

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

استاد محمد تقی فیاض بخش

شرح حدیث معراج

فصل ۱۳- ادامه‌ی فراز ۸۱: یاد قلبی خداوند

۲۲ آبان ۹۱ - بخش دوم

توصیه‌هایی درباره ماه محرم

فصل ۱۵: ویژگی‌های اهل آخرت و پاره‌ای از نعمت‌های معنوی و اخروی که خداوند متعال به آن‌ها ارزانی می‌دارد

«يَا أَحْمَدُ! إِنَّ أَهْلَ الْآخِرَةِ رَقِيقَةٌ وَجُوهُهُمْ، كَثِيرٌ حَيَاؤُهُمْ، قَلِيلٌ حُمُقُهُمْ، كَثِيرٌ نَفْعُهُمْ، قَلِيلٌ مَكْرُهُمْ...»

ای احمد! اهل آخرت چهره‌هایی متواضع دارند، حیای آن‌ها فراوان، کم‌خردی‌شان ناچیز و سودشان سرشار و مکرشان اندک است ...

فراز ۸۱: یاد قلبی خدا

«وَقُلُوبُهُمْ ذَاكِرَةٌ؛ وَإِذَا كُتِبَ النَّاسُ مِنَ الْغَافِلِينَ كُتِبُوا مِنَ الذَّاكِرِينَ»

«و دل‌هاشان دائماً در ذکر و توجه است و آن‌گاه که نام مردم در زمره غافلان و بی‌خبران نوشته می‌شود، نام آن‌ها در گروه ذاکران و بیداردلان ثبت می‌شود.»

مرور مطالب گذشته

بحث به این جا رسید که دستورات عملی در باب ذکر را می‌گفتیم. دستور اول این بود که ذکر از سرانکسار و بندگی باشد. دستور دوم و سوم مکمل هم بودند در مجموع این بودند که بنده قبل از توجه به ذکر خود توجه به «ذکر پروردگار او را» داشته باشد. طرداً للباب بگوییم که در سایر اعمال عبادی هم این نکته برقرار است که انسان باید

توجه داشته باشد که اگر خداوند به او این لیاقت را نداده باشد که آن کار را بکند، نمی‌تواند آن کار را بکند. آدم به خصوص باید از خداوند بخواهد که این لیاقت را از او نگیرد. این کلام امیرالمؤمنین است که گاهی کار بدی از انسان سر می‌زند و در روایت دارد که عقلی از او برداشته می‌شود که تا آخر عمر هم به او بر نمی‌گردد. ممکن است از چیزهای دیگری به او بدهند ولی دیگر آن را به او نمی‌دهند. یک مقام ذکری از او برداشته می‌شود که دیگر تا آخر عمر به او نمی‌دهند.

از این به بعد دستورات به فضای ذکر لسانی و عملی نزدیک‌تر می‌شوند. این دستورات جمع‌بندی مطالبی است که در کتب مختلف عرفان و اخلاق موجود است. خوب است به این دستورات عنایت ویژه‌ای داشته باشیم.

دستور چهارم: ذکر زبانی تعارضی با ذکر قلبی نداشته باشد.

اولاً در موقع ذکر در انسان چند حالت وجود دارد؛ منظور ذکر لسانی است. انسان باید خوب حال خودش را موقع ذکر واریسی کند.

الف. قلب خاموش است و تمایلی به ذکر ندارد

معمولاً در ابتدای ذکر این حالت پیش می‌آید که قلب ذاکر نیست و انسان می‌خواهد با ذکر لسانی ذکر قلبی را باز کند. در این جور موارد می‌گویند که اگر قلب خاموش است و مایل به ذکر نیست باید ذکر لسانی طوری گفته شود که گویی دارد به قلب ذکر را یاد می‌دهد. به عبارتی ذکر لسانی در این حالت به قلب القاء می‌کند. ذکر لسانی در این حالت باید طوری باشد که زبان قلب را باز کند.

سؤال پیش می‌آید که در عمل چطور باید انجام شود؟ این می‌رود در گرایش‌های مختلفی که در اهل صوفیه وجود داشته است. مثلاً مرحوم ملا عبدالصمد در کتاب شریف بحرال معارف که بسیار شریف است در دستورات عملی و مورد توصیه استاد بود و سایر بزرگان هم خیلی به ایشان احترام می‌کردند، در باب ذکر دستوراتی دارد. ایشان در باب ذکر لسانی می‌فرماید که ذکر باید عمیق باشد. یعنی باید توجه کند که گویی کودک در مقابل او است و می‌خواهد به او این ذکر را یاد بدهد. باید با تمام وجودش ذکر را به آن کودک القاء کند. باید با این حالت با قلبش برخورد کند. مثلاً در تسبیحات حضرت زهرا که جزء نماز است، وقتی می‌خواهید بگویید سبحان الله با تمام وجود به قلب بگویید.

ایشان می‌گوید ذکر را عمیق بگویید. در نحوه‌ی این عمیق گفتن در فرقه‌های مختلف تشریفات مختلفی درست کرده‌اند که شاید حسابی داشته باشد ولی اصل و روح مطلب، همان است که گفته شد.

در روایت دارد که راوی به امام معصوم عرض کرد که این دعا را ساخته‌ام و اصلاً امام به او اجازه ندادند که آن چیزی که ساخته را بگوید و فرمودند که این چیزی که ما می‌گوییم را بگویید. در روایت دارد که امام به شخصی فرمودند که بگوید «... یا مقلب القلوب ثبت قلبی علی دینک» و او گفت «... یا مقلب القلوب و الابصار...» و حضرت فرمودند که این هم درست است ولی آن چیزی که ما می‌گوییم بگویید؛ از خودتان چیزی اضافه و کم نکنید:

قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ: «سُئِلْتُكُمْ شُبُهَةً فَبَقَوْنَ بِمَا عَلِمَ يُرَى وَلَا إِمَامٍ هُدَى وَلَا يَنْجُو مِنْهَا إِلَّا مَنْ دَعَا بِدُعَاءِ الْغَرِيقِ قُلْتُ كَيْفَ دُعَاءِ الْغَرِيقِ قَالَ يَقُولُ يَا اللَّهُ يَا رَحْمَانَ يَا رَحِيمُ يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ» فَقُلْتُ يَا اللَّهُ يَا رَحْمَانَ يَا رَحِيمُ يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ وَالْأَبْصَارِ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ قَالَ «إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ مُقَلِّبُ الْقُلُوبِ وَالْأَبْصَارِ وَلَكِنْ قُلْ كَمَا أَقُولُ لَكَ يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ»^۱

مرحوم شیخ عباس قمی در مفاتیح در مواردی این قدر دقت دارد که در تقدم و تأخر اذکاری هم که نقل کرده است مثلاً می‌گوید که من شک دارم که این روایت درست است یا روایت دیگری که ترتیب دیگری را بیان فرموده است. این‌ها نشان می‌دهد که کلماتی که استفاده می‌کنند حساب دارد. در قدیم علمی وجود داشته است در مورد حروف، و امثال ابن عربی در این مورد آثاری داشته که همه نابود شده است. از تبحرهای وی در علم حروف بوده است. چه بسا تأکید اهل بیت بر این که همین کلماتی که ما می‌گوییم بگویید نیز حسابی از این دست داشته باشد. بعید نیست فرقه‌های صوفیه هم که تشریفات خاصی تحت عنوان حلقه‌های ذکر و غیره درست کرده بودند روی حسابی بوده باشد. به هر حال حرف این است که ذکر لسانی در روح و جان انسان تأثیر دارد. امام در حاشیه‌ی فصوص از استادشان نقل می‌کنند که در هنگام ذکر به این توجه داشته باش که می‌خواهی به کودکی ذکر را تفهیم کنی.

^۱ کمال الدین و تمام النعمة، ج ۲، ص ۳۵۲

این البته در زمانی است که ذکر مأثور باشد یعنی از امام معصوم به ما رسیده باشد. اگر ذکر غیرمأثور باشد باید حتماً زیر نظر استاد باشد. استاد باید به حالات روحی شخص اشراف کامل داشته باشد. ذکر هم باید با حال فرد متناسب باشد. اسما الله توقیفی است. از خودمان نباید اسم تولید کنیم.

ب. قلب در حال ذکر است.

حالت دوم این است که قلب در حال ذکر است ولی زبان مزاحم قلب است. می‌گویند که اگر قلب در حال ذکر است زبان نباید ذکری بگوید که مزاحم قلب باشد؛ بلکه هم زبان و هم سایر جوارح یا باید ساکت باشند و یا ذکری مناسب با قلب و مؤید او را بگویند. اگر در مجلس سیدالشهدا نشستهاید و کسی دارد روضه می‌خواند و انسان هم دارد آرام آرام متوسل می‌شود و قلبش می‌شکند. اگر در این حالت زبان را به ذکر نامناسی بگشاید باعث خواهد شد که حالش از بین برود و از مجلس استفاده نکند.

یک حالت این است که زبان در اثر حال خوش قلبی به وجد بیاید. مثلاً در حال تفکر است و تمرکز کرده است بر آیات الهی یا در مجلس روضه است. می‌گویند که زبان ذکری بگوید که مناسب آن حالت باشد. مثلاً در مجلس روضه زبان هم بگوید «یا حسین». اگر در آن مجلس زبان یک ذکر خوبی که مناسب آن حال نیست را بگوید درست نیست. تمام جوارح باید به قلب که رئیس جوارح است کمک بکنند. تعبیر آقای حسن زاده حفظه الله این است که مثل قلب در وجود انسان مثل یک پیر دیر است در مجلس ذکر که اگر حضار ساکت نباشند دیگر آن پیر دیر صحبت نمی‌کند. اگر پیر دیر شروع کند به صحبت کردن سایرین باید ساکت باشند. می‌گوید که اگر شما هم می‌خواهید صدای پیر دیر را بشنوید باید به حضار بگویید که ساکت باشند چون پیر دیر ابتدا خیلی آرام صحبت می‌کند.

این که چطور باید جوارح را کنترل کرد تا با قلب همراه باشند بحث بعدی است.

دستور پنجم. کنترل جوارح و هماهنگ نمودن آن‌ها با قلب

اگر شما حریف جوارح نشدید چه؟ یک زمانی انسان این قدر قدرت دارد که چشم اگر باز است می‌تواند آن را کنترل کند و اگر هم چیزی را دید برای قلبش مزاحمت ایجاد نمی‌کند. اما معمولاً ابتدا انسان این قدر قدرت ندارد. لذا توصیه می‌شود که ابتدا انسان خودش آن‌ها را خاموش کند. توصیه می‌شود که محل ذکر به گونه‌ای باشد که چیزی مزاحم قلب نباشد. مثلاً اتاق کوچک باشد. فضا تاریک باشد. چشم بسته باشد. کسی از جلوی انسان رد

نشود. آینه و شیشه و تصویر در مقابلش نباشد. حتی در این وضعیت اگر گوش بخواهد قرآن بشنود و این قرآن شنیدن مزاحم قلبش شود، یا چشم به آیات قرآن بیفتد و مزاحم قلب باشد، خوب نیست. حتی شیخ الرئیس می‌گوید که در هیأتی بنشین که حداقل ملامست وجود داشته باشد. می‌گوید فرض کن که در جو هستی و در حالت بی‌وزنی؛ هر چند که نمی‌شود. لذا بهتر است که در حال درازکش نباشد. استاد می‌فرمودند که اگر دستور بر این است که در نماز انسان به مهر نگاه کند روحش در این است که چشم متمرکز شود که چیز دیگری نبیند تا مزاحم قلب نشود. از این می‌شود تنقیح مناط کرد؛ شواغلی که مانع ذکر قلبی است باید به حداقل برسد. شکم سیر باشد، تشنه نباشی، احتیاج به تخلیه‌ی مثانه نداشته باشی؛ احتیاج به تخلیه‌ی معده نداشته باشی و تمام مسائلی که بر این مبنا می‌شود گفت. کاملاً باید فارغ البال به سراغ ذکر رفت. با این تنقیح مناط تمام مستحبات باب ذکر را می‌شود فهمید.

روایتی است در نصوص اهل سنت که شخص به پیغمبر اکرم گفت زیر غذایم روشن است و حضرت رسول فرمودند که اول آن را خاموش کن بعد نماز بخوان. علت این است که مدام در نماز فکرت به این است که غذایت نسوزد. لذا مرحوم آیت الله بروجردی توصیه می‌کردند که نماز را در سعه‌ی وقت قرار دهید. یعنی مثلاً طوری نباشد که قبل و بعد نماز بلافاصله قرارهایی داشته باشی که مدام دلشوره‌ی رسیدن به قرارت را داشته باشی. اگر در طول نماز حالی به تو دست داد بتوانی کمی نمازت را مفصل‌تر بخوانی.

دستور ششم: زمان ذکر

اول. ذکر مدام

اولاً ذکر باید تمام عمر انسان را پر کند. اما برای لحظات گوناگون عمر انسان ذکرهای گوناگون گفته شده است. روایاتی که در جلسه‌ی گذشته خواندیم بیانگر این بود که یک لحظه بدون ذکر بودن باعث حسرت در روز قیامت خواهد بود. اما در نوسانات زندگی برای حالات مختلف انسان اذکار مختلفی گفته شده است. گاهی اوقات در لحظات زندگی انسان اتفاقی می‌افتد که اگر همان لحظه آن را درنیابیم و بهره نبریم دیگر از دست می‌رود. مثل این است که می‌خواهند در کاسه‌ی انسان چیزی بگذارند و اگر آن را دراز نکنید از دستتان می‌رود. در کلمات و احوالات بزرگان است. در احوال آقا سید احمد کربلایی هست که می‌فرماید که در نیمه‌های شبی من را بیدار کردند و گفتند

که اگر می‌خواهی انوار اسپهبدیه را تماشا کنی بلند شو. می‌گویی بلند شدم و دویدم و رفتم دیدم که همه جای آسمان نور سبز است و زمین خیلی سرسبز است. ایشان می‌گویند محل زندگی ما خیلی خشک بود ولی من می‌دیدم که زمین خیلی سرسبز است. می‌فرماید می‌دویدم و مردم را صدا می‌زدم که بیایند و ببینند. البته معلوم نیست که خواب بوده یا حال منامیه یا حالت دیگری.

مرحوم سید بن طاووس در آخر باب ششم اعمال ذی‌الحجه در اقبال می‌فرماید که «انّ لأوقات القبول أسراراً لله جلّ جلاله ما تعرف إلا بالمنقول» برای اوقات یک اسراری است که انسان اصلاً نمی‌تواند به آن اسرار پی ببرد مگر این که کسی به او بگوید؛ پروردگار بگوید؛ امام بگوید. لذا زمان نقش بسیار مهمی را در آثار ذکر برای انسان دارد. چه زمانی برای ذکر مناسب است؟

دستور اول این است که کلاً در حال ذکر باشید. یعنی انسان دائماً در حال مراقبه باشد. این همان ذکر قلبی است. انسان دائماً به این توجه داشته باشد که بنده است؛ یله و رها نیست. تمام کارها و حرف‌زدن‌ها باید تحت اوامر مولا و در جهت خواست او باشد. آیت الله بحر العلوم دارد در کتاب سیر و سلوکشان که ما احکام پنج‌گانه‌ی حرام و مکروه تا واجب را به دو تایی تبدیل کردیم. می‌فرماید آن پنج‌گانه برای عموم مردم است. برای کسانی که می‌خواهند یک سرگردن بالاتر باشند، در تمام لحظات باید مطیع امر مولا باشند. لذا کمترین مراقبه این است که تو بدانی عبد و بنده هستی. لذا حتی مستحبات را انجام می‌دهیم چون مولا فرموده و مکروهات را هم انجام نمی‌دهیم چون مولا نهی فرموده و مباح‌ها را هم به یکی از دو طرف ملحق می‌کنیم.

دوم. ذکر مطابق حال روحی

بعد ایشان ادامه می‌دهد که اگر دیدی که احساس می‌کنی درونت یا قلبت حالت ذکری را می‌طلبد این درست مثل معده است که نمی‌دانی صفرا کرده است یا سودا ولی اگر ترشی میل داری می‌فهمی که صفرا کرده است. این میل خودش نشان می‌دهد که معده چه حالی دارد. مزاج طبیعی سالم این طور است که آدم صفراوی میل به چربی ندارد. در باب روحانیات هم این طور است. یک موقعی ممکن است احساس کنی که باید به درگاه صدیقه‌ی طاهره سلام الله علیها متوسل شوی معلوم است که می‌خواهند از طریق ایشان به شما چیزی بدهند. یک وقت در جای دیگری است. یک وقت در خانه‌ی مادر است یا پدر. این که مزاج روحی چه می‌طلبد مهم است. این به این معنا

است که دارد عنایتی به شما می‌شود و اگر قلب لطیف باشد پیش از این که این عنایت بیاید می‌فهمد و کشش پیدا می‌کند. اگر اجابت کنیم گویی کاسه را زیر آبخار گرفته‌ایم. اگر اجابت نکنیم از آن بی‌بهره خواهیم شد.

سوم. اوقات خاص در شبانه روز: ثلث پایانی شب، بین الطلوعین و بین الغروبین

دستور سوم این است که در طول شبانه‌روز تصریح شده است که برخی اوقات بسیار شریفی است. یک بار در باب نماز شب مفصل صحبت کردیم. چیزی که مسلم است در مورد ثلث پایانی شب، بین الطلوعین صبح و بین الغروبین شب خیلی مورد توصیه است. بالاترین ارزش را ثلث پایانی شب دارد. حتی اگر امر دائر است بین ترک مستحباتی از روز و ثلث پایانی شب، می‌گویند مستحبات روز را کنار بگذارید. استخاره در آن موقع خوب است. در روایت دارد که حضرت یعقوب که فرمود «سوف أستغفر لکم ربی»^۲ که در آن موقع برای بچه‌هایش استغفار می‌کند، اشاره به ثلث پایانی شب جمعه دارد. آیات مختلفی هم در این باب هست:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا»^۳

«وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا»^۴

«یا ایها المزملم قر اللیل الا قليلا... ان ناشئة اللیل هی اشد وطئا»^۵

در آن موقع ساعت نبوده است. در روایت هست که بعضی اصحاب پیغمبر از ترس این که مبدا امتثال امر پروردگار را نکرده باشند شب را نمی‌خوابیدند و بعد آیات پایانی سوره نازل شد که شما بخشی از شب را بخوابید. این قدر بحث اهمیت دارد.

در آیاتی که به اربعین موسوی مربوط است خداوند می‌فرماید که با موسی چهل شب وعده کردیم نه چهل شبانه روز:

^۲ یوسف، ۹۸

^۳ احزاب، ۴۱ و ۴۲

^۴ اسراء، ۷۹

^۵ مزمل، ۱ تا ۶

«وَأَعَدْنَا مُوسَى ثَلَاثِينَ لَيْلَةً وَأَتَمَمْنَاهَا بِعَشْرِ فِتْرَةٍ مِيقَاتُ رَبِّهِ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً»^٦

دستور هفتم: مکان ذکر

همان مطالبی که پیش تر عرض شد دیگر تکرار نمی‌کنیم. مسجد و اماکن مقدسه را خیلی توصیه می‌کنند. ابن عربی در فصوص می‌گوید که من ندیدم کسی از بزرگان و عرفا از غیر مسجد الحرام به جایی رسیده باشد و می‌گوید که من اربعین‌هایی در آن جا داشتم. مساجد جامع و مسجدهای مختلف، مسجد محل و در پایان به خصوص مسجد البیت خیلی مهم است. مسجد البیت یعنی جایی در منزل که مخصوص ذکر باشد. علت این است که همراهی کردن فضا با ذکر انسان خیلی به ذکر انسان حال می‌دهد.

دستور هشتم: لباس ذکر

مستحب باشد؛ آزاد باشد؛ سفید باشد؛ و جزء مستحبات نماز باشد. به خصوص در مورد اذکار خاص اشخاص لباس خاص، مکان خاص و زمان خاص را داشته‌اند.

دستور نهم: نحوه‌ی نشستن

مثل حین نماز باشد. معمولاً اساتید به حال دوزانو توصیه می‌کردند. اگر آن طور نمی‌شد حالت ترتیباً توصیه می‌شود که همان چهارزانو است. اگر زانوهای اشکال داشتند و نمی‌شد به حالت نشسته روی صندلی ولی به صورتی محکم نه ولو. مثل این که انسان در مقابل بزرگی نشسته است. همین طور طبق مدارج نماز که انسان هر چه ناتوان تر باشد به صورتی ناقص تر قرار می‌گیرد، مدارج ذکر هم متناظر با مدارج نماز است.

نکته: امیرالمؤمنین می‌فرمایند که کسی که در هنگام ذکر شش آیه‌ی اول سوره‌ی حدید و آیات انتهایی سوره‌ی حشر را از آیه «لو انزلنا هذا القرآن علی جبل...»^٧ بخواند دعا ردخور ندارد. بلافاصله به راوی می‌فرمایند که این را برای دعاهای دنیوی حرام نکنید. یعنی اول نگران آخرت تان باشید. دلشوره‌ی اصلی انسان برای آن عالم باشد.

^٦ اعراف، ١٤٢

^٧ حشر، ٢١

توصیه‌هایی در باب ماه محرم

در ایام محرم شواغل را کم کنیم. مکانمان را در مجلس روضه ثابت قرار بدهیم. شواغل جسمی را هم کم کنیم. توصیه‌ی به قرائت زیارت عاشورا از عاشورا تا اربعین با درنظر داشتن حاجات. اولین حاجت رفع مشکلات نظام و تعجیل در فرج باشد.

امیرالمؤمنین می‌فرمایند که کسی که در هنگام ذکر شش آیه‌ی اول سوره‌ی حدید و آیات انتهایی سوره‌ی حشر را بخواند دعا ردخور ندارد. بلافاصله به راوی می‌فرمایند که این را برای دعا‌های دنیوی حرام نکنید. یعنی اول نگران آخرت‌تان باشید. دلشوره‌ی اصلی انسان برای آن عالم باشد. برای دیگران هم دعا کنیم و دیگران را مقدم بر خود قرار دهیم. به خصوص برای تعجیل در فرج حضرت ولیعصر دعا کنیم.

در دهه‌ی اول محرم مقید باشید که هر روز توسل داشته باشید. خیلی به این دهه توصیه شده است. حتی در روایت دارد که حضرات معصومین در این ایام در حین حرف زدن گریه‌شان می‌گرفت. مدام در حال توسل بودند. به خصوص به نیت شرکت در روضه شرکت کنید؛ به این که روحانی چه می‌گوید خیلی نگاه نکنید.

مطلب بعدی این است که در دهه‌ی دوم تا پایان ماه صفر ماه حزن اهل بیت است. رسم غیرت و جوانمردی و فتوت بر این است که حداقل هفته‌ای یک بار یا در مجلس روضه شرکت کنیم که بگوییم ما هم با شما همراهیم، یا اگر امکان ندارد اشعار سوزناک داشته باشیم و بعد از نماز صبح خودمان برای امام زمان حتی شده در حد ۵ دقیقه با همین اشعار مصیبت بخوانیم. خلاصه این که اتصالمان را به حضرات حفظ کنیم. این توسلات اوج می‌دهند. از جمله‌ی اسراری که در عبارت سید در اقبال به آن اشاره شد که «لا يُعْرِفُ الا بالمنقول» همین دو ماه است. به خصوص دهه‌ی آخر ماه صفر که اوج حزن اهل بیت است.