

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

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

سالک باید چگونه باشد (ص ۲۴۲ ف ۴ و ۲۴۷ ف ۳)

✿ همان‌طور که سالی یک‌بار، مالت را حساب می‌کنی که اگر زیاد شده است خمس بدهی، کاسبی روحی و معنویت را هم حساب کن، ببین آیا رشد کرده‌ای؟

نکته‌ی بسیار مهمی است، همان بحث محاسبه‌ی نفس است که یکی از لوازم اجتناب‌ناپذیر در مسیر تعالی و در طریق سلوک‌الی‌الله است. قرآن کریم فرمود: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ»<sup>۱</sup> ای مؤمنان، ای کسانی که اهل ایمان هستید، ای کسانی که دل به حقیقت دین و به خدا و اولیای او سپرده‌اید، تقوا داشته باشید؛ تقوا پیشه کنید و مراعات تقوا کنید. «اتَّقُوا اللَّهَ» ابتدایی، اشاره به تقوای مراقبه است؛ یعنی در صحنه‌ی عمل، در زندگی، مراقب خودتان باشید. بی‌هوا، بی‌توجه، هر حرفی به زبانتان آمد، جاری نکنید، هر کاری پیش پایتان آمد، انجام ندهید، مراقبه‌ای نسبت به خودتان داشته باشید، حواستان به خودتان باشد، خودتان را تحت کنترل داشته باشید؛ چون بسیاری از خطاها و خلاف‌هایی که از انسان سر می‌زند، در لحظه‌ها و زمان‌هایی است که شخص حواسش به خودش نیست؛ لذا بعدش هم می‌گوید: خودم هم نفهمیدم چه شد که این حرف را زدم. خودم هم نفهمیدم چه شد که این کار از دستم جاری شد؛ یعنی به خودش بی‌توجه بوده است.

<sup>۱</sup> سوره‌ی آل‌عمران، آیه‌ی ۱۰۲ و سوره‌ی مائده، آیه‌ی ۳۵.

مراقبه یعنی اینکه انسان مراقب خودش باشد، به خودش توجه داشته باشد، خودش را تحت کنترل داشته باشد. به یک معنای دیگر مراقبه؛ یعنی خودش را تحت مراقبت حضرت حق ببیند؛ عالم را محضر خدا بداند و خود را در محضر خدا حاضر بداند؛ احساس کند که در منظر الهی است و خدا او را می‌بیند. طبیعتاً کسی که خودش را در محضر و منظر الهی بداند، احساس کند که خدا مراقب اوست، ظاهر و باطن او را تحت کنترل دارد، آنچه می‌گوید، می‌کند، می‌اندیشد و در دل آرزو می‌کند و خطور می‌دهد را خدا می‌بیند، طبیعتاً ادب حضور در محضر حضرت حق را مراعات می‌کند. مراقبه یعنی مراقب خویشتن بودن، خود را تحت مراقبت الهی دانستن و تلقی کردن. فرمود: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ» ای کسانی که ایمان آورده‌اید، تقوا پیشه کنید. بعد فرمود: «وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ» هر کس باید نگاه کند، ببیند، توجه کند، نظر کند به اینکه چه چیزی برای فردای قیامتش از پیش فرستاده است. این همان بحث محاسبه است. ما ایام عمر را می‌گذرانیم؛ اما به‌راستی دستاورد عمر ما چیست؟ چیزهای ماندگار چیست؟ والا لباس‌های نو را پوشیدیم و کهنه کردیم و دور ریختیم. در خانه‌های نو سکونت گزیدیم و کهنه کردیم و ویران شد. غذاهای تازه و لذیذ را خوردیم و تبدیل به فضولات شد، ثمره‌ی عمر ما کو؟ اینها که همه فانی شدند بود. آنچه باقی است، چیست؟ آنچه ماندگار است، چیست؟ چیزی که برای فردای ما می‌ماند، چیست؟ چیزهایی که همین امروز نابود می‌شود، ارزشی ندارد. فرمود: «وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ» هر کس باید نگاه کند، ببیند برای فردای خودش چه پیش فرستاده است. این همان بحث محاسبه است. بعد مجدداً فرمود: «وَاتَّقُوا اللَّهَ» مراعات تقوا کنید. تقوای دوم، غیر تقوای مراقبه است. تقوای اول، تقوای مراقبه بود؛ یعنی مراقب باشید چه می‌کنید. رفتارها، افکار، گفتار، نگاه‌ها و آرزوهای خود را تحت کنترل داشته باشید؛ اما «وَاتَّقُوا اللَّهَ» دومی تقوای مراقبه نیست؛ تقوای محاسبه است؛ یعنی حالا که می‌خواهی برای فردای قیامت خود حساب کنی، چه از پیش فرستادی؟ ثمره و دستاورد صرف عمر تو چه بود؟ چه چیز ماندگاری برای خودت کسب کردی؟ آیا حسنات اندوختی یا خدایی ناکرده سیئات بر روی هم انباشتی؟ در این محاسبه، تقوا پیشه کن. دومی، تقوای محاسبه است؛ یعنی خودت را گول نزن؛ بی‌خودی تبرئه نکن؛ خلاف کاری‌هایت را توجیه نکن که بخواهی از

زیر بار مسؤولیت خود، شانه خالی کنی؛ خودت را به غفلت نزن؛ چون اعتراف بکنی یا نکنی، آنچه کردی، کردی و با توجه نکردن، ندیدن و به حساب نیاوردن از بین نمی‌رود؛ لذا الآن که نشسته‌ای از خودت حساب بکشی، راست راستی از خودت حساب بکش. در این محاسبه تقوا را مراعات کن. «لَنْ اللَّهُ خَيْرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ»<sup>۲</sup> چرا که خدا به آنچه شما می‌کنید، آگاه است. از آنچه شما می‌کنید، باخبر است. خدا به آنچه بندگان می‌کنند، خبیر است؛ حالا این بنده‌ها بخواهند به حساب بیاورند یا به حساب نیاورند؛ توجه بکنند یا توجه نکنند؛ خدا که خبر دارد چه کرده‌ای. بنابراین هم موقع انجام دادن خودت را کنترل کن که تقوای مراقبه بود، هم موقع بررسی و حسابرسی کردن از خودت مراعات تقوا را بکن که تقوای محاسبه بود. محاسبه امری حیاتی در سلوک است. کسی که اهل محاسبه نیست، رشدی هم نخواهد داشت. امام کاظم علیه السلام فرمودند: «لَيْسَ مِمَّا مَنْ لَمْ يُجَابِبْ نَفْسَهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ [مَرَّةً]»<sup>۳</sup> کسی که در هر شبانه روز، لااقل یک‌بار نمی‌نشیند، حساب کند، ببیند فرصت گران بهای عمر را که در این روز هزینه کرد، سود و دستاوردش چه بود، آیا سود کرد یا خدایی ناکرده ضرر کرد، اصلاً از ما نیست؛ نام شیعه بر خودش ننهد. او دنباله‌رو و پیرو ما نیست. او راهرو راه فلاح، صلاح، تعالی و تکامل نیست. بنابراین انسان باید حواسش باشد، حساب کند، ببیند چه کرده است، بنشیند نامه‌ی عمل خودش را بخواند. قرآن فرمود: «اقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَىٰ بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا»<sup>۴</sup> بنشین کتاب نفس خودت را بخوان، مطالعه کن. «كَفَىٰ بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا» امروز برای حسابرسی تو، خودت کفایت می‌کنی، لازم نیست کسی را بالای سرت بگذاریم. این سخنی است که فردای قیامت به ما خواهند گفت. به ما خواهند گفت: بنشین، خودت حساب کن و ببین چه کردی، این عمری که در اختیار قرار دادیم، امکانات، استعداد، هوش و فهم را چه کردی؟ امروز برای حسابرسی خودت کفایت می‌کنی، لازم نیست کسی را برای حسابرسی تو بگذاریم.

---

۲. سوره‌ی حشر، آیه‌ی ۱۸.

۳. مجلسی، بحار، ج ۶۷، ص ۷۲ و مفید، محمدبن محمد، الاختصاص، ص ۲۴۳ و کلینی، کافی، ج ۲، ص ۴۵۳.

۴. سوره‌ی اسراء، آیه‌ی ۱۴.

هر روزی که سالک برای حسابرسی نشست، گویا قیامتش برپا شده است؛ منتهی حُسن کسی که در دنیا حسابرسی می‌کند، این است که اگر دید ضرر می‌کند، سود و منفعتش کم است، اینجا راه جبران وجود دارد. اگر دید خسارت کرد، استغفار می‌کند و درصدد جبران خسارت برمی‌آید؛ اما فردای قیامت چنین امکانی وجود ندارد. بنابراین حسابرسی دنیا، افضل از حسابرسی آخرت است. در آخرت هم حسابرس خود ما هستیم، کس دیگری اعمال ما را حسابرسی نمی‌کند؛ منتهی اگر در دنیا خودمان را حسابرسی کنیم و اشتباهی، خطایی، لغزشی، خسارتی و ضرری باشد راه جبران وجود دارد. قرآن فرمود: «إِنَّ الْأُنسَانَ لَفِي خُسْرٍ»<sup>۵</sup> اما فردای قیامت این خسران راه جبران ندارد. «إِنَّ الْخَاسِرِينَ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنفُسَهُمْ وَ أَهْلِيهِمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَلَا ذَلِكَ هُوَ الْخُسْرَانُ الْمُبِينُ»<sup>۶</sup> آن روز خسران مبین است، راه جبران ندارد. حسن اینکه در دنیا حسابرسی کنیم، این است که راه جبران وجود دارد. اگر کسی در دنیا حسابرسی کند؛ یعنی در پایان هر روز چند دقیقه‌ای بنشیند؛ مثلاً نماز مغرب و عشاء را خواندی، قبل از اینکه بروی در بستر و بخوابی چند دقیقه بنشین و مرور کن ببین از صبح تا به حالا چه کرده‌ای، چه گفته‌ای، چه نوشته‌ای، چه خوانده‌ای، چه خورده‌ای، چه نوشیده‌ای، چه نگاه‌هایی کرده‌ای؟ یک گزارش کار از تمام وجودت بگیر. چه اندیشه‌هایی در ذهن و آرزوهایی در دل پروراندی؟ آنچه امروز کردی را یک مرور و محاسبه کن. اگر کسی هر روز چنین کاری را بکند، همان‌طور که امام کاظم علیه السلام فرمودند: هر روز این کار را بکند، وقتی عمرش به پایان رسید، تمام اعمالی که در دنیا انجام داده است را حساب کرده و نیازی به حسابرسی مجدد نیست. لذا فردای قیامت به او نمی‌گویند: «اقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَىٰ بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا»<sup>۷</sup> چون اگر حسیب، خود انسان است و در دنیا همه‌ی اعمال خودش را در طول عمر، محاسبه کرده، عمل حسابرسی نشده‌ای برایش باقی نمانده است که فردای قیامت به او بگویند: بنشین

<sup>۵</sup>. سوره‌ی عصر، آیه‌ی ۲.

<sup>۶</sup>. سوره‌ی زمر، آیه‌ی ۱۵.

<sup>۷</sup>. سوره‌ی اسراء، آیه‌ی ۱۴.

خودت حسابرسی کن؛ لذا این‌گونه انسان‌ها فردای قیامت اصلاً حسابرسی ندارند. حساب کشیدن فردای قیامت که پشت انسان را از وحشت می‌لرزاند، که چگونه جواب خدا را بدهیم؛ چگونه جواب عملکردهایمان را بدهیم را ندارد. به تعبیر قرآن: «فَأُولَئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ يُرْزَقُونَ فِيهَا بِغَيْرِ حِسَابٍ»<sup>۱</sup> اینها وارد بهشت می‌شوند و در بهشت، رزق بهشتی می‌خورند و مورد پذیرایی قرار می‌گیرند «بِغَيْرِ حِسَابٍ» بدون اینکه حسابی از آنها کشیده باشند. چرا؟ چون خودشان در دنیا حساب‌ها را رسیدگی کرده‌اند. در پایان هر روز به حسابرسی خودشان پرداخته‌اند. همان‌طور که سالی یک‌بار، مالت را حساب می‌کنی که اگر زیاد شده است، خمس بدهی؛ چون بر هر مسلمانی واجب است، لا اقل سالی یک‌بار مالش را حساب کند. البته می‌شود کمتر از یک سال هم این کار را انجام داد. بعضی در پایان هر روز این کار را می‌کنند. بعضی در هر معامله، نتیجه‌ی آن معامله را محاسبه می‌کنند، اگر سود کردند، همان‌جا خمسش را می‌پردازند. بعضی حقوق سر ماهشان را که می‌گیرند، همان موقع خمسش را می‌پردازند؛ اما اسلام تسهیل قائل شده که می‌توانی یک روز را در سال معین کنی که روز محاسبه‌ی دارایی و اموالت شود. امسال حساب کن ببین چقدر داری، سال آینده هم در چنین روزی باز همین حساب را بکن، ببین موجودیت چقدر است و مقایسه کن. اگر دیدی موجودیت بیشتر شده است، یک پنجم آن، متعلق به تو نیست؛ نه اینکه مال توست و تو می‌دهی. مال تو نیست؛ ولذا اگر در آن تصرف کنی، تصرف در مال غیر کرده‌ای. نیمی از آن سهم امام و نیمی از آن هم سهم سادات فقیر و مؤمن است. بنابراین اینها اصلاً مال تو نیست. تو از مال خودت نمی‌دهی؛ آن مال، مال تو نیست؛ سهم امام و سادات است که می‌دهی، واجب است. تا وقتی خمس را نپرداخته‌ای؛ چون این حق به طور مشاع در تمام مال تو وجود دارد، اجازه‌ی اینکه دست به یک ریال دارایی‌ات بزنی، نداری. فرض کن صد هزار تومان به دارایی‌ات اضافه شده است، بیست هزار تومانش را باید خمس بدهی تا بیست هزار تومان را ندهی، حق تصرف در کل این صد هزار تومان را نداری. اگر به یک ریال آن دست زدی، تصرف در مال غیر کرده‌ای؛ مالی که دیگران هم در آن حق

---

<sup>۱</sup>. سوره‌ی غافر، آیه‌ی ۴۰.

داشته‌اند؛ لذا اول باید خمسش را بدهی بعد اجازه پیدا کنی که در چهار پنجم باقیمانده‌اش تصرف کنی. این تکلیف شرعی هر مؤمنی است که باید حتماً این کار را بکند. کسی هم نگوید: من درآمدی ندارم، مال من چیزی نیست. نه، ممکن است پنج تا یک تومانی اضافه‌ی دارایی تو نسبت به سال گذشته‌ات باشد؛ باید ده ریالش که یک تومان است را خمس بدهی. کم و زیادش فرق نمی‌کند. تکلیف شرعی مسائل خمس را در رساله‌های عملی مراجع تقلید با دقت مطالعه کنید و ان‌شاءالله عمل کرده و می‌کنید. همان‌طور که سالی یکبار مال را حساب می‌کنی که اگر زیاد شده است، خمس بدهی، کاسبی روحی و معنویت را هم حساب کن. ببین آیا رشد کرده‌ای؟ این هم مسأله‌ی مهمی است؛ لااقل سالی یکبار. همان‌طور که خمس مال را می‌شود روز به روز پرداخت کرد، رشد معنوی و روحی را هم روز به روز می‌شود محاسبه کرد؛ اما لااقل هفته‌ای یکبار، ماهی یکبار، هر چند وقت یکبار، یک مرور کن ببین چه کار می‌کنی؟ آیا رشد می‌کنی یا همین‌طور درجا می‌زنی. دلت خوش است که مشغول کاری هستی؛ اما تغییری در خودت نمی‌بینی. نکند یک عمر سرمان گرم باشد، خیال کنیم که کارهای خوبی می‌کنیم، آخر هم هیچ چیز عایدمان نباشد. فرمود: اخسرين اعمال<sup>۹</sup> چه کسانی هستند؟ «الَّذِينَ ضَلَّ سَعْيُهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ هُمْ يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا»<sup>۱۰</sup> افرادی که خیال می‌کنند کار خوب می‌کنند؛ اما انرژی، نیرو و عمرش در حیات و زندگی پست هدر می‌رود؛ چیزی دستاورد و عایدش نیست؛ ماندگار نیست. انسان واقعاً بنشیند ببیند چه تغییری کرد؟ اخلاق، روحیات، افکار، عقاید، رفتار و اعمال واقعاً تغییر کرد؟ رابطه‌ام با خدا لطیف‌تر، صمیمی‌تر، صادقانه‌تر و باصفا‌تر شد؟ بنده‌ی مؤدب‌تر، با تقواتر و مطیع‌تری برای خدا شدم؟ خلق نیکوتری پیدا کردم؟ زشتی‌های اخلاقم کمتر شد؟ روحیات لطیف‌تر و معنوی‌تری پیدا کردم؟ ثباتم در اعتقاداتم بیشتر شد؟ یقینم در باورهایم مستحکم‌تر شد؟ بالاخره انسان یک حسابرسی بکند؛ نه اینکه یک عمر جلسه بیایم، دلم هم خوش باشد که جلسه،

---

<sup>۹</sup> «قُلْ هَلْ نُنَبِّئُكُمْ بِالْأَخْسَرِينَ أَعْمَالًا»: سوره‌ی كهف، آیه‌ی ۱۰۳.

<sup>۱۰</sup> سوره‌ی كهف، آیه‌ی ۱۰۴.

مسجد، حسینیه، حج، عمره و زیارت می‌روم؛ اما همان کسی است که بود، رشدی نکرد. همین‌طور درجا زد. خدایی ناکرده این‌گونه نشود. انسان محاسبه‌ای کند ببیند چه تغییری اتفاق افتاد؟ محاسبه را تأکید می‌کنیم؛ اما دستاورد سلوک الی‌الله، خوارق عادات نیست. این را بارها عرض کرده‌ایم؛ یعنی کسی نگوید: کرامتی از من سر نمی‌زند، پس رشدی نکرده‌ام. مکاشفه‌ای نداشتیم، پس رشدی نکرده‌ام. مکاشفات و کرامات هیچ‌یک شاخص تقرّب الی‌الله و تعالی و رشد نیست. لذا کسی نگوید چون این اتفاقات نیفتاد، پس درجا زدم. با این شاخص نمی‌سنجند. شاخص‌ها ثبات در ایمان، مطیع‌تر شدن، صمیمی‌تر شدن، صالح‌العمل شدن، پاک‌تر شدن و دائم‌الذکر شدن در رابطه با خدای متعال است. شاخص، کشف و کرامات نیست. با شاخص‌های واقعی بسنجیم، ببینیم آیا واقعاً تغییر کرده‌ام یا نکرده‌ام. نمازهایم با حال‌تر شده است؟ لذت‌م در عبادات بیشتر شده است یا نشده؟ رابطه‌ام با اهل‌بیت قوی‌تر شده یا نشده است؟ انسان محاسبه‌ای کند، ببیند چه کار می‌کند؟ نکند دور خودم می‌گردم. نکند سر جای خودم درجا می‌زنم. البته نگران‌تان نکنم، دوست اهل‌بیت هیچ دو روزش مثل هم نیست. اهل‌بیت نمی‌گذارند درجا بزنند؛ ولی بالاخره انسان هم حساب کند؛ چون گاهی انسان حساب نمی‌کند و به یک سود کم قانع است؛ اما اگر حسابرسی کرده بود، دستاوردهای بیشتری به دست می‌آورد. گاهی انسان در این محاسبه می‌بیند، ای داد بیداد؛ مثل اینکه هیچ چیز گیرم نیامده؛ چیزهایی را هم که داشتم از دستم رفت یا مثلاً سر جای خودم درجا زده‌ام. این بحث‌ها را در بحث طلب کتاب شراب‌طهور برایتان نوشته‌ام، ان‌شاءالله با دقت بخوانید. گاهی سالک احساس می‌کند درجا می‌زند. می‌بیند هیچ اتفاق خاصی نیفتاد. احساس می‌کند، رشد و پیشرفتی نداشتیم. گاهی اصلاً از آن طرف، چیزهایی را هم که داشتم از دست دادم. اینجا باید دقت کنید؛ چون در محاسبه ظرافت‌هایی وجود دارد که اگر شخص آن ظرافت‌ها را رعایت نکند، ممکن است نتیجه‌ی غلط از محاسبه‌اش بگیرد. از جمع و تفریقی که می‌کند، نتیجه‌ی نادرستی بگیرد؛ مثل انسانی که گمان می‌کند درجا می‌زند؛ اما رشد کرده است. رشد کرده است. خودش رشد خودش را نمی‌بیند. اینها را قبلاً برایتان مثال زده‌ام؛ مثل رشد جسمانی انسان؛ خود انسان خیلی رشد خودش را احساس نمی‌کند؛ دیگران بیشتر رشد انسان را احساس می‌کنند. چرا؟ چون تدریجی و

بطئی است. بعضی رشد می‌کنند؛ اما چون تدریجی است، برای خودشان محسوس و ملموس نیست. یا نه ممکن است حتی گمان کند، چیزهایی که داشت، از دست داد. می‌گوید: نه تنها جلو نرفتم، عقب هم رفتم؛ منتهی عقب رفتن‌هایش هم اگر واقعاً طلب خالصانه و صادقانه در آن باشد به معنی تنزل نیست. درست است چیزهایی را از او گرفتند؛ اما فرمود: «ما نَسَخُ مِنْ آيَةٍ أَوْ نُنسِهَا نَأْتِ بِخَيْرٍ مِنْهَا أَوْ مِثْلَهَا»<sup>۱۱</sup> هیچ چیز را از سالک، عبد و مؤمن نمی‌گیریم مگر اینکه می‌خواهیم بهتر از آن را به او بدهیم یا لاقل در حد آن را دوباره به او می‌دهیم. گاهی توفیق و حال عبادتی را از بنده‌ای می‌گیرند؛ منتهی این گرفتن، بی‌حساب نیست. برایش تکراری و بی‌روح شد، رشدآفرین نبود، چند وقت از او گرفتند، دوباره که به او می‌دهند از آن حالت عادت و تکرار درمی‌آید. دوباره آن عمل تأثیر رشدآفرینش را به دست می‌آورد. گاهی عمل زمینه‌ی عجب را برایش فراهم می‌کند، از او گرفتند و او را از خطر عجب و غرور نجات دادند. گاهی از او گرفتند تا ارزش چیزی که به او داده بودند را به او بفهمانند؛ چون گاهی چیزهای خیلی بزرگ را به انسان مفت، بی‌ناز، بی‌منت، بی‌زحمت و به‌راحتی دادند و انسان نمی‌فهمد چه چیز بزرگ و گران‌قیمتی است؛ قدرش را نمی‌داند؛ لذا مفت هم ممکن است ببازد. گاهی از او می‌گیرند تا در نبود آن، ارزش آن چیز را بهتر درک کند؛ چون ارزش نعمت‌ها موقعی که از دست می‌رود، بیشتر شناخته می‌شود. دلایل مختلفی دارد. به حالت‌هایی که از سالک چیزهایی را می‌گیرند، اصطلاحاً قبض گویند. نقطه‌ی مقابله‌ی حالت بسط است که حالت گشایش، طراوت و شادابی معنوی و موفقیت‌های ظاهری و امثال اینهاست. در مسیر سلوک الی‌الله قبض و بسط لازم و ملزوم یکدیگرند؛ مثل دم و بازدم می‌ماند که اگر انسان بخواهد زنده بماند، هم نفس را باید درون و هم بیرون بدهد؛ هر دو لازم است. مسیر سلوک هم، مثل دم و بازدم می‌ماند؛ مثل راه رفتن انسان که یک قدم همیشه پشت سر و یک قدم هم جلوی روی انسان است. اینها مکمل همدیگرند؛ بنابراین اگر حالت قبض آمد، انسان به این نتیجه نرسد که دارم ضرر می‌کنم. نه، گاهی رشدی که مؤمن در حالت قبض می‌کند، بیش از رشدی

---

<sup>۱۱</sup>. سوره‌ی بقره، آیه‌ی ۱۰۶.

است که در حالت‌های بسط دارد. نمی‌خواهم در این بحث وارد دلایلی شوم، مفصل است. فرض کن الان شما در جاده‌ی مشهد، پشت فرمان اتومبیل نشسته‌اید و می‌خواهید به زیارت حضرت رضا علیه السلام بروید. جاده‌ای که می‌روید، بعضی جاها سربالایی و بعضی جاها هم سرازیری است. اگر می‌خواهید به مشهد برسید، باید همان‌طور که سربالایی‌هایش را تحمل می‌کنید، سرازیری‌هایش را هم تحمل کنید. قبض و بسط، سربالایی و سربالایی جاده‌ی سلوک الی‌الله است. لازمه‌ی رسیدن به مقصد، هر دو را پذیرا بودن است. هنگامی که قبض آمد، انسان صابر باشد. هنگامی که بسط آمد، انسان شاکر باشد. آن وقت با این صبر و شکر به مقصد می‌رسد و جلو می‌رود. خود اینکه می‌بینی حالات تغییر می‌کند، نشان می‌دهد که متوقف نیستی. شما اتومبیل خود را در جاده متوقف کنید، ترمز کنید، پارک کنید، خاموش کنید، نه سربالایی خواهد داشت، نه سربالایی. اصلاً خود اینکه می‌بینی حالات تو تغییر می‌کند، نشان می‌دهد که داری رشد می‌کنی. دچار یک سری اشتباهات نشویم؛ گاهی هدف سالک بزرگتر شده است و خیال می‌کند عقب‌تر رفته است. فهمش بزرگتر شده است، فاصله‌ی خودش را با هدفی که دیروز داشت دیده بود. امروز رشد کرده، کلی هم جلو رفته؛ چون فهم و معرفتش بیشتر شده حالا مقصد بلندتری دارد و دلش می‌خواهد به آن مقصد بزرگتر برسد؛ لذا فاصله‌ی امروزش را با مقصدی که امروز دارد، مقایسه می‌کند و می‌بیند بیش از فاصله‌ای است که با مقصد دیروز خود داشت و فکر می‌کند عقب‌تر رفته است؛ درحالی‌که جلو رفته و هدفش خیلی دور رفت و خیلی بزرگتر شد. در محاسبه ظرافت‌هایی وجود دارد که انسان اشتباه نکند؛ چون نفس انسان هم اتفاقاً برای اینکه ادامه‌ی راه را ول کند خیلی مستعد است. شیطان هم از خدا می‌خواهد که سالک ادامه‌ی سلوک خود را ول کند، می‌گوید: بنشین محاسبه کن، ببین راست راستی طیب راست می‌گوید؛ رشد نکردی؛ تغییر نکردی پس بی‌خودی می‌خواهی جلسه بروی چه کار؟ دیگر جلسه نرو، بنشین پای تلویزیون، برو گردش و ... یعنی نفس مایل به راحت‌طلبی است، شیطان هم قسم خورده است که نگذارد سالک در طریق عبودیت حضرت حق، پیش رود؛ لذا هر دو مؤید این هستند؛ یعنی دنبال این هستند که بهانه‌ای پیدا کنند و انگیزه را برای ادامه‌ی راه از او بگیرند؛ لذا مواظب باشیم. اینکه گفتیم، محاسبه کن ببین رشد می‌کنی یا نه، آیا چیزی گیرت آمد

یا نه در عین حال کنارش این ظرافت‌ها را در محاسبه مدّ نظر داشته باشیم که دچار اشتباه نشویم. بسم‌الله به خطر هم توجّه داشتیم، واقعاً رسیدم به اینکه رشد نکردم. حالا چه کار کنم؟ ول کنم بروم دنبال زندگی روزمره‌ام؟ بروم به تکرار بی‌ارزش زندگی دنیوی و مادی؟ بگویم: من آب در هاون می‌کوبم. این همه وقت زحمت کشیده‌ام، ببین هیچ فرقی نکردم. بی‌خودی زور می‌زنم. من آدم بشو نیستم، من درست بشو نیستم. آنهایی که خوبند از اصل خمیره‌شان چیز دیگری است. از این حرف‌هایی که بعضی‌ها می‌زنند و با همین توجیهات راه خودسازی را ول می‌کنند. این هم اشتباه است. نه عزیز دل من، خدا همه‌ی انسان‌ها را آفریده برای اینکه به قلّه‌ی کمال انسانی برسند. بنابراین نگو خمیره‌ی من با آنها فرق می‌کند، آنهایی که خوب شدند، از اصل خوب بودند. من درست بشو نیستم، من زور بی‌خودی می‌زنم، زحمت بی‌خودی می‌کشم. نه؛ این‌گونه برداشت نکن. واقعاً هم اگر می‌بینی رشد نکردی، تجزیه تحلیل کن، ببین چرا رشد نکردی. علّت‌یابی و جستجو کن دلایلش را پیدا کن و آن علّت را برطرف کن؛ و الاّ صورت مسأله را پاک کردن، راحت‌ترین کار است؛ منتها چه فایده‌ای دارد؟ یعنی انسان راه خودسازی، تهذیب نفس و سلوک الی‌الله را ببوسد و کنار بگذارد، این راه حل شد؟ جبران‌کننده‌ی آن شد؟ بنشین محاسبه کن، ببین واقعاً علّت چه بوده است. چرا من رشد نکردم. چرا نتوانسته‌ام بهره ببرم و تغییر کنم. چه لنگش و ایرادی در کار من بوده است؟ خود انسان بنشیند محاسبه کند، می‌تواند پیدا کند. فرمود: «بَلِ الْإِنْسَانِ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ وَ لَوْ أَن لَّيْمَةً مَّعَاذِرَةٌ»<sup>۱۲</sup> انسان به نفس خودش بصیر است؛ ولو عملکردهایش را برای دیگران توجیه کند؛ ولی خودش داخل خودش می‌داند چه کاره است. بنابراین انسان یک دقیقه بنشیند و فکر کند، این همه به تفکّر تأکید شد و نقش تفکّر در تعالی و سلوک مهم است، واقعاً فکر کند و علّت‌یابی کند. شما وقتی می‌بینید در درس دانشگاه یا هر جایی که تحصیل می‌کنید موفق نبودید، فکر می‌کنید که من در درس خواندن خود چه مشکلی داشتم که نتوانستم نمره‌ی خوب بیاورم، نتوانستم موفق شوم و آن علّت را برطرف کرده و به موفقیت دست پیدا می-

---

<sup>۱۲</sup>. سوره‌ی قیامت، آیه‌های ۱۴ و ۱۵.

کنید؛ نه اینکه آن درس را رها کنید، بگویید دیگر ادامه‌ی تحصیل نمی‌دهم. انسان بنشیند علت‌یابی کند و اگر ذهن خودش هم نتوانست به نتیجه برسد، با کسی که صاحب‌نظر است، کسی که می‌داند، با رمز و راه این راه آشناست، مشورت کند. از یک مربی و راهبری که ذی‌صلاح باشد برای علت‌یابی کمک بگیرد که چرا واقعاً من رشد کم بوده، چرا کم رشد کرده‌ام؟ شاید خیلی نیاز به اینها نشود، خود انسان بنشیند فکر کند، احتمال اینکه علت‌ها را پیدا کند، زیاد است. علت‌ها را پیدا کند با شهادت به نقص‌ها و کاستی‌هایی که در عملکردهایش بوده، اعتراف کند، بعد با اراده‌ی قوی سعی کند تغییر دهد و بعد ببیند که چقدر رشد، بیشتر خواهد شد. این نکته‌ی مهمی بود؛ انسان باید حساب داشته باشد و ببیند چه کار کردم که این عمر می‌گذرد. بعضی از دوستان هستند که مثلاً شش، هفت سال در جلسه خدمتشان بودیم. سال‌های قبل هم مثلاً در دانشگاه دانشجوی ما بودند؛ این همه سال با هم نشستیم، دستاوردها چه شد؟ به کجا رسیدیم؟ چه اتفاقی افتاد؟ انتظارمان را از خودمان بالاتر ببریم. توقع خود را بیشتر کنیم. همین‌ی که هست، خوب است؛ ولی «فَوْقَ كُلِّ خَيْرٍ خَيْرٌ» بالای هر خوبی، خوب‌تر وجود دارد. هم‌تمان کم نباشد. به قول شاعر:

هَمَّتْ بَلَنْدَارُ كِه مَرْدَانِ رُوزْگَارِ      اَز هَمَّتْ بَلَنْدِ بِه جَائِی رَسِیْدِه‌آند

هم‌تمان بلند باشد. چرا به کم قانع هستیم؟ فضل و عطای خدا بی‌نهایت است. چرا ما به کم قانعیم؟ بیشتر بخواهیم، بیشتر که خواستیم، عملکردمان را تصحیح می‌کنیم، تلاشمان را تشدید می‌کنیم و ان‌شاءالله وقتی بیشتر استعداد و آمادگی ایجاد شد، عطای حق هم، نصیب ما خواهد شد. جمله‌ی صفحه‌ی دوپست و چهل-وهفت، فراز سوم را می‌خوانم؛ چون با این مرتبط است.

❁ دو کارگر خیارچین بودند که اوّلی روزی یک بار و دیگری روزی بیست بار خیار از مزرعه می‌چیدند. از اوّلی پرسیدند: روزی چند بار خیار می‌چینی؟ گفت: من و رفیقم با هم روزی بیست و یک بار خیار می‌چینیم. در عبادات و کارهای خیری که همراه با دیگری انجام می‌دهی هم، ممکن است نتیجه‌ای که جمع‌تان به آن می‌رسید، مانع از توجّهت به آنچه شخصاً به آن رسیده‌ای شود؛

لذا در هر عبادت و عمل صالحی، ابتدا خودت تنها کار کن تا بتوانی ببینی چقدر کاسبی کرده‌ای. وقتی کاسبی‌ات راه افتاد، با رفیقت همراه شو و انجام بده. (۳۵:۵۳)

این هم نکته‌ی ظریفی است. چون گاهی افراد دسته‌جمعی کارهایی را انجام می‌دهند و در مجموعه چیز ارزشمندی گیرشان می‌آید؛ منتهی بعضی کاسبیشان خیلی بیشتر و بعضی‌ها کمتر است. وقتی سر جمع را ببینی، می‌گویی آقا مجموعه‌ی ما این قدر کاسبی کرد. یا بخواهی میانگین بگیری، بگویی میانگین کاسبی ما این قدر بود؛ اما این ممکن است تو را از اینکه راست راستی خودت به تنهایی چقدر رشد کرده‌ای، غافل کند. لذا برای اینکه انسان بتواند کنترل کند و دچار اشتباه نشود، نگوید: من و رفیقم با هم امروز بیست و یک بار خیار چیدیم. حالا رفیقش بیست بار خیار چیده و او خودش یک بار خیار از مزرعه چیده است. برای اینکه دچار این اشتباه نشود، در عبادات و اعمال خیری که انسان می‌خواهد انجام دهد، اول خودش تنهایی کار کند تا ببیند واقعاً چقدر کار می‌کند، چقدر رشد می‌کند. دستاوردهای چقدر است. وقتی راه افتاد، آن وقت عیبی ندارد با جمع هم حرکت می‌کند. مثلاً برای زیارت به مشهد الرضا علیه السلام، کربلا، نجف، سامرا، کاظمین، مدینه یا مکه رفته‌اید اینجاها گاهی انسان دسته‌جمعی حرم می‌رود، دسته‌جمعی برنامه دارد که خوب و قشنگ است، لذت هم می‌برد. همه با هم کار می‌کنند و حال خوشی هم دارند و قشنگ است و لذت هم می‌برند؛ اما انسان بتواند بعضی وقت‌ها تنهایی حرم رود. ببیند راست راستی خودم چه کار می‌کنم و چه کاره هستم. نمی‌گویم دسته‌جمعی نرود، دسته‌جمعی هم سر جای خودش؛ ولی تنها هم برود. شاید علت اینکه گفته‌اند نمی‌شود نمازهای مستحبی را به جماعت خواند، همین است. نمازهای واجب و فرائض را به جماعت می‌خوانی، نمازهایی هم برایت گذاشته‌اند که تنهایی بخوانی و ببینی راست راستی در این نماز تنهایی چقدر نمازت، نماز است؟ عیار نماز خودت را بفهمی. وقتی با جمع می‌خوانی، خیلی ارزشمند است؛ اما تنهایی هم انجام بده. در همه‌ی کارهای خیر این‌گونه است. یکی از چیزهایی که ممکن است انسان را از دستاوردهای کارهای خودش غافل کند، همین است که جمعی انجام می‌دهد و به دستاورد جمع، دل خوش

است؛ درحالی که خودش به تنهایی، خیلی در آن جمع کاسبی نداشته است؛ جمع دستاوردش در کلّ و در مجموع بالا بوده است.

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ