

وقتی ما نمی‌توانیم این معنا را درک کنیم که عالم محضر خداست و نمی‌توانیم حضور خدا را احساس کنیم؛ پس خوب است به مسجد بیاییم و بر درک محضر پروردگار که حضورش در مسجد بیشتر است، لاقل برای یکبار هم که شده کمی عمیق‌تر از همیشه و همه‌جا حضورش را احساس کنیم. بعد که از مسجد برویم تا مدتی در محضر او خواهیم بود.

اعتكاف یعنی: زمان می‌خواهد تا انسان برخی از معانی را درک کند. سه روز یعنی زمان متراکم، همان‌طور که برنامه‌های روزانه و مستمر یعنی زمان مدام، اینها هر کدام به نوعی اثر دارند. هم لازم است انسان کارهای خوبش را در زمان مدام انجام دهد تا اثربخش باشد. و هم لازم است گاهی زمان متراکم صرف بهبود حال خویش کند تا موثر واقع شود. برای مداراًی برخی از بیماری‌های جسمی هم همین کار را انجام می‌دهند. گاهی برنامه‌داری مدام و گاهی که کار سخت شده باشد برنامه‌داری متراکم، روزی ما در مقابل معبد خواهیم ایستاد و به ملاقات او خواهیم شافت. آنجا می‌فهمیم که همه‌انچه همیشه می‌خواسته‌ایم خود خداست، و آنجا می‌فهمیم که تمام عمر باید به یاد این لحظه می‌زیسته‌ایم و برای این لحظه ظرفیت پیدا می‌کردیم، چرا که آنجا هر کسی را به قدر ظرفیتش از جرعة وصال می‌چشاند و سرمست می‌کنند. ولی آنجا دیگر تأسف خوردن دیر خواهد بود. باید از قبل و سر سجاده هر نماز، تمرين ملاقات می‌کردیم و توجه به دیدار می‌داشتم.

پس یادمان باشد اعتكاف اصرار برای ملاقات خداست. و این کار، کوکانه نیست. این اصرار برای ملاقات هم باید به ما بیاید. به زمن‌گان جهادگر می‌آمد که طالب شهادت باشد. معتقد باید وصیت‌نامه‌اش را نوشته باشد؛ مسجد محل نماز است و نماز محل ملاقات با خدا و تمرين و تمیز دیدار او. معتقد دارد با جان خود بایزی می‌کند. کسی که تجربه اعتكاف دارد و تمیز اقامت در دیار حضرت دوست دیگر از مرگ نمی‌هراسد. البته هر کس اینچنین باشد، زیاد به یاد این ملاقات خواهد بود^۱ اعمال او نیکو شده^۲ و عمرش طولانی خواهد شد.^۳ ولی اعتكاف آمادگی برای اقامت ایدی در محضر خداست.

اعتكاف یعنی مقیم شدن در محل نماز، و اگر اوج نماز در سجده است^۴ اعتكاف یعنی اقامت در محل سجده. مگر این نقطه نورانی حیات بشر چه عظمتی دارد که تمام عمر ما باید صرف فهمیدن آن شود؟ اعتكاف یعنی تلاشی برای درک سجده. برای درک هر چیزی باید به محل آن رفت تا بتوان آن را از نزدیک مشاهده کرد. مسجد یعنی محل سجده.

ما آدم‌ها حیات خود را از کوکی آغاز می‌کنیم، و هیچ‌گاه آن را از یاد نمی‌بریم و لحظه‌های ناب آن از دل ما بیرون نمی‌رود. چقدر در پنهان آغوش مادر آرام بودیم و چقدر در چهار دیواری خانه پدری آزاد بودیم؛ چه امنیتی داشتیم و چه صمیمیتی برمی‌داشتم. آدم هر کجا که می‌رود و به هر کجا که می‌رسد باز به دوران کوکی نمی‌رسد. هرچه می‌گردد دیگر آن دوران طلایی را پیدا نمی‌کند.

ما آفریده نشده‌ایم که حسرت‌زده گذشته‌هایمان باشیم، پس پرسش اساسی‌تری پیش می‌آید: ما که در خانه پدری خوش بودیم و در آغوش گرم مادری خوشبخت بودیم بناست به کجا برویم که از آنجا بهتر باشد؟ و به کجا برسیم که همه خوشی‌های گذشته مقدمه آن باشند؟ اگر در آغاز، مادری مهریان داشتیم و در امان پدر بودیم، در بزرگی وضعمان بنا نیست بدتر شود، بناست به خدایی برسیم که مهریان تراز مادر و پرمان تراز پدر باشد.

واما مسجد. همه‌لتی که حضور در خانه پدری دارد اینجا هم احساس می‌شود. تمام احساس گم‌شده آغوش مادری در اینجا هم ادراک می‌شود. تازه احساس می‌کنی اینجا خانه خود است. خانه‌ای که سرینه روح سرگشته، بی‌نهایت طلب و بی‌قرار توست. معمولاً آدم بعد از اینکه معتقد شد می‌فهمد که چقدر به اعتكاف نیاز داشته است. و چقدر مسجد جای خوبی بوده است.

یادداشت حجت الاسلام پناهیان برای معتقدین/ «اقامت در خانه خدا»

تمام ساعت شبانه روز خود را مقید می‌کنی که در محیط مسجد تنفس کنی. از چهار دیواری محراب بیرون نمی‌روی، و پا از زیر سقف گند دوار خانه خدا بیرون نمی‌گذاری. چرا؟

شاید جالب‌ترین و مشهورترین حکم شرعی در مورد اعتكاف این باشد که اگر کسی دو روز معتقد شود، اعتكاف روز سوم بر او «واجب» می‌شود. کتاب «شکوه امر خدا» با نگاهی به آثار تربیتی، معنوی و ابعاد زیاشناختی، به سؤال «چرا خدا واجب می‌کند؟» پاسخ می‌دهد تا خواننده را به تصویری دلنشیز و باشکوه از «امر خدا» آشنا کند. بخش اول این کتاب که به صورت یادداشتی مستقل برای «معتقدین» نوشته شده و دربرگیرنده نکاتی درباره چرا باید اعتكاف و بهره‌برداری بهتر از فرصت معنوی اعتكاف است، را در ادامه می‌خوانید:

اقامت در خانه خدا

(الف) در اعتكاف دقیقاً چه اتفاقی می‌افتد؟

اول باید بینیم در اعتكاف دقیقاً چه اتفاقی می‌افتد. مسجد محل عبادت است نه محل سکونت، اما در جریان اعتكاف می‌آیی، و هر چند برای مدت سه روز، ولی در مسجد مقیم می‌شوی. دو روز خود را اسیر می‌کنی تا روز سوم دستگیرت گند تا دستگیری شوی. تمام ساعت شبانه روز خود را مقید می‌کنی که در محیط مسجد تنفس کنی. از چهار دیواری محراب بیرون نمی‌روی، و پا از زیر سقف گند دوار خانه خدا بیرون نمی‌گذاری. چرا؟

گویی می‌خواهی از مسجد چیزهای بینی که دیگران آن را نمی‌بینند؛ دیگرانی که می‌آیند و نماز می‌خوانند و می‌روند. شب ماندن در مسجد مکروه است مگر برای اعتكاف. از این فرصت استفاده می‌کنی تا خوابیدن مسجد را تجربه کنی. گویی این به بیداری منجر می‌شود. انگار مسجد قسمت‌های پنهانی دارد که وقتی مدتی در آن می‌مانی آنها را می‌بایی. می‌مانی تا بقیه بروند و منتظر می‌نشینی تا مسجد باطن خودش را به تو نشان دهد.

می‌خواهی بینی بالاخه خانه خدا با جاهای دیگر چه فرقی دارد؟ آیا خدایی که همه جا هست، در خانه‌اش بیشتر حضور دارد؟ آیا در دیوار مسجد به مرور با تو حرف خواهند زد؟ عالم غیب همیشه غیب است اما شاید اگر کنار متصل‌ترین مکان به عالم غیب اقامت کنی کمی از غیب وجودش را به تو نشان دهد. راستی انسان، غیب را با کدام حسنه درک می‌کند و می‌باید؟ با چشم و گوش که نیست با حس لامسه یا شامه که نمی‌شود. حتی کار ذهن هم نیست. به ما گفته‌اند غیب را با قلب می‌توان دید و فهمید. و قلب مگر یک وسیله ادراک است؟ بله، قلب تنها وسیله درک عالم غیب است و روز قیامت هم با قلبمان خدا را می‌بینیم.^۱

پس در مسجد می‌مانی تا قلبیت به کار بیفتند. چشم قلبیت باز شود. حتی زبان از خوردن و آشامیدن می‌بندی تا به «به کار افتادن قلبت» کمک کند. از همین جا می‌توانی آداب اعتكاف را هم بفهمی. شاید باید کمتر حرف بزنی و به دیگران تنها با لبخند و نگاهی مهریان و گزرا ارتباط داشته باشی. هر کاری که می‌توانی انجام دهی تا از قساوت قلب فاصله بگیری، انجام بده. ولی در میان جمع، تنهایی خودت را از دست نده.

پایگاه اطلاع رسانی بیان منوی • bayanmanavi.ir

پایگاه اطلاع رسانی بیان منوی • bayanmanavi.ir

ب) چرا خدا به ما توفیق اعتکاف داده؟

حالا بینینم ما چرا به اعتکاف آمدیم؟ یعنی خدا چرا به ما توفیق داده است و ما را به خانه خود راه داده است؟ به هر خانه‌ای باید با اجازه وارد شد و بسیاری از معتقدین به صورت پیدا و پنهان از همین اجازه برخوردارند. همین که آمده‌اند دلیل اجازه یافتن آنهاست. مگر آنکه به قصد خیری نیامده باشند و نیت‌های بد، که کمتر در میان معتقدین پیدا می‌شود، آنها را به این وادی کشانده باشد. آنان معمولاً بهره چندانی هم نمی‌برند.

شاید به این دلیل توفیق یافته‌ایم که خدای مهربان خواسته است ما را به خود نزدیک‌تر کند و اندک عبادات ما را که خود به ما توفیق داده است، مایه این احسان قرار داده و می‌خواهد به جای خودش - که ما را در دامان لطفش پرورانده - به ما جایزه دهد. تا با عبادتی ارزان و پر قیمت سود کلانی حاصل کنیم؛ اگر بتوانیم قیمت‌ش را حفظ کنیم.

شاید به این دلیل بار یافته‌ایم که خداوند متعال دیده ما در حال از دست رفته‌ایم و اگر ما را به خانه خود برد و مورد لطف و مرحمت خود قرار ندهد، دیگر برایمان امیدی نیست و خود را در تباہی‌ها نابود می‌کنیم. به این ترتیب از سب بدی داشته‌ایم دلش برای ما سوخته است و به ما ترحم کرده است.

شاید به آن علت باشد که ما با اندکی خوبی دچار توهمند شده‌ایم و به خود غرّهایم؛ خواسته کسانی از ما بهتر را در این اعتکاف به ما نشان دهد تا به کمی خود پی‌بریم و با دین افراد باصفا در اطراف خود، فروتنی نماییم و یادمان برود تصور اینکه ما هم آدم حسابی هستیم.

شاید آمده‌ایم تا از دست دشمنان دوست‌نمای رهایی پیدا کنیم، اینکه از دست دوستان بد نجات پیدا کنیم خیلی مهم‌تر از آن است که با دوستان خوب دست بدیم. شاید این غیبت سه روزه، بتواند رفاقت‌های ناجوری را از بنی ببرد. رسول خدا(ص) فرمود: حضرت موسی(ع) پس از سه روز گفتگو با خداوند منان دیگر تحمل گفتگو با کسی را نداشت و از دیدار مردم مشتمل می‌شد.^۱

شاید خداوند متعال می‌خواهد الگویی از یک مؤمن باصفا در اختیار دیگر مؤمنان قرار دهد و ما درس آموز اخلاق و تقوای برای دیگران قرار دهد؛ و چقدر بعید است. برای گوینده این کلمات که محل است ولی برای شما خواننده خوب هم اگر محتمل است به خود نگیرید چرا که خداوند متعال از کمترین خوبی بندگان درسی برای خوبیان و الگویی برای مشتاقان به دست می‌دهد. این از خوبی اوست. ما به فکر کاستی هایمان باشیم، خدا کند که برای دیگران مفید هم باشیم.

شاید به خاطر این باشد که ما را از قدر نالمیدی‌ها خارج کند و آثار زمزمه‌های شوم شیطان را که مدام در گوش ما خوانده است: «تو آدم نمی‌شوی و خدا تو را تحولی نمی‌گیرد» را از بین ببرد. تا معلوم شود ما هم هنوز خدایی مهربان داریم که هوای ما را دارد و می‌توانیم به عنوان مهمان خصوصی به خانه‌اش راه پیدا کنیم.

شاید خداوند رحمن خواسته است ما را از عالم ناشکری و ناسپاسی که در متن درگیری‌ها و مشکلات برایمان پیش آمده است نجات دهد. گاهی از اوقات خدا به جای برطرف نمودن مشکلات بندگان خود، که در آن رشد بندگان نهفته است، فرصت تنفس می‌دهد و با غرق کردن آنان در عبادت، به آنها نیروی مقاومت عنایت می‌کند.

شاید این آخرین فرصت حرکت ما باشد به سوی خدا. و خداوند رئوف خواسته است ما را در آخرین مرتبه امتحان کند: آیا به سوی او باز خواهیم گشت؟ آیا در روند زندگی خود تغییری ایجاد خواهیم کرد؟ آیا این آخرین فرصت بیداری را پاس خوییم داشت یا نه؟ شاید هم واقعاً این آخرین فرصت حیات ما باشد نه آخرین فرصت حرکت.

من اگر به اعتکاف نمی‌آدم و مدتی در این خانه خوب خدا خود را اسیر نمی‌کرم چگونه می‌خواستم تعریف حقیقی مسجد را دریابم؟ باید مدتی در این خانه بمانی تا تبدیل چرا بیت‌الله‌حرام، که رئیس مساجد عالم است، را خانه‌ای برای مردم خوانده‌اند.^۲

اعتکاف نقشه‌ای بود که برای آشنازی و یا غربت‌زدایی ما با خانه خدا طراحی شده بود. و تو پس از اعتکاف می‌فهمی همان قدر که به خانه خانوادگی خودت نیازمند بوده‌ای، به این کاشانه کردگار عالم هم نیازمند هستی؛ بلکه بیشتر. و ما باید یک روزی با خانه خودمان آشنا می‌شیم.^۳

وقتی خانه خدا را با خانه خودمان مقایسه کنیم، می‌بینیم اگر کاشانه ما جای برای کالبد مادی ما است، مسجد آشیانه‌ای برای روح لایت‌تاهی ما است. بعضی‌ها عظمت روح خود را نیز در مسجد می‌بینند. آخر روح ما خیلی بزرگ است و هر کسی قادر به درک این مطلب نیست. گاهی باید تنها در مسجد - که خود از نظر معنوی بسیار با عظمت است و می‌تواند تنها طرف وجود انسان شود - عظمت روح خود را دریافت.

هرچه انسان با اختیار خود - البته نه خودسر، بلکه با اذن پروردگار و تحت امر او - از دنیا فاصله می‌گیرد، دنیا ایش هم راحت‌تر می‌شود.^۴ عبور از سختی‌های دنیا هم برای او سهل‌تر می‌شود.^۵ مانند روزه، که در آن با اختیار نمی‌خوری و نمی‌آشامی و در نتیجه دستگاه گوارش سالم‌تر می‌شود و سلامت بیشتر تضمین می‌گردد. اعتکاف یعنی سه روز روزه گرفتن از دنیا. روزه گرفتن از شهر و کوچه و بازار. روزه گرفتن از خانه و کار. روزه گرفتن از اهل و عیال. بعد که برمی‌گردی همه امور سهل‌تر می‌شود.

اعتکاف تمرین دست جمعی عبادت فردی است. و بافتن گمشده خویشن در میان جمیع، پس باید مراقب بود که در مسجد و در جمیع مؤمنان، خود را گم نکنی و تنها به دیگران مشغول شوی که تازه باید خودت را پیدا کنی و از او جدا نشوی. و مواظبت کن که جمیع را مراءات کنی که تو تنها نیستی. تنها خود را دیدن در کنار دیگران عین خودخواهی است و رعایت جمیع در عین حفاظت از تنها‌یابی تمرین خداخواهی. اعتکاف تمرین عجیب رعایت جمیع و حفاظت از تنها‌یابی است.

ما هنگام اعتکاف در میان جمیع مؤمنان، باید تمرین کنیم عبادت غیر متظاهرانه را؛ ریا نکردن نماز شب در میان انبوه جمعیت و و بی اعتمایی کردن به نگاه دیگران؛ بی‌رغبتی کردن به تشویق دیگران و بی‌میل نشان دادن به محبت دیگران را؛ و بربیدن از دیگران را در عین حالی که به دیگران نه فقط احترام که باید محبت بورزیم و به محبت‌شان پاسخ فروخته دهیم.

در میان جمعیت باید تمرین اخلاق کرد و تمرین تنها‌یابی. در میان جمعیت باید مواظبت کرد مبادا خود را با دیگران بدجوری مقایسه کنیم که خود را نایمید سازیم؛ اگر بهتر از خودمان دیدیم - که همه از ما بهترند - به خود بگوییم: «شاید خدا از من ضعیف، بیش از این انتظار نداشته باشد.» و اگر بدتر از خودمان دیدیم - که پیدا نمی‌شود - بگوییم: «شاید خدا از او بیش از این انتظار ندارد.»

اعتکاف دوره فشرده تمرین آداب مراؤده با مؤمنان است: در رفاقت دلپاک باشیم و در سلام پیش‌دستی کنیم، ترجیم و نزنجانیم، از کسی مقابل صورتش تعريف و تمجید نکنیم^۶ و از کسی پشت سرش غیبت ننماییم، تحمل کنیم و خود را تحمیل نسازیم، بوی بد دهان روزه‌دار را به یاد داشته باشیم که یکی از زمینه‌های حرف نزدن با بغل‌دستی است. قبل از ورود به مسجد استحمام کرده باشیم و بعد از آن به پیراسته بون اهتمام ورزیم.^۷

از گریبه‌ها و موبیه‌های دیگران مشتمل نشویم و از خنده‌ها و سریه‌های اطرافیان ملوث نشویم. در میان جمیع با خدای خود تنها باشیم و مانند کودکی که در آغوش پدر به دیگران نگاه می‌کند، با دیگران معاشرت نماییم. کودک در چنین موقعی تا خسته می‌شود روی برمی‌گرداند و سر به آغوش پدر می‌گذارد. سر به سجده بگذاریم.

شاید باید به علشن نگاه نکنیم و خود را میان خوف و رجاء رها نماییم و به او سپاریم و علت این توفیق را در آن دنیا از او پرسیم او پاسخش را نشان مان دهد. به هر حال می خواستم بگویم بباید از همین اول عجب و غرور را، که هم زاد خوبی هاست، از خودمان دور نکنیم و عباراتمان را تابود نکنیم. چون هر اختلال، برای علت حضور ما قابل تصویر است.

مطالعہ میں

- پرونده ای برای "ماه رجب و ایام اعتکاف"
 - کتاب «نگاهی به رابطه عبد و مولا»
 - کتاب "شکوه امر خدا"

