

الربيعين موسو (ع)
آداب مراقبات ذمی القعدة وده اول ذبی الحجة

ادب حضور

دست چهارم

استاد محمد تقی فیاض بخش



فهرست

- نقش اربعینیات در مراتب سلوک..... ۳
- اربعین موسوی..... ۸
- مراقبات خاص ماه ذی القعدة..... ۱۱
- مراقبه: اصل اول در سلوک الی الله..... ۱۳
- کنترل زبان؛ مراقبه‌ی عام..... ۳۰
- غسل و نماز توبه‌ی روز یکشنبه..... ۳۲
- دهه‌ی اول ذی الحجه..... ۳۳
- مراقبات روز عرفه..... ۳۷
- شب عید قربان..... ۴۳
- روز عید قربان..... ۴۴
- فهرست منابع..... ۴۷

ماه ذی القعدة الحرام از یک سو آغاز ماه‌های حرام و از سوی دیگر، شروع اربعین حضرت موسی عَلَيْهِ السَّلَام در کوه طور برای درک لقاء الهی است. این دو جهت باعث شده که این ماه حائز شرافت‌های منحصر بفردی شود و بین ایام سال به «اربعین موسوی» معروف گردد.

نقش اربعینیات در مراتب سلوک

از همین روست که اهل معنا معمولاً «اربعینیات» خود را در این دوران آغاز می‌کردند. ولذا قصد داریم تا در اینجا به اختصار به برخی نکات که بزرگان اخلاق در این رابطه فرموده‌اند اشاره نماییم.

مرحوم آیت الله بحر العلوم رحمته الله در آغاز رساله‌ی سیرو سلوکی که منسوب به ایشان است، فصل مستقلی را به

خاصیت عدد چهل و تأثیر آن در منازل سلوک اختصاص داده‌اند. ما حاصل بیان ایشان آنست که: اولاً نفس انسانی حقیقتی ذومراتب است که انزل مراتب آن مرتبه‌ی حیوانی و حتی نباتی است که تدبیر امور حیوانی و نباتی بدن را می‌کند. اما مراتب نفس تا عالی‌ترین مدارج کمال وجودی و ارزشی سیر می‌کند که عبارت از مقام خلیفة اللّهی و استقرار تحت مقام تام ولایت الهی است. این سیر بنا بر اعتبارات مختلف، تقسیمات گوناگونی دارد؛ چنان‌که در فرهنگ قرآن، به مرتبه‌ی مُلک و ملکوت و در کتب عقلی به سه مقام عالم ماده، مثال و عقل تقسیم شده، همچنین در السنه‌ی عرفا این مراتب به چهار حضرت تقسیم شده است که از عالم دنیا آغاز می‌شود، سپس عالم مثال و بعد عالم عقل و به اسماء کلیه ختم می‌گردد. مهم آن است که در این میان، انسان کامل، جامع همه‌ی این مراتب است. بدین ترتیب انسان در عالم، «کون جامع»ی است که قابلیت درنوردیدن همه‌ی مراتب عالم را دارد و لذا او را عالم پنجمی نامیدند که جامع همه‌ی عوالم چهارگانه‌ی دیگر است.

به این ترتیب، عوالم خلقت به پنج مقام تقسیم شده است و هریک از موجودات مُلکی و ملکوتی در مرتبه‌ای از مراتب عالم قرار دارند و مقام انسان، «حضرت کون جامع» است. مجموعه‌ی این مراتب را «حضرات خمس» گفته‌اند

و انسان سالک با طیّ منازل چهارگانه، مراتب جامعیت خود را به منصفی ظهور می‌گذارد.^۱

اما هر یک از منازل سلوک، خود دارای منازل بی‌شماری است که بنا بر میزان استعداد سالک، تعداد آن مختلف است. از همین رو، در کتب اخلاقی عبور از هر منزل منوط به طی اربعینی شده، تا کمالاتی را که سالک در آن مرتبه کسب کرده، از «حال» به «مقام» و «ملکه» برسد و با عبور از آن مقام از نفس زائل نگردد. به این ترتیب «اربعینیات» در اخلاق عملی شکل گرفت؛ یعنی «مداومت بر ذکری و حفاظت از مراقبه‌ای».

۱- در توضیح مراتب نفس بیانات گوناگونی ذکر شده که اشراف بر آن‌ها برای طیّ منازل سلوک حائز اهمیت زیادی است. در این میان بیان امام امت علیه السلام، در عین ایجاز جامع است که به بخشی از آن اشاره می‌کنیم:

«بدان که چنانچه از برای انسان مقامات و مدارجی است که به اعتباری او را دارای دو مقام دانند: یکی مقام دنیا و شهادت و دیگر مقام آخرت و غیب؛ که یکی ظلّ رحمان و دیگر ظلّ رحیم است... و به اعتباری دارای سه مقام است: یکی مقام مُلک و دنیا، دوم مقام برزخ، سوم مقام عقل و آخرت. و در انسان کامل این سه مقام یکی مقام تعینات مظاهر است و یکی مقام مشیت مطلقه، که برزخ البرازخ است و به اعتباری مقام عما است، و یکی مقام احدیت جمع اسما است. و در آیه‌ی شریفه «بسم الله...» اشاره به این سه مقام تواند بود: «الله»، که مقام احدیت جمع است و «اسم»، که مقام برزخیت کبری است و تعینات رحمانی و رحیمی مشیت.

و به اعتباری دارای چهار مقام است: ملک و ملکوت و جبروت و لاهوت.

و به اعتباری دارای پنج مقام است: شهادت مطلقه، و غیب مطلق، و شهادت مضافه، و غیب مضاف، و مقام کون جامع، مطابق حضرات خمس متداول در لسان عرفا. و به اعتباری دارای هفت مقام، معروف به هفت شهر عشق و هفت اقلیم وجود، در السنه عرفا است.

و به اعتباری تفصیلی دارای صد منزل یا هزار منزل است، که تفصیل آن از حوصله این مختصر خارج است. «(سر الصلوة معراج السالکین و صلوة العارفین، متن، ص ۵)

سحرگه رهروی درسرزیمینی

همی گفت این مُعَمَّا با قرینی

که ای صوفی! شراب آنکه شود صاف

که در شیشه بماند اربعینی^۱

بنابراین، نفس در طی مدارج سلوک می باید از اسفل سافلین تا به اعلی علیین منازل نفس را در اربعینیات طی کند. و تا برای سالک اطمینان از حصول آثار در منزل قبلی پیدا نشده، نباید وارد منزل جدید گردد؛ زیرا ممکن است جنود شیطانی در خفایای منزل قبلی باقی باشند و در موقعیت مناسب ناگاه بر سالک بتازند و کار او را یکسره کنند.

چنان که خداوند درباره‌ی شیطان و جنود او می فرماید: ﴿إِنَّهُ يَرَاكُمْ هُوَ وَقَبِيلُهُ مِنْ حَيْثُ لَا تَرَوْنَهُمْ إِنَّا جَعَلْنَا الشَّيَاطِينَ أَوْلِيَاءَ لِلَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ﴾^۲؛ یعنی شیطان و یارانش دائما در کمین سالکین راه توحیدند و آنان را از جایی رصد می کنند که هرگز توجه ندارند. لذا مکائد شیطان نسبت به افراد گوناگون مختلف است؛ یکی در مقابل شهوت ضعیف است و دیگری در مقابل مال و سومی عصبانیت، و لذا شیطان هرکسی را از راه خود اغوا می کند. و راز و رمز سقوط بسیاری از معاریف سالکان که به حسب ظاهر به جایی هم

۱- دیوان حافظ، غزل ۵۷۱.

۲- «به راستی شیطان و سپاهیان وی شما را از جایی که آن‌ها را نمی بینید می بینند؛ بی گمان ما شیطان‌ها را سرپرست کسانی قرار داده‌ایم که ایمان ندارند.» (اعراف، ۲۷)

رسیده بودند در همین نکته‌ی لطیف است و نقش راهنما در سلوک اخلاقی در این ظرایف روشن می‌گردد.^۱

علامه طباطبائی رحمته‌الله علیه در این باره می‌فرماید:

«باید دانست که سالک باید متوجّه باشد که در جنگ انفسی به طور کامل از عهده‌ی جنود شیطان برآید و آثار نفسانیه‌ی خود را به کلی قطع کند و اصول آنها را از زوایای مخفیته‌ی خانه‌ی دل برکند؛ چه اگر ذره‌ای از حبّ مال و جاه و منصب و کبر و شخصیت طلبی و خویشتن دوستی در او باقی باشد، هرگز به کمال نخواهد رسید. لهذا بسیار دیده شده است که کثیری از کملین پس از سال‌ها ریاضت و مجاهده به کمالات نرسیده و در جنگ انفسی شکست خورده‌اند. و علت آن اینست که ریشه‌ی بعضی از صفات هنوز در خانه‌ی دلشان باقی بوده، لیکن پنداشته‌اند که آن ریشه به کلی از بین رفته است؛ لذا در مواقع امتحان الهی و در مظانّ بروز نفس و جلوه‌ی آثارش، آن ریشه‌ها ناگهان جوانه داده و نموّ نموده و کار سالک را ساخته‌اند. توفیق غلبه بر نفس و جنود آن منوط به دستگیری و عنایات خاصّه‌ی حضرت ربّ الأرباب است؛ چه طیّ این مرحله بدون توفیق و دستگیری خاصّ او صورت نیندد. گویند: روزی مرحوم سید بحر العلوم - رضوان الله علیه - را شاگردانش خندان و متبسّم یافتند، سبب پرسیدند، در پاسخ فرمود: پس از بیست و پنج سال مجاهده، اکنون که در خود نگریرم، دیدم دیگر اعمالم ریائی نیست و توانسته‌ام به رفع آن موفق‌گردم. فتأمّل جید!!»^۲

۱- از همین روست که مرحوم آقا سید علی قاضی رحمته‌الله علیه به لزوم داشتن استاد در طریق سیر و سلوک بسیار تأکید داشته و می‌فرمود: «کسی که طالب سیر و سلوک شد، اگر برای پیدا کردن استاد نصف عمر خود را در جستجو بگذراند ارزش دارد. و آنکه به استاد رسیده نصف راه را طی کرده است.» (اسوه‌ی عارفان، ص ۱۸۰)

۲- رساله لب اللباب، ص ۳۱.

به من فرمود پیرراه بینی

مسیح آسا دمی خلوت گزینی

که از جهل چهل سالت رهاند

اگر با دل نشینی، اربعینی^۱

یکی از شاگردان سید علی آقای قاضی رحمته الله علیه نقل

می نمود: «وقتی از تهران به قصد زیارت عتبات و ملاقات

استاد مشرف شدم، در ابتدای ورودم [به خدمت استاد]،

ایشان بالبداهة شروع به خواندن این رباعی نمود:

ای دل تو مگو که بعد هفتاد و دو سال

قربانی دوست گشتن امری است محال

آن کلمه که اولش حلال است و حرام^۲

یک چله بگوی تا محال آید حال»^۳

اربعین موسوی

خداوند درباره‌ی اربعین موسوی یک بار به اجمال

می فرماید: «وَإِذْ وَاَعَدْنَا مُوسَىٰ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً»^۴. و بعد تفصیل

این بیان شریف را در سوره‌ی اعراف می فرماید که: وعده‌ی

الهی به حضرت موسی علیه السلام در ابتدا سی شب بود، بنا

۱ - منسوب به وحدت کرمانشاهی.

۲ - منظور ذکر «لا اله الا الله» است.

۳ - پاسداران حریم عشق، ج ۶، ص ۳۳۹.

۴ - بقره، ۵۱.

بر مواعده‌ی الهی برمیقات شد و حضرتش بعد از طی ابتلائات فراوان و نجات از فرعونیان، برای رسیدن به مقام لقاء و انس خاص با خداوند، سی شب در کوه طور به مناجات و نماز و عبادت و روزه پرداخت، سپس به امر الهی ده شب دیگر بر آن افزوده شد و سی شب اول در ماه ذی القعدة انجام گرفت و به دنبال آن ده شب دیگر در دهه‌ی اول ذی الحجه ادامه یافت: ﴿وَوَاعَدْنَا مُوسَىٰ ثَلَاثِينَ لَيْلَةً وَأْتَمَمْنَاهَا بِعَشْرٍ فَمِمِّقَاتُ رَبِّهِ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً﴾^۱. به این ترتیب اربعین موسوی در یکی از بهترین اوقات سال و در ماه‌های حرام شکل گرفت.

مرحوم سید رحمته‌الله علیه دعای مجزّبی از رسول اکرم صلی‌الله علیه و آله روایت نموده که در یکی از فرزهای آن چنین می‌خوانیم:

«وَأَسْأَلُكَ بِالْأَسْمَاءِ الَّتِي تَجَلَّيْتَ بِهَا لِلْكَلِيمِ عَلَى الْجَبَلِ الْعَظِيمِ فَلَمَّا بَدَأَ شِعَاعُ نُورِ الْحُجُبِ مِنْ بَهَاءِ الْعَظْمَةِ خَرَّتِ الْجِبَالُ مُتَدَكِّدَةً لِعَظْمَتِكَ وَجَلَالِكَ وَهَيْبَتِكَ وَخَوْفًا مِنْ سَطْوَتِكَ رَاهِبَةً مِنْكَ فَلَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ فَلَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ فَلَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ.»^۲

۱- اعراف، ۱۴۲.

۲- «خدایا، تو را قسم می‌دهم به آن اسمائی که با آن بر حضرت کلیم علیه‌السلام تجلی کردی بر آن کوه عظیم، پس آن هنگام که آن شعاع نور متجلی شد، همه‌ی حجاب‌ها را پاره کرد، حجاب‌هایی که از بزرگی و قدرت ناشی شده بود و کوه‌ها از عظمت و جلال و هیبت تو ریز ریز شد. در حالی که اینها همه از تو خشیت دارند. پس هیچ معبودی جز تو نیست، پس هیچ معبودی جز تو نیست، پس هیچ معبودی جز تو نیست.» (مهج الدعوات و منهج العبادات، ص ۷۶).

مرحوم آیت الله حسینی طهرانی رحمته الله علیه در توضیح این فراز شریف می فرماید:

«این تعبیر [لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ] سه بار با فاء تفریع تکرار شده است، ولی در حقیقت تکرار نیست؛ چون در اینجا سه مرحله و مرتبه از تجلّی «لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ» اراده شده است. و این تجلّی، اسم جلال است که موجب اندکاک این حجب شده و سه مرتبه «لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ» به حسب مراتب مختلف تجلّیات است. یعنی وقتی خدا ظهور کند به تمام معنی الکلمه، خدا می ماند و بس؛ معبود حقیقی می ماند و بس؛ راهی برای از بین بردن این کوهها وجود ندارد مگر اینکه آن کوهها در اثر تجلّی خُرد شود و دامن از دست برود و هیچ نماند جز پروردگار. قبل از تجلّی، موسایی علیه السلام هست و خدایی هست، حال یا در ذهن یا مثال یا نفس یا عقل، بالأخره چیزی جدای از خدا هست، ولی وقتی آن اسم اعظم تجلّی کند، هیچ نمی ماند و حضرت موسی علیه السلام چنان خُرد شود و دامن از دست برود و رها شود و بیچارگی و عجزش روشن شود که نگو.

آن «وَأَسْأَلُكَ بِالْأَسْمَاءِ الَّتِي تَجَلَّيْتَ بِهَا لِلْكَلْبِ» همین است؛ یعنی آن واردات حضرت موسی علیه السلام را آماده می کرد و حجاب بعد از حجاب از بین می رفت تا آنکه کارش تمام شد و کوهها همه خُرد شدند و جبلها همه شکسته شد و حضرت موسی علیه السلام برگشت و هیچ دستش نبود؛ فَلَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ.^۱

همچنین از روایات چنین برمی آید که ذی القعدة همان ماهی است که در آن خداوند حضرت یونس علیه السلام را بعد از

چهل روززاری و ناله و گفتن ذکر یونسیهی ﴿لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ
 سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ﴾^۱ از شکم ماهی بیرون آورد.^۲
 و این برفضیلت این ماه می افزاید.

این وقایع برای دیگران کشف از سنتی الهی نمود که
 برای درک لقای پروردگار، می باید حرمت سی شب ماه
 ذی القعدة و ده شب اول ذی الحجه را نگه داشت. و به این
 ترتیب این ایام شریف در طول تاریخ، شروع اربعینیات برای
 اولیاء و سالکان مقام لقاء الهی مقرر گردید.

مراقبات خاص ماه ذی القعدة

ماه ذی القعدة اول ماه های حرام است. ذیل مراقبات ماه
 رجب به برخی از ظرائف ادب حضور در ماه های حرام اشاره
 شد که در این جا به اختصار بدان اشاره می کنیم:
 ماه های حرام از زمان اعراب جاهلیت دارای قداست
 خاصی بودند و قاعده بر آن بود که در ماه های حرام جنگ را
 کنار می گذاشتند و حرمت ماه را نگه می داشتند و به مسائل
 داخلی خودشان رسیدگی می کردند.

مرحوم سید بن طاوس رحمته الله علیه نیز با ظریف بینی هایی
 که در نگاه به قرآن و روایات دارد، در این باره می فرماید:

۱- انبیاء، ۸۷.

۲- امالی صدوق، نص، ص ۱۲۷.

چه خوب است که انسان نیز در ایام ماه‌های حرام، حرمت حدود الهی را حفظ کند و با ورود به محدوده‌ی محرّمات، به خداوند اعلان جنگ ندهد.

ولذا اصلی‌ترین مراقبه در این ایام، مراقبه‌ی برترک محرّمات و امتثال فرامین الهی در همه‌ی لحظات است. و البته برای سالکین به تناسب حالاتشان، می‌باید مراقبات دقیق‌تر باشد؛ چنان‌که وقتی در آغاز اربعین موسوی عَلَيْهِ السَّلَام خداوند به حضرتش در کوه طور خطاب می‌کند: ﴿وَمَا أَعْجَلَكَ عَنْ قَوْمِكَ يَا مُوسَى﴾، (چه باعث شد که تو را زودتر از قومت به میقات فراخواند؟)، حضرت موسی عَلَيْهِ السَّلَام پاسخ می‌دهد: ﴿عَجَلْتُ إِلَيْكَ رَبِّ لِتَرْضَى﴾^۱ (عجله کردم تا به مقام رضایت نائل شوم). در تفسیر این آیه‌ی شریفه، امام صادق عَلَيْهِ السَّلَام به نقل از رسول خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ می‌فرماید: موسی عَلَيْهِ السَّلَام در این ایام دائماً چشم انتظار بود و امور دنیوی، اعم از خورد و خوراک را کنار گذاشته بود: «مَا أَكَلَ وَلَا شَرِبَ وَلَا نَامَ وَلَا أَشْتَهَى شَيْئاً مِنْ ذَلِكَ فِي ذَهَابِهِ وَمَجِيئِهِ أَرْبَعِينَ يَوْماً شَوْقاً إِلَى رَبِّهِ»^۲. امام عَلَيْهِ السَّلَام پس از این توضیحات، اصلی‌کلی را در وصف سالک به سوی لقاء الهی بیان می‌دارند و می‌فرمایند: «الْمُشْتَاقُ لَا يَشْتَهِي طَعَاماً وَلَا يَلْتَذُّ شَرَاباً وَلَا يَسْتَطِيبُ رُقَاداً وَ

۱- طه، ۸۴.

۲- حضرت موسی عَلَيْهِ السَّلَام از شوق لقاء الهی، در اربعین خود روزه بود و نه خورد و نه آشامید و نه خوابید و نه هیچ امر دنیوی را آرزو کرد.

لَا يَأْنُسُ حَمِيمًا وَلَا يَأْوِي دَارًا وَلَا يَسْكُنُ عُمْرَانًا وَلَا يَلْبَسُ ثِيَابًا
لَيِّنَةً وَلَا يَقَرُّ قَرَارًا وَيَعْبُدُ اللَّهَ لَيْلًا وَنَهَارًا رَاجِيًا بِأَنْ يَصِلَ إِلَى مَا
يَشْتَأِقُ إِلَيْهِ وَيُنَاجِيَهُ بِلِسَانِ الشَّوْقِ مُعْبِرًا عَمَّا فِي سَرِيرَتِهِ»^۱.

بنابراین، باید همه‌ی همّت انسان در ایام اربعین
موسوی، مراقبه در طلب رضای محبوب و توجه به هدف
بلند خود باشد.

دست از طلب ندارم تا کام من برآید

یا جان رسد بجانان یا خود زتن برآید

بگشای تربتم را بعد از وفات و بنگر

کز آتش درونم دود از کفن برآید^۲

مراقبه: اصل اول در سلوک الی الله

حضرت استاد سعادت پرور رحمته الله علیه می فرمود: اصلی ترین
دستور مرحوم آیت الله آقا سید علی قاضی رحمته الله علیه در این ایام
به شاگردانش «مراقبه» بود. البته مراقبه‌ی هر کس بنا بر

۱- کسی که اشتیاق به لقای پروردگار متعال دارد، اشتهای طعام و غذا نداشته، و از
مشروبات لذیذ استفاده نخواهد برد. او هرگز با طیب خاطر استراحت و خواب نکرده، و با
کسی انس و گرمی پیدا نکرده، و منزل و خانه‌ای برای خود اختیار ننموده، و در میان آبادی
سکنی نخواهد گرفت. او پوشاک نرم و لطیف در بر نگرفته، و در یک حال برقرار و اطمینان
پیدا نکرده، و شب و روز مشغول عبادت و بندگی شده، و تمام نظر و فکر و هدفش رسیدن
به مطلوب و آنچه مورد اشتیاق اوست خواهد بود. او در همه حال با زبان و سخنان داغ
و گرمی که از قلب آرزومند او جلوه می‌کند، با خدای محبوب خود مناجات و راز و نیاز
می‌کند.» (مصباح الشریعة، ص ۱۹۶: الباب الرابع والتسعون في الشوق).

۲- دیوان حافظ، غزل ۲۳۳.

مرتبه‌ای که دارد متفاوت است، ولی اصل جامع همه‌ی آن‌ها حفظ حریم ادب بندگی است که ابتدایی‌ترین آن حفظ حریم گناه و پرهیز از محرمات الهی است، و بعد مراتب بالاتر آنست که سالک می‌بایست مراقبات سخت‌تری را در رعایت ادب بندگی انجام دهد. آیت‌الله کشمیری رحمته‌الله علیه در این باره می‌فرمود:

«آقای قاضی همیشه به ما می‌گفتند اذکار و ادعیه با شرایط تأثیر می‌کند و مراقبه حرف اول را می‌زند.»^۱

سیره‌ی مرحوم علامه طباطبایی رحمته‌الله علیه نیز تا پایان عمر شریفشان، در درجه‌ی اول مراقبه بود و اگر کسی دستور مراقبه‌ای را درست انجام می‌داد، ایشان دستورات بعدی را می‌فرمود.

معظم له می‌فرمود: اگر مراقبه درست نباشد، دستور ذکری فایده‌ای ندارد. چون اگر مراقبه درست نباشد و ظرف دل آلوده باشد، هر چه در این ظرف از اعمال صالح و فکر و ذکر قرار گیرد، آلوده می‌شود. مراقبه یعنی اول پاک کردن ظرف دل از نجاست گناه و سپس آراستن آن به ذکر الهی. شست و شویی کن و آن‌گه به خرابات خرام

تا نگردد ز تو این دیر خراب، آلوده^۲

آخوند مولا حسینقلی همدانی رحمته‌الله علیه، در سفارشی به یکی از شاگردان، اهمیت مراقبه را چنین عنوان فرمود:

۱- آفتاب خوبان، ص ۵۲.

۲- دیوان حافظ، غزل ۵۱۲.

«تمام سفارشات این بینوا به تو اهتمام در ترک معصیت است. اگر این خدمت را انجام دادی، آخر الامر تو را به جاهای بلند خواهد رسانید. البته، در اجتناب از معصیت کوتاهی مکن و اگر - خدای ناخواسته - معصیت کردی، زودتر توبه نما و دو رکعت نماز به جا آور و بعد از نماز، هفتاد مرتبه استغفار کن و سربه سجده بگذار و در سجده از حضرت پروردگار عفو بخواه.»^۱

ایشان همچنین در نامه‌ای به یکی از علمای تبریز می‌نویسد:

«و آنچه این ضعیف از عقل و نقل استفاده نموده ام این است که اَهْمَ اَشْيَاءِ اِزْ بَرَايِ طَالِبِ قُرْبٍ، جَدِّ و سَعَى تَمَامِ دَر تَرْكِ مَعْصِيَةِ اِسْتِ؛ تا این خدمت را انجام ندهی، نه ذکرت و نه فکرت به حال قلبت فایده نخواهد داشت؛ چرا که پیشکش و خدمت کردن کسی که با سلطان در مقام عصیان و انکار است، بی فایده خواهد بود. نمی دانم کدام سلطان، اَعْظَمُ اِزْ اَيْنِ سُلْطَانِ عَظِيْمِ الشَّأْنِ اِسْتِ، و کدام نقار^۲ اَقْبَحُ اِزْ نِقَارِ بَا اَوْسْتِ؟ فَافْهَمْ مِمَّا ذَكَرْتُ اِنَّ طَلَبَكَ الْمَحَبَّةَ الْاِلَهِيَّةَ مَعَ كَوْنِكَ مُرْتَكِبًا لِّلْمَعْصِيَةِ اِمْرًا فَاَسَدٌ جَدًّا، وَ كَيْفَ يَخْفَى عَلَيْكَ كَوْنُ الْمَعْصِيَةِ سَبَبًا لِّلنَّقَرَةِ وَ كَوْنُ النَّقَرَةِ مَانِعَةٌ الْجَمْعَ مَعَهُ الْمَحَبَّةُ؟ وَاِذَا تَحَقَّقَ عِنْدَكَ اِنَّ تَرْكَ الْمَعْصِيَةِ اَوَّلُ الدِّيْنِ وَ اٰخِرُهُ، ظَاهِرَةٌ، وَ بَاطِنَةٌ، فَبَادِرِ اِلَى الْمُجَاهِدَةِ.»^۳

پس ای عزیز، چون این کریم رحیم زبان را مخزن کوه نور یعنی

۱ - تذکره المتقین، ص ۱۹۶.

۲ - نزاع و ستیزه جویی

۳ - پس بفهم از آنچه یادآوری نمودم! بدان که درخواست محبت خداوندی، با آلوده شدن تو به گناه، امری فاسد است. چگونه بر شما این نکته پنهان است که معصیت باعث نفرت و بی‌زاری است و هرگز با محبت قابل جمع نیست؟ البته ترك گناه؛ اول، آخر، ظاهر و باطن دین است. پس به سرعت به تلاش و مجاهده بپرداز!

ذکر شریف قرار داده، بی حیائی است که مخزن سلطان را آلوده به نجاسات و قاذورات غیبت و دروغ و فحش و اذیت و غیرها من المعاصی نمودن. مخزن سلطان باید محلش پر عطر و گلاب باشد، نه نجس مملو از قاذورات. و بی شک چون دقت در مراقبت نکرده‌ای نمی‌دانی که از جوارح سبعة یعنی گوش و زبان و چشم و دست و پا و بطن و فرج چه معصیت‌ها می‌کنی و چه آتش‌ها روشن می‌نمایی! و چه فسادها در دین خودت بر پا می‌کنی! اگر چه زخم‌های منکر به سیف و سنان زیانت به قلب می‌زنی! اگر نکشته باشی بسیار خوب است. اگر بخوایم شرح این مفساد را بیان نمایم در کتاب نمی‌گنجد. در یک ورق چه می‌توانم بکنم. تو که هنوز جوارحت را از معاصی پاک نکرده‌ای، چگونه منتظری که در شرح احوال قلب چیزی به تو بنویسم. پس البدار، الی التوبه الصادقه. ثم العجل العجل فی الجدد والمراقبه...»^۱

همچنین شیخ محمد بهاری رحمته الله علیه، شاگرد ممتاز آخوند، درباره‌ی مراقبه چنین توضیح می‌دهد:

«مراقبه یعنی غافل از حضور حضرت حق - جل شانہ - نباشد، و این همان قله‌ی بزرگ و بالابرنده به سوی مقام مقربین است، و کسی که خواستار محبت و معرفت است باید به این ریسمان محکم چنگ بزند، و سخن پیامبر صلی الله علیه و آله نیز به همین معنا اشاره دارد که فرمود: «عَبِدِ اللّٰهَ كَأَنَّكَ ذَرَاهُ، فَإِنْ كُنْتَ لَا تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ.» (خدای را چنان پرستش کن که گویا او را می‌بینی، که اگر تو او را نمی‌بینی، او تو را می‌بیند) پس همواره باید حالش چنین باشد در باطن، که گویا در خدمت مولای خود ایستاده و او ملتفت به این است.»^۲

۱ - تذکرة المتقین، ص ۲۰۷، چلچراغ سالکان، ص ۱۱۱.

۲ - تذکرة المتقین، ص ۵۴.

همچنین سید احمد کربلایی رحمته الله علیه پس از یک دستورالعمل، درباره‌ی ادعیه و اذکار می‌گوید:

«واهمّ از همه‌ی امور مزبوره این که در تمام اوقات، لیلاً و نهاراً، نوماً و یقظةً،^۱ و در همه‌ی احوال و در جمیع حرکات و سکنات، حضرت حق - جلّ و علا- را حاضر و ناظر دانسته، به قسمی که اگر ممکن باشد، آنی و طرفه‌العینی از حضور آن حضرت - جلّ سلطانه- غافل نشود، و این روسیاه را در جمیع احوال فراموش نفرماید، و این مضمون را مسئلت نماید.

ما را ز جام باده گلگون خراب کن

ز آن پیشتر که عالم فانی شود خراب»^۲

اهمیت مراقبه در این مکتب تا بدانجاست که مرحوم آیت الله کشمیری درباره‌اش می‌فرمود:

«مراقبه‌ی نفس از واجبات است.»^۳

همچنین منقول است که ایشان برای سالک الی الله به دو چیز بسیار اهمیت می‌داد؛ اول استغفار و ذکر یونسیه و بعد مراقبه.^۴

مرحوم آیت الله حسینی تهرانی رحمته الله علیه درباره‌ی مراقبه در ماه ذی القعدة می‌فرماید:

«رفقا در این ماه ذی القعدة و دهه‌ی ذی الحجة مراقبه را خیلی

اهمیت دهند. مرحوم قاضی رحمته الله علیه و مرحوم حداد رحمته الله علیه و مرحوم

۱ - در شب و روز و خواب و بیداری

۲ - تذکرة المتقین، ص ۵۴.

۳ - صحبت جانان، ص ۱۱۷.

۴ - شیدا، ص ۱۳۵.

علامه‌ی طباطبائی رحمته‌الله به مراقبه خیلی اهتمام داشتند و می‌فرمودند: اصل سیرسالک به مراقبه است و بی‌مراقبه اگر انسان هرکاری هم انجام دهد درست نیست و کارساز نمی‌باشد.

انسان بی‌مراقبه مثل مریضی است که پرهیز نمی‌کند. آدم حصبه‌ای نباید چیزی بخورد و اگر یک چیز ثقیل خورد، تمام روده‌هایش پاره می‌شود و می‌میرد. پیغمبر اکرم فرمود: «الْمَعْدَةُ بَيْتُ الدَّاءِ وَالْحَمِيَّةُ رَأْسُ كُلِّ دَوَاءٍ»

شرک سرمنشأ و رأس همه دردهای باطنی است، ولی هر دردی، حتی شرک، دوا دارد و با توبه دوا می‌شود. و توبه‌ی شرک هم اینست که انسان موحد بشود. همین شهادتین توبه‌ی شرک است. اینکه گفته‌اند برای مشرک توبه قبول نیست، بدین معناست که با وجود شرک توبه‌اش قبول نیست، ولی از خود شرک می‌تواند توبه کند. و پرهیز رأس همه‌ی دواهاست. هر دوائی بی‌پرهیز بی‌تأثیر است. سالک باید مراقبه را در گفتار، نیات، اعمال و مراوده‌اش و برخوردش با افراد همه جا حفظ کند. مانند انسان مُحرم که از خیلی کارها نفسش را باید جلوگیری کند. کسی هم که سالک است در حال احرام است، مثل اشخاصی که محرم‌اند، این هم در باطن محرم است و از عرفات و مکان‌هایی که خارج حرم است وارد حرم می‌شود و به مشعر وقتی می‌آید قربانی می‌کند و سر می‌تراشد و در حرم طواف می‌کند و زیارت می‌کند، آنگاه می‌شود حجاً مقبولاً و سعياً مشکوراً.^۱

آلوده‌ای تو حافظ، فیضی ز شاه درخواه
 کان عنصر سماحت بهر طهارت آمد
 دریاست مجلس او، دریا بوقت و دریا ب
 هان ای زیان رسیده وقت تجارت آمد^۱

پس از ذکر این مقدمات، اکنون به بیان برخی توصیه‌های اساتید اخلاق در اربعین موسوی می‌پردازیم:

۱- قبل از ورود به ماه ذی‌القعدة، لازم است محاسبه‌ی دقیقی نسبت به گذشته انجام گیرد تا روشن شود در میان رذائل اخلاقی، کدامیک برای سالک مانع تراست و کدورت بیشتری دارد و یا درجه‌ی ابتلای سالک به آن بیشتر است؛ زیرا به تعبیر مرحوم علامه رحمته‌الله علیه، سالک در رفع رذائل نفسانی که مانع اصلی ارتقاء انسانی است، نمی‌تواند در همه‌ی جبهه‌های مبارزه با شیطان یک باره بجنگد.

مثلاً کسی که گرفتار رذیله‌ی هرزگی چشم و عصبانیت و یا پرحرفی و صفات زشت دیگر است، اگر بخواهد با همه‌ی آن‌ها یک باره مبارزه کند، موفق نمی‌شود؛ لذا باید در این اربعین یک رذیله که بیشتر آلوده به آنست انتخاب نموده و به طور جدی آن را کنترل کند و با مشارطه و استغفار و تنبیه نفس در صورت ارتکاب آن، از ملکه شدن آن جلوگیری

کند. و اگر کسی نتوانست آن رذیله‌ی اصلی را پیدا کند، راه دیگری وجود دارد و آن توجّه به نفس هنگام آرامش است؛ مثلاً بررسی کند که هنگام قدم زدن و یا آرمیدن در بستر خواب، بیشتر چه افکاری در ذهن او می‌گردد، اگر افکار شیطانی است، باید ریشه‌ی آن‌ها را پیدا کند و با همان مبارزه نماید. همچنین خوابی که هنگام نماز بیشتر به او حمله می‌کند و حضور قلب را می‌برد، جنود اصلی شیطان است. یا وقتی گرفتاری مالی یا بیماری یا خدای نکرده آلودگی گناه یا گرفتاری‌های خانوادگی و اجتماعی برای انسان پیش می‌آید، آن چه اول حمله می‌کند، اصلی‌ترین نقطه‌ی ضعف انسان در غفلت از حق است و در این اربعین باید بیشترین مراقبه نسبت به آن صورت گیرد تا موجب غفلت نشود.

مرحوم آیت الله میرزا جواد آقا ملکی تبریزی رحمته الله علیه در مراقبات خود می‌فرماید: در اربعین‌یات که انسان می‌خواهد به مراقبه پردازد، گویی به شیطان اعلام جنگ داده است؛ زیرا شخص غیرمراقب که نفس او را است، در غفلت از حق است و تحت ولایت شیطان است. با ورود انسان در اربعین‌یات، شیطان همه‌ی جنود خود را به جنگ با او می‌فرستد و سالک در آغاز نمی‌تواند یک باره با همه‌ی آن‌ها مقابله کند. و لذا استاد می‌فرمود سالک باید بررسی کند که

کدام سرباز شیطان بیشتر او را درگیر می‌کند و در مقابل کدام رذیله‌ی اخلاقی ضعیف‌تر است و شیطان از کدام طریق بیشتر بر او وارد می‌شود و مراقبه را بر آن متمرکز کند، که در این صورت موفق خواهد شد.

۲- به تناسبی که سالک در مراقبه و جهاد اکبر جدی‌تر باشد، شیطان سربازان قوی‌تر و زیرک‌تر خود را به جنگ با او می‌فرستد و به صورتی مرموز و حتی از طریق دین بر او وارد می‌شود تا او را از ذکر و مراقبه بازدارد؛ لذا در ایام اربعین موسوی باید همت بیشتری نسبت به سایر ایام در ترک گناه و حریم‌داری الهی و محاسبه‌ی اعمال بر اساس مرتبه‌ی مراقبه به کار بست.^۱

مرحوم سید هاشم حداد رحمته‌الله علیه از قول استادشان آقا سید علی قاضی رحمته‌الله علیه می‌فرمود:

«زمانی که نفس غیر از خواسته‌ی معشوق را طلب کرد، واجب است که انسان آماده‌ی قتال و جنگ با او باشد.»^۲

۳- از آن جا که نفس ضعیف است، انسان باید عوامل گناه را برای او به حداقل برساند؛ مثلاً اگر منازعات خانوادگی

۱- یکی از شاگردان مرحوم حداد نقل می‌کند که: «روزی صحبت از استقامت و پایداری به میان آمد که لازمه سلوک است و این شعر که از آیت الله انصاری همدانی است نقل گردید که می‌فرمود:

رنج راحت دان چو شد مطلب بزرگ
گرد گله توتیای چشم‌گرگ
آقای حداد خیلی از این شعر خوششان آمد و گفتند که آن را برایشان بنویسم.»
(دلشده، ص ۴۴).

۲- روح مجرد، ص ۱۸۳.

ویا اجتماعی دارد و یا گرفتاری های مالی برایش پیش آمده و ذهن او را درگیر کرده، باید سعی کند زمینه ی این قبیل اشتغالات را در این ایام به وجود نیاورد و یا اگر مجبور است، آن را مدیریت کند تا چند روزی بگذرد و بعد به مراقبه پردازد و در این چند روز خود را مانند ماه رمضان تخلیه کند. همچنین سعی نماید که زمینه ی هر آن چه ذهن را مشغول می کند فراهم نیاورد. در یک کلام، انسان باید تلاش کند نفس در این ایام قدری به خود برسد که بالاترین امر به معروف و نهی از منکر، به نفس خود انسان است که تا اصلاح نشود نمی تواند دیگران را اصلاح کند: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ لَا يَضُرُّكُمْ مَنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ﴾^۱.

مرحوم آیت الله کشمیری به شاگردان می فرمود:

«ذهن آدمی خیلی زود مسائل را به خود جذب می کند و زود هم به آن مشغول می شود؛ لذا بهترین چیز برای انسان اینست که مشغولیت فکری نداشته باشد.»^۲

۴- علت این که اساتید اخلاق در اربعین موسوی دستور به عزلت می دادند، بدین خاطر بود که خواطر خارجی سالک به حداقل برسد و رسیدگی جدی به خود نماید تا بتواند ذکر و مراقبات خود را به نحو احسن انجام دهد.

۱- مائده، ۱۰۵.

۲- شیدا، ص ۸۲.

تا درین زندان فانی زندگانی باشدت

کنج عزلت گیر تا گنج معانی باشدت

این جهان را ترک کن تا چون گذشتی زین جهان

این جهانت گر نباشد آن جهانی باشدت^۱

مرحوم شهید ثانی رحمته الله علیه در کتاب «التنبيهات العلیّه»

که در اسرار نماز است، در این باره مثل زیبایی دارد و می فرماید: شخصی در باغی می خواست نماز بخواند، تا آمد نماز را شروع کند، چند گنجشک آمدند بالای سر او بر شاخه های درخت ها نشستند و شروع به سرو صدا کردند، در نتیجه حواس او پرت شد. این شخص با چوب دنبال گنجشک ها افتاد و آن ها را از شاخه ها پراند. خواست دوباره تکبیر بگوید که باز گنجشک ها آمدند و سرو صدا راه انداختند. او مجدداً بلند شد و گنجشک ها را فراری داد و این عمل چند بار تکرار شد اما فایده نکرد. در آخر با خود گفت باید اصل زمینه ی سرو صدا را از بین برد، پس درختی که زیر سایه اش نشسته بود از بن درآورد!

مثل ما نیز با خواطر و جنود شیطانی در زندگی از همین قبیل است. ما می خواهیم اشتغالات گسترده ی خود را در همه ی زمینه های اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و... داشته باشیم و یا خدای نا کرده در زمینه ی گناه و وساوس

شیطانی قرار بگیریم، اما در عین حال خواطر شیطانی به ما حمله نکند و مثلاً هنگام نماز و یا تلاوت قرآن حضور قلب هم داشته باشیم، در حالی که این مسائل با هم تناسب ندارد. لذا به عزلت در این اربعین توصیه شده ایم تا زمینه‌ی توجه به خود و کشف نواقص و موانع سلوک در خود را بیابیم و با رفع و دفع آن‌ها، مسیر سلوک را برای خود هموار کنیم.

توکز سرای طبیعت نمی‌روی بیرون

کجا به کوی حقیقت گذر توانی کرد

جمال یار ندارد نقاب و پرده، ولی

غبار به بنشان تا نظر توانی کرد

دلا! ز نور ریاضت گراگهی یابی

چو شمع خنده زنان، ترکِ سر توانی کرد!

بنابراین قاعده‌ی کلی در اربعینیات «عزلت نسبی» است؛ چون در اثر ارتباطات اجتماعی و یا اشتغالات دیگر، نفس از توجه به خود و اصلاح و تزکیه‌ی خود بازمی‌ماند.

و نیز در اربعین موسوی عمده‌ی اهتمام باید در «اشتغال به حق» و مراقبه‌ی بر او باشد. اشتغالات دیگر مانع ذکر قلبی است؛ لذا هر کس بنا بر مرتبه‌ی مراقبه باید عزلتی نسبی را برای خود برگزیند.

اولین مرتبه از عزلت که ابتدایی‌ترین آن است و برای همه ضروری است، کناره‌گیری از اهل گناه و معصیت

است؛ زیرا ارتباط با آنان و نفَس مسموم آن‌ها، انسان را به گناه دعوت می‌کند. امیرالمؤمنین علی عَلَيْهِ السَّلَام در این رابطه می‌فرماید که رسول خدا صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ به ایشان امر فرمود که با اهل معصیت با چهره‌های درهم و عبوس برخورد نمایند.^۱

مرتبه‌ی دوم، پرهیز از حشر و نشر با اهل دنیا است که انس با آن‌ها انسان را علاقه‌مند به دنیا و زخارف آن می‌کند.^۲ مرحوم علامه طباطبائی رَحِمَهُ اللهُ می‌فرمود:

«گوشه‌نشینی، ملازم با معرفت و یا موجب آن نیست؛ ولی کسی که می‌خواهد اهل معرفت شود باید معاشرتش را مخصوصاً با اهل غفلت و اهل دنیا کم کند و فرش هر مجلسی نباشد و کار شبانه‌روزی او در مجالس بیهوده صرف نشود و از معاشرت‌های بی‌فایده و بی‌مغزتا می‌تواند اجتناب نماید و طوری نشود که با همه و در هر مجلسی حاضر شود.»^۳

مرتبه‌ی سوم، کم کردن مطلق ارتباطات است و البته حد و حدود آن باید با نظر استاد باشد.

۵- در این دوران باید از سفرهای غیرضروری و یا برنامه‌هایی که نظم زندگی را برهم می‌زند اجتناب کرد، چون هرکس برنامه‌های ذکری و عبادی خود را بر اساس وضعیت داخلی خود تنظیم می‌کند و در شرایط سفر و یا

۱- «قَالَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ عَلَيْهِ السَّلَام: أَمَرَنَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنْ تَلْقَى أَهْلَ الْمَعَاصِي بِوُجُوهِ مُكْفَهَرَةٍ.»

(الکافی، ج ۵، ص ۹۵؛ باب الأمر بالمعروف والنهي عن المنکر)

۲- «قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَرْبَعٌ يُؤْتِنُ الْقَلْبَ: الذَّنْبُ عَلَى الذَّنْبِ... وَمُجَالَسَةُ الْمُتَوَقِّ. فَقِيلَ لَهُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَمَا الْمُتَوَقِّ؟ قَالَ: كُلُّ عَنِي مُتَرْفٍ.» (الخصال، ج ۱، ص ۸۲۲).

۳- در محضر علامه‌ی طباطبائی رَحِمَهُ اللهُ، ص ۳۶۵.

عوامل دیگری که تغییر دهنده‌ی این امور است، نمی‌توان مثل حالت عادی به ذکر و عبادت و تهجد پرداخت. و لذا روش بزرگان در ایام اربعینی، استقرار در محلی خاص بود. توصیه‌ی استاد رحمته‌الله علیه نیز در اربعین موسوی پرهیز از کارهای پرتلاطمی بود که نظم روحی انسان را برهم می‌زند؛ مگر سفرها و برنامه‌های ضروری که حجت شرعی در انجام آن‌ها وجود داشته باشد.

۶- بهترین اشتغالات در این دوران، اموری است که توجه به توحید و یاد حق و امور اخروی را برای سالک تقویت کند. و لذا در مطالعات علمی سالک بهتر است به فقه و یا روایات مذکّر و یا مطالعات معرفتی که در مسیر توجه به این امور باشد پردازد.

۷- برای کسانی که در مراقبه‌ی خاص هستند، می‌باید محاسبه‌ی روزانه دقیق‌تر و در نتیجه در فواصل زمانی نزدیک‌تر انجام گیرد تا بتواند بهتر به نواقص مراقبه و نقاط ضعف نفس در مقابله با وساوس شیطانی پی برد و در صدد اصلاح آن‌ها برآید.

۸- در محاسبه‌ی النفس توجه داشته باشیم که شیطان برای هر کس از ذری وارد می‌شود که نقطه‌ی ضعف اوست. لذا اگر کسی در محاسبه‌ی روزانه گناهی در خود ندید، مغرور نشود و برخورد نبالد که مراقبه‌ی ماکامل بود

و مرتکب گناه و فساد روشن نشدیم! بلکه مرحوم میرزا جواد آقا رحمته الله علیه در کتاب مراقباتشان توضیح می دهند که هر کس در هر مرتبه از مراقبه که هست، اگر بر خلاف آن عمل کند، به منزله‌ی اسائه‌ی ادب در محضر مولا است؛ چنان که فرموده‌اند: «حَسَنَاتُ الْأَبْرَارِ سَيِّئَاتُ الْمُقَرَّبِينَ». قاعده‌ی کلی در مراقبات این ایام توجه به حق و زدودن کدورت‌های غفلات است و در نتیجه هر نوع عملی که ما را از توجه به خداوند باز دارد، غفلت است و به مراتب خودش هتک حریم ادب الهی است؛ درست مانند این است که ما در محضر بزرگی باشیم و روی سخن او با ما باشد، ولی دلمان مشغول به جای دیگر باشد و روی از او برگردانیم، این توهین به آن بزرگ است که موجب حرمان ما از لقاء خواهد بود.

البته مراد از مراقبه، توجه به خداوند در ضمن اعمال روزانه است؛ هر چند که میزان توجه بستگی به مرتبه‌ی سالک در مراقبات خود دارد. این درست مانند مرتبه‌ای است که درباره‌ی حضور قلب در نماز بیان شده و تفصیل آن در کتب اسرار نماز ذکر گردیده است.^۱

۹- نکته‌ی ظریفی که استاد در چگونگی مراقبه بر آن تأکید می فرمود آن است که: در مراقبات این ایام باید بر

۱- در این مورد رک. به کتب «آداب الصلوة» و یا «سر الصلوة» امام امت رحمته الله علیه.

رذائل جزئی و به صورت عملیاتی تکیه کنیم و سعی نماییم یک گناه کاربردی را پیدا کنیم و بر آن مراقبه داشته باشیم. باید تلاش کنیم که کلی‌گویی در مراقبه نداشته باشیم؛ مثلاً نگوییم که من در نفس خود صفت عجب و خودبینی و یا تکبر را یافته‌ام و مراقبه خود را بر آن می‌نهم. که در این صورت هنگامی که اربعین تمام می‌شود، هیچ پیشرفتی در خود نخواهیم دید و دچار یأس و افسردگی در سلوک خواهیم شد. چون این‌گونه صفات در همگان با شدت و ضعف یافت می‌شود. به عنوان مثال، رذیله‌ی کبر از جمله رذائل است که در اواخر سلوک از انسان گرفته می‌شود و تقریباً جزء آخرین منازل است. با اصل رذیله‌ی تکبر نمی‌شود در اوائل راه درگیر شد، باید شاخ و برگ آن را پیدا کرد و آن را کنترل کرد تا نوبت به تنه و بعد ریشه‌ی درخت تکبر برسد. لذا مراقبه باید در امور کاملاً ملموس و عینی باشد؛ مثلاً پرحرفی و پرخاشگری از آثار تکبر است، یعنی هر کس هر حرفی به انسان می‌گوید، شخص تا جوابش را ندهد او را رها نمی‌کند. مبارزه با چنین رذیله‌ای کاملاً عینی است. برای مقابله با این رذیله، انسان باید بنا را بر این بگذارد که پاسخ تندهای او را با نرمی و به احسن وجه بدهد و یا اصولاً خود را به نشنیدن بزند؛ چنان‌که خداوند می‌فرماید: ﴿وَالَّذِينَ لَا يَشْهَدُونَ الزُّورَ وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا﴾^۱ و نیز بر

فرمایش امام صادق علیه السلام خطاب به عنوان بصری عمل کند که در همین رابطه فرمودند: «أَمَّا اللَّوَاتِي فِي الْحَلْمِ، فَمَنْ قَالَ لَكَ إِنَّ قُلْتَ وَاحِدَةً سَمِعْتَ عَشْرًا، فَقُلْ إِنَّ قُلْتَ عَشْرًا لَمْ تَسْمَعْ وَاحِدَةً!»؛ یعنی اگر کسی به تو گفت: اگر یک کلمه بگویی ده کلمه جوابت را می دهیم، توبه او بگو: اگر ده تا هم بگویی حتی یک کلمه جواب نخواهی شنید. همچنین در رفتار و سلوک اجتماعی سعی کند متواضع باشد و امور دیگر کاربردی را در این ایام در نظر بگیرید.

۱۰- توصیه‌ی دیگری که به خصوص مرحوم آیت الله بهجت رحمته الله می فرمودند آنست که: ما در مراقبه باید احتیاطی باشیم؛ به این معنا که تلاش کنیم در اربعین موسوی حتی در حریم گناه هم وارد نشویم؛ چنان که در بیان نبوی صلی الله علیه و آله است که فرمودند: «مَنْ ارْتَكَبَ الشُّبُهَاتِ، وَقَعَ فِي الْمُحَرَّمَاتِ وَهَلَكَ مِنْ حَيْثُ لَا يَعْلَمُ»^۲، یعنی کسی که در زندگی فقط مرز حرام را مراقبت می کند و در ارتکاب امور مشتبه بین حلال و حرام بی پروا است، بداند که به سادگی گرفتار محرمات می شود و از جایی که فکرش را هم نمی کند نابود می گردد. مثلاً اگر احتمال می دهید با کسی ملاقات می کنید که شما را به غیبت وارد می کند، از قبل خود را آماده کنید و به مجرد آماده شدن زمینه‌ی گناه، حرف را

۱- مشکاة الأنوار فی غرر الأخبار، ص ۳۲۷: الباب التاسع فی ذکر المواعظ.

۲- هداية الأمة إلى أحكام الأئمة عليهم السلام، ج ۸، ص ۷۲.

عوض کنید یا مجلس را ترک نمایید، و یا اگر در محیطی قرار می‌گیرید که گرفتار نگاه حرام و یا صدای حرام می‌شوید، از قبل خود را آماده کنید و یا به طور کلی اجتناب نمایید. البته در روزگار فعلی، به دلیل شرایط خاصی که به وجود آمده، برخی گناهان برای عموم بیشتر مبتلا به است و بهتر است در این ایام بر آنها مراقبه‌ی بیشتری شود؛ اموری از قبیل عصبانیت و یا بد خلقی در اثر خستگی و یا هرزه‌گردی چشم و گوش و خصوصاً وقت‌کشی در گروه‌ها و سایت‌هایی که خواندن و دیدن مطالب آن‌ها سودی برای ما ندارد، و یا گناهان دیگری که در این زمان ابتلاء بیشتری برای جوانان ایجاد کرده.

کنترل زبان؛ مراقبه‌ی عام

در ابتدا اشاره شد که قبل از ورود به اربعین موسوی، با محاسبه‌ای دقیق مانع اصلی سلوک خود را بیابیم و مراقبه را بر اساس آن قرار دهیم. با این توضیحات، اگر کسی مانع را پیدا کرد که خوشا به حالش، و اگر پیدا نکرد، یک دستور کلی در کتب اخلاقی هست و آن مراقبه بر زبان است؛ چراکه عمده‌ی گناهان از زبان شروع می‌شود. در روایت نبوی صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ است که معاذ بن جبل از حضرتش درباره‌ی عامل اصلی

ورود به بهشت و دوری از آتش سؤال کرد و ایشان با دست اشاره به زبان مبارکشان کردند و فرمودند: «كُفَّ عَلَيكَ هَذَا»؛ یعنی زبانت را کنترل کن، و هنگامی که معاذ با تعجب پرسید: «یعنی ما به زبانمان تا به این حد مؤاخذه می شویم؟!» حضرت فرمودند: «هَلْ يَكُفُّ النَّاسَ فِي النَّارِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِلَّا حَصَائِدُ أَلْسِنَتِهِمْ؟»^۱ یعنی آیا جز دستاوردهای زبان، امر دیگری هست که مردم را به جهنم وارد کند؟ بنابراین کنترل زبان نقش محوری در مراقبات این ماه دارد. البته مراد از کنترل زبان سکوت مطلق نیست، بلکه مدیریت آن است. به خصوص در ارتباط با خانواده و همسر و فرزندان، می باید رفتاری صمیمی و گفتگویی شادی بخش داشت و حریم حلال و حرام را در سخن گفتن رعایت نمود. دم مزن تا بشنوی اسرار حال

از زبان بی زبان که: قم تعال

دم مزن تا بشنوی زان دم زنان

آنچه ناید در بیان و در زبان

دم مزن تا بشنوی زان آفتاب

آنچه نامد در کتاب و در خطاب^۲

۱ - وسائل الشیعة، ج ۱۲، ص ۲۸۱.

۲ - مثنوی معنوی، دفتر سوم، بخش ۴۹.

غسل و نماز توبه‌ی روزیکشنبه

در این ماه، غسل و نماز توبه‌ی روزیکشنبه که دستور آن در مفاتیح الجنان آمده فراموش نشود. پیغمبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ می‌فرمایند: «کسی که این کار را انجام دهد، از عالم ملکوت به او خطاب می‌شود: عملت را از نو شروع کن که توبه‌ی تو پذیرفته شد.» و با این غسل تمام گناهان او پاک شده است؛^۱ و در ادامه‌ی روایت دارد که نه تنها گناهان خودش، بلکه خداوند خانواده‌ی او و پدر و مادرش را نیز می‌آمرزد. و به همین دلیل است که این عمل در میان اساتید اخلاق به غسل و نماز توبه معروف شد که مناسب است هر کس در آغاز منزلی از منازل سلوک و یا ایام خاص - مثل آغاز ورود به ماه رجب و یا شعبان و ماه رمضان - این نحو توبه را انجام دهد. در اربعین موسوی نیز بهتر است در همه‌ی یکشنبه‌های ماه ذی‌القعدة غسل و نماز توبه انجام شود.

دستور بعد که مرحوم سید رحمته‌الله علیه جزء اعمال این ماه ذکر فرموده، روزه‌ی سه روز پنجشنبه‌ی اول ماه، پنجشنبه‌ی

۱ - کیفیت این غسل و نماز در مفاتیح الجنان، ذیل اعمال ماه ذی‌القعدة آمده است. اما نظر به اهمیت مطلب، در اینجا کیفیت آن را ذکر می‌کنیم:

غسل به جا آورد و وضو بگیرد و چهار رکعت نماز بخواند، در هر رکعت سوره «حمد» را یک مرتبه و سوره «توحید» را سه مرتبه و سوره «فلق» را یک مرتبه و سوره «ناس» را یک مرتبه بخواند و پس از نماز هفتاد مرتبه اسفگار کند، و استغفار را با: «لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ» ختم نماید، سپس بگوید: «يَا عَزِيزُ يَا غَفَّارُ، اغْفِرْ لِي ذُنُوبِي وَ ذُنُوبَ جَمِيعِ الْمُؤْمِنِيْنَ وَ الْمُؤْمِنَاتِ، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ.»

آخر ماه و چهارشنبه‌ی وسط ماه است. ^۱گویی کسی که این سه روز را در ماه روزه بگیرد، همه‌ی ماه را روزه گرفته است. همچنین روزه‌ی روز «دحوالارض» بسیار فضیلت دارد که یکی از چهار روز ممتاز سال به روزه است و این به برکت استقرار اولین نعمت هدایت الهی - یعنی خانه‌ی خدا - بر روی زمین در این روز است و روزه‌ی این روز جزو سیره‌ی اولیای ما بوده است.

دهه‌ی اول ذی‌الحجه

مراقبات دهه‌ی پایانی اربعین موسوی، باید هم‌ردیف مراقبات ماه مبارک رمضان باشد. طبق بیانات اولیای الهی علیهم‌السلام، اگر فضیلت این ایام بالاتر از ماه رمضان نباشد، کمتر نیست؛ چنان‌که از روایت نبوی صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم برمی‌آید که فرمود: «مَا مِنْ أَيَّامٍ أَرْكَى عِنْدَ اللَّهِ تَعَالَى وَلَا أَعْظَمَ أَجْرًا مِنْ خَيْرِ فِي عَشْرِ الْأَضْحَى»؛ یعنی در میان ایام سال، هیچ زمانی برتر از دهه‌ی اول ذی‌الحجه نیست، تا به آن جاکه از حضرتش سؤال می‌شود: حتی از جهاد فی سبیل الله هم بالاتر است؟ و حضرت می‌فرمایند: بله، مگر برای کسی که در راه خدا شهید شود و از جبهه نزد خانواده‌اش باز نگردد ^۲. از این بیان

۱- امام امت رحمته‌الله‌علیه در کتاب اربعین می‌فرمایند که مراد از چهارشنبه‌ی وسط ماه، چهارشنبه‌ی بعد از دهم ماه است.

۲- «قَالَ صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم: مَا مِنْ أَيَّامٍ الْعَمَلُ الصَّالِحُ فِيهَا أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ مِنْ أَيَّامِ الْعَشْرِ - يَعْنِي عَشْرَ

معلوم می شود که اصل در این ایام تشدید مراقبه است که جهاد اکبر محسوب می شود و از جهاد اصغر بالاتر است، و هر مقدار دقت در مراقبه بیشتر باشد، مقام مجاهد در جهاد اکبر بالاتر است. و البته طی مراقبات ماه رجب اشاره شد که به تناسبی که مراقبه سخت تر می شود، حملات شیطان نیز سخت تر و دقیق تر می گردد. و به همین دلیل است که در ایام اربعین موسوی، باید مراقبه را دقیق کرد، چون حملات شیطان دقیق تر و سخت تر می شود.

دستور دوم در این دهه «ذکر» است. دستور خداوند در قرآن به ذکر در آیه‌ی «وَيَذَكِّرُوا اسْمَ اللَّهِ فِي أَيَّامٍ مَّعْلُومَاتٍ»^۱، به ذکر الهی در این دهه تفسیر شده است. مقام ذکر و مراقبه‌ی محضر الهی، در میان سایر اعمال، از همه‌ی امور دینی - حتی جهاد - برتر شمرده شده است.^۲

غمِ زمانه، که هیچش کران نمی بینم

دو اش، جز می چون ارغوان نمی بینم

ز آفتاب قدح، ارتفاعِ عیش بگیر

چرا که طالع وقت، آنچنان نمی بینم^۳

ذِي الْحِجَّةِ - قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ ﷺ وَلَا الْجِهَادُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ؟ قَالَ ﷺ: وَلَا الْجِهَادُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ، إِلَّا رَجُلٌ حَرَجَ بِنَفْسِهِ وَمَالِهِ فَلَمْ يَرْجِعْ بِشَيْءٍ مِنْ ذَلِكَ» (وسائل الشيعة، ج ۱۴، ص ۲۷۳).

۱- حج، ۲۸.

۲- قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «أَلَا أَخْبِرُكُمْ بِخَيْرِ أَعْمَالِكُمْ وَأَزْفَعِهَا فِي دَرَجَاتِكُمْ وَأَرْكَأَهَا عِنْدَ مَلِيكِكُمْ؟ وَخَيْرٌ لَكُمْ مِنَ الدِّينَارِ وَالذِّهْنِ وَخَيْرٌ لَكُمْ مِنْ أَنْ تَلْقَوْا عَدُوَّكُمْ وَتَقْتُلُوهُمْ وَ يَقْتُلُونَكُمْ؟ قَالُوا بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ ﷺ. قَالَ ﷺ: ذَكَرُ اللَّهِ كَثِيرًا.» (تفسیر نور الثقلین، ج ۴، ص ۲۸۵).

۳- دیوان حافظ، غزل ۳۵۸.

لذا مناسب است که همان دستورات مراقبه‌ای که در ایام ماه مبارک رمضان ذکر شد، با اندک تفاوتی در این ایام اجرا شود. در ادامه به اختصار به اهم آن‌ها اشاره می‌شود:

۱- روزهی نه روز اول ماه ذی‌الحجه تالی‌تلوروزهی ماه مبارک رمضان است، و این دهه در واقع تکمیل سی روز ماه مبارک رمضان است. و دستوراتی که برای این ده روز آمده، تقریباً شبیه دستورات ماه مبارک رمضان است؛ شب قدر آن در تأکید بر دعا و عبادت، با روز عرفه هم‌سنگ شمرده شده، تا به آن‌جا که امام صادق علیه السلام در این باره فرموده‌اند: «مَنْ لَمْ يُغْفَرْ لَهُ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ، لَمْ يُغْفَرْ لَهُ إِلَى قَابِلٍ إِلَّا أَنْ يَشْهَدَ عَرَفَةَ»؛ کسی که در شب‌های قدر مشمول رحمت و مغفرت الهی قرار نگرفت، در شرایطی است که تنها ممکن است در روز عرفه مورد مغفرت قرار گیرد. همچنین روز عید فطر در شرافت شبیه روز عید قربان است و اعمال آن دو مانند یکدیگر می‌باشد؛ حتی دعای وارده در روز عید قربان نیز همان دعای روز عید فطر می‌باشد. گویی آن عیدی که خداوند در عید فطر به روزه‌داران وعده نموده، در عید قربان و در نماز این روز، پس از طی اربعین موسوی و روزه‌داری دهه‌ی ذی‌الحجه عنایت می‌شود.

۲- خداوند اربعین موسوی را به شب‌هایش توصیف

می‌کند و می‌فرماید: «وَإِذْ وَاَعَدْنَا مُوسَىٰ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً»^۱. همچنین بر اساس روایات، «وَلَيَالٍ عَشْرٍ» در سوره‌ی فجر، شب‌های دهه‌ی اول ذی‌الحجه تفسیر شده است. از این‌جا معلوم می‌شود که شب‌های این ایام را باید مانند شب‌های ماه مبارک به ذکر و احیا سپری کرد. و لذا بهتر است دستورات ذکری وارده در این اربعین، هنگام شب و قبل و یا بعد از نماز شب انجام گیرد.

۳- نماز معروف این دهه که بین نماز مغرب و عشاء خوانده می‌شود، فراموش نگردد. زیرا اصل در اهتمام به این ایام به واسطه‌ی تقارن آن با مناسک حج است؛ چنان‌که ادعیه‌ی وارده در شب‌های این ایام ناظر به آن است و کسانی که توفیق زیارت خانه‌ی خدا را ندارند، با انجام این دستورات با حجاج شریک می‌شوند.

۴- در این ایام خواندن دعای منقول از امام صادق ع بعد از نماز صبح و غروب بسیار سفارش شده که کیفیت آن در مفاتیح آمده است.

۵- اذکار روزانه‌ی این دو ماه (رمضان و ذی‌الحجه) شبیه به یکدیگر است و دارای مضامین توحیدی بلندی است. ثواب این اذکار به حدی است که شاید قابل بیان نباشد و در کتب مبسوط تر مانند بحار الانوار و اقبال الاعمال به گوشه‌ای از آن اشاره شده.

۶- تسبیحات و تهلیلاتی را که مرحوم محدث قمی در مفاتیح نقل کرده اند بسیار مورد توجه مرحوم آیت‌الحق مولی حسین قلی همدانی رحمته‌اللهیه و شاگردان مکتب تربیتی ایشان بود و مرحوم سید در اقبال و جمال السالکین در مراقبات با تفصیل و تعظیم از آن‌ها یاد می‌کنند. لذا سعی نمایم تا به هر مقدار که می‌توانید بر آن‌ها اهتمام داشته باشید که همگی مشیر به توحید خالص در فرهنگ اهل بیت علیهم‌السلام است.

۷- دو روز بسیار برجسته در میان این ایام قرار دارد که ارزش روزها و شب‌های آن تالی تلوروزها و شب‌های قدر در ماه مبارک است و آن «روز عرفه» و دیگر «عید سعید قربان» است. اعمال این ایام به تفصیل در اقبال‌الاعمال و در حدّ کمتر در مفاتیح ذکر شده. حضرت استاد رحمته‌اللهیه در این باره به مفاتیح اکتفا می‌کردند، ولی کسانی که تفصیل آن را می‌خواهند، می‌توانند به اقبال و یا کتب مبسوط دیگر مانند بحار الانوار مراجعه کنند.

مراقبات روز عرفه

در طيّّ مباحث قبل اشاره شد که روز عرفه در میان ایام سال همانند شب‌های قدر در میان شب‌های سال است. لذا اگر اولیای الهی یک سال انتظار شب‌های

قدر را می کشیدند و از ماه رجب تهیه‌ی استعداد برای درک شب قدر می نمودند، از ابتدای اربعین موسوی نیز همه‌ی اهتمامشان برای درک لقای الهی و معرفت به توحید در روز عرفه بود. علاوه بر این، در روایات شب قدر اشاره شد که همه‌ی اهتمام سالک می باید درخواست مغفرت الهی باشد و در عین حال اگر کسی به هر دلیل در شب‌های قدر مشمول مغفرت الهی واقع نشد، امید به روز عرفه داشته باشد. بنابراین، اگر عدم مغفرت الهی به معنای نابودی و هلاکت ابدی عبد است، روز عرفه آخرین سنگر برای توبه‌ی بندگان خداوند محسوب می شود و به همین دلیل است که مرحوم سید محمدباقر عظیمی دعای سوزناکی را برای آخرین لحظات عصر عرفه نقل می کند؛ به این مضمون که: «اللَّهُمَّ لَا تَحْرِمْنِي خَيْرَ مَا عِنْدَكَ لِشَرِّ مَا عِنْدِي، فَإِنْ أَنْتَ لَمْ تَرْحَمْنِي بِتَعَبِي وَنَصَبِي فَلَا تَحْرِمْنِي أَجْرَ الْمُصَابِ عَلَى مُصِيبَتِهِ.» یعنی بار الها، اگر در این آخرین مرحله از فرصت قبولی توبه، من به دلیل شقاوت و افسردگی ام از قافله‌ی سالکان عقب افتاده‌ام و توفیق مغفرت برایم حاصل نشده، پس مصیبت زده‌ای هستم که از تو مسألت دارم مرا از اجر مصیبت دیدگان محروم نگردان. و لذا هر مقدار که عصر عرفه نزدیک تر می شد،

اهل معنا ابتهال بیشتری به درگاه الهی می‌کردند که مبادا نام آنان در طومار مغفورین در روز عرفه ثبت نشود.

حال برای درک هرچه بهتر این روز را جمند، به اختصار به اهمّ مراقبات آن اشاره می‌شود:

۱- هرچند روزهی روز عرفه مانند نه روز دیگر اول این ماه توصیه شده، ولی این در صورتی است که اولاً مانع نشاط و حال خوش هنگام دعا نباشد و ثانیاً در اول ماه اختلاف نباشد و شبه‌ی تلاقی روز عرفه با عید قربان وجود نداشته باشد، که در این دو صورت روزهی این روز توصیه نشده.

۲- همان طور که در دستورات ماه رمضان هم ذکر شد، بهتر است که از اول اربعین موسوی و به خصوص در روز عرفه، توّسل به ساحت مقدس امام عصر عجل الله تعالی فرجه الشریف داشته باشیم و با نثار هدیه به پیشگاه ایشان، درخواست عنایت خاص حضرتش را در این ایام بنماییم. خصوصاً اعمال و معرفت خود را به محضر ایشان عرضه کنیم تا نواقص آن را به فضل و کرمشان اصلاح و تکمیل فرمایند.

۳- غسل و زیارت سید الشهداء عجل الله تعالی فرجه الشریف از اهمّ اعمال این روز است؛ با تفصیلی که در کتب ادعیه آمده.

۴- روز عرفه در بین ایام سال به روز دعا و نیایش به درگاه پروردگار معروف است؛ تا به آن جا که در تراجم میان روزهی

این روز - با همه‌ی اهمتامی که به آن شده - با دعا، دومی مقدم است. لذا باید همه‌ی تلاش‌ها در جهت اقامه‌ی دعا در این روز باشد و توصیه‌ی حقیر آنست که هر چند روز عرفه تعطیل رسمی نیست، ولی اهمتامتان این باشد که از صبح خود را خسته نکنید و بعد از ظهر را تعطیل نمایید و با فراغ بال به دعا و نیایش پردازید.

۵- مرحوم سید در اقبال بحث نسبتاً مبسوطی پیرامون چگونگی خواندن دعای عرفه و محل آن بیان فرموده و این که آیا خواندن دعا در جمع بهتر است و یا انفرادی؛ ما حاصل بحث آنست که: در جمع - خصوصاً اگر بیش از چهل نفر باشند - دعا به اجابت نزدیک‌تر است و لذا بهتر است دعا در جمع خوانده شود، اما اگر شرایط انسان به گونه‌ای است که در جمع دچار حواس‌پرتی می‌شود و یا در جمع به امور حاشیه‌ای بیش از خود دعا پرداخته می‌شود، بهتر است در تنهایی دعا را بخواند و مکانی را انتخاب کند که او را به یاد مرگ و تنهایی در برزخ و قیامت بیندازد، لذا رفتن به بیابان و یا قبرستان و یا اماکن مخروبه‌ای که مورد توجه نیست، در این باب مناسب است. خلاصه این که بهتر است در این روز و هنگام دعا، انسان هر کجا که هست خود را فارغ برای خداوند قرار دهد و عوامل مزاحم را به حداقل برساند.

۶- مرحوم راوندی رحمته الله علیه در دعوات خود و نیز مرحوم سید بن طاووس رحمته الله علیه در فلاح السائل به طور نسبتاً مبسوط پیرامون آداب دعا مطالبی را فرموده اند که توصیه می شود جهت اطلاع به این منابع مراجعه شود. اما از اهم مطالبی که در آداب دعا توصیه شده، اول از همه توسل به اهل بیت علیهم السلام و درود و سلام به ساحت مقدس آن هاست و لذا در این ایام اگر بتوان در مشاهد مشرفه حضور یافت بهتر است. مناسب است که از اول ذی القعدة توسل خاصی به محضر یکی از حضرات معصومین علیهم السلام داشته باشیم.

۷- هر چند برای روز عرفه غسل خاص توصیه شده، ولی مرحوم سید در اقبال توصیه می کنند که با همان غسل، نیت غسل زیارت سید الشهداء علیه السلام و امام عصر عجل الله تعالی فرجه الکریم و نیز غسل توبه و همه ی اغسالی را که در گذشته از اوفوت شده را بنماید تا با دلی پاک و روحی شاداب به ضیافت عرفه وارد شود.

۸- در میان ادعیه ی این روز، دعای عرفه ی سید الشهداء علیه السلام با آن مضامین بلند، جایگاهی خاص دارد، ولی در کتب مبسوط ادعیه، دعا های فراوان دیگری نیز برای این روز ذکر شده. مرحوم علامه ی مجلسی رحمته الله علیه در زاد المعاد و سید بن طاووس رحمته الله علیه در اقبال، بخش عظیمی از کتاب را به دعا های مأثور در این روز اختصاص داده اند، لذا

توصیه می شود کسانی که در جمع دعای می خوانند، تبعیت از جمع نمایند، ولی کسانی که دعای در انفراد را انتخاب کرده اند، از سایر ادعیه، به خصوص دعای امام سجاد علیه السلام در صحیفه‌ی سجادیه و امام صادق علیه السلام در اقبال و ادعیه‌ی وارده از سایر ائمه علیهم السلام غفلت نکنند.

۹- از آن جا که عمل ام داوود و دعای خاص آن در اجابت دعا بسیار مؤثر است، لذا مرحوم محدث قمی رحمته الله علیه در وقایع الایام خود این عمل را نیز در روز عرفه توصیه می نماید.

۱۰- دعای عرفه‌ی سیدالشهداء علیه السلام قسمتی در پایان دارد که در اقبال الاعمال و بحار الانوار ذکر شده، اما در سایر نصوص روایی یا ذکر نشده و یا به عنوان بیان مصتف آمده است. از همین رو، برخی تردید در مآثور بودن آن از جانب سیدالشهداء علیه السلام کرده اند. ولی استاد رحمته الله علیه به نقل از مرحوم علامه‌ی طباطبایی رحمته الله علیه می فرمودند که احتمال صدور آن از جانب امام علیه السلام زیاد است، زیرا کسانی که با کتب عرفان نظری و نوشته‌های مشاهیر اخلاق و عرفان آشنا باشند، به خوبی می دانند که چنین نوشتاری با چنین ادبیات و مضامین عالی از آن‌ها سراغ نداریم و چنین بیانات عالی در عین ایجاز، مناسب مقام عصمت است و با توجه به قدمت دعا و سیر تکامل مباحث عرفانی و عقلی در باب توحید، چنین مضامینی با بیان هیچ عالم و عارفی

مناسبت ندارد. استاد رحمۃ اللہ علیہ در عین حال می فرمود: چون روز عرفه روز دعا و خصوصاً مناجات های توحیدی است، مناسب است به قصد رجاء این بخش نیز خوانده شود و مگر نه این است که توصیه شده در روز عرفه از زبان خودمان آنچه می خواهیم از درگاه پروردگار طلب نماییم؟ پس چه مانعی دارد که حداقل این مطالب بلند توحیدی را به عنوان دعاهایی که داعی از زبان خود با پروردگار سخن می گوید بخواند و از برکات مضامین بلند آن غفلت نکند. و در نظر داشته باشیم که عمده ی دعاهای وارده در روز عرفه در معارف خاصّ توحیدی است و داعی باید از خداوند طلب معرفت بیشتر در توحید و ولایت بنماید. همچنین توجه شود که مقام هر کس در این روز به اندازه ی معرفت او به توحید است و مضمون این بخش از دعای عرفه حاوی عالی ترین و بلندترین معارف توحید خواص است و خسران بزرگی است که این همه برکات را به صرف یک احتمال از دست بدهیم، که متأسفانه در این روزگار شاهد آن هستیم.

شب عید قربان

شب عید قربان در فضیلت مانند شب عید فطر است و شب گرفتن جوایز مراقبات در اربعین موسوی است. و همانطور که موسی علیه السلام در چنین شبی به لقای الهی نائل

شد، سالک باید از محبوب انتظار جوایز داشته باشد، و لذا مستحب است که این شب را به دعا و مناجات و احیاء سپری نماید. مرحوم سید رحمته الله علیه در اقبل بیان زیبایی در این رابطه دارد؛ به این ترتیب که اگر در این شب کسی بتواند احیاء بدارد فیها، و اگر خواب بر او غلبه کرد، با نیت تقرب و به قصد کسب رضای الهی و تحصیل نشاط برای عبادت بیشتر به بستر برود که خواب چنین فردی عبادت الهی است و ثواب احیای شب را دارد.

روز عید قربان

این روز از اهم اعیاد بزرگ دینی و روز قربانی کردن نفس اماره در برابر مولی و خروج کامل از همه‌ی انانیت‌ها است. و چنانکه حضرت ابراهیم علیه السلام بعد از ابتلاء قربانی حضرت اسماعیل علیه السلام که نماد کامل اسلام و تسلیم محض در درگاه الهی بود، مفتخر به مقام امامت شد، سالک نیز می‌باید در این روز مانند روز عید فطر، انتظار مزد یک اربعین مجاهده با نفس اماره و قربانی کردن آن را از پروردگار درخواست نماید. از همین روست که اغلب اعمال آن شباهت زیادی به روز عید فطر دارد.

مطلب پایانی اشاره به نکته‌ی ظریفی است که مرحوم سید در اقبال بیان می‌کند؛ به این مضمون که:

عید قربان از اعظم اعیاد الهی است و به دنبال اربعین موسوی و روز عرفه، هنگام گرفتن عیدی از مولای محبوب است. اما اگر علی رغم بازبودن همه‌ی درهای رحمت پروردگار، شخصی نتوانست مشمول رحمت خاص مولی قرار بگیرد و از درگاهش عیدی بستاند، باید بر این بدبختی خود به سوگ بنشیند، اما باز هم نباید مایوس از رحمت خداوند باشد. او باید بنگرد که روز عید مصادف با چه روز هفته است و متوسل به صاحب آن روز از ائمه‌ی اطهار علیهم‌السلام شود و با عملی و تعهدی بر ترک یک رذیله، هدیه‌ای به پیشگاه آن بزرگواران ببرد و ایشان را در نزد پروردگار شفیع خود قرار دهد، شاید گشایشی برایش حاصل شود؛ که در طول تاریخ، هرگاه که گرهی در کار هریک از انبیاء و اولیاء علیهم‌السلام پیش می‌آمد، متوسل به وجود مبارک یکی از ائمه‌ی اطهار علیهم‌السلام می‌شدند. و در این میان، توسل به ساحت مقدس صدیقه‌ی طاهره علیها‌السلام، لطافت خاصی دارد و در حقیقت، توسل به همه‌ی حضرات معصومین علیهم‌السلام است؛ چنانکه در حدیث منسوب به امام عسکری علیه‌السلام آمده که فرمود: «نَحْنُ حُجَجُ اللَّهِ عَلَى خَلْقِهِ وَجَدَّتْنَا فَاطِمَةٌ حُجَّةُ اللَّهِ عَلَيْنَا».

روی بنما و وجود خودم از یاد ببر
 خرمن سوختگان را همه گو باد ببر
 ما که دادیم دل و دیده به طوفان بلا
 گویا سیل غم و خانه زبنیاد ببر
 زلف چون عنبر خامش که ببوید هیئات
 ای دل خام طمع این سخن از یاد ببر
 سینه گو شعله آتشکده پارس بکش
 دیده گو آب رخ دجله بغداد ببر
 سعی ناکرده در این راه به جایی نرسی
 مزد اگر می طلبی طاعت استاد ببر
 دوش می گفت به مژگان درازت بکشم
 یا رب از خاطرش اندیشه بیداد ببر
 روز مرگم نفسی وعده دیدار بده
 و آن گهم تا به لحد فارغ و آزاد ببر
 دولت پیرمغان باد که باقی سهل است
 دیگری گو برو و نام من از یاد ببر
 بعد از این چهره زرد من و خاک در دوست
 باده پیش آور و این جان غم آباد ببر
 حافظ اندیشه کن از نازکی خاطر یار
 برو از درگهش این ناله و فریاد ببر

فهرست منابع:

۱. قرآن کریم
۲. ارشاد القلوب، دیلمی، حسن بن محمد، شریف الرضی، قم، ۱۳۸۶؛
۳. اسرار الصلوة، ملکی تبریزی، حاج میرزا جواد آقا، ترجمه صادق حسن زاده، علی خلیلی، کیش مهر، قم، ۱۳۸۴؛
۴. اقبال الاعمال، ابن طاووس، علی بن موسی، تصحیح جواد قیومی اصفهانی، دفتر تبلیغات اسلامی، قم، ۱۳۷۶؛
۵. امالی صدوق، ابن بابویه، محمد بن علی، کتابچی، تهران، ۱۳۷۶؛
۶. امالی طوسی، طوسی، محمد بن الحسن، تصحیح مؤسسه البعثة، دارالثقافة، قم، ۱۴۱۴ق؛
۷. بحار الانوار، مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی، دار احیاء التراث العربی، بیروت، ۱۴۳۱ق؛
۸. بحر المعارف، مولی عبدالصمد همدانی، بیدار، قم، ۱۳۶۶؛
۹. البلد الامین، کفعمی، ابراهیم بن علی عاملی، مؤسسه الأعلمی للمطبوعات، بیروت، ۱۴۱۸ق؛
۱۰. آفتاب خوبان، صداقت، علی اکبر، نشر بقیه الله عَلَيْهِ السَّلَام، قم، ۱۳۷۸؛
۱۱. اسوه عارفان، حسن زاده، صادق، انتشارات آل علی عَلَيْهِ السَّلَام، قم، ۱۳۸۵؛
۱۲. اقبال الاعمال، ابن طاووس، علی بن موسی، تصحیح جواد قیومی اصفهانی، دفتر تبلیغات اسلامی، قم، ۱۳۷۶؛
۱۳. پاسداران حریم عشق، سعادت پرور، علی، احیاء کتاب، تهران، ۱۳۸۸؛
۱۴. تذکرة المتقین، بهاری همدانی، محمدباقر بن محمدجعفر، بنیاد پژوهش های اسلامی، مشهد، ۱۴۲۳ق؛
۱۵. تفسیر نور الثقلین، العروسی الحویزی، عبد علی بن جمعة، تصحیح رسولی محلاتی، هاشم، اسماعیلیان، قم، ۱۴۱۵ق؛
۱۶. چلچراغ سالکان، قنبری، محمد، نهاوندی، قم، ۱۳۸۱؛
۱۷. در محضر علامه ی طباطبائی، رخشاد، محمدحسین، سماء قلم، تهران، ۱۳۸۲؛
۱۸. دیوان حافظ، شمس الدین محمد، به سعی سایه، چاپ دوازدهم، نشر کارنامه، تهران، ۱۳۸۵؛
۱۹. دیوان عطار، محمد بن ابراهیم، به اهتمام و تصحیح تقی تفضلی، انتشارات علمی و فرهنگی، تهران، ۱۳۸۰؛

٢٠. رساله لب اللباب، حسینی طهرانی، سید محمد حسین، انتشارات علامه طباطبائی، مشهد، ۱۴۲۶ق؛
٢١. روح مجرد، حسینی طهرانی، سید محمد حسین، انتشارات علامه طباطبائی، مشهد، ۱۴۲۵ق؛
٢٢. شیدا، هیأت تحریریه موسسه شمس الشموس، انتشارات شمس الشموس، تهران، ۱۳۸۵؛
٢٣. صحبت جانان، صداقت، سید علی اکبر، انتشارات مطبوعات دینی، تهران، ۱۳۸۸؛
٢٤. عوالم العلوم والمعارف والأحوال من الآيات والأخبار، بحرانی اصفهانی، عبد الله بن نور الله، مؤسسة الإمام المهدي عجل الله تعالی فرجه، قم، ۱۴۱۳ق؛
٢٥. کافی، کلینی، محمد بن یعقوب، تصحیح غفاری، علی اکبر، دارالکتب الاسلامیة، ۱۴۰۷ق؛
٢٦. مولوی، جلال الدین محمد، کلیات شمس تبریزی، چاپ سیزدهم، تهران: امیرکبیر، ۱۳۷۲؛
٢٧. مستدرک وسائل الشیعة، محدث نوری، حسین بن محمد تقی، مؤسسه آل البيت علیهم السلام، قم، ۱۴۰۸ق؛
٢٨. مشکاة الأنوار فی غرر الأخبار، طبرسی، علی بن حسن، المكتبة الحیدریة، نجف، ۱۳۸۵ق؛
٢٩. مهج الدعوات و منهج العبادات، ابن طاووس، علی بن موسی، دار الذخائر، قم، ۱۴۱۱ق؛
٣٠. هداية الأمة إلى أحكام الأئمة عليهم السلام، شیخ حر عاملی، محمد بن حسن، آستان قدس رضوی، مشهد، ۱۴۱۴ق؛
٣١. دانشنامه علامه طهرانی، سخنرانی حضرت علامه طهرانی ۲۹ شوال ۱۴۰۷ هـ.ق، اربعین موسوی (تاکید علامه طهرانی بر مراقبه در اربعین حضرت موسی علیه السلام)، گوهر معرفت، www.goharemaarefat.ir، ۲۷ شوال ۱۴۳۷؛