

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

مرحله‌ی آماده‌سازی فایل				
تکمیل مآخذ و ویرایش نهایی	ویرایش دوم	ذکر مآخذ	تصحیح و ویرایش اولیه	پیاده‌سازی

سالک باید چگونه باشد (ص ۲۴۱ ف ۳ - ۲۴۲ ف ۱)

* غذاهای روحی را هم مثل غذاهای بدن تا گرسنه‌ای و رغبت و اشتها داری بخور و همین که خواستی سیر شوی دست بکش و دیگر نخور.

نکته‌ی بسیار مهمی است. گاهی عدم توجه به این نکته سبب خسارت‌های بزرگی برای سالک می‌شود. تلاش‌ها و تقلاهایی در مسیر عبادت و اعمال معنوی دارد که سودی به او نمی‌بخشد؛ حتی خساراتی هم بر او وارد می‌کند. به این بحث در کتاب شراب‌طهور به‌طور مفصل در مبحث عبادت و در کتاب سرحق در فصل سوم اشاراتی داشته‌ام و اینجا مروری روی بحث‌ها می‌کنیم. بدن انسان برای زنده ماندن به حداقل غذا، حدّ معینی از پروتئین و ویتامین و آب و اکسیژن نیاز دارد که اگر به بدن نرسد، انسان از پا در می‌آید و می‌میرد. با این حداقل غذا که شرط زنده ماندن است فرد زنده می‌ماند؛ اما یقیناً بدن و عضلات قوی و پیچیده و توانمندی پیدا نمی‌کند. یک بدن لاغر و رنجور؛ اما زنده دارد. اگر کسی طالب این است که بدن و عضلات قوی، شاداب و نیرومند داشته باشد، باید بیش از این حداقل به خودش مواد غذایی، ویتامین، پروتئین و مواد کالری‌زا برساند. روح ما هم همین‌گونه است. روح برای اینکه زنده بماند و نمیرد، دل برای اینکه به حیات خودش ادامه دهد، نیازمند حداقل غذای روحانی و معنوی است که اگر به او نرسد می‌میرد و انسان دچار دلمردگی می‌شود. این حداقل، همان واجباتی است که در دین مقرر شده است؛ هفده رکعت نماز واجبی که در شبانه روز می‌خوانیم؛ یک ماه روزه‌ی واجبی که در ماه رمضان می‌گیریم؛ اعمال واجب عبادی که غذای

روح انسان است و اگر به روح نرسد انسان دچار دلمردگی و مرگ روحانی می‌شود. گرچه بدنش زنده است؛ اما دیگر در او خبری از لطافت‌های روحانی و معنوی نیست. دلش مرده و مثل یک تکه گوشت بی‌احساس شده است. تأثیری از محرک‌های معنوی نمی‌پذیرد. در هیجان‌انگیزترین موقعیت‌های معنوی که قرار می‌گیرد، کوچک‌ترین تأثیری در خودش احساس نمی‌کند، روح و دل مرد و دچار دلمردگی شد. اگر کسی واجبات را انجام دهد که شرط حیات روح و دل است، روح و دلش زنده می‌ماند؛ اما با این حداقل غذای روحانی، به یک روح توانمند و متعالی دست پیدا نمی‌کند. برای اینکه به توانایی، نیرو و شادابی برسد، به غذاهای روحانی بیشتری نیاز دارد. غذاهای روحانی بیشتر، مستحباتی است که وجود دارد. برخی از این مستحبات داخل واجبات پیش‌بینی شده‌است؛ مثلاً نماز واجبتان را که می‌خوانید مقدمات، مقارنات و تعقیباتی دارد که اینها مستحب است. مثل اذان، اقامه، تکبیرات افتتاحیه، دعاهای قبل از تکبیرة الاحرام و ... که مقدمات نماز و مستحبتند. بعد از تکبیرة الاحرام وقتی وارد نماز شدی، داخل نماز هم مقارناتی داریم که مستحب است. در رکوع و سجده ذکر رکوع و سجده را تکرار کنید، اذکار متعددی بگویید، صلوات بفرستید، قنوت بخوانید و به یک سلام قناعت نمی‌کنید؛ سه سلام می‌دهید و ... بعد از اتمام نماز هم تعقیبات مستحبتی داریم. سه تکبیر می‌گویی که جزء تعقیبات است. تسبیحات حضرت زهرا سلام الله علیها می‌خوانی، سجده‌ی شکر و عفو به جا می‌آوری، دعاهایی که در تعقیبات نماز وارد شده می‌خوانی؛ اینها جزء مستحبات است. دین بعضی از پروتئین و ویتامین‌های روحانی را در درون و همراه با واجبات و برخی را هم مستقل از آنها در اختیار ما قرار داده است. در دل سحر بیدار می‌شوید، نافله‌ی شب، نماز شفع و وتر می‌خوانید، نافله‌ی صبح می‌خوانید. ادعیه، تلاوت قرآن، فکر و ذکر که سالک دارد و روزه‌های مستحبتی که در غیر ماه رمضان می‌گیرد، مستحبات مستقلی است که برای فرد پیش‌بینی شده است. این پروتئین‌ها و ویتامین‌ها و مواد مغذی اضافه‌تر از حداقل است که به روح می‌رسانی و روح را توانمند می‌کنی. شاهد این بحث، حدیث قرب نوافل است. حدیث قدسی که شیعه و سنی هر دو نقل کرده‌اند و در جوامع متعدد حدیثی ما با اختلاف‌های بسیار جزئی در برخی از عبارات وجود دارد. «ما تَقَرَّبَ إِلَى عَبْدٍ بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِنْما افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ»

خدای متعال فرمود: بنده‌ی من به سوی من تقرب نمی‌جوید با عملی که نزد من از واجبات محبوب‌تر باشد. پس محبوب‌ترین عملی که با انجام آنها می‌شود به خدا نزدیک شد، انجام واجبات است. چرا؟ چون بدون آنها روح اصلاً می‌میرد. «وَإِنَّهُ لَيَقْرَبُ إِلَىٰ بِالنَّافِلَةِ» بنده واجبات را که انجام داد، با انجام اعمال مستحب به سوی من تقرب می‌جوید. «حَتَّىٰ أَحْبَبْتُهُ» تا کار به جایی می‌رسد که من خدا عاشق و دوستدار این بنده می‌شوم. به مقام محبوبی رسیدن با واجبات به تنهایی قابل دسترسی نیست. یک وقت مُحِبِّ و یک وقت محبوب خداییم. به مقام محبوبی رسیدن نیاز به انجام نوافل و مستحبات دارد، ویتامین اضافی روحانی باید به آن برسد. بعد فرمود: کار بنده‌ی من به جایی می‌رسد که من چشم او می‌شوم که با او می‌بیند. من خدا گوش او می‌شوم که با آن گوش می‌شنود. من خدا دست این بنده می‌شوم که با آن دست می‌گیرد.^۱ «إِنْ دَعَانِي أَحْبَبْتُهُ وَإِنْ سَأَلَنِي أَعْطَيْتُهُ»^۲ اگر بنده‌ام مرا صدا بزند، بلافاصله پاسخ او را می‌دهم، لبیک عبدی می‌گویم و اگر چیزی از من درخواست کند، بلافاصله به او عطا می‌کنم. رسیدن به مقام مستجاب‌الدعوه‌ای فقط با واجبات قابل دسترسی نیست. نکته‌ی دیگری که اینجا باید اشاره کنیم این است که در واجبات ولو فرد شوق و رغبتی هم ندارد به زور و اکراه هم شده باید خود را وادار به انجام کند. مثل شخصی که مریض شده، ذائقه‌اش به هم ریخته و اشتها به غذا ندارد؛ از خوشمزه‌ترین غذاها اظهار بی‌میلی می‌کند. وقتی حداقل غذایی که شرط زنده ماندن است نمی‌خورد، به زور هم شده به خوردش می‌دهند و اگر به شکل عادی و طبیعی نشود به خوردش داد به زور از طریق سِرْم وارد بدنش می‌کنند؛ چون اگر به بدنش نرسد می‌میرد. اگر عبد هم در مورد واجبات، میل، رغبت و شوق نداشت به اکراه و زور و اجبار هم شده باید خود را به انجام آن وادار کند؛ چون اگر انجام ندهد روح می‌میرد. در رابطه با مستحبات این طوری نیست؛ وقتی مستحبات اثر سازنده دارد که عبد شوق و اشتیاق به آن دارد، اشتهای روحانی او فعال، بیدار و بازست، با همه‌ی ولع و اشتها به سمت عمل مستحبی

^۱. «فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ وَ لِسَانَهُ الَّذِي يَنْطِقُ بِهِ وَ يَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا».

^۲. کلینی، کافی، ج ۲، ص ۳۵۲ و مجلسی، بحار، ج ۷۲، ص ۱۵۵ و محدث‌قمی، سفینه‌البحار، ج ۱، ص ۱۵۸.

می‌رود که آن وقت اثر سازنده دارد. اگر انسان مستحبات را به زور و اجبار به خورد خود دهد نه تنها اثر سازنده‌ای ندارد؛ حتی مخرب و مضرست. به یکی دو روایت اشاره کنم. امام عسگری علیه السلام فرمودند: «إِذَا نَشِطَ الْقَلْبُ فَأَوْدِعُوهَا، وَإِذَا نَقَرَتْ فَوَدِّعُوهَا»^۳ وقتی دل‌ها در حال نشاطند ودیعه‌ها را به او بسپارید؛ غذاهای مغذی و مقوی روحانی را به او بدهید «وَ إِذَا نَقَرَتْ» ولی وقتی دل پشت کرده، حالت نفرت و انزجار دارد و اشتیاق ندارد و لاش کنید به زور چیزی از مستحبات به خوردش ندهید، اثر عکس دارد. چرا؟ پیغمبراکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند: «يَا عَلِيُّ إِنَّ هَذَا الدِّينَ مَتِينٌ» علی جان این دین، دین متین، حساب شده و استوار و مستحکمی است «فَأَوْغُلْ فِيهِ بِرَفْقٍ وَلَا تُبْعِضْ إِلَى نَفْسِكَ عِبَادَةَ رَبِّكَ»^۴ پس در این دین با رفق، نرمی، ملایمت و مدارا وارد شو و قدم گذار و عبادت پروردگارت را مبعوض نفس خودت نکن؛ چون وقتی روح به عبادت میل ندارد و تو به زور وادارش می‌کنی با همه‌ی وجود بغض، نفرت و کینه‌ی عبادت و دین در دلش می‌آید. باز پیغمبراکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند: «لَا تُكْرَهُوا عِبَادَةَ اللَّهِ إِلَى عِبَادِ اللَّهِ»^۵ عبادت خدا را به زور و اکراه به خورد بندگان خدا ندهید؛ مردم را با اکراه وادار به عبادت‌های خدا نکنید. چرا؟ مستحبات وقتی سازندگی دارند و رشدآفرین هستند که توأم با شادابی، اشتیاق و طراوت انجام شود؛ لذا هیچ وقت خودتان را به مستحبات وادار نکنید. وقتی می‌بینی حال نداری، خسته‌ای، خوابت می‌آید و میل نداری به زور خودت را وادار نکن، این عمل مستحب سازندگی نخواهد داشت و مبعوض تو می‌شود. به تعبیری که پیغمبراکرم صلی الله علیه و آله و سلم به امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند برای همیشه از آن عمل متنفر می‌شوی. به زور خودت را وادار نکن، وقتی سراغ مستحبات برو که شوق، نشاط و شادابی هست و تا میزانی انجام و ادامه بده که هنوز شادابی و نشاط وجود دارد؛ هنوز عطش و میل به انجام مستحب تمام نشده؛ دلت می‌خواهد ادامه دهی؛ ولی دست بکش تا این اشتیاق برای بار بعد هم باقی بماند؛

^۳. مجلسی، بحار، ج ۷۵، ص ۳۷۷ و محدث‌نوری، مستدرک‌الوسائل، ج ۱، ص ۱۴۴ و محمدبن مکی (شهید اول)، الدرّة الباهرة، ص ۴۶.

^۴. کلینی، کافی، ج ۲، ص ۸۷ و حرّعاملی، وسائل‌الشیعة، ج ۱، ص ۱۱۰ و مجلسی، بحار، ج ۶۸، ص ۲۱۴.

^۵. کلینی، کافی، ج ۲، ص ۸۶ و مجلسی، بحار، ج ۶۸، ص ۲۱۲ و فیض‌کاشانی، الوافی، ج ۴، ص ۳۵۹.

نه اینکه آنقدر کشش بدهی که با بی میلی، کراحت و حالت نفرت بخواهی ادامه بدهی. حالش را نداری، خسته شدی و بی رغبتی؛ ولی زور می آوری که این دعا یا سوره را باید تا آخر بخوانم. مفید که نیست مضر هم هست، لطمه می زند و عمل را مبعوض تو می کند. دعا را تا آخر می خوانی؛ ولی قول می دهم این آخرین دفعه بود که سراغ این دعا آمدی؛ برای همیشه از این دعا متنفری شدی. لذیذترین غذاهای جسمانی را اگر سیر شدی بعد کسی به زور باز هم به خوردتان داد، شما از آن غذا مشمئز می شوید. هر وقت از آن غذا اسم می برند، همان غذایی که سالها دوست داشتی، حالت اشمئزاز و تهوع به شما دست می دهد و می گویی اسم غذای به آن لذیذی را نیاور. غذاهای روحانی هم این طوری است، اگر اشتیاق نیست نرو. اگر اشتیاق بود و مشغول شدی تا حدی ادامه بده که هنوز اشتیاق باقی است. ممکن است کسی به من بگوید تا اشتیاق نداریم سراغ مستحبات نرویم؟ می گویم: بله. می گوید: ببخشید من هیچ وقت اشتیاق ندارم. می گویم: تو وقتی پای سفره نشستی و اشتهای به خوردن غذا نداری می گویی ببخشید من اشتهای ندارم، بلند می شوی! یک کاسه ترشی، یک کاسه ماستی، نوشابه ای، خردلی، سسی، ادویه ای کنارت می چینی و با این محرکها اشتهای خفته ی خود را بیدار می کنی و چند برابر آنها که اشتهای داشتند یک تنه می خوری. چطور در مورد بدنت می توانی برای خودت اشتهای ایجاد کنی، اشتهای را بیدار و زنده کنی، همین کار را در رابطه با اعمال مستحب هم می شود انجام داد. این طوری نیست که من هیچ وقت اشتهای ندارم لذا هیچ وقت نماز شب، دعا و قرآن نمی خوانم، ذکر نمی گویم، هیچ وقت خلوت عبادی ندارم. اشتهای را می شود ایجاد کرد. یک کاسه ترشی کنار نماز شبت بگذار حالا ببین چقدر قشنگ می توانی نماز شب بخوانی. کاسه ترشی، شوخی و تعبیر است. در رابطه با واجبات مقدمات، مقارنات و تعقیبات همان کاسه ترشی است؛ چون واجبات را ولو میل نداری به اکراه به خورد خود بده اگر این حداقل غذای روحانی به خورد جان تو نرسد، می میری. سازندگی نماز واجبی که با اکراه خواندم، به اندازه ی نماز واجبی که با شوق و اشتیاق خواندم نیست؛ پس باید در نماز و عبادات واجبیم هم شوق و اشتیاق فراهم کنیم. مقدماتی که برای واجبات ما پیش بینی شده همان کاسه ترشی، کاسه ماست، خردل، سس و ادویه است. اذان و اقامه ای که می گویی، ادعیه ی قبل از تکبیرة الاحرام و تکبیرات

افتتاحیه همان چیزهایی است که اشتها را زنده می‌کند. تکبیرة الاحرام را که می‌گویی با اشتیاق و اشتها نماز را می‌خوانی. از همان اوّل که شروع کردی، موقع وضو گرفتن اگر ادعیه‌ی وضو گرفتن را هم با توجه بخوانی، اشتیاق می‌آورد. اگر وقتی آب را نگاه کردی، دستت را زیر آب بردی و شستی، دهانت را شستی و مززه کردی، بینات را شستی و استنشاق کردی، آب را به صورت، به دست راست و چپ ریختی، مسح سر و پا را کشیدی دعای هر یک را بخوانی اشتیاق می‌آورد. وضویت که تمام شد، دعای ختم وضو را با توجه بخوانی؛ یعنی من چه کار می‌کنم؟ وضو یعنی چه؟ صورت و دست راست و چپ شستن یعنی چه؟ اینها مستحبات وضوست و خیلی شوق ایجاد می‌کند و بعد که سر نماز رفتی بین چه نمازی می‌شود! یا وقتی اذان می‌گویی فکر کن یعنی چه اذان می‌گوییم؟ تا حالا فکر کردی اذان می‌گویی یعنی چه؟ خیلی سال پیش اوّل نماز که داشتم اذان می‌گفتم این حال برای من آمد. دیدم یک قلعه‌ای است که معشوق و محبوب من وسط قلعه است. من از بیرون می‌آیم می‌خواهم وارد قلعه شوم. قلعه نگهبان دارد به هر کس اجازه‌ی ورود نمی‌دهد. من باید یک‌طوری اثبات کنم که خودی‌ام تا راهم بدهند. نظامی‌ها می‌دانند که شب پادگان‌ها فُرُق است. نگهبان‌ها کنترل می‌کنند که کسی بی‌اجازه رد نشود. اجازه‌ی شلیک دارند و او را می‌زنند؛ ولی یک اسم شب و رمز ورود وجود دارد که اگر کسی بداند، وقتی به نگهبان بگوید، نگهبان اجازه‌ی عبور می‌دهد و کاری به او ندارد. دیدم به در قلعه رسیدم باید اسم شب را بگویم؛ یعنی بگویم من خودی‌ام تا بتوانم وارد قلعه شوم. دیدم می‌گویم «اللّٰهُ اَكْبَرُ؛ اَشْهَدُ اَنْ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ؛ اَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدًا رَسُوْلُ اللّٰهِ اَشْهَدُ اَنَّ اَمِيْرَ الْمُؤْمِنِيْنَ عَلِيًّا وَلِيُّ اللّٰهِ» وقتی فهمیدند خودی هستم به من گفتند سریع بیا تو «حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ؛ حَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ؛ حَيَّ عَلَى خَيْرِ الْعَمَلِ» زودتر بیا تو، زودتر بیا تو، بدو بیا سراغ نماز، بدو بیا به رستگاری برس، بدو بیا به بهترین عمل مشغول شو. تازه مرحله‌ی اوّل این قلعه طی شد. مرحله‌ی دوم موقع اقامه است. اینجا هم باید آشنایی بدهم. وقتی آشنایی دادم می‌گویند: «قَدْ قَامَتِ الصَّلَاةُ» حالا نماز بخوان. امام رضا علیه السلام فرمودند: نماز طلب وصال خدای متعال است؛ لذا معنی «قَدْ قَامَتِ الصَّلَاةُ» را فهمیدیم. با مستحبات رغبت و شوق در انسان بیدار و زنده می‌شود و بعد تکبیرة الاحرام را که می‌گوید و وارد نماز می‌شود خدا می‌داند چه نمازی است، که با این همه شوق و اشتیاق

خوانده می‌شود. برای اعمال مستحب هم می‌شود باز همین کاسه‌ی ترشی را کنارش گذاشت. فرض کنید شخص می‌خواهد حرم امام رضا علیه السلام، حرم اباعبدالله علیه السلام، حرم پیغمبر خدا صلی الله علیه و آله یا حرم هر یک از ائمه علیهم السلام برود سرش را پایین نمی‌اندازد برود داخل! می‌خواهیم خانه‌ی کسی برویم از خیابان در می‌زنیم در اف اف می‌پرسند کی هستی؟ می‌گوییم فلانی هستیم اجازه داریم داخل شویم می‌گوید: بله. در را باز می‌کند، می‌رویم داخل؛ بی‌اجازه وارد حیاط کسی هم نمی‌شویم که بخواهیم برویم پشت در اتاقش بگوییم که اجازه داریم داخل شویم. این پیشنهاد را در کتاب ره توشه‌ی دیدار نوشتم: ای کاش می‌شد اذن دخول را وقتی فرد از خیابان می‌خواهد وارد صحن شود بخواند. خدا عنایت کرد در حرم علی بن موسی الرضا علیه السلام چند سال بعد الحمدلله این اتفاق افتاد. وقتی شما از خیابان از هر دری بخواهید وارد شوید مثلاً باب الرضا، باب الجواد یا هر دری از بیرون صحن، اذن دخول می‌خوانید. خیلی کار قشنگی شد. خدا به آنهایی که این کار را کرده‌اند خیر بدهد. آنهایی که سنشان بیشتر است یادشان است، اذن دخول در ورودی حرم به دیوار نوشته شده بود؛ بدون اذن دخول وارد صحن و کلی از رواق‌ها می‌شد و وقتی می‌خواست وارد حرم شود اذن دخول می‌خواند. گرچه زیارت امام معصوم مستحب است؛ اما برای اینکه عمل توأم با شوق و اشتیاق باشد اذن دخول را پیش-بینی کردند که بایستیم دم در و فکر کنم کجا می‌خواهم بروم؟ چه بزرگی به من اذن زیارت و دیدار داده است؟ به دیدار چه نازنینی می‌خواهم بروم؟ چه توفیق بزرگی است. امام هم که مرده و زنده ندارد. زنده است. مرا که بیرون ایستادم می‌بیند، حرف‌هایم را می‌شنود. سلام که می‌کنم، جوابم را می‌دهد؛ ولو گوش ظاهری‌ام صدایش را نمی‌شنود؛ اما گوش دلم صدای پاسخ او را می‌شنود و ... این حرف‌ها را با خودت می‌زنی و اشتیاق دیدار را در خودت اوج می‌دهی. اینها در همه‌ی اذن دخول‌هایی که از ائمه رسیده وجود دارد. عرض من این است که اشتها را می‌شود ایجاد کرد. یک بار دیگر برگردیم با توضیحات نسبتاً مفصلاً که دادیم عبارت مصباح را بخوانیم؛ حالا معنادارتر شد. غذاهای روحی را هم مثل غذاهای بدن تا گرسنه‌ای و رغبت و اشتها داری بخور و همینکه خواستی سیر شوی دست بکش و دیگر نخور.

چه کسی گفته این دعا را باید تا آخر بخوانی. گاهی به شوخی گفته‌ام بعضی از دوستان جوان که قبلاً هم اهل اعمال مستحبی نبوده‌اند، شب بیست‌وسه ماه رمضان که می‌شود در طول سال یکبار هم پایش به مسجد باز نشده، یکبار لای مفاتیح و کتاب دعا را باز نکرده است حالا می‌گوید: امشب مقدرات یک سال من رقم می‌خورد؛ ولو معصیت هم باشد بگذار این معصیت را من امشب انجام بدهم و به مسجد بیایم. مسجد آمد می‌خواهد احیا بگیرد. مفاتیح را باز می‌کند می‌خواهد اعمال شب بیست‌وسه ماه رمضان را انجام دهد و سراغ دعای جوشن کبیر رفته است. ای داد بی‌داد انسانی که یک خط دعا در سال گذشته نخوانده حالا می‌خواهد یک‌بند سی‌چهل صفحه دعا بخواند! دیدید که چطوری می‌خواند، خودتان هم چه بسا تجربه کرده‌اید. اول با شادابی و اشتیاق دو سه صفحه‌ای را می‌خواند، کلی کیف هم می‌کند؛ اما کم‌کم خسته می‌شود ولی می‌گوید: عمل شب بیست‌وسه ماه رمضان است باید تا آخرش بخوانم. هیچی چهار پنج صفحه‌ی دیگر را هم با خستگی و نفس‌نفس زنان ادامه می‌دهد. می‌بیند تمام نشد. ورق می‌زند، آه! لاکردار سی صفحه‌ی دیگر مانده است! اما ول کن که نیست. باید این دعا را هرطوری که شده بخواند. چه کسی به شما گفته است؟ مفاتیح را باز کنید برای شب بیست‌وسوم دعای یک خطی، یک پاراگرافی، یک صفحه‌ای، دو سه صفحه‌ای هم وجود دارد. مگر می‌شود به بچه‌ی شیرخواره یک پرس چلوکباب داد؟ او را می‌کشی. بچه که تازه به غذا خوردن می‌افتد دو قاشق چای‌خوری حریره بادام دهانش بریزند، سیر می‌شود. با زور این دعا را امشب می‌خواند؛ ولی قول می‌دهم تا آخر عمرش نه مسجد می‌رود نه لای مفاتیح را باز می‌کند. برای همیشه تمام شد؛ از اعمال مستحبی زده شد. گاهی افراد اعمال مستحبی را با شوق ادامه می‌دهند؛ اما طوری ادامه می‌دهند که خسته می‌شوند و از عمل واجب باز می‌مانند. از سر شب تا دم صبح دعا خواند، ذکر گفت، حال معنوی داشت و نماز شب خواند. نزدیک اذان صبح از خستگی خوابید. ظهر بیدار شد. نماز صبحش قضا شد.

امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند: «لا قُرْبَةَ بِالتَّوَافِلِ إِذَا أَصْرَتْ بِالْفَرَائِضِ»^۶ اعمال مستحبی وقتی به واجبات لطمه و ضرر بزند، هیچ قرب و تقریبی به خدا ایجاد نمی‌کند. لذا این نکته را در اعمال مستحبی باید مد نظر داشت.

✿ عباداتی که می‌کنی نمازی که می‌خوانی همه را حاشا بزن و بگو خدایا من کجا و ذکر شما کجا؟

اصلاً من نیستم که ذکر شما را می‌گویم. (۳۱:۵۰)

این هم نکته‌ی مهم و دستورالعمل بزرگی برای سالک است. اسم خدا را بردن خیلی عظیم است من کجا و نام خدا را به زبان جاری کردن! من کجا و عبادت خدا، تسبیح، تهلیل، تکبیر و تحمید خدا کجا؟ من کجا و نماز کجا؟ وقتی عظمت عبادت و ذکر حق را کسی شناخت و انجام داد می‌گوید: خدایا من نبودم. گفت: کی بود کی بود، من نبودم! حاشا می‌زند. می‌گوید من نبودم. حدّ من نیست که بخواهم نام شما را به زبان بیاورم، تسبیح و تحمید شما را بگویم. این نام برای انبیاء و اولیاء عظیم و ملائکه‌ی مقربین است؛ حتی خود انبیا و اولیا هم گفتند ما نبودیم، آنها هم حاشا زدند. آنها هم گفتند: خدایا تو بزرگتر از آنی که ما بخواهیم ذاکر، حامد، مسبّح، مکبّر و مهلّل تو باشیم. آنها هم حاشا زدند؛ حتی استغفار کردند. منسوب به پیغمبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم بزرگترین عابد تاریخ آفرینش است که بزرگتر از او نداریم به خدا عرض می‌کند: «الْهَى مَا عَبَدْنَاكَ حَقَّ عِبَادَتِكَ»^۷ خدایا آن‌گونه که زبیده‌ی تو بود، آن‌طور که سزاوار عبادت کردن تو بود، ما نتوانستیم تو را عبادت کنیم، حاشا می‌زند. طوری که حقّ عبادت تو بود، ما عبادت نکردیم؛ حتی استغفار می‌کند. شما داخل نماز و هم بعد از نماز استغفار می‌کنید. نزدیک‌ترین جای نماز که عبد به خدا دارد سجده است. سجده مرتبه‌ی فنای ذاتی، تکبیرة الاحرام فنای افعالی و رکوع فنای صفاتی است. سجده مرتبه‌ی ظهور فنای ذاتی و بالاترین مرتبه‌ی قرب عبد به خداست. از سجده که سر برمی‌داری در بین السّجدتین می‌گویی: «أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ رَبِّي وَ أَتُوبُ

^۶ سیدرضی، نهج البلاغة، حکمت ۳۹، ص ۴۷۵ و حرّعاملی، وسائل الشیعة، ج ۴، ص ۲۸۶ و تسمی آمدی، غررالحکم، ص ۷۷۱.

^۷ مجلسی، بحار، ج ۶۸، ص ۲۳ و وفی‌اهوازی، الزهد، ص ۷۴ و طیب، سیدعبدالحسین، اطیب البیان، ج ۲، ص ۱۹۸.

إِيَّهِ» استغفارت از سجده‌ای است که کردی. سلام نماز را که دادی سه بار می‌گویی: «اللَّهُ أَكْبَرُ؛ اللَّهُ أَكْبَرُ؛ اللَّهُ أَكْبَرُ» خدا بزرگتر از آن است که من بتوانم عبادتش را به جا بیاورم. من زور زدم؛ ولی نشد. بعد هم سر به سجده می‌گذاری و از نمازی که خواندی صد بار می‌گویی: «عَفْوَاً؛ عَفْوَاً؛ عَفْوَاً» گفت: «مِنْ كُلِّ طَاعَةٍ وَ مَعْصِيَةٍ اسْتَغْفِرُ اللَّهَ» خدایا از هر طاعت و معصیتی که انجام دادم، از هر دو استغفرالله. طاعت را هم استغفار می‌کند، حاشا می‌زند. می‌گوید: من نبودم. ببخش مرا بی‌ادبی کردم نام تو را بردم، حدّ من نبود، جسارت کردم. بعد هم به تعبیر دیگر، اصلاً من نبودم که ذکر تو را گفتم، خودت بودی که ذکر خودت را گفتم. در نماز بعد از سجده-ها که می‌خواهی بلند شوی می‌گویی: «بِحَوْلِ اللَّهِ وَ قُوَّتِهِ أَقْوَمُ وَ أَقْعَدُ»^۱ با حولی که مال خداست و با قوه‌ای که مال خداست، من می‌نشینم و برمی‌خیزم یا برمی‌خیزم و می‌نشینم. حول چیست؟ حوالی، اطراف، حوالی وجود ما و بدن ماست. قوه چیست؟ نیروی درونی ما، جان ما که بدن با آن بلند می‌شود و می‌نشیند. اگر حول مال خداست، قوه‌اش هم مال خداست در این نشستن و برخاستن کدام مال من است که بگویم من بودم؟ خود خدا ذکر، تسبیح، تحمید و تهلیل خودش را گفت. به من چه! حاشا بزن. بگو من نبودم. چیزی به حساب خودت ننویس. بعضی از درویش‌ها کاری می‌کنند که خیلی از این کار خوشم آمد. وارد اخلاق درویشی نمی‌خواهم بشوم، نکته‌ای در کارهایشان هست که آن کار را دوست دارم؛ قشنگ است؛ ولی اصل کار را شاید دوست نداشته باشم و تأیید نکنم. بعضی وقت‌ها که طرف به پیرش سر می‌سپارد یکی از دستورات عمل‌هایی که به او می‌دهند این است که باید گدایی کنی. طرف رئیس فلان اداره است، فلان تاجر بزرگ است، فلان استاد دانشگاه است؛ ولی وقتی آمد خانقاه و پیر دستور داد. کشکول را برمی‌دارد و مدح امیرالمؤمنین علیه السلام می‌خواند. مردم هم در کشکولش پول می‌ریزند. کمی که راه رفت و پول زیادی در کشکولش جمع شد، کشکول را پشت سرش خالی می‌کند و دوباره راه می‌افتند. باز مردم پول که ریختند و پر شد دوباره پشت سرش خالی می‌کند و راه می‌افتد و مدح علی علیه السلام می‌گوید. خیلی خوشم آمد. مؤمن

^۱ روایات اذکار و اعمال یاد شده؛ به‌طور مشروح در مباحث "نماز عارفان"، در "مجموعه مباحث عرفانی" سایت اهل‌ولاء ذکر گردیده است.

چیزی در کشکولش نگه نمی‌دارد؛ کشکولش را خالی می‌کند. این همه نماز خواندم، ذکر گفتم، ریاضت کشیدم همین برایت حجاب شده و نمی‌گذارد به مقصد برسی. کشکولت را خالی کن. نمازت را که خواندی در جا کشکولت را خالی کن؛ سرت را به سجده بگذار و بگو: کی بود کی بود من نبودم، «أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ» خدایا ببخش، نگذار چیزی جمع شود، همین که جمع شد عجب و خودپسندی و غرور به عمل صالح می‌آید. بارها گفته‌ام آن مقداری که عجب و خودپسندی ناشی از طاعت، عبادت و عمل صالح انسان را از خدا دور می‌کند، ارتکاب هیچ معصیتی نمی‌تواند دور کند. پیغمبر اکرم صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمودند: «لَوْ لَمْ تُذْئِبُوا لَخَشِيتُ عَلَيْكُمْ مَا هُوَ أَكْبَرُ مِنْ ذَلِكَ» اگر شما گناه نمی‌کردید من نگران بودم به چیزی مبتلا شوید که خطرش از گناه خیلی بزرگتر است. اصحاب عرض کردند آن چیست یا رسول‌الله؟ حضرت فرمودند: «الْعُجْبُ؛ الْعُجْبُ؛ الْعُجْبُ»^۹ غرور و خودپسندی که من گناه نمی‌کنم، من عبادت می‌کنم، چله‌نشینی و ذکر دارم، انفاق می‌کنم و فلان کار خیر را انجام می‌دهم. اینها را که در کشکولت جمع کردی، خسارتش از هر معصیتی بزرگتر است؛ لذا حاشا بزن و بگو اصلاً من نبودم که ذکر شما را گفتم؛ هیچی به حساب خودت ننویس. خالی کن تا بتوانی رشد کنی؛ والا همین گریبان‌گیرت می‌شود و نمی‌گذارد جلو بروی؛ راحت را می‌بندد و رهزن راحت می‌شود.

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى عَلِيٍّ مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ

^۹ مجلسی، بحار، ج ۶۹، ص ۳۲۹ و کبیرمدنی شیرازی، ریاض السالکین، ج ۲، ص ۳۷۸ و مازندرانی، محمدصالح بن احمد، شرح الکافی، ج ۸، ص ۱۹۲.