را ببینیم. وقتی رفت، دید همان زن است. شیخ از او پرسید از کجا به این مقام رسیدی؟ گفت: از همان ذکرِی که به من دادی. او ذکرِی از شیخ خواست و شیخ گفت: ای فاحشه برو و او همین را تکرار کرد.

آن زنی که آمد و از شیخ ذکرِی خواست، اگر زن دیگری هم همراه او بود و می‌خواست شیخ را امتحان کند و می‌گفت به من هم یک ذکرِی بدهید. آیا اگر به او هم همین حرف را می‌گفتند، او نیز این اثر را می‌دید یا نه؟

در این داستان آن کسی که اول آمد نمی‌خواست شیخ را مسخره کند، نمی‌خواست مثل کسی باشد که می‌رود سینما برای تماشا، برای تفریح و گردش بیاید. او دیده بود مرد وارسته و شیخی آمده و حرف‌هایی می‌زند، بنابراین با نیت خیر آمد. این اول شرط تأثیر ذکر است. حال اگر کس دیگری در خیابان رد می‌شد، به او گفتند بزرگی آمده، کسی جلو رفته و دست او را بوسیده و ذکرِی خواسته، او هم می‌رفت و می‌گفت ذکرِی به من بدهید، یا اینکه نگاه کرده، دیده یک زن ذکرِی خواسته و به او چنین حرفی زده‌اند، او هم همان حرف را شروع کرده به گفتن، آیا در او اثر می‌کرد؟ مسلماً نه! اثر نمی‌کرد. پس شرط دیگر تأثیر ذکر هم زمینه‌ی درونی فکر ذاکر است برای ذکرِی که می‌گوید. مثلاً فرض کنید در یک ذکرِی، (ذکر الزاماً همین یک لغت نیست، مثلاً ممکن است بگویند این آیه را بخوانید.) روح شخص از خداوند خیلی ترسیده و اصلاً دارد از شدت گناهان مریض می‌شود. به او می‌گویند هر روز یا هر شب فلان اندازه تکرار کن: «یا رحمان» و «یا رحیم». او محتاج به این است که از این دریچه وارد شود و این چهره‌ی خداوند را ببیند. دیگری که ظلم و ستم به مردم کرده، از خدا که نمی‌ترسد هیچ، از شکنجه و حبس هم نمی‌ترسد. به او یاد می‌دهند که بگوید «یا جبار» و «یا قهار». این جبار و قهار را اگر به او بگویند اثر می‌کند؛ چون نام خدا است ولی اگر ذکر «یا رحمان» و «یا رحیم» را به آن ستمکار بگویند، ممکن است خدا قبول کند ولی او پیش خود می‌گوید عجب خدا رحمان و رحیم است، پس ما کارهای ظالمانه‌ی خود را ادامه می‌دهیم. به تناسب با

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی صبح چهارشنبه، تاریخ ۱۳۸۶/۴/۲۰ ه. ش.

روحیه‌ی او، آن زن که آمد این جمله در او اثر کرد ولی زن دیگری اگر برای تفریح بخواند بیاید، باید به او گفت: «وَمَا هُوَ بِالْهَزْلُ»^۱، مسأله جدی است، شوخی نیست، شوخی نگیر.

پس یک مسأله‌ی دیگر، آمادگی شخص برای قبول ذکر است. بعد هم فرض کنید در آن مجلس یک رمال حقّه‌باز و کلاه‌بردار هم باشد، او می‌بیند ذکر می‌کند که شیخ به آن زن داد، خیلی اثر کرد، می‌رود و می‌گوید من هم ذکر می‌دهم. ذکر را می‌دهد، حال ذاکر بدتر می‌شود. تفاوت این شخص با آن شیخی که ذکر می‌دهد چیست؟ آن شیخ، مجاز بود از ید قبلی و این آقا حقّه‌باز است.

پس مسأله‌ی دیگر اجازه داشتن آن کسی است که ذکر می‌دهد. وقتی ما می‌گوییم «یا الله»، «یا رحیم»، معنایی در ذهن ما ایجاد می‌شود ولی اگر همین لغت را به یک نفر چینی که فارسی نخوانده بگویند، البته اگر باز هم صاحب اجازه‌ای باشد و بگوید، اثر می‌کند ولی اگر خود او بگوید هیچ معنایی در خاطر او نمی‌آید ولی ما وقتی می‌گوییم «یا رحیم»، معنای خداوندِ مهربانی به ذهنمان می‌رسد اما به خاطر او هیچی نمی‌آید.

پس توجّه به معنای ذکر هم از جهات اثر ذکر است. اما حال توجّه به معنا همیشه پیدا نمی‌شود. غالباً آن اوایل یک بار، دو بار یا مدّتی با توجّه به معنا ذکر می‌گوید. بر حسب اشخاص، دیرتر یا زودتر این معنا در ذهن او مستقر می‌شود. دیگر بعد از آنکه می‌گوید یا رحیم، لازم نیست فکر کند. خود ذهن و فکر کار می‌کند و این معنا را به خاطر او می‌آورد.

بنابراین اگر هم بعد از مدّتی توجّه کردید که معنا خیلی در ذهن مستقر نشده، نگران نباشید و عجله نکنید. به یاد بیاورید که در داستان شیخ اگر به زن جمله‌ای فرمودند آن جمله چیزی نبود ولی اطاعت امر شیخ برای زن این موقعیت را آورد. در تمام این عبادات هم که خداوند گفته باید قُرْبَةً إِلَى اللَّهِ گفت. البته ما که در این درجات پایین هستیم، این عبارت را به زبان می‌آوریم، مثلاً می‌گوییم دو رکعت نماز صبح می‌خوانم قُرْبَةً إِلَى اللَّهِ یعنی برای نزدیکی به خداوند. بعضی از عرفا، آنهایی که در درجاتی بالا بودند که ما نمی‌فهمیم، شاید در آن درجاتی بودند که پیغمبر وقتی می‌رفت معراج می‌دیدند، دیگر احتیاج به گفتن به زبان نبود. منظور اینکه در نماز، اصل همان قُرْبَةً إِلَى اللَّهِ است. این قُرْبَةً إِلَى اللَّهِ قدم اول است که برمی‌داریم. می‌گویند راه وصول دو قدم است: قدم اول را تو بردار، قدم دوم هدف می‌آید نزدیک. ما قدم اول را برمی‌داریم. ما این نماز را می‌خوانیم برای قُرْبَةً إِلَى اللَّهِ، برای خاطر تو، برای خاطر نزدیکی به تو. قدم دوم این است که او می‌گوید تو هستی که قُرْبَةً إِلَى اللَّهِ می‌گویی. بدین ترتیب نیت ما، تبدیل به نیت اطاعت می‌شود، ان شاء الله. ما وقتی نماز می‌خوانیم از خدا اجری نمی‌خواهیم ولی فکر می‌کنیم که چون تو گفتی: بکن! می‌کنیم. مولوی در دیوان شمس می‌گوید:

دوش چه خورده‌ای بگو ای بت همچو شکرّم

تا همه عمر بعد از این، روز و شبان از آن خورم

هر چه تو کرده‌ای من هم همان کار را بکنم که شاید مورد محبت تو باشم یا آن داستان دیگر،

البته اینها حواشی است.

وقتی عده‌ای از صحابه رفتند پیش اویس قرنی، او گفت شما می‌گویید از صحابه‌ی خاص پیغمبر هستید. گفتند: بله. گفت: اما این دندان شما که سر جای خود است. او دهان خود را نشان داد که دندانی نداشت. گفت: آن روزی که در جنگ، سنگ زدند و دندان پیغمبر شکست، همان روز دندان من درد گرفت. فهمیدم که این دندان محبوب من است که درد می‌کند. آن را کندم انداختم دور.

مرحله‌ای که از قُرْبَةِ اِلٰی الله بگذرد این است که فقط و فقط امر تو را اطاعت می‌کنم، این مرحله‌ای است که در آن علی علیه السلام این عبارت را عرض کرد: خدایا عبادت تو را می‌کنم نه از ترس جهنم تو و نه به شوق بهشت، بلکه عبادت می‌کنم چون تو را شایسته‌ی عبادت می‌بینم. چون تو را باید عبادت کرد، عبادت می‌کنم.

این درجات بالای ذکر خدا است. اما یاد به معنای عام آن، ما بطور معمول یاد چیزهای زیادی هستیم. بسته به زندگی و درجه‌ی علاقه‌ای که داریم، یاد پدر و مادر، یاد آنهایی که رفته‌اند یا در شهر دیگری هستند، می‌کنیم. اما همیشه که به یاد نیستیم. پدر و مادر رفته‌اند خیلی هم برای آنها متأثر می‌شویم، حالا هم تا یاد آنها می‌افتیم متأثر هستیم ولی در مجلس عروسی و مجلس جشن که هستیم از یاد می‌بریم. اما هیچ وقت شده که نفس کشیدن از یاد شما برود؟ این محتاج یاد کردن و نکردن نیست. البته بگذریم از اینکه در مورد نفس کشیدن هم عده‌ای مثل کسانی که ورزش یوگا می‌کنند می‌گویند می‌خواهند آن را تحت تسلط اراده در بیاورند. او است که به ما وجود می‌دهد. یاد خدا هم این‌طوری است. اصلاً از یاد می‌برید که من، من هستیم؟ خداوند هم اصل وجود است، یاد خدا یعنی تذکر به اینکه خدایی هست که این جان را آفریده است. منتها برای اینکه همیشه در این حال باشیم ذکر قلبی را دستور داده‌اند، چون حیات‌دهنده به زندگی فعلی ما، به این زندگی که داریم، قلب ما است. این است که می‌گویند قلب همیشه در ذکر باشد. این است که می‌گویند: ذکر قلبی. اگر هم توجه به معنا ممکن نبود، اشکال ندارد چون برای اطاعت امر کسی این کار را می‌کنید، باز هم باید این را انجام دهید. خود این تکرار هم عادت می‌آورد که این عادت مسلط بر شما می‌شود.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

حواسی که خداوند برای انسان آفریده همین‌هایی است که می‌دانیم و امتحان شده است و نوشته‌اند حواس پنجگانه که مربوط به چشم و گوش و بینی و دهان و لمس کردن است ولی باز هم یک قلمرو دیگری هست که مبهم است و معلوم نیست چیست ولی آثاری از آن هست. اسم آن را گذاشتند حسّ ششم. حالا روی این حسّ ششم بیشتر روانشناسان و علمای دینی بررسی می‌کنند. آن پنج تا حس به اطباء سپرده شده که اگر در یکی از این حواس عیبی داشت، نقصی داشت رفع کنند اما حسّ ششم را نمی‌دانند چه هست، خواصّ آن را هم تا حالا دقیقاً نمی‌دانند مثلاً برخی از ضرب‌المثل‌هایی که در زبان مردم هست، از این منطقه برخاسته مثلاً در گناباد می‌گویند: باغی که صَحَبَ نبیند خشک می‌شود یعنی یک باغی اگر صاحبش یعنی آن کسی که به او علاقه‌مند است، نگاهش نکند، خشک می‌شود. کسی نمی‌تواند بگوید بله چنین هست و شرح آن را در کتاب بنویسد ولی عملاً می‌بیند هست. بسیاری از اموالی که می‌گویند بعد از فوت صاحبش به دست ورثه افتاد و پخش و فنا و خراب شد از این قبیل است. چون دیگر کسی علاقه‌مندی اولیه را به آن ندارد. این را عملاً دیدند بنابراین یک چنین چیزی هست یا در مورد نگاه‌ها، مثلاً مشهور است که می‌گویند مارهای قوی مثل مار بواّ نگاه به شکارش می‌کند و حتی خرگوش یا موش را می‌گیرد با وجود اینکه آنها، هم خرگوش و هم موش خیلی سریع می‌دوند. به‌هرحال چطور می‌شود که مار می‌تواند آنها را بگیرد؟ می‌گویند در نگاه مار اثری هست. در مورد انسان‌ها این مسأله به‌صورت تمرکز حواس دیده می‌شود یعنی وقتی حواس انسان متوجّه یک مطلبی بود، در فکر خودش و در فکر دیگران اثر می‌کند. این است که می‌گویند در موقعی که سخنران می‌خواهد سخنرانی بکند اگر می‌خواهد در مخاطبینش اثر کند به آنها نگاه کند. نگاه کند و صحبت بکند. این است که در مجالسی مثلاً روضه‌خوانی همه سعی می‌کنند نزدیک منبر باشند تا سخنران را ببینند و حال آنکه سخنرانی فقط برای شنیدن صداست و انسان می‌تواند با ضبط صوت هم بشنود و ولی می‌گویند اینها اثر تمرکز حواسی است که گوینده دارد. بنابراین توصیه می‌کنند که اگر می‌خواهید صحبت شما مؤثر در دیگری باشد، به او نگاه کنید، سرتان را زیر نیندازید. اینطور عادات به قواعد جامعه هم تسرّی کرده و چیزهایی گفته‌اند. مثلاً اگر کسی در مجلسی بدون اینکه نگاه شما کند مثلاً سرش پایین است و حرف می‌زند، این بی‌ادبی تلقی می‌شود. آن کسی که آمده به یک سخنرانی می‌خواهد از حرف‌های سخنران اثری در خودش باشد حالا ممکن است آن اثر مخالفت هم باشد ولی به‌هرحال اثری داشته باشد.

حال می‌رسیم به تمرکز فکر. تمرکز فکر البتّه جلوه‌ی ظاهری آن همین نگاه کردن است و یا اصلاً نگاه نکردن یعنی در حالتی که چشم بسته باشد. به همین جهت هم هست که در مراقبه، حتی مراقبه‌ی مرتاضین هند، غالب اوقات با چشم بسته و گاهی اوقات هم اگر چشم باز است با نگاه مستقیم و

بدون حرکت است. به هر جهت تجلی این تمرکز حواس در طرز نگاه اثر دارد چون از درون فکر کسی که ما خبر نداریم. بعد هم در میان مرتاضین همچنین در تصوّف در سلسله‌های صوفیه برای مراقبه یک طرز نشستن دستور می‌دهند. اینها برای این است که هم آن مراقبه سریع‌تر باشد و هم اینکه وقتی دیگران دیدند که کسی مراقبه می‌کند در آنها مؤثر است. کما اینکه مثلاً وقتی شما می‌روید یک دوست خیلی قدیمی که مدّت‌هاست ندیده‌اید می‌بینید ایستاده به نماز، می‌نشینید بعد که نماز او تمام شد او را محکم بغل می‌کنید. تمرکز حواس البته درجاتی دارد کمترین درجه‌ی او برای ماست که بعد ممکن است خودش زیاد بشود. این است که در موقع نماز، در موقعی که دعایی می‌خوانیم باید حواس ما به معنای آن باشد. فکر هم که در درویش‌ها می‌گویند دارای همین اثر است. اگر کسی این قدرت را (که همه کم یا زیاد دارند) پیدا کرد، این قدرت را به همان اندازه‌ای که در وجود او موجود است، اگر نسبت به موضوعی تمرکز حواس پیدا کرد، نسبت به موضوعات دیگر حواسش از بین نمی‌رود مگر اینکه این موضوع خیلی عام باشد و همه چیز را در بر بگیرد. یک جهت اینکه در مراقبه و در تمرکز حواس، درویش‌ها بر لغت الله بیشتر تمرکز می‌کنند برای این است که معنای الله شامل همه چیز می‌شود یعنی در عین اینکه دارد به الله فکر می‌کند می‌تواند تمرکز او همه جا باشد. البته این منحصر به الله است برای اینکه هیچ معنای دیگری در جهان وجود ندارد که اینقدر عمومی باشد. الله همه چیز را در بر می‌گیرد از خوبی و بدی و جهنم و بهشت و طبیعت و همه چیز را در بر می‌گیرد. این است که تمرکز حواس روی این لغت الله تمرکز حواس را زیاد می‌کند قدرت و نیروی بیشتری به انسان می‌دهد. البته تمرکز حواس در هر موضوعی خوب است و نوعی تمرین است منتها بعداً کم‌کم این تمرکز را در سلوک خودش هم به کار می‌برد.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

درباره‌ی مسأله‌ی ذکر دوام و فکر مدام، مثلاً یک وقت کسی بیدار است از او می‌پرسند که فلان جا چه کار کنیم؟ ولی یک وقت خواب‌آلود است اول باید بیدارش کنیم، بعد باید مطلب را بگوییم. ذکر بیدار کردن است. خودم، خودم را بیدار کنم. وقتی می‌خواهید کسی را بیدار کنید او را صدا می‌کنید. ذکر عدد دارد یعنی می‌گویید ده بار ذکر گفته‌ام. یک وقتی که در بیدخت بودم کسی گفت که دیشب ۱۴ هزار بار لَإِلَهَ إِلَّا اللَّهُ یا ذکر دیگری گفته‌ام. گفتم: بیخود گفتمی، از کیسه‌ات رفته. به او گفتم: برای بیداری گفتمی؟ اگر بیدار شدی با همان اولی شدی. اگر هم بیدار نشدی باید به اندازه‌ای بگویی که بیدار شوی، نه به اندازه‌ای که خودت خوابت ببرد. این ذکر است. این است که ذکر دوام یعنی مرتباً بگویند؛ این مرتب گفتن ۲۴ ساعت که نمی‌شود. آدم باید بخوابد، غذا بخورد ولی وقتی ذکر بیدار کرد باید تکلیف را تعیین کند. فکر کند که چه باید بکند. این است که فکر عدد ندارد نمی‌گویند؛ امروز دوازده بار فکر کردم یا ده دقیقه فکر کردم. فکر مدام می‌گویند.

همانطوری که ذکر درجاتی دارد فکر هم درجاتی دارد. فرض کنید یکی را می‌خواهید بیدار کنید، او را صدا می‌زنید ولی آنقدر باید صدایش کنید که بیدار شود تا بلافاصله فکر کند. درجات فکر هم متفاوت است. همانطور که درجات ذکر یعنی اینکه فرض کنید یکی بچه‌اش را خیلی دوست دارد تا اسم بچه را بیاورند، بیدار می‌شود. او یک بزغاله هم دارد که آن را هم دوست دارد، تا اسم بزغاله را هم بیاورند بیدار می‌شود تفاوت این است که اگر اسم بچه را یک بار بگویند؛ او بیدار می‌شود ولی اسم بزغاله را چهار، پنج بار باید بگویند تا صاحبش بیدار شود. این درجات فرق می‌کند. کسی که از خواب بیدار شد همان اول می‌فهمد که بیشتر خواب بود حالا بیدار شده. نگاه می‌کند که پسرش بیدارش کرده یا بزغاله؟ در آن فکر می‌کند. بعد که یک خرده بیدارتر شد فکرش بیشتر می‌شود، فکر پسرش را می‌کند که امروز باید امتحانی بدهد. از او می‌پرسد کی می‌روی؟ چه می‌خواهی؟ یک خرده بیشتر می‌گوید؛ یاد خدا باش، درس‌های کجا و کجا را بیشتر دقت کن. همینطور فکر ادامه دارد و همیشه فکری هست. منتها یک وقت فکر بر شما سوار است، یک وقت شما بر فکر سوار هستید. اشخاص عادی فکر بر آنها سوار است، فکر همه جا می‌رود در جاهای خوب و بد ولی وقتی فکر در اختیار شما باشد اگر مثلاً کار مهمی امروز دارید فکر می‌کنید که چه کار کنید؟ فکر در اختیار شماست. درویشی می‌خواهد که فکر در اختیار شما باشد به نحوی که با فکر یکی شوید. تفاوت این است که در امور عادی وقتی که می‌خواهید بر فکر مسلط باشید، باز هم وقتی کارتان انجام شد فکر را رها می‌کنید ولی درویشی می‌خواهد شما فکری اختیار کنید که هر چه بروید جلو تمام نمی‌شود.

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی صبح چهارشنبه، تاریخ ۱۳۸۹/۹/۳ ه. ش.

من کیم لیلی و لیلی کیست من

ما یکی روحیم اندر دو بدن

آنقدر فکر قوی می‌شود که شما خودتان فکر می‌شوید و شخصیت شما با فکر یکی می‌شود. این است که ذکر دوام و فکر مدام می‌گویند؛ البته درجات بالاتر فکر هم هست، اشتباهی که بعضی می‌کنند در مورد صورت فکریه است شرح و توضیح آن در آثار عرفانی سلسله مثل مجمع السعادات هست و در رساله‌ی رفع شبهات هم نوشته‌اند، وقتی ذکر گفتید و به فکر خدا بودید فکر تا بخواهد در اختیار شما درآید، خودش مقداری ترکتازی می‌کند. خودش بدون توجه دنبال این است این فکر را کی به من گفته؟ به من که وحی نشده. این فکر و ذکر را کسی به من گفته، کی گفته؟ در خاطرش شیخ یا قطب مجسم می‌شود این امر بدون اختیار است چون طبع انسان این است که همه چیز را مجسم می‌خواهد. یک جهت اینکه بت‌پرستی متداول شده بود این است که بشر می‌خواهد همه چیز را مجسم کند تا ببیند چون چنین حسی در آنها هست اما خدا که اینطور نیست، دیدنی نیست. پس یادشان می‌آید کی این دستور ذکر و فکر را داده؟ شکل او را در نظر می‌آورد. اما باید فکر کنید که عمدی نباید این کار را بکنید اگر عمدی باشد شرک است و گناه. هیچ فکری جز فکر خدا نباید باشد. آن صورت خودبه‌خود می‌آید و می‌گوید؛ اگر داری بالا می‌روی و داری به عروج از این نردبان موفّق می‌شوی، این منم که تو را توفیق دادم. این صورت فکریه است و به هیچ وجه عمدی نیست. اگر کسی کوشش کند که ارادی این طور کند گناه دارد و خلاف درویشی است و به اصطلاح شرک است. این صورت فکریه ممکن است برای بعضی اصلاً علامت ضعف فکری باشد ولی اگر غیر ارادی باشد ایرادی ندارد.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

ذکر عدد بردار است. کما اینکه در اوراد می‌گوییم ۷۰ مرتبه این را بگویید (بخوانید) ذکر دوام یعنی اینکه مرتباً ذکر گفته شود (یا به عدد معینه). اما فکر عدد بردار نیست. در فکر معمولی هم که نمی‌توانید بگویید دو تا فکر کردید. ده تا فکر کردید. می‌توانید به هر موضوعی که فکر می‌کنید باز به موضوع دیگری فکر کنید و بگویید فکر دوم و از آن به موضوع سوم فکر کنید، اما خود فکر تقسیم‌بندی ندارد ولی ذکر انواع و اقسام دارد: ذکر قلبی، ذکر جلی، ذکر خفی. این‌ها همه برای یادآوری است. مثلی است معروف که می‌گویند فیلس یاد هندوستان کرده فیل را از هندوستان می‌آوردند جای دیگر و در اینجا او همه‌اش فکر هندوستان است. این است که چکش می‌زنند به کله‌اش که فکر هندوستان را نکند که این در فارسی مثلی شده است که فیلس یاد هندوستان کرده. حالا ذکر به منزله‌ی آن چکش است که در مغز خودتان می‌زنید منتها بالعکس آن که می‌خواهند فیل یاد هندوستان نکند ما می‌خواهیم یادمان نرود چون فیل یادش نمی‌رود ولی ما به محض اینکه می‌آییم توی دنیا یادمان می‌رود که:

ما عدم‌هاییم هستی‌ها نُمَا

تو وجود مطلق هستی ما

منظور ضربه‌ای است که تک‌تک می‌زنیم برای این که یادمان بیاید. شاید در انواع موسیقی هم همینطور باشد، مثلاً تار و سنتور مقطّع است. پیانو تقریباً متصل است ولی ویولن متصل است. قطعه‌قطعه نمی‌شود. کوتاه و بلند می‌شود ولی یکنواخت است، شاید موسیقی در سماع هم همین باشد. البته از زمان حضرت شاه نعمت‌الله، سلسله‌ی نعمت‌اللّهی سماع ندارد ولی آن‌ها که دارند نمی‌زنند برای این که یاد آن محبوب می‌کنند. البته شاید اینطور باشد. بنابراین ذکر مقطّع است، قطع قطع است ولی فکر به صورت دوام است چون فکر دوام برای کمتر کسی ممکن می‌شود، بلکه تا حدّی می‌توان گفت اصلاً نمی‌شود، این است که به جبران آن، ذکر باید گفته شود که یاد انسان بیاید. چون ما هر کدام از وطنی آمدم تهران که به خصوص بیشتر مردم تهرانی نیستند و همه از شهرهای دیگر آمدند، کمابیش همه به یاد وطن هستند که می‌گویند: حُبُّ الْوَطَنِ مِنَ الْإِيْمَانِ. البته این وطن هم ظاهری است و هم وطن باطنی. وقتی انسان وطن باطنی را دوست داشت همین وطن ظاهری را هم دوست دارد. البته نه دوست داشتنی که در بعضی مکاتب اجتماعی تبدیل به نژادپرستی می‌شود او مثل همه‌ی جاهای دیگر، وطنش را دوست دارد و خودش را موظف می‌داند که برای این وطن کار کند. وقتی این روحیه در شخص بود، حُبُّ وَطَنِ اصلی‌اش هم در او هست. پیغمبر فرمود: حُبُّ الْوَطَنِ مِنَ الْإِيْمَانِ.

این وطن مصر و عراق و شام نیست

این وطن جایی است کان را نام نیست

وقتی حبّ الوطن به صورت ظاهر در انسان بود در معنا هم انسان آن وطن اصلی را دوست دارد.
به قول آن شاعر: «ما ز بالاییم و بالا می‌رویم» یا:

من ملک بودم و فردوس برین جایم بود

آدم آورد در این دیر خراب آبادم

اگر جدّ ما حضرت آدم اشتباه نمی‌کرد ما الان اینجا نبودیم ولی حالا به جای آنکه از تجربه‌ی پدرمان درس بگیریم، اینجا که آمدیم به عکس شدیم و می‌گوییم: «پدرم روضه‌ی رضوان به دو گندم بفروخت.»

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

اذکار نسبت به اشخاص متفاوت است. در اینجا سؤال می‌کنند که پس چطور می‌شناسد که به هر کس چه ذکر می‌گویید؟ در یک عبارت متداول آمده: اتَّقُوا قَرَأَةَ الْمُؤْمِنِ، زَنهار از فراست مؤمن. فراست به معنای زیرکی نیست یعنی مؤمن نگاه می‌کند و می‌شناسد. این نگاه کردن و شناختن، متفاوت است (البته اینهایی که تمرین قیافه‌شناسی می‌کنند واقعیت دارد ولی کامل و صحیح نیست.) می‌گویند: فیلسوفی در غاری کناره‌گیری کرده بود و عبادت می‌کرد و او ماهی یا هفته‌ای یکبار اجازه داده بود تا مردم به دیدنش بیایند. منتها همه را نمی‌پذیرفت. برای پذیرش افراد هر کس یک عکسی، نقاشی از خود می‌فرستاد و او نگاه می‌کرد و می‌گفت که چه کسی بیاید و چه کسی نیاید. خیلی‌ها را نمی‌پذیرفت. یک وقت دانشمند دیگری آمده بود و می‌خواست او را ببیند. خود را معرفی نکرد و همان طور مثل همه نقاشی از خود کشید و برای او فرستاد. او این دانشمند را نپذیرفت و رد کرد. او دومرتبه نامه نوشت که تو اگر نگاه به عکس من کرده‌ای دیدی که چشمم اینطور است و نشان گناهکاری است و ابرویم به این شکل است و علامت بی‌حیایی است، همه‌ی اینها راست است ولی من چون می‌دانستم، به خالق اینها متوسل شدم و با توسل به خالق اینها این عیوب را بر طرف کردم، بعد آن شخص متوجه شد این کیست و او را راه داد. منظور اینکه از قیافه شناخته می‌شود ولی فراست مؤمن این است که به شخص نگاه می‌کند و چیزهایی به دل او برات می‌شود. اصطلاحاً می‌گویند: برات شده. خیلی اشخاص هستند که همان روز اول شما آنها را می‌پسندید. ما، در گناباد می‌گوییم ستاره‌ی «میوم» دارد؛ یعنی ستاره‌ی «می‌خواهم» دارد. اگر کسی مرتب و منظم به ذکر و اوراد و دستوراتی که داده‌اند رفتار کند این راه سلوک اوست و می‌توانید بگویید که عصای راه اوست که هر وقت خسته شد به آن تکیه می‌کند. می‌توانید بگویید: چمدان خوراکی اوست و در آن توشه‌ی راه است. به‌رحال مکمل سلوک است و سلوک را به کمال می‌رساند. کسی که از اینجا می‌خواهد به مشهد برود یکی پیاده و یکی با ترن راه می‌افتد، بعد از یک روز که راه افتادند کسی که پیاده می‌رود می‌گوید من که ترقی نکرده و جلو نرفته‌ام. نه، جلو رفته‌ای همان قدری که کار کرده‌ای، راه رفته‌ای. آنکه با ماشین رفته، به اندازه‌ی کار خود جلو رفته. هر دو جلو رفته‌اند، یکی چهار فرسخ راه یکی بیشتر.

آن کسی هم که در مسیر سلوک است، هر مرحله را که می‌رود معنای جدیدی از ذکر و دستورات خود می‌فهمد، ممکن است خود ذکر را کمی تغییر دهند، این ظاهری است ولی به‌هرجهت در مسیر سلوک تغییر و تکامل هست. البته همیشه به طور معمولی در جهت کمال و تکامل است، استثناً ممکن است در جهت دیگری باشد. فرض کنید دو نفر در راه خیلی باریک کوهستانی می‌روند، یکی نگاه دست راست می‌کند می‌بیند کوه و دیوار است، دست خود را می‌گیرد و رد می‌شود، یکی نگاه این طرف

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی، صبح جمعه، تاریخ ۱۳۸۷/۶/۱ ه. ش.

می‌کند می‌ترسد و می‌افتد. هر دو یک راه را می‌روند ولی ممکن است شخصی به پایگاه‌های محکم متمسک نباشد در نتیجه لیز بخورد. بطور عموم کسانی که از این راه می‌روند خدا به آنها کمک می‌کند؛ یعنی نه تنها خود آنها می‌روند، بلکه به منزله‌ی یک آهنی هستند که یک آهن‌ریا جلوی راه هست و آهن‌ریا همیشه اینها را به جلو می‌کشد؛ ان شاء الله. ما نمی‌دانیم چه هستیم و در کجا هستیم، خدایا هر جا هستیم ما را نگاه‌دار.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

آنوقتی که من وکالت می‌کردم، خیلی‌ها برای طلاق به من مراجعه می‌کردند. حالا هم که خیلی‌ها درباره‌ی آن می‌پرسند. برای آنها توضیح می‌دادم که چه مشکلات جدیدی بعد از اخذ اجازه‌ی طلاق، چه برای زن و چه برای مرد، پیش می‌آید. آن مشکلات قدیم از بین می‌رود ولی مشکلات جدیدی به وجود می‌آید. بدتر از همه‌ی اینها این است که این مشکلات مثل گرد و غبار و دوده‌ای است که روی دل را می‌گیرد؛ یعنی در ایمان، در اعمال، در افکار اثر می‌گذارد. در این باره باید خیلی دقت کرد برای اینکه ضرر این مطلب از همه‌ی آنها بیشتر است. جنبه‌ی معنوی یک فرد و حتی یک ملت آنقدر مهم است که از جنبه‌های اقتصادی و اجتماعی‌اش مهمتر و مؤثرتر است.

باید توجه کرد و مواظب بود که آن قلمرو و محوطه‌ی اعتقادات و فقر و درویشی را از این هوای دودآلودی که ایجاد می‌شود حفظ کرد. به این منظور، برای اینکه یادتان نرود، ساعات خاصی را، حتی پنج دقیقه، اختصاص بدهید (اگر در سحر باشد بهتر است) که به تنهایی بشینید و به یاد خدا باشید و ذکرتان را هم بگویید. حواستان چنان متوجه‌ی ذکر باشد که هیچ چیز دیگری در شما اثر نکند؛ حتی اگر چراغ روشن و خاموش بشود، هر چه باشد. این حالت اگر واقعاً بخواهید و در راه او قدم بزنید تدریجاً حاصل می‌شود.

چرا به این ذکر، ذکر قلبی می‌گویند؟ ذکر لسانی چیست؟ ذکر لسانی برای این است که فقط زبان می‌گوید، گاهی اگر فرد حوصله داشته باشد، گوش هم می‌شنود ولی در ذکر قلبی تمام وجود ذکر می‌گوید، برای اینکه ذکر قلبی همه‌ی حواس را به سمت خودش جمع می‌کند، تمرکزی ایجاد می‌کند که در آن تمرکز، غریبه‌ای را راه نمی‌دهد. فقط آن نام، آن ذکر که به او داده شده، فقط آن را راه می‌دهد. این است که تمام وجود شخص متوجه ذکر می‌شود. اگر در این حالت پیشرفت کند هیچ چیز دیگری به او اثر نخواهد کرد؛ یعنی همه‌ی گرفتاری‌های دنیا برایش بی‌اثر می‌شود. اصلاً حواسش به آن‌ها نیست. چون اگر انسان بتواند حواسش را از بعضی مشکلات منحرف کند و به‌خصوص اگر متوجه ذکر نماید، فکر هم آماده‌تر می‌شود که راه حل پیدا بکند.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

خوراک و اصولاً نحوه‌ی خوردن جزء مسائلی است که تقریباً در همه‌ی ادیان و مذاهب مطرح است. برای اینکه اگر توجّه کنید بدن ما محتاج به غذاست تا به زندگی ادامه دهد. این احتیاج تا اندازه‌ای که ضروری باشد (یعنی کمترین حدّ لازم برای ادامه‌ی حیات) جزء واجبات حساب می‌شود. البته حدّی نیست که میزان آن را بشود دقیقاً معین کرد. یک نفر جوان با پیر فرق می‌کند، جوان باید هر روز صبح یک غذای مفصل بخورد، پیرمرد به زور یک لقمه می‌خورد. بین نژادها هم فرق می‌کند، بعضی نژادها غذای بیشتری می‌خورند. این است که حداقل ضرورت را تعیین نکرده‌اند که چقدر است، هر کس بنا به تشخیص خود اوست.

اما مسیر گردش این ضروریات در طبیعت چیست؟ طبق قوانینی که خیلی‌ها کشف کرده و علماً نوشته‌اند، اینها به طریق خاصی هضم و جذب و تبدیل به سلول‌های جدید یا تبدیل غذا برای یاخته‌های بدن می‌شود. زبان، مغز، چشم و گوش و همه‌ی اعضای بدن از این یاخته‌ها است. چون همین اعضا، باید به ذکر خدا مشغول باشند و همیشه به یاد خدا باشند، بنابراین، این غذایی که مؤمن می‌خورد در بدنش تبدیل به ذکر خدا می‌شود.

از مرحوم ملا قاسم شورابی گنابادی داستانی را نقل می‌کردند او هم خودش و هم زنش از درویش‌های قدیمی بودند، این مرد چون خیلی تعریف زنش را می‌کردند و می‌گفتند درویش بزرگواری است، دلش می‌خواست ببیند چطور او درویش بزرگواری است، چه می‌بیند؟ موقع فوت همسرش، گفته بود دیدم از بالا، از سقف، از نور، اول مثلاً حضرت سلطان علیشاه (که پیش ایشان مشرف شده بود) آمدند و رفتند، پشت سر او، قطب قبلی و باز قبلی تا پیغمبر، همه‌ی اینها را من دیدم که به عیادت او یا برای بردن او آمدند. بعد از آنکه آنها رفتند، زخم هم همراهشان رفت. می‌گفتند بعد از آن حالت شور نیمه‌جنونی به او دست داده بود و مدّت کوتاهی زنده بود و بعد رحلت کرد.

این داستان، حاشیه‌ای بود برای شناساندن ملا قاسم شورابی. خیلی هم عمر کرد، تا زمان حضرت صالح علیشاه زنده بود. ایشان می‌فرمودند برای بازدید عید به دیدن او رفتیم. آنوقت‌ها حضرت صالح علیشاه خودشان جوان بودند، هوای استنشاقی دنیا هم جوان بود و اینقدر آلوده نشده بود. عید همه می‌آمدند، بعد از سیزده ایشان بازدید می‌رفتند؛ مثلاً به شوراب می‌رفتند که دهی بود سی، چهل خانوار داشت، همه درویش بودند. اینجا می‌رفتند یک چای می‌خوردند، آنجای دیگر هم همینطور. هم فاصله کوتاه بود و هم راه‌ها نزدیک بود. معمولاً ناهار هم در همانجا می‌ماندند و بعد برمی‌گشتند. فرمودند بعد از بازدید از چند جا، چون هر جا نوبتی چای خوردیم، میوه خوردیم، دیگر هیچ میلی نداشتیم. در منزل ملا قاسم شورابی چای آوردند هیچ کس برنداشت. میوه و آجیل، تخم‌مرغ پخته،

برای هر کس آوردند، هیچ کس دست نزد. ملاً قاسم دم در ایستاده بود، دید کسی چیزی نخورده، رو کرد به حضرت آقا گفت: این خوراکی‌ها از شما گله‌مند هستند، در این گوشه افتاده‌اند می‌گویند چرا ما را نمی‌خورید که تبدیل به ذکر خدا شویم؟ این را که گفت، همه رغبت کردند و هر کسی چیزی برداشت. منظور اینکه، این سلول‌ها و این چیزهایی که ما می‌خوریم تبدیل به ذکر خدا می‌شود. البته هر چه می‌خوریم نه. خودتان بهتر می‌دانید. این غذاهای ضروری تبدیل به ذکر خدا می‌شود. این است که گفته‌اند آنقدری بخورید که برای ادامه‌ی حیات ضرورت دارد؛ نه بیشتر. بستگی دارد به اینکه غذا را چگونه در نظر بگیریم، هر کسی یک طوری آن را می‌بیند. مثلاً یکی آبگوشت را نگاه می‌کند می‌گوید گوشت راسته انداخته، نخود آن زیاد است، لوبیای آن کم است، اینطوری نگاه می‌کند. این یک دید است. یکی دیگر آبگوشت و صاحب‌خانه را می‌بیند و می‌گوید: به به از این پذیرایی، وقتی ما آمدیم هیچ چیز نبود، او یک گوسفند داشت، دیدیم گوسفند را برای ما کشته و این آبگوشت را درست کرده. یکی دیگر می‌گوید: عجب مهمانی خوبی بود، همه کسانی که آنجا بودند با هم اُخت بودند. هر کسی یک طوری می‌بیند. آنکه آینده‌ی این غذا را می‌بیند و انتظار دارد که این غذا در بدن او تبدیل به یاد خدا شود، او طور دیگری غذا را می‌بیند. او اصلاً مسیر آن را حس می‌کند.

به این جهت، دوام ذکر و فکر مستلزم غذاهاست. همانطوری که گفته‌اند نماز فردای است ولی ثواب نماز به جماعت بیشتر است. این است که وقتی به اندازه‌ی ضروری غذا می‌خوریم، این مقدمه‌ی نماز است، مثل اذان است، چون اگر این غذا را نخوریم نمی‌توانیم نماز بخوانیم، نمی‌توانیم زنده باشیم، این است که دسته‌جمعی و با هم بودن مفید است و معنویت را زیاد می‌کند و به همین دلیل هم هست که بسیاری از مهمانی‌های ایمانی و عرفانی در روز جمعه واقع می‌شود. چون گفته‌اند خود جمعه هم کیفیت خاصی دارد. از قدیم هم در روز جمعه این رسم بوده است ولی به هر جهت وقتی می‌خواهید به خوردن ناهار، شام و صبحانه مشغول شوید به این نیت باشد که:

چشم دل باز کن که جان بینی

آنچه نادیدنی است آن بینی

با نگاه دیگری به غذاها بنگرید. ان شاء الله.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

نظامی می‌گوید:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

هست کلید در گنج حکیم

خواسته از همان شروع، «بسم الله» را توجیه کند. به هر جهت اگر بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ را با توجّه به معنا بگویید، می‌بینید کلید در گنج حکیم است. ذکر قلبی هم که داده می‌شود برای همین است یعنی یا کلید را به دستتان می‌دهند و یا نشان می‌دهند که این کلید است، رفتار کنید تا کلید را بگیرید.

کلید در گنج را که گرفتید، وارد ساختمان می‌شوید. البته این ساختمان درهای زیادی دارد و از همه‌ی درها می‌توانید وارد شوید کلید این در را داده‌اند و یک در را باز کردند و حالا شما خوشوقت باشید که یک در را می‌شناسید. اما اگر خوب امانتداری کردید و کلید و گنج را خیلی مراقبت کردید، در این صورت به ساختمان که رسیدید به شما نشان می‌دهند که اینجا یک دری است که به باغ باز می‌شود. آنجا دری است که به حمام سونا باز می‌شود. آنجا دری است که به کوچه و منزل همسایه باز می‌شود. البته این وقتی است که در این ساختمان وارد شدید.

آنچه ما را مشغول می‌کند این است که آن دری که ما را وارد کرده‌اند می‌شناسیم. البته چه بهتر که درهای دیگر را هم بشناسیم که هر جا راه را گم کردیم بتوانیم از آن درها وارد شویم. ذکر که داده می‌شود برای همین است. شما یک در را می‌شناسید، اگر توجّه شما کامل نیست و دستوراتی که دادند انجام دادید، دیگر اگر از این در بیرون رفتید، گم نمی‌کنید، باز برمی‌گردید. اما اگر بیرون رفتید، میل گردش در خیابان و خرید داشتید، می‌بینید در خرید محو و گم شدید، خیلی مشکل است که در را پیدا کنید. گاهی اوقات هم بالاخره پیدا می‌کنید ولی ممکن است گم کنید. اگر در دیگری را بشناسید بهتر است. در زندگی امروزه خیلی خانم‌ها سرپرست خانواده هستند و باید زحمت بکشند. همان زحمتی که در خانواده معمولاً مرد می‌کشد، این زن باید بکشد. زحمت خود را هم که زن خانواده است بایستی بکشد، باید برای خرید بهتر این طرف و آن طرف برود، او در خرید محو می‌شود. آنوقت اگر نقشه‌ی شهر را داشته باشد باز می‌تواند خانه‌اش را پیدا کند. این است که مقتضیات زندگی اجتماعی، شما را آنقدر از ذکر دور می‌کند که آن را گم می‌کنید. آنوقت اگر نقشه را داشته باشید یا بروید از کسی که نقشه را دارد برسید پیدا می‌کنید ولی اگر یک مدّتی که گم شده‌اید، راه را پیدا کرده‌اید. از همان در می‌آید داخل و در آرامش هستید ولی اگر همه‌ی درها را بدانید بهتر است. وقتی هم که وارد شدید از همان اول نمی‌آیند دست شما را بگیرند و در راهروها بچرخانند، اول باید کمی بنشینید، رفع خستگی شود و استراحت کنید. بعد باید نشان بدهید از این منزل لذّت می‌برید. به شما می‌گویند حالا که لذّت می‌بری اتاق پذیرایی را

هم نشانات می‌دهیم. ذکر را وقتی مرتب انجام دادید و این ذکر بر شما مسلط شد (و این چیزی است که نمی‌شود تعریف کرد ولی احساس می‌شود) آنوقت قسمت دیگری را نشان می‌دهند. مسلط شدن به این طریق است که حافظ می‌گوید:

چنان پر شد فضای سینه از دوست

که نقش خویش گم شد از ضمیرم

با ذکر قلبی شما را به منزل می‌برند، در را باز می‌کنند، شما می‌بینید یک طبقه‌ی منظم و خوب است، اما چشمی ندارید که با آن طبقات بالا را ببینید که چه‌ها دارد؟ صاحب منزل که می‌داند اینجا چه دارد، هر وقت دید آن طبقه را خوب نگاه داشته‌اید، مثل منزلی که در اختیار شماست، اگر خوب نگاه‌داری کنید و تمیز نگاه‌دارید، دست شما را می‌گیرد به طبقه‌ی بالا می‌برد. شما می‌بینید طبقه‌ی بالا بهتر است، او کلید آنجا را می‌دهد و می‌گوید، اینجا را که بهتر پسندیدی اینجا مال تو، کلید را به شما می‌دهد. این تغییر ذکر است. ذکر اول فراموش نمی‌شود. در کتب اهل تصوف و آنهایی که عملاً دستورالعمل می‌دهند این هست که بعضی می‌گویند کسی که در درجه‌ی سوم است، ذکر درجه‌ی سوم است، باید ذکرهای قبلی را دور بریزد، چون این بالاتر است ولی اکثراً می‌گویند: نه، می‌تواند گاهی به همان ذکر که قبلاً داشته متوسل شود؛ یعنی شما را که می‌برند یک طبقه‌ی بالاتر، کلید طبقه‌ی قبل را از شما نمی‌گیرند. الان شما دو طبقه دارید ولی شما طبقه‌ی بالاتر را بیشتر دوست دارید و آنجا ساکن می‌شوید ولی گاهی ممکن است طبقه‌ی پایین هم بیاید. به این حساب تغییر ذکر چیزی نیست که در اختیار ما باشد. آن کسی که کلید طبقه‌ی اول را به او دادند، نمی‌داند طبقات دیگری هست یا نیست. از آن طبقه چنان لذت می‌برد که می‌خواهد همیشه در همان طبقه بماند. آن صاحبخانه که می‌بیند شما خیلی علاقه دارید، یک طبقه‌ی دیگر هم به شما می‌دهد. بنابراین خود درویشی که وارد می‌شود نمی‌داند، او باید همیشه به یاد خدا باشد. در طبقه‌ی اول که می‌آید خیلی خوشحال است. وقتی خوشحال بود و به آن توجه کرد آنوقت طبقه‌ی دیگری هم به او می‌دهند. در خود آن ساختمانی که هستید تغییر نمی‌دهند، یک طبقه‌ی دیگر به شما اضافه می‌کنند. اما در مسیر خانه‌ای که همه‌ی طبقات آن یک جا است، پله هم دارد که بالا می‌رود. در پله‌ها نیز هم گلدان گذاشته‌اند و هم عکس‌هایی از مناظر زیبا. همینطور که پله‌پله بالا می‌روید باز هم از مسیر لذت می‌برید، سلوک فقری هم همینطور است. شما از سلوک و مسافتی که در سلوک طی کردید هم لذت می‌برید، فرض کنید از اینجا می‌خواهید به سمنان بروید، یک راه هست از جنوب که گرم و آتش‌زاست ولی یک راه هم از شمال است که از آن می‌رویم برای اینکه می‌بینیم از هر طرف که نگاه کنیم زیباست. سلوک واقعی اینطور است. از خود سلوک هم لذت ببرید. غیر از آن تسلط بر خود که در مراحل بعدی ظاهر می‌شود در مراحل اولی از خود راه رفتن و سلوک هم لذت ببرید. در مسیر سلوک هم به درجه‌ی بالاتر که رسیدید، شکر می‌کنید که یک درجه بالاتر هستید. شما درجه‌ی قبلی را بد نمی‌دانید.

مثل اینکه در سفره گرسنه نشسته‌اید، اول نان می‌آورند با حرص نان می‌خورید، خیلی خوشتان می‌آید، هنوز چیزی نگذشته که پنیر هم می‌گذارند، می‌گویید: به‌به، نه اینکه آن نان را دور می‌اندازید، نان و پنیر می‌خورید، در لذت نان و پنیر هستید که چیز دیگری می‌آورند. نمی‌ایستید منتها اگر بدانید چیز دیگر هم هست یک خرده آهسته‌تر می‌خورید، می‌گویید:

آنچه در این راه نشانت دهند

گر نستانی به از آنت دهند

یعنی آنقدر از نان خالی نخور که به کلی سیر شوی.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

باید به هر جهت قدر همین نیم ساعتی که زنده هستیم را بدانید. قدر بدانید یعنی چه؟ یعنی همین نیم ساعت را هدر ندهید. برای همه هست که یک مدتی بیکار هستیم و نمی دانیم چکار کنیم؟ حتی فکر ما هم به اختیار ما نیست، این هدر دادن است و البته یک مقداری به اختیار ما نیست. درویشی یک اثر و هدفی که دارد همین است که این دقایق و لحظاتی که اینطور است هدر نرود. اگر توجه به ذکر و فکر کنید خود آن از هدر رفتن وقت جلوگیری می کند؛ یعنی به مطلب مهمی توجه می کنید. بعد ذکر و فکر رشته های فکر شما را هدایت می کند. مثلاً فکر می کنید که خداوند فرموده است: لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ، هیچ حرکت و هیچ نیرویی در جهان وجود ندارد مگر بستگی به ذات پروردگار داشته باشد. یک خرده فکر می کنید که من چکاره ام؟ بعد اگر آن صبح قرآن (با توجه به معنا) خوانده باشید این آیات قرآن در نظر شما ظاهر می شود که پیغمبر که نماینده ی خدا هست و همه کار او به امر الهی است و خود خدا گفت: وَمَا يُطِيقُ عَنِ الْهُوَىٰ إِنَّ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ^۲، این پیغمبر این همه زحمت کشید جانش بارها در خطر افتاد، در جنگ بدر پیروز شد، درست است که سربازها کمکش بودند ولی فرماندهی لشکر خیلی مهم است. فتح عمدتاً حاصل فکر فرمانده است. منظور، حالا که خدا دارد به او پاداش می دهد، می گوید: مَارَمَيْتَ إِذْ رَمَيْتَ وَلَكِنَّ اللَّهَ رَمَى^۳، تو نبودی که تیر زدی و چنین شد، تو نبودی که کشتی و فتح کردی، من بودم، خدا بود. خیلی عجیب است! فکر شما کمی جلوتر می رود می بینید یک آیه ی دیگر هست که می گوید: هُوَ الَّذِي آتَاكَ بِبَصْرِهِ وَإِلْمُومِنِينَ^۴، آن خداوندی است که وقتی کاری کرد که تو فتح کنی خود او کمک کرد و مؤمنین را هم وادار به کمک کرد. پس مؤمنین هم حسابی نزد خدا دارند. حالا که مؤمنین حسابی دارند، آن یکی می گوید: منم. دیگری می گوید: منم. یک خرده بیشتر فکر می کنید، می بینید آیه ی بعد می گوید: وَالْفَتَىٰ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ^۵، یعنی خداوند بین آنها را الفت داد. این الفت بود که مؤمنین را این مقام داد که پیامبر را کمک کنند. حالا آیا مؤمنین می توانند بگویند ما خودمان همه کاره هستیم؟ با هم می نشینیم فتح داشته باشیم. می بینید دنباله ی آیه می گوید: لَوْ أَنْفَقْتَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مَا أَلْفَتْ بِئِنَّ قُلُوبِهِمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ أَلْفَ بَيْنَهُمْ^۶، اگر همه ی دنیا را خرج کنی بین قلوب اینها را نمی توانی الفت بدهی، فقط خدا می تواند این کار را بکند. مجموعه ی اینها کشکولی می شود که نجات دنیا و آخرت در آن است یعنی فکر را هدایت می کند. در این مسیر فکری، دشمنی معنی ندارد. باز خدا به پیغمبر می گوید: اگر به همین هایی که با تو دشمن هستند یک چنین محبتی بدهد اینها یک شبه چنان با تو دوست می شوند که انگار سال ها با هم دوست هستید. همه ی این مجموعه به گونه ای است که زندگی ما و ادامه ی زندگی ما در آن دنیا را

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی، صبح یکشنبه، تاریخ ۱۳۸۷/۷/۲۱ ه. ش.

۲. سوره نجم، آیات ۴-۳.

۳. سوره انفال، آیه ۱۷.

۴. سوره انفال، آیه ۶۲.

۵. سوره انفال، آیه ۶۳.

۶. سوره انفال، آیه ۶۳.

هم تأمین می‌کند. این است که می‌گویند: نَفْس را یعنی مجموع وجود خود را، به خدا مشغول داشته باشید یا به چیزی مشغول کنید که اگر نکنید، او شما را به چیزی مشغول می‌کند که آن را قبول ندارید. این است که وقتی آدم خلأ دارد و فکری ندارد، افکار غلط و ناراحت‌کننده به سراغش می‌آید. نگذارید مسیر فکری شما یعنی ظرفی که در آن فکر هست و شما آن فکر را مصرف می‌کنید، خالی بماند. آن را به میل خود و به یاد خدا، به مطالعه و ذکر و فکر و امثال اینها پر کنید. ان شاءالله.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

یاد خدا این نیست که تسبیح دست بگیرید یا الله، یا الله، یا الله... بگویید. البتّه آن هم خوب است، برای اینکه نشان می‌دهد که به یاد خدا هستید و اسمش را می‌آورید ولی اصلش این است که در دل به یاد خدا باشید. این در دل به یاد خدا بودن، با ذکر قلبی که ما فقرا داریم تأمین می‌شود یعنی وقتی ذکر قلبی مسلط شد، به نحوی که انسان (درویش) بدون اینکه توجّه کند، همیشه این ذکر، مرکز ذهنش است، در آن صورت بیشتر به یاد خداوند است. اسلام بر پنج ستون تکیه دارد: نماز و روزه... و در انتها ولایت. فرموده‌اند خداوند از همه‌ی آن چهار تا ممکن است گذشت کند ولی از ولایت گذشت نمی‌کند. منظور از ولایت این نیست که ما می‌گوییم. این ولایتی که ما می‌گوییم، چه بسا ضدّ ولایت است. ولایت یعنی دوستی و یادِ دوست. دوست کیست؟ خداوند است. خداوند از این شرط ولایت نمی‌گذرد. برای اینکه همه‌ی عبادات برای این است که یادمان بیاید که ما مصنوع دست خدا هستیم. در این صورت اگر یادش نکنیم، این نتیجه حاصل نمی‌شود. بنابراین به ذکر قلبی خودمان باید همیشه توجّه داشته باشیم و متوسّل به آن باشیم، ان شاء الله.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

کسی سؤالی کرده بود راجع به عبارتی که از *بشارة المؤمنین* نوشته بود. مسأله‌ی ظهور صورت و در نظر گرفتن صورت پیر است که در *رساله‌ی رفع شبهات* هم حضرت رضاعلیشاه شرحی درباره‌ی آن نوشته‌اند که بهتر است بخوانید و بدانید چون در مورد آن نادانسته ایراد می‌گیرند و اگر آن را نفهمیم مثل این می‌ماند که بگوییم لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ یعنی خدایی نیست و إِلَّا اللَّهُ را نگوییم، مگر الله را نگوییم. حالا اگر ما گفتیم لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ و رحلت کردیم آیا ما را خدا کافر حساب می‌کند؟ نه! اما برای اینکه به وحدت برسیم باید همه‌ی لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ را با معنا بگوییم، آنوقت موحد هستیم. این اساس توحید است.

در مورد ظهور صورت در موقع عبادت و یا موقع ذکر که گفته‌اند. این امر خودبه‌خود ظاهر می‌شود و این مطابق قاعده‌ای در روانشناسی است به نام تداعی معانی. بیشتر این قواعد را اگر ما دقت کنیم مثل آزمایشگاهی در خودمان می‌بینیم. تداعی معانی این است که یک مطلبی که به خاطرمان آمد این مطلب، ما را به مطلب دیگری بکشاند. چنانکه تا می‌گویند سعدی شما یاد *گلستان* می‌افتید، چون کتاب اوست. وقتی دو چیز با هم چسبیده بودند، یکی را که گفتند دیگری خودش کشیده می‌شود. یا دو چیز کاملاً ضد هم بودند وقتی این را گفتید آن هم به ذهن می‌آید. مثلاً تا می‌گویند شمر، امام حسین به یاد می‌آید. البته این در مورد کسی است که دقت روی معانی داشته باشد. ذکر قلبی هم یک کلمه است که در کتاب‌ها نوشته شده و شما هم در کتاب‌ها آن را دیده و خوانده‌اید ولی هیچ اثری برای شما نداشته ولی وقتی اهل فن یعنی صاحب نیرویی که قدرت را می‌دهد به شما گفت این را به این صورت، به صورت ذکر، بگویید، می‌بینید اثر می‌کند. حالا قهراً وقتی در مذاکرات دوستانه، اسم آن شیخی، بزرگی را که این ذکر را به شما داده ببرند، خودبه‌خود در ذهن شما ذکرتان به یاد می‌آید و یاد او می‌آید. این است که اگر کسی واقعاً با علاقه‌مندی مشرف شده و بعد با دقت به این ذکر مشغول شود، وقتی ذکر گفت خودبه‌خود صورت آن کسی که پیش او مشرف شده در ذهنش جلوه می‌کند. گاهی کم، گاهی زیاد. چون این ذکر را آن شیخ به شما داده است. اگر یک خرده جلوتر بروید می‌فهمید این ذکر از جانب شیخ مجاز است که نفر قبل او هم مجاز بوده، تا می‌رسد به پیغمبر. بنابراین اگر بیشتر معتقد باشید و اعتقاداتان قوی‌تر باشد یاد پیغمبر ﷺ و علی ﷺ در خاطراتان زنده می‌شود و نه یاد دیگری. یک خرده که بیشتر رفتید جلو، قلندر شدید، ملنگ شدید، محو شدید، یاد هیچ بشری نمی‌افتید و فقط یاد خداوند هستید. در ابتدا به این صورت است که هم خودتان یادتان است و هم طرف یادتان است، وقتی ذکر را می‌گویید یاد آن بزرگ می‌افتد یا یاد پیغمبر می‌افتد؛ به صورت مباین یعنی در واقع مشرک هستید، خودتان را می‌بینید او را هم در ذهنتان می‌بینید، هر دو را می‌بینید. بعد یک خرده که جلوتر می‌روید به صورت حلول یعنی او را می‌بینید، به آن شیخ یا بزرگی که به خاطراتان می‌آید، توجه دارید و فکر می‌کنید که روح خداوند در او حلول کرده

که شما یادشان می‌کنید، بعد که جلوتر رفتید، به صورت اتحاد می‌بینید که اصلاً او را خدا می‌بینید یعنی با خدا یکی است. منتها این حرف غلط است. آن مباین درجه‌ی اوّل است، این شعر که در گلشن راز است درباره‌ی همین مطلب می‌گوید:

حلول و اتحاد اینجا محال است

که در وحدت دویی عین ظلال است

یعنی اینکه همه‌ی این حالات از آن آیه‌ای است که در قرآن درباره‌ی آتش جهنم می‌فرماید: **وَإِنْ مِنْكُمْ إِلَّا وَارِدُهَا**، غلط است که هم خودتان را می‌بینید و هم دیگری را. در وحدت دوئی درست نیست. سالک در وحدت جز خدا نبیند:

رسد آدمی به جایی که به جز خدا نبیند

بنگر که تا چه حدّ است مقام آدمیت

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

تمرکز و توجه که انسان به خود و ذکر و فکر باید داشته باشد کار آسانی نیست، مثلاً شما می‌خواهید سیب‌زمینی بخرید می‌دانید کجاست. می‌گویید برای ظهر یک کیلو سیب‌زمینی لازم دارم، می‌گیرید و می‌آورید، اما ذکر و فکر اینطور نیست، سیب‌زمینی نیست باید با تمام وجود بروید. برای این سیب‌زمینی‌ها با پا می‌روید در مغازه‌ای که پول می‌دهید سیب‌زمینی می‌گیرید ولی فکر و تمرکز فکری کالایی نیست که پهلوی سیب‌زمینی گذاشته‌اند. با پا هم نباید رفت. با سر باید بروید، قیمتش هم سر و دل است. سر یعنی منطقی و دل هم که می‌دانید و این هم چیزی نیست که به فوریت حاصل شود و درجات دارد. یکی تمرکز او خیلی خوب است یکی بیشتر و یکی هم کمتر است. همین‌قدر که تمرکز را بخواهید و علاقه‌ی شما این باشد که ذکر و فکرتان را مرکز تمرکز قرار بدهید و در این مسیر کار کنید به هر اندازه خدا توفیق داد شکر کنید. باید فکر کنید که جلو رفته‌اید. نگوئید من دیگر تمرکز خوب شد. باید همیشه جلو بروید، نایستید. اما اگر الان هم عملاً خیلی در مرحله‌ی پایینی قرار دارید نگران نباشید، بکوشید زیادتر شود. دستورالعملی است مبتنی بر فرمایش یکی از ائمه که وای بر کسی که دو روز او مثل هم باشد، البته نباید عقب برود. امروز او با دیروز او مثل هم نباید باشد، امروز او ولو به اندازه‌ی ارزن باید از دیروز بهتر باشد یعنی همیشه در حال کوشش باشد. در شیمی و فیزیک خوانده‌اید که الکترون دور هسته می‌چرخد، یک لحظه اگر بایستد منفجر می‌شود.

به هر جهت در انسان اصل بر حرکت است: *يا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ*^۲، ای انسان لنگ‌لنگان به سوی خدا می‌روی، آخر به او می‌رسی. این همین کوششی است که ما می‌کنیم، این است که باید همیشه این کوشش را داشت.

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی، صبح یک‌شنبه، تاریخ ۱۳۸۸/۲/۲۷ ه. ش.

۲. سوره انشقاق، آیه ۶.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

هیپنوتیزم هم که الان متداول شده، تمرکز روح است، تمرکز حواس و دقت است، چه چشم باز باشد و چه نباشد، متوجه موضوع خاصی است که ما در درویشی سعی داریم این تمرکز را روی ذکر خداوند بگذاریم؛ یعنی این بت‌هایی را که در جهان هست در نظر نگیریم، فقط او منظور نظر ما باشد. از این جهت هیپنوتیزم در درویشی هست ولی نه به این عنوان. البته استادانی هستند بعضی از آنها را من دیده‌ام که حالا آمده‌اند تعلیم هم می‌دهند، در جراحی و رفع خیلی کسالت‌ها هم از آن استفاده کرده‌اند. در جراحی طرف را هیپنوتیزم می‌کنند و عمل جراحی را انجام می‌دهند. آن که هیپنوتیزم می‌کند اگر آنقدر قوی است اصلاً شفا بدهد. در بین پیغمبران هم عیسی فقط گفت: مردم بیایید من شفا می‌دهم.

به هر جهت مطالعه درباره‌ی آن بد نیست. همه‌ی اینها هدفشان ایجاد تمرکز حواس است و این تمرکز حواس در عرفان و تصوف هم هست. منتها در عرفان نمی‌گویند من دارم توجه به درویشی می‌کنم، برای اینکه تمرکز حواس پیدا کنم. تمرکز برای این است که تمام فکر و ذهن ما متوجه خداوند باشد و هیچ قدرتی را جز خداوند نبیند. در این باره مثالی هست که اول بار در کتاب آقای سلطان‌علیشاه دیدم. اگر از یک زارعی که دارد با گاواهن در خرمن گندم می‌کوبد و می‌خواهد گندم به دست بیاورد، برسند این زحمت را که می‌کشی چه می‌خواهی به دست بیاوری؟ آیا جواب می‌دهد که من این کار را می‌کنم که گاوه‌ای من گرسنه نباشند و کاه به آنها بدهم؟ نه! هیچ وقت چنین حرفی نمی‌زند. می‌گوید: در درجه‌ی اول زحمت می‌کشم که گندم به دست بیاورم. بعد گندم که به دست آوردم کاه هم جزء آن است ولی برای کاه کار نمی‌کند. برای گندم کار می‌کند. تمرکز حواس ما هم به منزله‌ی کاهی است که دور و بر گندم است ولی گندم توجه به خداوند است. توجه به خداوند چه فایده‌ای دارد؟ خدا که در دسترس ما نیست. این تمرکز به خداوند این اثر را دارد که انسان دیگر هیچ قدرتی از قدرت‌های طاغوتی جهان را به نظر نمی‌آورد و اصولاً در مقابل او به حساب هم نمی‌آورد. ما البته برای این کار نمی‌کنیم که قدرت طاغوتی را به حساب نیاوریم ما فقط می‌خواهیم خدا بر ما مسلط باشد و فقط به او ببندیشیم ولی خیلی‌ها برای این هیپنوتیزم می‌کنند که با قدرت بر جهان مسلط شوند. البته اگر به خودش مسلط باشد خیلی مهم است.

گاندی که همه اسم او را و احتمالاً شرح زندگی او را شنیده‌اید می‌گفتند در میان ادیان، اسلام را خیلی می‌پسندید و می‌گفت: تعصبات را باید کنار گذاشت. گاندی به‌عنوان لباس، شالی دور خود می‌پچید، شبیه همان لباسی که ما موقع احرام داریم. در جریان اعتصابات شدیدی که به دلیل واقعه‌ی مالیات نمک در هندوستان برحسب توصیه‌ی گاندی شده بود، همه‌ی هندوستان تعطیل شده بود. فرماندار هندوستان که از طرف حکومت انگلستان تعیین می‌شد وقتی شنید گاندی این کار را کرده گفت: او را

بیاورید پیش من، بینم کیست که چنین قدرتی دارد؟ به گاندی گفتند و او پیش فرماندار آمد. او دید گاندی مردی استخوانی و لاغر است که گویی رویش پوستی کشیده‌اند. گفت: تو گاندی هستی؟ تو با این هیکل می‌خواهی بر انگلستان مسلط شوی؟ گاندی گفت: نه من چنین چیزی نگفتم، من می‌خواهم بر نفس خود مسلط باشم و در این راه اگر موفق شدم، انگلستان که سهل است بر همه‌ی دنیا مسلط می‌شوم. این حرف از گاندی است ولی حرفی است که بسیاری از عرفا و متصوفه گفته‌اند و حالا هم می‌توانند بگویند و چیزی است که ما می‌گوییم. گاندی یک چشمه از چشمه‌های الهی را چشیده بود تمرکز حواس، مثلاً در هیپنوتیزم نیز طریقه‌ی به دست آوردن این قدرت است.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

اساس درویشی و عرفان بر این است که همیشه به یاد خدا باشیم.

ای بی‌خبران غافل از آن شاه نباشید

شاید که نگاهی کند آگاه نباشید

یاد معمولی که ما می‌گوییم، چیزی زودگذر است و حالت خاصی دارد. مثلاً کتابی خوانده‌ایم یادمان می‌آید که فلان مطلب در آن بود یعنی نقشی را که در ذهن ما هست و به آرشبو و بایگانی یاد و خاطره‌ی ما رفته، دومرتبه بیرون بیاوریم.

اما یاد خداوند که ما می‌گوییم شباهتی به این دارد ولی قدرت بیشتری دارد. شباهتش این است که نقش آن یاد در ذهن ما هست، منتها فراموش شده، ما دومرتبه آن را رو می‌آوریم. نقش یاد در ذهن ما چطوری است؟ چه موقع است؟ از اول خلقت وقتی که این وجود ما خواست منعقد بشود و هویتی بگیرد، از همان اول، روی قاعده‌ای بود، اصلاً خود ایجاد، روی قانونی است که خدا آفریده؛ یعنی خالق ما به ظاهر این قانونی است که خدا آفریده. خدا هم ما را آفریده و هم قانون را؛ هر دو را. پس ما چیزی که در ذهنمان هست به یاد می‌آوریم:

بودم آن روز من از طایفه دُرد کشان

که نه از تاک نشان بود و نه از تاک نشان

از همان تاریخ بوده ولی برای اینکه او را فراموش نکنیم و دومرتبه به یادمان بیاید ذکر می‌گوییم. هر چه هم بیشتر به یادمان بیاید و یادش بکنیم قوی‌تر می‌شود، روشن‌تر می‌شود، به قول امروز شفاف‌تر می‌شود. خیلی از حالاتی که در عرفای بزرگ هست یا بوده و در کتاب‌ها می‌بینیم، اینها مربوط به یک زمانی و یک لحظاتی است؛ یعنی که ذهن عارف به اول وجودش رفته، همانطوری که شما یادتان می‌آید از پانزده سالگی از ده سالگی، این ذهنش به اول خلقت رفته، خلقت مولکول‌های بدنش یعنی محو در خلقت جهان شده، آنوقت حرف‌هایی می‌زند که بعضی‌ها اسمش را گذاشته‌اند شطحیات. چنانکه می‌گوید: «چرخ بر هم زخم غیر مرادم گردد».

برای اینکه این یاد قوی و همیشگی بشود، ذکر قلبی گفته‌اند. ذکر زبانی هم خوب است ولی فایده‌ی ذکر زبانی این است که اگر به آن مشغول بشویم تا یک مدتی جلوی افکار مهاجم را می‌گیرد. شما با تسبیح تعداد معینی ذکر می‌گویید، در آن لحظات افکار خارجی زیاد قدرت ندارند. البته هر چه این کارتان ضعیف‌تر باشد، قدرت نیروهای مانع بیشتر می‌شود که بیایند جلو و تمرکز حواس را از شما بگیرند. این است که ذکر قلبی مهم است. با ذکر قلبی، از اول به آن مخزن فکر انسانی دسترسی پیدا می‌کنید. برای اینکه ما وقتی می‌خواهیم یک مطلبی یا یک شعری را که گفته می‌شود یا یک داستانی را بفهمیم

اول می‌شنویم و در ذهن خودمان یک درکی و فهمی از آن پیدا می‌کنیم، بعد به آرشو تحویل می‌دهیم. داستان را تا وقتی می‌خوانید یادتان است بعد دیگر لازم نیست یادتان باشد، چون این را به آرشو می‌گذارید. اگر چیزی باشد که به درد بخورد، هر وقت خواستید یادتان بیاید دومرتبه از آرشو می‌آورید. این طریق که من گفتم، راه ورودی آن از طریق یکی از حواس است، مثلاً قصه‌ای گفته‌اند و گوشتان شنیده است یا کتابی خوانده‌اید، چشمتان دیده است. ذهن اول همه‌ی این را می‌گیرد، یک معنایی از آن می‌کند، ضمیمه می‌کند، بعد به آرشو می‌فرستد. ما در ذکر خداوند (اگر ذکرمان واقعی باشد) محتاج به این آرشو نیستیم. اصلاً خود آرشو و محتویاتش و وجود ما در ید قدرت خداوند است. محتاج به آن نیستیم. ما می‌خواهیم با ذکر قلبی، یاد خداوند را به این مراحل مبتلا نکنیم، یکسره برویم به آرشو یعنی به منبع وجودی خودمان دسترسی داشته باشیم. در این مسیر کمک‌کارها و مساعدینی داریم که حالا اسمش را می‌گذارند فرشته. اسم لازم نیست. کمک‌کارهایی داریم که به ما کمک می‌کنند که ما این را به خاطر بسپاریم و در آرشو حفظ کنیم؛ به همین طریق فضول‌باشی‌ها و معاندینی هستند که اینها را خراب کنند. در بین راه هزار جا را می‌توانند خراب کنند وقتی مثلاً قرآن می‌خوانید از همان اول آن فضول‌باشی‌ها دخالت می‌کنند و حالتان را خراب کنند که قرآن را نتوانید بفهمید. حالا اگر با دقت و حوصله قرآن را خواندید، معنی آن را هم فهمیدید و می‌خواهید در آرشو نگه‌دارید، می‌بینید چهار تا قصه‌ای که در زندگانی عادی دیده‌اید و شنیده‌اید به آن می‌چسبید و آن هدف را مغشوش می‌کند. شما مثلاً قصه‌ی یوسف را خواندید می‌خواهید جمع کنید (البته خداوند که قصه‌گو نیست، فیلم‌ساز نیست، تاثیری نیست که قصه گفته باشد، یک هدفی دارد، یک نظری دارد) این موانع می‌آیند تا آن هدف را فراموش کنید. منظور همین موانعی است که گفتم هدف را مغشوش می‌کنند که نفهمید منظور چیست. یکی از روش‌هایی که هم ما بکار می‌بریم و هم آن فرشتگان معاون ما (شیاطین و موانع هم یاد گرفته‌اند این کار را می‌کنند) این است که همیشه به یاد خدا باشیم؛ با تکرار. ذکر دوام و فکر مدام یعنی همیشه به یاد خدا باشیم. تکرار از راه ذکر؛ چون ذکر قابل تکرار است، از راه ذکر لسانی هم گفتیم تکرار مؤثر است. حالا که تکرار مؤثر است دشمنان هم هر منظوری دارند تکرار می‌کنند؛ می‌خواهند ما را گول بزنند. سردسته‌شان می‌آید سر راه ابراهیم می‌ایستند، می‌خواهد گولش بزند می‌گوید: تو بعد از ۸۹ سالگی دارای یک فرزند شده‌ای، می‌خواهی خودت با دست خودت او را بکشی؟ بس که تکرار کرد، ابراهیم با ریگ او را پس زد. همینطور دفعه‌ی دوم، دفعه‌ی سوم، ابراهیم قوی بود و توانست این کار را بکند ولی ما در اثر تکرار این حرف‌ها چه بسا گول می‌خوریم، همان شیطان که می‌خواست ابراهیم را گول بزند اگر بیاید مزاحم ما بشود خیلی کارش آسانتر است ولی او شکار قوی می‌خواهد؛ آمد، سرش که به سنگ خورد، رفت پی کارش.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

سؤالی شده است راجع به ذکر و فکر که در چه فکر کنیم؟ فکر انسان چیزی است که در اختیارش نیست. کمتر کسی هست که مقداری از فکرش در اختیارش باشد ولی معمولاً در اختیار مردم نیست. عبارت دیگری هست که «نفس را مشغول کن و گرنه او تو را مشغول می‌کند». از دستاویزهای نفس یکی زبان و یکی هم فکر است. مشغول کن یعنی اگر می‌توانی اول افسارش را به دست خودت بده. علمایی که در عالم ظاهر به‌جایی رسیده‌اند، همه‌ی حواسشان متوجه هدف و خواسته‌ای که داشتند بوده چون اینطور بوده، خودش فراهم آمده است. در زندگی حضرت موسی علیه السلام آن همه احتیاج جمع شد. باران می‌آمد، گوسفندانش آغل نداشتند، همسرش حامله بود، داشت وضع حمل می‌کرد، آتش نداشتند روشن کنند، آتش‌زنک نبود، تمام حواسش در حلّ این مشکلاتش بود و آتش آن را جبران می‌کرد. خدا هم به‌صورت آتش بر او متجلی شد که می‌گوید: من آتشی می‌بینم بگذارید بروم از آن آتش برای شما بیاورم. رفت و از آن آتش آورد، البته نه فقط برای آنها بلکه برای همه‌ی ما.

این که گفتم ذکر و فکر یعنی در ضمنی که ذکر می‌گویید و زبانتان (مثلاً زبان دل و البته زبان ظاهر هم باید بگوییم) متوجه معنایی است، فکرتان برای خودش کار می‌کند. افسار این فکر را هم باید بگیرید. در همان معنای ذکر باید فکر کنید و توجه شما به معنای آن باشد. منتها گاهی فکر، جداگانه از ذکر است و ذکر معنای جداگانه‌ای است، در آن صورت آن معنا با معنای ذکر توأم می‌شود. بنابراین فکر فقط همان توجه به معنای ذکر است. وقتی نماز می‌خوانیم، حرکاتی که داریم مثلاً در رکوع و سجود، دعای دست و امثال اینها در معنای خود این حرکات، شاید متوجه نباشیم و چون خود این حرکات را خواستند با معنایش نزدیک کنند، گفتند که عبارت: *سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ وَبِحَمْدِهِ* را در رکوع بگویید یعنی این حرکت که ما می‌کنیم باید توأم باشد با اینکه یادمان بیاید که خداوند عظیم است و ما حمد او را می‌کنیم. بنابراین در واقع هر حرکتی که در زندگی عادی بکنیم که شبیه رکوع باشد که ناچاریم خم شویم، بی‌اختیار آن معنا به خاطرمان می‌آید. در مورد فکر هم گفته‌اند باید با حرکت زبان ذکر توأم باشد برای اینکه همیشه به یاد انسان بیاید.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

بیعت در صدر اسلام یکی از ارکان حکومت‌های اسلامی بوده است و هر وقت حکومت اسلامی باشد، بیعت حکومتی خواهد بود ولی فعلاً در جهان، بیعت حکومتی به صورت انتخابات می‌باشد ولی در واقع وقتی که حکومت اسلامی در دنیا مستقر شود، در آن صورت بیعت هم برقرار خواهد بود. اما غیر از بیعت حکومتی اسلامی، بیعت دیگری هست که آن بیعت معنوی است. بیعتی است که خداوند می‌فرماید: من جان و مال شما را می‌خرم و در مقابل بهشت می‌دهم. این هم یک بیعت است؛ یعنی یک خرید و فروش است. این بیعت جنبه‌ی معنوی دارد. در همان صدر اسلام، اگر مطالعه کنید، صحابه‌ی پیغمبر و همه‌ی کسانی که در حکومت بودند و یا تابع آن حکومت بودند، بیعت کرده بودند ولی آیا شما اسلام علی ﷺ را با اسلام معاویه یا ابوسفیان یا با اسلام بسیاری از این قبیل اشخاص که می‌شناسید یکی می‌دانید؟ آیا هر دو یک بیعت داشتند؟ نه! یک بیعتی بود به نام بیعت حکومتی؛ به این معنی که شخص تابعیت خودش را به حکومت اسلامی و قوانین اسلامی اعلام می‌کرد. حکومت هم به مظهریت خلیفه‌ی وقت، این بیعت را قبول می‌کرد. این وضعیت امروزه در دنیا به صورت قبول تابعیت است. وقتی که کسی از دولتی تقاضای تابعیت می‌کند و به تابعیت آن دولت قبول می‌شود، بدان معناست که تمام قوانین آن دولت را باید اجرا کند ولی در مسأله‌ی اعتقاد او اثری ندارد و ممکن است بر همان اعتقادات سابق باشد. اما بیعت معنوی بیعتی است که با اهل معنا و با کسی که از طرف خداوند مجاز است باید نمود. این بیعت هم در زمان همان خلفای جور، با ائمه بود ولی بیعتی که با امام می‌کردند غیر از بیعتی بود که با حکومت می‌کردند، حتی آن بیعت با حکومت را بر خود امام هم تحمیل می‌نمودند و ائمه قبول می‌کردند ولی بیعت امامت یعنی قبول امامت، در تمام دوران ائمه رایج بود.

در زمان غیبت صغری به تدریج چهار نفر وکیل حضرت بودند که به نواب اربعه مشهورند ولی این نواب اربعه حق اخذ بیعت نداشتند، فقط چون اشخاص مطمئنی بودند، محل اقامت حضرت را می‌دانستند و به حضور حضرت شرفیاب می‌شدند و نامه‌های مردم و ارادتمندان را می‌گرفتند و خدمت امام تقدیم می‌کردند و جواب گرفته، به صاحب آن برمی‌گرداندند. در روایات هم که علما اجازه‌ی روایت خودشان را به امام می‌رسانند، هیچکدام از اینها اجازه‌ی روایت را به نواب اربعه نرسانده‌اند؛ یعنی نواب هیچ اختیاری از این جهات، نه از لحاظ روایت و نه از لحاظ بیعت، نداشتند. در آنجا حضرت به جنید بغدادی که از ارادتمندان حضرت عسکری بود و از طرف آن حضرت نیابت داشت برای اخذ بیعت، کماکان اجازه دادند که اخذ بیعت نماید و برای بعد از خودش هم جانشین تعیین کند؛ که جنید به این وظیفه رفتار کرد و برای بعد از خود هم جانشین تعیین کرد و آن جانشین هم جانشین تعیین کرد، الی یوم القیامه. این بیعت همان طوری است که امروز در فقر به عنوان تشرف گفته می‌شود؛ یعنی تشرف همان بیعت معنوی است.

در زمان غیبت، امام دوازدهم، امام روی زمین است؛ منتها ما توفیق زیارت ظاهری او را نداریم و متأسفانه به علت عدم لیاقت ما، از نظر ما غایب شده است. هر وقت ما لیاقت پیدا کردیم و خداوند مصلحت دانست امام ظاهر خواهد شد. در غیبت امام، امور فقهی یعنی احکام، به فقهای سپرده شده است که دارای این شرایط باشند که می‌فرماید: مَنْ كَانَ مِنَ الْقَهَّاءِ صَانِتًا لِنَفْسِهِ حَافِظًا لِدِينِهِ مُخَالِفًا عَلَى هَوَاهُ مُطِيعًا لِأَمْرِ مَوْلَاهُ فَلِلْعَوَامِّ أَنْ يُقَلَّدُوهُ، فقیهی که این شرایط اخلاقی را هم داشته باشد برای شیعیان تقلید او واجب است. تقلید هم در اعمال است نه در اعتقادات و افکار؛ یعنی مثلاً وقتی در نماز مشکوک شدید که درست است یا نه، از یکی از آنها می‌پرسید و او به شما می‌گوید و این تقلید است؛ و الا تقلید در افکار و عقاید نیست.

و اما در بیعت معنوی ذکر خاصی می‌دادند، نه اینکه اذکار دیگر نام خدا نیست، بلکه متناسب با روحیه‌ی آن شخص و متناسب با مکان و زمان ذکر را می‌دادند؛ کما اینکه در دعاهایی هم هست، مثلاً برای شفای مریض یا برای سلامتی مسافران، هر وقت انسان از خداوند چیزی می‌خواهد بهتر است که آن نام متناسب را ببرد. وقتی از خداوند گشایش روزی می‌خواهد، «یا رزاق» بگوید، وقتی که از خداوند مرحمت می‌خواهد «یا رحیم» بگوید، وقتی از خداوند باز شدن گره‌ها را می‌خواهد «یا فتاح» بگوید؛ نه اینکه آن اسماء دیگر نام خدا نیست، بلکه با روحیه‌ی این شخص این نام تناسب دارد. این است که به این نام متوسل می‌شود، و الا به سایر اسامی خداوند هم بهتر است که انسان توجه کند و بگوید.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

سؤالی کرده‌اند که مدیتیشن^۲ چیست؟ حالا خود شخصی که سؤال کرده کلاسش را می‌رود یا فقط سؤال کرده، نمی‌دانم. من مدت کمی رفتم بینم چیست؟ تا آنجایی که من رفتم (و همه می‌روند) خلاف شرعی در آن نبود و تا آنجا فهمیدم که من هم دارم مشابه همان راه را می‌روم منتها کوله‌باری دارم که بین راه از پا نیفتم. مدیتیشن از این بابت که برای تمرکز حواس است خوب است، تمرینی است. مثل اینکه بپرسیم ورزش صبحگاهی و نرمش اشکالی ندارد؟ نه، اشکالی ندارد. این هم همینطور است؛ منتها این یک نرمش فکری است.

بطور خلاصه من اول یک سؤال و پرس‌وجویی کردم که این چطور است؟ این سؤال را از متصدی و به اصطلاح استادش پرسیدم، گفت: به طریقی می‌نشینیم که تمرکز حواس پیدا شود و بعد برای اینکه این تمرکز پیدا شود ذکر می‌گوییم به اسم ماترا. گفتیم: این چه معنا دارد؟ گفت: نمی‌دانم مثل خیلی اصطلاحات علوم است که از خارج آمده و معنایش را ما نمی‌دانیم. من گفتم ماترا همان منتر است و بعد پرسیدم معنای اینها چیست؟ گفت: معنا ندارد و گفتم این صحیح نیست. ما در درویشی ماترایی

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی، صبح چهارشنبه، تاریخ ۱۳۸۸/۴/۱۷ ه. ش.

داریم که معنای آن را می‌دانیم و به آن متوسّل می‌شویم، مثل طناب محکمی است که دستمان را به آن می‌گیریم و معنای آن را هم می‌دانیم. خود ذکر یعنی یاد کردن، یادآوری کردن که هم به ذکر گفتن، می‌گویند ذکر و هم به آن لغتی که می‌گویند. البته در وقت دیگری با استاد دیگری برخورد کردم و پرسیدم چرا آخر حواس خود را متمرکز چیزی که نمی‌فهمید می‌کنید؟ به او گفتم دیده‌اید بچه‌ها که تازه زبان باز می‌کنند لغاتی از خود در می‌آورند و با خود تکرار می‌کنند. غالب بچه‌ها اینطور هستند، این مانترا هم شبیه این است. او گفت: نه، مانترا معنا دارد که خودش معنای آن را گفت. منتها گفت معنایش را مردم عادی نمی‌دانند چون در زبان دیگری معنا دارد. ما آن را می‌گوییم اگر کسی معنای آن را بداند که خیلی خوب است. گفتم: نه در درویشی ما معنا را می‌دانیم و ما می‌گوییم کسی که ذکر می‌گوید باید معنی لغاتی که برای یاد خدا می‌گوید، بداند برای اینکه وقتی لغاتی بگویید که معنای آن را نمی‌دانید کم‌کم اگر زیاد تکرار شود بعضی چیزها پارسنگ می‌برد. این است که صحیح نیست. اگر معنا را هم بدانید عیب دیگری پیدا می‌شود و آن، این است که خود را اسیر یک لغت خارجی کرده‌اید و حال آنکه زبان ما همین زبانی است که مادر به ما یاد داده و هر کسی به زبان مادری خود صحبت می‌کند. مثلاً لغت الله در تمام زبان‌ها هست و همه آن را می‌شناسند. بنابراین، مانترا اشکال ندارد فقط برای اینکه از آن پارسنگی دور شوید همان ایّامی که مانترا می‌گویید با یادآوری استاد، ذکر خود را بگویید. حالا اسمش را مدیتیشن بگذارید شما نرمش و ورزش صبحگاهی می‌کنید. با لغت دارید نرمش یا ورزش می‌کنید ولی این چیز جداگانه‌ای نیست همین حرکاتی است که در ورزش می‌کنید.

مدیتیشن هم اینطوری است اگر سلب اراده، سلب توجّه نکند، اشکالی ندارد. بلکه اگر در تمرکز به شما کمک کند مفید هم هست. این تمرکز هم اندازه دارد. آن تمرکزی که یک مرتاض هندی دارد با یک تازه‌کار فرق می‌کند. در درویشی هم همینطور است. مثلاً ذره‌بین را اگر جلوی آفتاب بگیرند این طرف نوری می‌دهد و آنهایی که فیزیک یادشان است در آن نقطه‌ی کانون اگر کاری کنند که تصویر روی نقطه‌ی کانون بیفتد، تمام حرارت خورشید در آنجا جمع می‌شود. ذره‌بین این کار را می‌کند که حرارتی که خورشید به این صفحه‌ی ذره‌بین می‌دهد می‌برد به یک نقطه و صد برابر می‌کند، این است که در آنجا سوزندگی ایجاد می‌شود. البته در مناطقی که آفتاب کم است شاید اینطور نباشد ولی در گناباد ما نه. به‌عنوان مثال برای اینکه یادتان بیاید می‌گویم. مرحوم حاج شیخ اسماعیل ضیایی متصدّی کتابخانه‌ی سلطانی بیدخت سیگار می‌کشید. تابستان‌ها که درسمان تمام می‌شد و به بیدخت می‌رفتیم من و مرحوم دکتر سلطانی و ضیاعلی پسرش پیش او جامع/مقدمات می‌خواندیم. او که پیرمردی بود، سیگارش را در می‌آورد، می‌گفت: ضیاعلی برو آتش کن. عینکش را هم برمی‌داشت به او می‌داد. او می‌رفت در زیر آفتاب یک خرده عینک را جلوی نور خورشید جابجا می‌کرد آتش می‌گرفت. ذکر می‌کرد که ما داریم کار ذره‌بین را انجام می‌دهد. سیگاری که ان‌شاءالله نیستیم، اگر هم سیگاری باشیم، سیگار را آتش

نمی‌زند بلکه پشت سر را روشن می‌کند. اگر خیلی جلو بروید این ذره‌بین هر چه را غیر از خودش است آتش می‌زند. ذره‌بین را جلوی آفتاب بگیرید همان نقطه را روشن می‌کند و آتش می‌زند. آنقدر روشن می‌کند که آتش می‌زند ولی به آن درجه هم که نرسد ذره‌بین بودن آن از بین نمی‌رود. ذره‌بین بودن آن در جای خود باقی است. هر وقت توانستید آنطور استفاده کنید به شما استفاده می‌دهد. بنابراین، ذکر را به هر اندازه که می‌توانید بگویید مثل ذره‌بین از آن استفاده کنید. ذره‌بین را اگر در طاقچه هم بگذارید هر وقت لازم دارید استفاده می‌کنید. ذکر را اگر همیشه هم نتوانید بگویید به هر اندازه بتوانید بگویید خداوند به شما اجر می‌دهد. اجر آن تمرکز حواس است اگر پنج دقیقه ذکر بگویید پنج وزنه به شما در ترازو پاداش می‌دهد اگر ده دقیقه، ده وزنه پاداش می‌دهد به این طریق نگران هم نباشید که نمی‌توانید به مقدار زیاد و ساعات زیادی ذکر بگویید. به هر اندازه خدا توفیق داد شکر کنید ولی سعی کنید بیشتر کنید. یکی از کارهایی که ذکر را بیشتر می‌کند این است که قبل از استراحت و نماز تمام اشتغالات فکری خود را حل کنید. اگر گرفتاری خانوادگی دارید فکر کنید این من و این خانواده از چندین سال پیش بوده و باز هم خواهد بود بنابراین من چرا غصه‌ی آن را بخورم؟ اگر گرفتاری مالی است فرض کنید تمام دنیا طلا شود و بیفتد جلوی شما وقتی گرسنه باشید که نمی‌توانید طلا بخورید. من بارها توصیه کردم گلستان را بخوانید برای این است. سعدی در گلستان می‌گوید: در بیابان می‌رفتم تشنه و گرسنه شدم هیچی هم نداشتم، از دور دستمال پیچیده‌ای دیدم، رفتم بردارم شاید غذایی باشد، باز کردم دیدم تمام جواهر است. گفتم: به چه درد من می‌خورد؟ کاش به جای این جواهر یک لقمه نان در این بود. بنابراین اگر به گرفتاری مالی فکر می‌کنید بگویید به چه کار می‌آید؟ از خداوند رفع گرفتاری را بخواهید نه اینکه پول بخواهید. از خدا اگر پول بخواهید و قبول کند گاهی آنقدر پول می‌دهد که اسباب زحمت شما می‌شود. بنابراین به هر اندازه که قدرت دارید و خدا توفیق می‌دهد ذکر خود را بگویید. ذکر، زیاد ندارد همیشه کم است و فکر کنید که از این بیشتر باید بگویید.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

مدل‌ها و ایده‌آل‌هایی برای زندگی به ما می‌دهند که معلوم نیست این مدل‌ها و ایده‌آل‌ها الان روان شما طاقت انجام آن را داشته باشد. این را به شما می‌دهند که بدانید باید رو به این سمت بروید. فرض کنید به شما می‌گویند باید بروید زیارت مشهد. شما از الان تصمیم گرفته‌اید بروید مشهد. می‌گویند مشهد که رفتید هر روز صبح به امام رضا سلام کنید. اینکه به امام رضا سلام کنید مربوط به وقتی است که آنجا باشید. وَاِلاَ اینجا شما اگر هر روز به امام رضا سلام کنید، ضرری ندارد ولی آن دستور اینجا نیست. آن دستور مربوط به وقتی است که در مشهد باشید. حالا می‌پرسید من می‌خواهم بروم مشهد چطور بروم؟ به شما نشان می‌دهند که اینطوری از اینجا بروید مثلاً هفت کفش و عصای آهنی بگیر و پیاده برو می‌رسی، یا اگر خواستی هر جا ماشین دیدی سوار شو و برو. راه را به شما نشان می‌دهند ولی وقتی شروع به راه رفتن هم کردید، آن کاری که در مشهد باید انجام دهید، حالا لازم نیست انجام دهید. آنکه گفتند چه کار کن، منظور این است که اگر این کارها را بکنی به مشهد می‌رسی و در مشهد این کار را می‌کنی.

تذکرة/الاولياء پر از این داستان‌ها است. اگر هم داستان‌ها راست باشد (چون بعضی به‌عنوان مثال است که می‌گوید ابوسعید شب خود را از پا آویزان می‌کرد تا خوابش نبرد که بتواند عبادت خدا کند) این را از شما توقع ندارند. گفته‌اند ذکر دوام و فکر مدام ولی هنوز و شاید هرگز شما طاقت نداشته باشید که مثل رابعه‌ی عدویه یا مثل ابوسعیدابی‌الخیر یا ابراهیم ادهم ذکر دوام و فکر مدام داشته باشید. اینها را گفته‌اند تا اگر بتوانید برسید ولی اگر نتوانید... آنچه در اختیار شماست اراده‌تان است. اراده کنید که اینطوری باشید، به هر اندازه که خداوند توفیق داد شکرگزار باشید و از او بیشتر بخواهید. ان شاء الله.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

روحیه و افکار و حالات خارجی که بر بدن تحمیل می‌شود، بدون اینکه ما اراده کنیم در بدن مؤثر است. بدن هم در روحیه مؤثر است. مثلاً بعضی ایراد می‌گیرند که یاد خدا البتّه در پنج نوبت خوب است ولی چه لزومی دارد خم و راست شویم، اگر بنشینیم و این دعا را بخوانیم خیلی هم بهتر است. این حرف ظاهرپسند و مردم‌فریب ممکن است باشد ولی باید توجه بکنیم همانطوری که ما می‌خواهیم فکرمان را به مبدأ حیات یعنی خداوند، متوجه کنیم بدن ما هم باید در وضعیت مناسب و کامل باشد حتی به همین دلیل در بسیاری موارد که به افراد دیگر مربوط است و سرنوشت دیگری در دست یکی می‌افتد من جمله قضاوت، مثلاً گفته‌اند قاضی در موقع قضاوت نباید خیلی گرسنه باشد. خیلی هم شکم پر نباشد، ناراحت و عصبانی از کسی نباشد، تشنه هم نباشد. وقتی می‌نشیند آرامش داشته باشد و بدن او راحت باشد. همه‌ی اینها برای این است که این آثار جسمانی در روح هم مؤثر است. این است که ما هم همینطور وقتی کار جدیدی می‌کنیم، به‌خصوص وقتی می‌خواهیم به یاد خداوند باشیم، باید در وضعیت مناسب باشیم البتّه ما هر چه می‌خواهیم به یاد خداوند باشیم، خدا به یاد ما نیست البتّه ما فکر می‌کنیم که خدا به یاد ما نیست، او همیشه به یاد ما هست. ما اینطور فکر می‌کنیم برای اینکه این فکر برای ما نیاید که ما به یاد خدا هستیم و از خدا بخواهیم به یاد ما هم باشد. در قرآن هم می‌گوید: وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى قَالَ رَبِّ لِيَ حَشْرَتِي أَعْمَى وَقَدْ كُنْتُ بَصِيراً قَالَ كَذَلِكَ أَتَتْكَ آيَاتُنَا فَنَسِيَهَا وَكَذَلِكَ الْيَوْمَ تُنْسَى^۲، می‌فرماید: وقتی حشر می‌شود (البتّه قبلاً آثار آن را گفته) کور حشر می‌شود. می‌گوید: خدایا من که در دنیا چشم داشتم، می‌دیدم، پس چرا اینطورم؟ خدا می‌گوید: در آن روز دیدار ما را فراموش کردی، یادت رفت که یک وقتی باید پیش ما بیایی، امروز هم ما تو را فراموش می‌کنیم. نه اینکه خدا فراموش می‌کند، نه! اصطلاحاً اینطور می‌گوید. به‌همین جهت، ما برای اینکه خداوند ما را فراموش نکند به همان ترتیبی که گفته است اعمال و عبادات را باید انجام دهیم. البتّه در مورد ذکر که ما داریم همیشه به هر نحوی می‌توانید متذکر باشید. منتها گاهی که وقت و حال اقتضا می‌کند و می‌خواهیم در مراقبه متوجه ذکر باشیم یعنی همه‌ی کارها را رها کنیم و فقط و فقط توجه به ذکر داشته باشید، مسلماً در آن موقع باید بیشتر رعایت کرد یعنی سعی کنید لباس به بدن فشار نیاورد، چراغ‌ها خیلی روشن نباشد، تاریک کلی هم نباشد، طوری که بدن مزاحم ما نشود. بدن مثل اتومبیلی است که ما سوار می‌شویم. این اتومبیل البتّه خودش کاری ندارد ولی در زندگی ما خیلی مؤثر است. به این معنی که وقتی سوار می‌شویم و می‌رویم، اگر خراب شود به وعده‌مان نمی‌رسیم، اگر نه، درست و سر فرصت می‌رسیم. بدن هم مثل ماشین است ولی گاهی مثل آنوقت که من خودم رانندگی می‌کردم مثلاً در وسط خیابان یک طرفه راهبندان شده بود، من در ماشین مانده بودم، اصلاً می‌خواستم ماشین را دور بیندازم ولی کاری نمی‌شد کرد. بودنش اسباب زحمت بود ولی چاره هم

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی، صبح چهارشنبه، تاریخ ۱۳۸۸/۶/۱۱ ه. ش.

۲. سوره طه، آیات ۱۲۶-۱۲۴.

نداشتیم. حالا بدن هم همینطور مثل ماشین است که باید کاری کنیم که اسباب زحمت ما نباشد و برسیم به جایی که بگوییم کاش این بدن را نداشتیم. برای اینکه بدن اسباب زحمت ما نباشد آسایش‌های بدنی را گفته‌اند در زمان نماز داشته باشید و البته آسایش‌های فکری هم گفته‌اند که به هیچ چیز فکر نکنید جز به مطلب نماز.

این اثر جسم است بر روح و اثر روح در جسم هر دو که گاهی خستگی روحی آنقدر مؤثر می‌شود که بدن را اصلاً مختل می‌کند و بالعکس گاهی ناراحتی بدنی آنقدر شدید می‌شود که فکر آدم را مختل می‌کند. در این موارد خداوند، خدایی که کسالت و بیماری و ناراحتی آفریده، علاج آن را هم آفریده است. حتماً باید دنبال علاج رفت که طبیب کارش این است. البته امروز خیلی‌ها می‌گویند روح و روان چیز مستقلی نیست، اثرات خود بدن است و بنابراین هر کسالتی از لحاظ بدنی و طبی قابل درمان است. شاید روزگاری این حرف به ما نزدیک‌تر شود ولی تا آن جایی که بشر امتحان کرده هر کدام برای خود قلمرویی دارند. شما که با اتومبیل رانندگی می‌کنید، اگر کلیه‌ی شما خراب بود، ماشین شما خراب می‌شود؟ یا اگر ماشین شما بنزین آن تمام شد، شما پیاده می‌شوید و غذا می‌خورید؟ اینها عملاً جداگانه‌اند ولی به هم خیلی مربوط هستند.

بعضی مسائل خیلی ساده‌ای هست که اگر ما توجّه کامل به ذکر و فکر و به اصطلاح اعتقادات خود داشته باشیم و حواس ما در آن بیشتر جمع باشد، آنها خودبه‌خود برای ما حل می‌شود. ذهن هم اگر منظم باشد و جلوی نور حقانیت و وحدت و ایمان به اصطلاح قرار گیرد، همان نور هم اینها را از بین می‌برد ولی چیزهای کوچکی هست که اگر بماند بزرگ می‌شود. مثلاً در همه‌ی ادبیات ما در مورد جغد بدبین هستند و می‌گویند جغد در خرابه می‌رود، خرابه می‌خواهد، البته نه اینکه جغد خرابه می‌خواهد بلکه چون از انسان می‌گریزد و انسان همه جا را آباد می‌کند، به خرابه می‌رود. جغد از انسان خوشش نمی‌آید همانطوری که ما از جغد خوشمان نمی‌آید. در همه‌ی ادبیات ما و برخی ملل دیگر از جغد به‌عنوان حیوان نامبارک اسم برده‌اند. نمی‌دانم چرا ولی فعلاً هم اینطوری است، این اثر در فکر ما هست. حضرت صالح علیشاه می‌گفتند در سفری به تهران تشریف آورده بودند، بعد می‌خواستند برگردند. در مجلس فرمودند (مجلس عمومی فقرا که هم زنان شنیدند هم مردان) که ما می‌خواهیم روز دوشنبه به گناباد حرکت کنیم، دوشنبه هم روزی است که همه می‌گویند سفر نکنید، گفتم شماها گوش بدهید، دوشنبه که ما می‌خواهیم حرکت کنیم قبل از سیزده صفر است که این را هم، همه بد می‌دانند. رو به مشهد که می‌خواهیم برویم رو به مشرق می‌شود که این را هم تقویم‌ها نوشته‌اند کاری که رو به مشرق باشد نباید بکنید. ما می‌خواهیم بکنیم هیچکس چیزی نگوید و فقرا ساکت باشند. ایشان فرمودند هیچکس چیزی نگفت و رفتیم به سفری که به‌قولی نحس اندر نحس بود. هیچ چیزی هم نشد. نتیجه‌گیری آن این است که این نظر مردم است که اثر می‌کند.

بنابراین هیچ نحوستی نیست به‌خصوص در جغد؛ جز آنچه شما تصوّرش را بکنید. آن هم حیوانی است مثل همه‌ی حیوانات دیگر. پس علت چیست که اینطوری می‌شود؟ یکی عُرف و ادبیات است که هیچ جا جغد را به خوبی یاد نکرده‌اند حالا چرا، نمی‌دانم ولی از آهو، از بلبل از این چیزها خیلی به نیکی یاد کرده‌اند. یکی زیبایی است که این اثر را دارد یکی هم خاطره‌ای که انسان دارد. مثلاً ما همه از لاشخور بدمان می‌آید. با وجودی که او به زنده کار ندارد، به مرده کار دارد و مرده‌ها را می‌خورد ولی همین شکل زشتی که دارد، خودبه‌خود در ذهن انسان اثر می‌گذارد. این است که به اصطلاح نباید به این نوع نحوست‌های دسته‌جمعی تکیه کرد، همه‌ی این موجودات را خداوند آفریده و همه‌ی اینها در نزد خداوند عزیز و محترم هستند.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ^۱

دعا خواستن از بندگان خدا مطلوب است. به این دلیل که خود دعا را هم خدا گفته. می‌گوید:

ای دعا از تو اجابت هم ز تو

ایمنی از تو مهابت هم ز تو^۲

دعا به زبان نیست. اگر جلوی من یک دعای ژاپنی بگذارند، من هیچ معنی‌اش را نمی‌فهمم. اگر به حروف فارسی هم بنویسند که من بتوانم بخوانم، باز هم هیچی نمی‌فهمم. همانطور هم که یک خارجی نمی‌تواند فارسی بفهمد. اگر خواندن دعا به این معنایی که ما می‌گوییم و امروزه متداول است، مثل خواندن دعاهای مندرج در کتاب *زادالمعاد* و یا *مفاتیح‌الجنان* کافی بود، آن کسی که اینها را نوشته و کسی که چاپ کرده و هزاران هزار نفر که می‌خوانند، پس هیچ ناراحتی در جهان نباید باشد. مثلاً کسانی (درویش‌ها، به‌ندرت) می‌گویند برای ازدیاد روزی یک ذکر به ما بدهید. ذکر یعنی چه؟ ذکر یعنی یاد خدا. منتها یاد خدا چندان آسان نیست. ما به درگاه خداوند که دسترسی نداریم. به قول جامی:

چون میسر نیست بر من کام او

عشق‌بازی می‌کنم با نام او

این در واقع مشغولیت است وگرنه اصل دعا، آن معنایی است که در این جملات نهفته شده و آن معنا به زبان نیست، باید از دل برخیزد یعنی مثلاً وقتی می‌گوییم: *إِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ*^۳ واقعاً دلمان می‌خواهد که خداوند راه صحیح را به ما نشان بدهد. اگر در آن لحظه‌ای که این حالت برای ما هست که می‌فهمیم عقل ما هیچ کار نمی‌کند (یعنی کار کرده ولی به نتیجه نرسیده و چند راه جلوی ما است و نمی‌تواند تشخیص بدهد که کدامیک از این راه‌ها بهتر است) آنوقت متذکر شود: خدایا، راه خوب را به من نشان بده و می‌گوید: *إِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ*. این دعا چون قبلاً به درگاه خدا رسیده یعنی خداوند خودش این حالت را داده، در آن صورت مستجاب می‌شود. استجاب دعایی که خود خدا بدهد، ردخور ندارد. از همین حیث، می‌گویند: دعاهایی که در قرآن آمده، اینطور است. همینطور بسیاری از *قُلْ أَعُوذُ* که ما به صورت مدون در قرآن داریم، مربوط است به اینکه بفهمید که پناهگاهی جز خداوند ندارید و بفهمید که هرچه می‌خواهید، باید از او بخواهید. این است که ما، در هر دعایی، اگر از خدا آن حالتی پیدا شد که واقعاً از صمیم قلب از او خواستیم و احساس کردیم که این حالت و این دعا را خدا به دل ما وارد کرده، آن دعا یقیناً قبول است. به همین جهت خیلی اشخاص که فکر می‌کنند که ممکن است برای خودشان چنین حالتی دست ندهد، از برادر مؤمنشان خواهش می‌کنند: تو برای من دعا کن. برای اینکه تو وقتی دعا کنی، دعایت خالص است، برای خودت نیست. این است که از دیگری دعا خواستن، خوب است، ممدوح است. منتها بهتر این است که قبلاً خود انسان این حالت دعا را داشته باشد تا اثر کند.

۱. برگرفته از گفتارهای عرفانی، صبح پنج‌شنبه، تاریخ ۱۳۹۱/۳/۱۸ ه. ش.

۲. مثنوی معنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۴.

۳. سوره فاتحه، آیه ۶.

فهرست جزوات قبل

| شماره جزوه | عنوان | قیمت |
|--------------|---|--|
| اول | گفتارهای عرفانی ^۱ (قسمت اول - دی و بهمن ۱۳۸۶) | مجموعه شماره یک: ۸۰۰۰ تومان (شامل ۱۳ جزوه) |
| دوم | گفتارهای عرفانی (قسمت دوم - بهمن ۱۳۸۶ تا فروردین ۱۳۸۷) | |
| سوم | گفتارهای عرفانی (قسمت سوم - اسفند سوم - اسفند ۱۳۸۶ تا خرداد ۱۳۸۷) | |
| - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت اول) | |
| چهارم | گفت و گوهای عرفانی ^۲ (قسمت اول - متن ۶ مصاحبه - تابستان و آذر ۸۶ و اردیبهشت، مرداد و آذر ۸۷) | |
| پنجم | مکاتیب عرفانی ^۳ (قسمت اول ۷۶-۱۳۷۵) | |
| ششم | استخاره (همراه با سی دی صوتی) | |
| هفتم | مقدمه‌ی روز جهانی درویش | |
| هشتم | مکاتیب عرفانی (قسمت دوم ۷۹-۱۳۷۷) | |
| نهم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهارم - اردیبهشت، خرداد و تیر ۱۳۸۷) | |
| دهم | گفتارهای عرفانی (قسمت پنجم - تیر ۱۳۸۷) | |
| یازدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت ششم - مرداد و شهریور ۱۳۸۷) | |
| دوازدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت هفتم - شهریور ۱۳۸۷) | |
| - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت دوم) | مجموعه دو: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) |
| سیزدهم | خانواده و اختلافات خانوادگی و علل عمده (قسمت اول) | |
| چهاردهم | حقوق مالی و عُشریه (قسمت اول) | |
| پانزدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت هشتم - مهر ۱۳۸۷) | |
| شانزدهم | مکاتیب عرفانی (قسمت سوم ۱۳۸۰) | |
| هفدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت نهم - مهر ۱۳۸۷) | مجموعه سه: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) |
| هجدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت دهم - مهر و آبان ۱۳۸۷) | |
| نوزدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت یازدهم - آبان ۱۳۸۷) | |
| بیستم | گفتارهای عرفانی (قسمت دوازدهم - آبان و آذر ۱۳۸۷) | |
| بیست و یکم | گفتارهای عرفانی (قسمت سیزدهم - آذر ۱۳۸۷) | |
| بیست و دوم | شرح و تفسیر برخی از آیات قرآن کریم (قسمت اول) | مجموعه چهار: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) |
| بیست و سوم | شرح فرمایشات حضرت صادق <small>علیه السلام</small> (تفسیر مصباح الشریعة و مفتاح الحقیقة) (قسمت اول) | |
| بیست و چهارم | شرح فرمایشات حضرت سجاد <small>علیه السلام</small> (شرح رساله حقوق) (قسمت اول) | |
| - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت سوم) | |
| بیست و پنجم | مکاتیب عرفانی (قسمت چهارم ۸۱-۱۳۸۰) | |
| بیست و ششم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهاردهم - مرداد الی آذر ۱۳۸۷) | مجموعه پنج: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) |
| بیست و هفتم | گفتارهای عرفانی (قسمت پانزدهم - آذر ۱۳۸۷) | |
| بیست و هشتم | گفتارهای عرفانی (قسمت شانزدهم - آذر و دی ۱۳۸۷) | |
| بیست و نهم | گفتارهای عرفانی (قسمت هفدهم - دی ۱۳۸۷) | |
| - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت چهارم) | |

۱. گفتارهای عرفانی: بیانات صبح‌های شنبه، یک‌شنبه، چهارشنبه، پنج‌شنبه، جمعه و مناسبت‌ها.

۲. گفت و گوهای عرفانی: مجموعه‌ی مصاحبه‌ها.

۳. مکاتیب عرفانی: مجموعه‌ی پاسخ به نامه‌ها.

| | |
|---|---|
| مجموعه شش: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) | سی ام گفتارهای عرفانی (قسمت هجدهم - دی و بهمن ۱۳۸۷) سی و یکم گفتارهای عرفانی (قسمت نوزدهم - بهمن ۱۳۸۷) سی و دوم گفتارهای عرفانی (قسمت بیستم - اسفند ۱۳۸۷) سی و سوم گفتارهای عرفانی (قسمت بیست و یکم - اسفند ۱۳۸۷) - |
| ۲۰۰ تومان | - نقشه راهنمای موقعیت مزار سلطانی بیدخت در کشور ایران |
| مجموعه هفت: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) | سی و چهارم مکاتیب عرفانی (قسمت پنجم ۸۳-۱۳۸۲) سی و پنجم مکاتیب عرفانی (قسمت ششم ۱۳۸۴) سی و ششم شرح فرمایشات حضرت صادق <small>علیه السلام</small> (تفسیر مصباح الشریعة و مفتاح الحقیقة) (قسمت دوم) سی و هفتم شرح فرمایشات حضرت سجاد <small>علیه السلام</small> (شرح رساله حقوق) (قسمت دوم) سی و هشتم مجموعه دستورالعمل‌ها و بیانیه‌ها (قسمت اول) |
| مجموعه هشت: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) | سی و نهم مکاتیب عرفانی (قسمت هفتم ۸۷-۱۳۸۴) چهارم شرح فرمایشات حضرت سجاد <small>علیه السلام</small> (شرح رساله حقوق) (قسمت سوم) چهل و یکم شرح فرمایشات حضرت سجاد <small>علیه السلام</small> (شرح رساله حقوق) (قسمت چهارم) چهل و دوم شرح و تفسیر برخی از آیات قرآن کریم (قسمت دوم) چهل و سوم مجموعه دستورالعمل‌ها و بیانیه‌ها (قسمت دوم) |
| مجموعه نه: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) | چهل و چهارم گفتارهای عرفانی (قسمت بیست و دوم - فروردین ۱۳۸۸) چهل و پنجم گفتارهای عرفانی (قسمت بیست و سوم - فروردین ۱۳۸۸) چهل و ششم گفتارهای عرفانی (قسمت بیست و چهارم - فروردین ۱۳۸۸) چهل و هفتم گفتارهای عرفانی (قسمت بیست و پنجم - اردیبهشت ۱۳۸۸) - |
| مجموعه ده: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) | چهل و هشتم گفتارهای عرفانی (قسمت بیست و ششم - مرداد ۱۳۸۹) چهل و نهم گفتارهای عرفانی (قسمت بیست و هفتم - مرداد و شهریور ۱۳۸۹) پنجاهم گفتارهای عرفانی (قسمت بیست و هشتم - شهریور ۱۳۸۹) پنجاه و یکم گفتارهای عرفانی (قسمت بیست و نهم - شهریور و مهر ۱۳۸۹) پنجاه و دوم گفتارهای عرفانی (قسمت سی ام - مهر ۱۳۸۹) |
| مجموعه یازده: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) | پنجاه و سوم گفتارهای عرفانی (قسمت سی و یکم - اردیبهشت ۱۳۸۸) پنجاه و چهارم گفتارهای عرفانی (قسمت سی و دوم - اردیبهشت و خرداد ۱۳۸۸) پنجاه و پنجم گفتارهای عرفانی (قسمت سی و سوم - خرداد ۱۳۸۸) پنجاه و ششم گفت و گوهای عرفانی (قسمت دوم - عرفان در کار اداری - بهار و تابستان ۱۳۸۹) پنجاه و هفتم گفتارهای عرفانی (قسمت سی و چهارم - خرداد ۱۳۸۸) |
| مجموعه دوازده: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) | پنجاه و هشتم گفتارهای عرفانی (قسمت سی و پنجم - خرداد و تیر ۱۳۸۸) پنجاه و نهم حقوق مالی و عُشریه (قسمت دوم) شصتم خانواده و اختلافات خانوادگی و علل عمده (قسمت دوم) شصت و یکم گفت و گوهای عرفانی (قسمت سوم - سال‌های ۸۹-۱۳۸۸) شصت و دوم رفع شبهات با گزیده‌هایی از بیانات (قسمت اول) |
| مجموعه سیزده: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) | شصت و سوم رفع شبهات با گزیده‌هایی از بیانات (قسمت دوم) شصت و چهارم رفع شبهات با گزیده‌هایی از بیانات (قسمت سوم) شصت و پنجم رفع شبهات با گزیده‌هایی از بیانات (قسمت چهارم) شصت و ششم گفتارهای عرفانی (قسمت سی و ششم - تیر ۱۳۸۸) شصت و هفتم گفتارهای عرفانی (قسمت سی و هفتم - تیر ۱۳۸۸) |

| | | |
|--|---------------|---|
| مجموعه چهارده: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۵ جزوه) | شصت و هشتم | گفتارهای عرفانی (قسمت سی و هشتم - تیر و مرداد ۱۳۸۸) |
| | شصت و نهم | گفتارهای عرفانی (قسمت سی و نهم - مرداد و شهریور ۱۳۸۸) |
| | - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت هفتم) |
| | - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت هشتم) |
| | - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت نهم) |
| | هفتادم | مُلَخَّص گزارشات در مورد عرفان (هدیه نوروزی ۱۳۹۰) |
| مجموعه پانزده: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۱۰ جزوه) | هفتاد و یکم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهل و یکم - شهریور ۱۳۸۸) |
| | هفتاد و دوّم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهل و دوّم - شهریور ۱۳۸۸) |
| | هفتاد و سوّم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهل و سوّم - مهر ۱۳۸۸) |
| | هفتاد و چهارم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهل و سوّم - مهر ۱۳۸۸) |
| | هفتاد و پنجم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهل و چهارم - مهر ۱۳۸۸) |
| | هفتاد و ششم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهل و پنجم - مهر و آبان ۱۳۸۸) |
| | هفتاد و هفتم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهل و ششم - آبان ۱۳۸۸) |
| | هفتاد و هشتم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهل و هفتم - آبان و آذر ۱۳۸۸) |
| | هفتاد و نهم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهل و هشتم - آذر ۱۳۸۸) |
| | - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت دهم) |
| | هشتادم | شرح فرمایشات حضرت سجّاد <small>علیه السلام</small> (شرح رساله حقوق) |
| مجموعه شانزده: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۱۰ جزوه) | هشتاد و یکم | گفتارهای عرفانی در سفرهای بیدخت (قسمت اوّل) |
| | هشتاد و دوّم | گفتارهای عرفانی در سفرهای بیدخت (قسمت دوّم) |
| | هشتاد و سوّم | گفتارهای عرفانی در سفرهای بیدخت (قسمت سوّم) |
| | هشتاد و چهارم | گفتارهای عرفانی در سفرهای بیدخت (قسمت چهارم) |
| | هشتاد و پنجم | گفتارهای عرفانی در سفرهای بیدخت (قسمت پنجم) |
| | هشتاد و ششم | گفتارهای عرفانی در سفرهای بیدخت (قسمت ششم) |
| | هشتاد و هفتم | گفتارهای عرفانی در سفرهای بیدخت (قسمت هفتم) |
| | هشتاد و هشتم | گفتارهای عرفانی در سفرهای بیدخت (قسمت هشتم) |
| | هشتاد و نهم | گفتارهای عرفانی در سفرهای بیدخت (قسمت نهم) |
| | - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت یازدهم) |
| | نودم | مکاتیب عرفانی (اسفند ۱۳۷۵ الی خرداد ۱۳۸۷) |
| مجموعه هفده: ۱۰۰۰ تومان (شامل ۱۰ جزوه) | نود و یکم | گفتارهای عرفانی (قسمت چهل و نهم) |
| | نود و دوّم | گفتارهای عرفانی (قسمت پنجاهم) |
| | نود و سوّم | گفتارهای عرفانی (قسمت پنجاه و یکم) |
| | نود و چهارم | گفتارهای عرفانی (قسمت پنجاه و دوّم) |
| | نود و پنجم | گفتارهای عرفانی (قسمت پنجاه و سوّم) |
| | نود و ششم | گفتارهای عرفانی (قسمت پنجاه و چهارم) |
| | نود و هفتم | گفتارهای عرفانی (قسمت پنجاه و پنجم) |
| | نود و هشتم | گفتارهای عرفانی (قسمت پنجاه و ششم) |
| | نود و نهم | گفتارهای عرفانی (قسمت پنجاه و هفتم) |
| | - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت دوازدهم) |

| | | |
|--------------|---|-----------|
| صدم | شرح فرمایشات حضرت صادق <small>علیه السلام</small> (تفسیر مصباح الشریعة و مفتاح الحقیقة) (جلد اول) | ۵۰۰ تومان |
| صدویکم | گفتارهای عرفانی (قسمت پنجاه و هشتم) | |
| صدودوم | گفتارهای عرفانی (قسمت پنجاه و نهم) | |
| صدوسوم | گفتارهای عرفانی (قسمت شصتم) | |
| صدوچهارم | گفتارهای عرفانی (قسمت شصت و یکم) | |
| صدوپنجم | گفتارهای عرفانی (قسمت شصت و دوم) | |
| صدوششم | گفتارهای عرفانی (قسمت شصت و سوم) | |
| صدوهفتم | گفتارهای عرفانی (قسمت شصت و چهارم) | |
| صدوهشتم | گفتارهای عرفانی (قسمت شصت و پنجم) | |
| صدونهم | گفتارهای عرفانی (قسمت شصت و ششم) | |
| - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت سیزدهم) | |
| صدودهم | شرح رساله شریفه پندصالح (جلد اول) | ۵۰۰ تومان |
| صدویازدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت شصت و هفتم) | |
| صدودوازدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت شصت و هشتم) | |
| صدوسیزدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت شصت و نهم) | |
| صدوچهاردهم | گفتارهای عرفانی (قسمت هفتم) | |
| صدویانزدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت هفتاد و یکم) | |
| صدوشانزدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت هفتاد و دوم) | |
| صدوهفدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت هفتاد و سوم) | |
| صدوهجدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت هفتاد و چهارم) | |
| صدونوزدهم | گفتارهای عرفانی (قسمت هفتاد و پنجم) | |
| - | شرح رساله شریفه پندصالح (قسمت چهاردهم) | |
| صدویستم | شرح و تفسیر برخی از آیات قرآن کریم (جلد اول) | ۵۰۰ تومان |
| صدویست و یکم | درباره‌ی مزار سلطانی بیدخت و شرح زندگی و حالات اقطاب اخیر | ۵۰۰ تومان |
| صدویست و دوم | شرح رساله شریفه پندصالح (جلد دوم) | ۵۰۰ تومان |
| صدویست و سوم | فهرست موضوعی جزوات | ۵۰۰ تومان |

مجموعه هجده:
شامل ۱۰ جزوه
۱۰۰۰ تومان

مجموعه نوزده:
شامل ۱۰ جزوه
۱۰۰۰ تومان