

بسم الله الرحمن الرحيم

## Contents

۷	جلسه ۳۴۶ (۱) (۱۴۰۰، ۷، ۲۴) / ۹ ربیع الاول / شنبه)
۸	درباره کامل مکمل، عارف واصل آیت الله حسن زاده املی رحمه الله علیه
۱۰	مکتب سلوکی علامه حسن زاده آملی
۱۲	جمله معروف علامه حسن زاده
۱۴	جلسه ۳۴۷ (۲) (۱۴۰۰، ۸، ۱) / ۱۶ ربیع الاول / شنبه)
۱۴	مکتب سلوکی علامه حسن زاده آملی
۱۵	ره چنان رو که رهروان رفتند
۱۷	دو رکن اصلی در سنت اسلامی
۱۸	فلسفه نزول قرآن برای عموم مردم
۲۰	جلسه ۳۴۸ (۳) (۱۴۰۰، ۸، ۸) / ۲۳ ربیع الاول / شنبه)
۲۰	مکتب سلوکی علامه حسن زاده آملی
۲۳	اما افرادی که به این سطح نرسیدند
۲۴	تحصیل
۲۴	طهارت
۲۵	جلسه ۳۴۹ (۴) (۱۴۰۰، ۸، ۱۵) / ۳۰ ربیع الاول / شنبه)
۲۶	توصیه های سلوکی برای طلبه مبتدی
۲۶	۱. انجام واجبات
۲۸	۲. قرآن خواندن

۳۱	جلسه ۳۵۰ (۵) (۸,۲۲, ۱۴۰۰ / ۷ ربیع الثانی / شنبه)
۳۱	توصیه های سلوکی برای طلبه مبتدی
۳۲	۳. حرف شنیدن
۳۸	جلسه ۳۵۱ (۶) (۸,۲۹, ۱۴۰۰ / ۱۴ ربیع الثانی / شنبه)
۴۰	۴. آباد کردن سحر
۵۰	جلسه ۳۵۲ (۷) (۹,۶, ۱۴۰۰ / ۲۱ ربیع الثانی / شنبه)
۵۰	۴. آباد کردن سحر
۵۷	جلسه ۳۵۳ (۸) (۹,۱۳, ۱۴۰۰ / ۲۸ ربیع الثانی / شنبه)
۵۷	۴. آباد کردن سحر
۶۲	جلسه ۳۵۴ (۹) (۹,۲۰, ۱۴۰۰ / ۶ جمادی الاولی / شنبه)
۶۳	راه های پر کردن سحر
۶۸	نکته ای سلوکی
۶۹	جلسه ۳۵۵ (۱۰) (۴,۱۰, ۱۴۰۰ / ۲۰ جمادی الاولی / شنبه)
۸۲	جلسه ۳۵۶ (۱۱) (۱۸,۱۰, ۱۴۰۰ / ۵ جمادی الثانی / شنبه)
۸۳	- دایم الوضو بودن
۸۷	- پرخوری نکردن
۸۹	پر حرفی نکردن
۹۰	معیار کلی
۹۱	جلسه ۳۵۷ (۱۲) (۲۵,۱۰, ۱۴۰۰ / ۱۲ جمادی الثانی / شنبه)

۹۲	توصیه های حضرت علامه ذوالفنون به عموم مردم
۹۳	۱. شغل داشتن (ذکر عملی)
۹۷	۲. حرف شنیدن
۹۹	۳. داشتن برنامه سلوکی
۱۰۰	جلسه ۳۵۸ (۱۳) (۱۴۰۰، ۱۱، ۹) / ۲۶ جمادی الثانی / شنبه
۱۰۲	معنای توحید
۱۰۴	معنای معرفت نفس
۱۰۸	ادامه جلسه بعد
۱۱۱	جلسه ۳۵۹ (۱۴) (۱۴۰۰، ۱۱، ۲۳) / ۱۰ رجب / شنبه
۱۱۱	ماه رجب
۱۱۲	رجب ماه استغفار، رمضان ماه رسالت، رمضان شهر الله
۱۱۲	استغفار
۱۱۵	ادامه مکتب سلوکی علامه
۱۱۵	مراقبت
۱۲۱	جلسه ۳۵۹ (۱۴) (۱۴۰۰، ۱۱، ۲۳) / ۱۰ رجب / شنبه
۱۲۱	ماه رجب
۱۲۱	رجب ماه استغفار، رمضان ماه رسالت، رمضان شهر الله
۱۲۲	استغفار
۱۲۴	ادامه مکتب سلوکی علامه

۱۲۴	مراقبه
۱۳۰	جلسه ۳۶۰ (۱۵) (۱۱,۳۰, ۱۴۰۰ / ۱۷ رجب / شنبه)
۱۳۰	مراقبه
۱۳۹	جلسه ۳۶۱ (۱۶) (۱۲,۷, ۱۴۰۰ / ۲۴ رجب / شنبه)
۱۳۹	مراعات بدن
۱۴۰	جوع مفید
۱۴۱	دریافت سلوکی از طریق جان
۱۴۴	کتمان سرّ
۱۴۵	جلسه ۳۶۲ (۱۷) (۱۲,۱۴, ۱۴۰۰ / ۲ شعبان / شنبه)
۱۴۶	ماه شعبان
۱۴۷	-مناجات شعبانیه
۱۴۸	ادامه مکتب سلوکی علامه حسن زاده آملی
۱۴۸	ذکر شریف «یا حی یا قیوم یا من لا إله إلا أنت»
۱۵۰	قواعد سلوکی در این نامه
۱۵۰	دعا طبیعی ترین راه ارتباط با خدا
۱۵۱	ادب مع الله
۱۵۱	قرائت قرآن
۱۵۱	طهارت
۱۵۲	طمأنینه و آرامش

۱۵۲	از خدا جز خدا نخواستن
۱۵۳	جلسه ۳۶۳ (۱۸) (۱۲، ۱۴۰۰، ۹ / شعبان / شنبه)
۱۵۳	بررسی دستورالعملی دیگر (نامه دوم)
۱۵۶	ترک علائق دنیوی
۱۵۷	دستور به سحر
۱۵۸	جبران وقتی که از دست رفته است
۱۶۰	چرا فرصت از دست می دهیم
۱۶۳	آه به وقت رفتن
۱۶۳	توصیه به اربعین
۱۶۴	توصیه ای برای محفوظ ماندن
۱۶۴	داشتن حالت عشقی
۱۶۵	جلسه ۳۶۴ (۱۹) (۲، ۱۴۰۱، ۵ / شوال / شنبه)
۱۶۷	اصول و مبانی سلوکی استاد حسن زاده آملی
۱۶۷	۱۰. همه دستورات باید برآمده از شریعت باشد.
۱۷۳	جلسه ۳۶۵ (۲۰) (۳۱، ۱۴۰۱، ۱۹ / شوال / شنبه)
۱۷۳	اصول و مبانی سلوکی استاد حسن زاده آملی
۱۷۵	کشف اتم محمدی صلی الله علیه و آله و سلم
۱۷۶	بیانی دیگر
۱۷۶	شریعت، طریقت، حقیقت

۱۷۹	شریعت عند الخلق و عند الحق
۱۸۱	جلسه ۳۶۶ (۲۱) (۱۴۰۱،۳،۷) / ۲۶ شوال / شنبه
۱۸۱	اصول و مبانی سلوکی استاد حسن زاده آملی
۱۸۱	اصل دوم: عرفان سازگار با زندگی و حیات اجتماعی.
۱۸۱	۱. عرفان منزوی و منفی
۱۸۲	۲. طرح عرفان سازگار با اجتماع
۱۸۲	۳. طرح عرفانی در دل اجتماع
۱۸۴	ذکر نمونه هایی از توصیه های حضرت علامه حسن زاده آملی
۱۸۶	اصل سوم: عقلانیت سلوکی
۱۸۸	اصل چهارم: تاکید بر حرف شنیدن و معرفت به نفس و عرفان نظری
۱۸۸	اصل پنجم: توجه به اوجه و انتها و حرکت بی پایان و قانع نشدن در مسیر سلوک
	اصل ششم: تبیین حکمت های سلوکی و دستورالعمل های سلوکی و چشم و چراغ کردن و تبیین این اندیشه برای
۱۸۸	کار سلوکی

جلسه ۳۴۶ (۱) (۱۴۰۰،۷،۲۴) / ۹ ربیع الاول / شنبه

اسماءالله خیلی بحث های خوبی دارد، و حتی برای بحث های عملی می توان از آیات و روایات نشان داد که چقدر موثر است.

درباره کامل مکمل، عارف واصل آیت الله حسن زاده املی رحمه الله علیه

این ارتحال ما را به یاد سرمایه بزرگی در حوزه انداخت. و حوزه از آن بهره برد.

بحث اسماء الله را ادامه خواهیم داد بعدها. که چند نمونه نشان داده شود، می توان نشان داد که چگونه در زندگی خودش را نشان می دهد.

اما الان از ایشان یاد کنیم که الان به درد ما می خورد.

کسانی که محصول نهایی علوم حوزوی در دل تاریخ بودند، مثل مرحوم قاضی و ... که هر یک الگوی ناب حوزوی هستند.

ما آنچه شنیدیم، در ایشان چشیدیم که دارا بود و از هر جهت برای ما الگو بودند.

الان باید ایشان را بازخوانی کنیم که اگر نکنیم دیگران بازخوانی می کنند و به صفر و زیر صفر می رسانند و بی انصافی می کنند و بلکه نقص خود را نقص ایشان مطرح می کند.

الان بازخوانی های متعددی می شود، ولی ایشان را باید بازخوانی واقعی کرد، آن چه در آثار و رفتار ایشان وجود دارد را به چشم بیاوریم.

حضرت امام و علامه یک زمانی به عنوان اوج حوزه و الگوی نابی در حوزه می شناختیم، و ایشان هم واقعا از این زمره افراد بودند.

ایشان واقعا به درد همه می خوردند و باید الگو از ایشان گرفت. یک شخصیت دارای جوانب متعددی در ایشان دیدیم.

کمتر موردی بود که ما به هر شکلی در هر جایی خدمتشان برسیم که رفتارشان برای ما درس نبوده باشد. با بازاری، با طلبه، غیر طلبه و ... با هر قشری برخورد می کردند، برای ما درس بود.



هر عملی را با حکمت و عرفان واقعی حل می کردند. حتی نوع برخورد با فرزندشان.

یکبار منزلشان بودم صبیه شان زنگ زد، آنقدر شیرین و ناب بود، من هر چه می کنم که بتوانم مثل ایشان برخورد کنم، نمی توانم!

ایشان گاه یاد میداد، به واسطه موقعیت اجتماعی عالمانه ای که داشت، درس می داد به دیگران.

ایشان که از مسجد معصومیه به سمت منزل بر می گشت، برخی از این اطرافیان در مسیر برگشت می دیدند که طلبه ها دورشان هستند و ....یکی از این بازاریان آمد خدمتی کند، وسیله ای که ایشان خریده بود را آورد منزل.

ایشان خیلی تشکر کرد، ولی فرمود به شرطی قبول می کنم: که این مقدار به شما بدهم. شخص گفت من خودم خواستم، ایشان فرمود: به شرطی قبول میکنم به شرط این که مبلغی را به شما بدهم.

ایشان دوست نداشت به عنوان علم و عالم بودن و بزرگ بودنش، ایشان متنعم شود و خوشش بیاید. اصلاً دوست نداشت که از این موقعیتی که دارد، استفاده کند. بلکه کاری می کرد که جبران ده برابر می کرد.

ایشان یکبار رفتگری که آمده بود زباله برد، ایشان دعوتش کرد به منزل و برایش شیرینی آورد و پذیرایی کرد و..

یکی گفت: شما چرا این ها راه می دهی به منزل؟!

فرمود: پسر جان تو از کجا می دانی که در قیامت، این شخص جلوتر از من نباشد!

خدایا شکر که همه دارند خدمت می کنند به من که درس بخوانم و من هم باید خدمت کنم تا عضو زاید در جامعه نباشم.

ایشان در همه جا الگو بود. حتی در برنامه درسی که چگونه یک طلبه را با یک آدابی تربیت کند.

واقعاً مربی بود، به تمام معنی.

یک چنین شخصیتی، قابل عرض و بازخوانی است. بازخوانی سرمایه ماست.

چون موضوع بحث ما عرفان در وادی عمل است، برخی از مباحث ایشان را در چند جلسه بگویم.

چون نکته های نابی دارد.

ایشان یک مکتب سلوکی نابی داشت که برگرفته از مکتب سلوکی علامه و پیشینیان است، و باید ایشان را شناخت. که دانستنش خیلی می تواند دل ها را آباد کند.

ایشان به قله رسید. به تجلی ذاتی رسید.

ایشان مراقبه تام داشتند. واقعا اوج بود، برخی مسایل ایشان را باور ندارند، خبر ندارند!

این واقعیتی است. واقعیت این است که به اوج رسید.

ایشان از سال ۱۳۴۷، درگیر مسایل شهودی است و در حوزه توحید سیر می کنند.

بعد از آن که دستوری از علامه گرفتند که ایشان دستوری به ایشان دادند. و ایشان شروع کردند به چله گرفتن، که می فرمود ۸ یا ۱۰ چله را به هم وصل کردم.

در این آثار هرچه را آورده است، همه اش ناب است،

چنین شخصیتی که به اینجا رسید، و در فضای عرفانی سیر کرد و به لحاظ کار علمی هم از هیچ عالم علمی هم کم نداشت.

این هم نکته ایست که چگونه می شود مراقبه داشت و درس هم خواند. که بعدا توضیح می دهیم.

ایشان تجربیات خالصی داشت که همه باید بشوند. از بزرگان باید شنید، بزرگانی که الگو می شوند برای ما مهم است. راهی رفتنی است که پر زحمت است.

مکتب سلوکی علامه حسن زاده آملی

خیلی بحث ها هست، که تجربیاتی کلی است که به درد طلاب می خورد.

کسانی که در کار روحی می روند، در کار درسی نیستند. یا ضعیف است و یا تبدیل به صفر می شود.

گرچه برخی هستند که یک دو سالی، کار علمی را کم می کنند.

- اما برخی می گویند: کار علمی فضل است! خیلی جدی نیست.

عجیب است که ما طلبه ایم، هویت طلبگی ما به کار علمی است که باید یاد بگیریم و سوالات مردم را پاسخ دهیم.

- برخی می گویند: طلبگی یعنی: درس خواندن، اما این معنویات چیست؟! همین که قدری اخلاص و تقوا

دارید، کافیست!

نوع توصیه های هر دو دسته را دیده ایم،

اما الگوی ما که امام معصوم است، اینگونه نیست، بلکه در او همه چیز هست.

از حوزه های علمیه، شما اوج نمی خواهید؟ محصول نهایی نمی خواهید؟!

هویت حوزه علمیه دو چیز است:

۱. تحصیل

۲. تهذیب.

کسانی که در حوزه می آیند، درس نخوانند، احساس پوچی می کنند، کار روحی نکنند، احساس تناقض می کند! چون

آنی که می خواند، می گوید: خدا و پیغمبر است و ...

تا این را می خواهد اجرا نکند، دچار مشکل می شود. دنبال علم نرود، احساس پوچی می کند، کار روحی نکند، دچار

تناقض می شود.

بنده خدایی عرفان در دانشگاه می گفت، و واقعا هم خوب می گفت، اصطلاحات را می گفت و توضیح می داد، اما

شب هم می رفت در کار خلاف!

احساس تناقض هم نمی کرد، چون علم عرفان را خوب درس می داد. چون آن حوزه آموزشی به گونه ایست که لزومی ندارد عامل باشید، بلکه باید دقیق بگویید.

اما در حوزه علمیه، اگر کسی این ها را بگوید، و عمل خلاف آن داشته باشد، این عالم به آن علم نمی شود. این ریشه در سنت حوزه دارد که آن هم ریشه در شریعت دارد.

این چگونه جمع می شود که هم به قله تحصیل برسیم و هم به قله طهارت.

مرحوم قاضی و علامه، در قله بودند. این ها از نظر علمی چه کم داشتند؟ علامه طباطبائی عجیب بود که در مسایل علمی خودش را خیلی بروز نمی داد. اما از نظر روحی که خیلی قوی بود و بسیار بالا بوده است و در قله بوده است. قله در معنویت و قله در علم.

این چیزی است که ما در کار این بزرگان می دیدیم.

جمله معروف علامه حسن زاده

حضرت استاد علامه حسن زاده آملی رحمه الله علیه یک بیانی داشتند که راه را نشان می دهد. این تجربه ایشان بود و عملاً هم که در خودشان پیاده شد: ره چنان رو که رهروان رفتند.

در مورد طلاب

مرحوم قاضی مگر چه کار کرد؟ از همین دروس حوزوی شروع کرد و مجتهد در فقه و اصول بود و فلسفه و عرفان. نباید این راه را تعطیل کرد، و منحصر در آن نکرد، بلکه در کنارش راه دیگر هم باید رفت.

خود ایشان گفت: حسن ضرب ضرباً خواند و از کنت کنزاً مخفیا سر در آورد!

ایشان می فرمود: چرا می گوئید درس نخوانید؟ بلکه باید درس خواند. تو بخواهی کار معنوی کنی، خدا را شناسی، چگونه می خواهی کار معنوی کنی!

باید انسان کامل را شناخت. خدا را بشناسی، نوع تعامل و ذکر گفتنت فرق می کند.

اول باید دانست، العلم امام العمل.

ایشان می فرمود: ره چنان رو که رهروان رفته است. مرحوم قاضی ره چنان رفت. ایشان می فرمود: که گفته است که علم منع است، بلکه اگر در علم بمانی مانع است، ولی اگر علم بیاموزی راه را باز می کند و چشم و گوشه‌تان را باز می کند.

ایشان تعبیر می کند: عبادت بی معرفت، خرواری به خردلی

بزرگان این کار را کردند و رفتند و شد، شما هم بروید، می شود.

تشنگی ای که در فلسفه صدرایی ایجاد می کند، آن ها را به عرفان وصل می کند.

سنت معقول، تشنگی ایجاد می کند، کمال ایجاد می کند. کل آن چه در درس های معقول می خوانیم، به تدریج می شود ذکر.

این ذکر هر روزه ما می شود، این که کار فکری می کنید، ذکر است. خود همین شما را راه می اندازد.

انسان در عرف عرفان، ص ۸۶

اصل ۲۸

»

ای عزیز، مقصود این نیست که علوم رسمی غلط است بلکه غرض این است که بشرط لا نبوده باشد. مثلاً یک فرد دانشجوی روحانی که او را در عرف و محاورات متعارف طلبه می‌گوییم باید علوم رسمی را از لغت و نحو و صرف گرفته تا فقه و اصول، بخوبی در محضر استادان تحصیل کند تا این علوم و معارف نردبان ترقی او برای فهم حقایق منطق وحی و روایات صادر از بیت عصمت گردند.

«

این مسیر را بروید، نقشه راه برایتان روشن می شود.

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۴۷ (۲) (۸، ۱، ۱۴۰۰ / ۱۶ ربیع الاول / شنبه)

مکتب سلوکی علامه حسن زاده آملی

این بحث عام است و هر چه که می تواند مرتبط با فضای سلوکی و عرفانی باشد، مطرح می کنیم.

ما بزرگانی داریم، شخصیت های نابی داریم که راه را به ما نشان می دهند. مسیر طلبگی که به عینیت رسیده است را

به ما نشان می دهند. وقتی می رسیم به الگوهای ناب، خیلی شیوه های آن ها می تواند موثر باشد.

به گمانم وقتی علامه طباطبایی پدید می آید در حوزه، ایشان گل سرسبد حوزه است و باید الگو باشد. این که چگونه

به اینجا رسید و چه راهی را پیشنهاد داده است. و جواب هم داده و به نتیجه هم رسیده است،

آن چه در حوزه می بینیم از کسانی که در فضای سلوکی هستند، همه شاگران علامه طباطبایی بودند.

همچنین حضرت استاد حسن زاده، جزء اوج های این بحث است. همه را در خودش جمع کرده است. عملاً این کار

را کرده است،

اوج عرفان که تجلی ذاتی است، ایشان رسیده است. اگر بحث پیاده کردن باشد، که آن ها را د راوج پیاده کرده است.

درباب دقت های فضای سلوکی، همچنین

سمت مربیگری، نیز همچنین بودند.

ایشان یک شخصیت عادی نبود.

ایشان به تمام نحله های موجود در حوزه خبر دارد و بررسی دارد و نقد دارد. و گاه توضیح می دهد که چرا نباید آن

راه را رفت. و الحمدلله دست به قلم هم بودند و بیانات فراوانی فرمودند.

کسی که اهلش باشد، همه را در لابلای گفته است.

مثل بوعلی که می گفت: من شق عصای جمهور نمی کنم، ولی حرف های نهایی خود را در لابلای حرفها می زنم، کسی که اهلش باشد می داند که ایشان چه کرده است و چه می گوید.

چون باید خیلی از حقایق را بگویند و اظهار کنند.

این نسل از آخوند ملاحسینقلی همدانی به بعد جا افتاده است. این نسل، معنویت ناب حوزه های علمی را دارد تامین می کند.

این که هم می شود مجتهد به تمام معنی و هم می شود عارف سالک به حقیقت معنی و هم رفتارش در جامعه، یک عالم نافع در جامعه

جرات ابرازش هم آن گونه بود که می توانست ابراز هم بکند.

ایشان می فرمود که حضرت امام ره آمد دست ما باز شد و راحت تر می شود حرف ها را زد.

ره چنان رو که رهروان رفتند

ایشان این را نقشه راه می دانستند. در یکی از دروسشان این را حدود بیست دقیقه توضیح دادند.

یعنی: اینجور نیست که دیگران می گویند، بلکه حوزه میوه های خود را در درون خود دارد. از دل همین تفسیر و دروس حوزه، فقه و فلسفه به دست می آید نتیجه. این نتیجه را ادامه دهید.

ایشان می فرمود: وقتی رفتیم خدمت علامه طباطبایی در ۴۰ سالگی تشنگی آمد و از ایشان دستور خواستیم، مثلاً ایشان به ما دستوری دادند، مثلاً لا اله الا الله، بعد پرسیدند کدام خدا؟ عرض کردم: خدای جدا نه. که فرمودند: همین است و همین خدا منظور است.

خود استاد حسن زاده می فرمودند: بنده خدایی بود که خیلی عبادت می کرد، فرشتگان گفتند: عجب بنده ایست. خداوند فرمود: من اعتنایی به او ندارم. برای فرشتگان سوال شد! چرا؟! استفسار کردند، رفتند پیش آن فرد و صحبت

پیش آوردند، آن شخص ضمن عبادت فراوانی که داشت، گفت: خداوند چرا این گاو و گوسفندهایش را نمی آورد د  
راینجا این همه علف و سبزه هست، بخورند؟!

این شخص با این سح معرفتی، ده هزار بار بگوید الله...

باید حرف شنید تا چشم و گوش باز شود،

سنت صدرایی آدم خوب بخواند، چشم و گوش باز می شود. توضیحاتی که می دهد و دم به دم درباره خداوند و  
حقایق توحیدی و... آدم را می کشاند.

از صدرا به بعد، نسل صدرایی دایما فیلسوف عارف داریم. فیض کاشانی و... در فروغ معرفت این سلسله تاریخی را  
توضیح دادیم.

آیات و روایات را می شوراند، عمق ایجاد می کند. خودش تشنگی می آورد، به ویژه این که این نسل جوری تربیت  
شده است که سر از توصیه های معنوی ویژه در آورده است.

سنت معقول ما، از بوعلی گرفته در نمط ۹ و ۱۰ و شیخ اشراق تا صدرا و پس از صدرا می بینیم که چنین چیزی  
هست و وجود دارد.

این سنت به انسان چشم و گوش می دهد.

برخی از مراکزی که توصیه های معنوی می کنند، تاکید می کنند که فلسفه و عرفان نخوانید، در حالی که آقای قاضی  
توصیه می کرد که در حوزه منظومه درس بدهید و برنامه علمی داشته باشید.

چون قاضی می داند که اصل کجاست، ریشه کجاست.

برخی را دیده ام که خیلی کار معنوی می کنند، ولی اکثری مانده اند در وسط، چون تصویر درست ندارند، به جز  
افرادی که صرافت دارند و اهل جذبه هستند.

سنت معقول ما این کار را می کند،



یکی از این آقایان که خدمتشان رسیدیم این را گفتم، ایشان فرمود: تعجب است! این ها که شرح ذکر الهی است.

باید بخوانید، بلکه حتی شرح تبیینی ناب از سلوک است. این که چگونه سلوک کنیم، چه چیزی در سلوک هست، ما را به کجا می کشاند، همه این ها باید بشود که اگر نشود نمی شود.

نمط ۹ بوعلی همچنان در بحث سلوک می درخشد. چون لمّی گفته است و سرّی گفته است که راهگشاست.

این بزرگوار می فرمود: این ها که شرح ذکر است، تا شرح را نداند، چه ذکر را می گوید؟

دو رکن اصلی در سنت اسلامی

ما دو امر مهم داریم در کل سنت معقول، که اوج کار ماست و اوج کار شریعت ماست، توحید و ولایت.

هر دو، اوجش در عرفان نظری کار شده است. محور عرفان نظری، توحید و ولایت است.

حضرت استاد نظرشان این بود که این ها باید تا آخر خوانده شود تا درست شود، البته منظورشان سیر سریع نبود. لذا کسانی که می خواهند پی بگیرند، سیر معقول را داشته باشند و به عرفان نظری بکشاند.

ایشان تاکید می کرد که این ها را بخوانید، نزد اهلش هم بخوانید. در رساله لقاء الله خود ایشان که کتاب دستور العمل ایشان است، در اینجا توضیح داده است و کار اصلی را که می کند، توحید عرفانی را درست می کند.

تا این درست نشود، سلوک هم درست نمی شود. اما معنایش این نیست که تا عرفان نظری نخواندید، دست به کار معنوی نشد.

می فرمود: در تهران درس مرحوم الهی قمشه ای بودیم، که در سر کلاس از ما اشک می گرفت، و ایشان در این فضاهای معنوی می زیست، اما اوج کارشان وقتی بود که آمدند قم، خدمت علامه طباطبایی ره.

ایشان خیلی از معارف و ریزه کاری های حوزوی را مراعات می کرد ولی اوج کارشن وقتی بود که در قم خدمت علامه طباطبایی رسیدند.

باید با خدا زیست کنیم به معنای درست، و با رسول الله و اهل بیت هم باید به صورت درست زیست کنیم. لذا خیلی اصرار داشتند باید سیر علمی به عرفان نظری ختم شود.

باید همه علوم و معارف را بخوانید تا کم کم به عرفان نظری منتهی شوید.

بیانی از صدرا می آورد:

درباره زهد حقیقی

«»

این روش ایشان، روش بین واضحی را اشاره می کند، در برابر دو نظر که می گویند:

- کار علمی را رها کن و فقط به معنویات پرداز. که انسان را به عمق نمی رساند. آیت الله شاه آبادی می فرمود:

کسی که عرفان نظری خوانده است مثل کسی است که در محفظه ای شیشه ایست که در دریا افتاده است، فقط کافیهست یک تلنگر بزند که این حفاظ بشکند تا به حقیقت وجود وصل شود. تلنگر به این خاطر است که از یک جهت وصل است و از یک جهت وصل نیست. حضرت امام ره می فرمود: با مجاهده به قلبش برساند.

امام ره می فرمود: علم حجاب است و چاره ای از آن نیست، باید در آن وارد شد و بعد این حجاب را خرق کرد.

حضرت استاد درباره غیر طلاب و آن هایی که اهل علم نیستند راهی پیشنهاد میدادند که بعدا می گوئیم.

اما این مساله ره چنان رو که رهروان رفتند، برای طلاب است.

فلسفه نزول قرآن برای عموم مردم

آیا عموم مردم، حقایق می دانند که قرآن بخوانند؟ این که در بحث توحید و ملائکه سخن دارد، طرح آن برای عموم مردم چه فایده ای دارد؟

«ان هذا القرآن يهدي للتي هي اقوم» .. کسانی که اهل سلوک و معنویت هستند، آیا برای متوسطین قرآن سخنی ندارد؟

هدی للمتقین یا للناس، مومنین پایین تر که شهود ندارند، قرآن چه چیزی برای آن ها دارد؟

اگر عزت ها همه برای خداست، چرا با ریا به دنبال دیگران هستید؟ ان القوه لله جميعا...

این حقایقی که قرآن دارد برای عموم که به شکل حصولی هم هست، دارد دستور العمل می دهد، که انسان ها دست به کار شوند.

علم عمل را طلب می کند همراه خودش که اگر دانستی، عمل کنی، خدا بیشتر می دهد، ولی اگر عمل نکنی، خدا این علم را از تو جدا می کند. این ها را در بحث ایمان توضیح دادیم.

قرآن چگونه طرح می کند؟ اگر عمل کردی، علم جدیدتر داده می شود، اگر عمل نشد، همان علم هم از او گرفته می شود.

چرا راه معرفت را می بندید، این ها توحید عرفانی نیست، بلکه توحید قرآنی است. این ها حرف قرآن است. این که عرفا می گویند: وحدت شخصیه، حرف قرآن است. علامه در المیزان ج ۵ یا ۶ توضیح داد و از خود قرآن توحید قرآنی را توضیح داده است.

#### علامه طباطبایی

کتاب ثمرات الحیات که آقای سعادت پرور نوشته اند، درس ها و مباحث علامه طباطبایی است که ایشان می رفت در درسشان و درس های ویژه ای داشت، و علامه هم برایشان نکات سلوکی می فرمود. سالی چندبار برگزار می شد. یکی از این نقل ها این است: علامه فرمود کتاب نورالوحده را بخوانیم. که در آن بحث وحدت شخصی را توضیح داده است و بر اساس آن دستور سلوکی می دهد، بر اساس هو الظاهر...

بعد از این که مدت ها در کار سلوکی بودند، این رساله را خواندند. آقای سعادت پرور پرسید: ما که آیات و روایات داریم، چه لزومی دارد که این کتاب را بخوانیم؟! ایشان فرمود: الیه یصعد الکلم الطیب و العمل الصالح یرفعه...

توحید ناب باید بیاید،

این کلم طیب، علم است و علم چشم جان است و بصیرت جان است و با او باید یافت و عمل کرد. اصل صعود برای معرفتی است که نست به خدا پیدا می شود.

در بحث های عمل در عرفان دروادی عمل توضیح دادیم: منطق پشت صحنه عمل را علم پدید می آورد.

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۴۸ (۳) (۸،۸،۱۴۰۰ / ۲۳ ربیع الاول / شنبه)

مکتب سلوکی علامه حسن زاده آملی

کار علمی کردن، میانبر است در فضای سلوک.

موقع ذکر چشم و گوش باز است، اگر شبهاتی پیش بیاید، سالک می بیند که گاه شبهات و اشکالاتی پیش می آید. لذا معمولاً کسانی که کار علمی کرده باشند، کار علمی اساسی و خوب و مرتکب گناه هم نشده باشد، شیطان در او رخنه نمی کند به لحاظ علمی.

اما اگر کسی که کار علمی نکرده باشد، شیطان به لحاظ علمی در آن رخنه می کند و رهنی می کند. یکی از رهن ها شیطان است. بله معمولاً نفسانیات زیاد باشد، این نفسانیات علم را بر می دارد، هر قدر هم علم زیاد باشد.

همان که در روایات آمده است: علم دعوت به عمل می کند، معمولاً اگر علم باشد، شیطان از راه علم در او نفوذ نمی کند، و برای این افارد، از راه امور نفسانی و عمل آن ها نفوذ می کند.

قنوی می گوید: کتاب مفتاح الغیب را که نگاشتم، برای کسانی است که می خواهند راه خصوص الخصوص را طی کنند.

این دست امور هست که حضرت استاد می فرمود: ره چنان رو که رهروان رفتند.

لذا عرفان نظری هم باید خواند که در آن دو گوهر هست: ۱. توحید. ۲. انسان کامل.

گرچه در باب معاد هم مطلب دارد و آن را حل می کند.

مجلسی بزرگ، ملاطاهر نامی نامه ای می نویسد و در آن اعتراض می کند. بعد ایشان می فرماید: چه کار کنیم؟ بحث اسماء حسناى الهی را هیچ کس مثل ابن عربی خوب نگفته است. مخصوص این هاست.

حسبی الله، را بدان، بعد به خدا توکل کن.

استاد حسن زاده مکرر می فرمود: همان طور که در بحث های فقهی می خواهی نظر دهی، که هر کسی که عربی بلد است می تواند بخواند، اما هر کسی نمی تواند نظر دهد و اجتهاد کند. بله باید لمعه و مکاسب و درس خارج و... باید خوانده شود تا اجرا شود و عمل شود، تا بتوانی حکم الله را بیان کنی، همان طور که در سیر مباحث فقهی این سیر اجتهادی نیاز است،

همین طور در مباحث معارفی نیز باید این سنت کار شود، خون دلها خورده شده است، بعد استدلال ها و بعد ظهورگیری ها. یکی مثل علامه طباطبایی یک دفعه سر در نیاورد، بلکه همه این زمینه ها در ایشان هست، چشم تیز شده است و جوانب برایش آشکار شده است و بعد توانسته این گونه تفسیر بنویسد.

متن قانون اساسی را من هم می توانم بخوانم، یک حقوقدان هم می تواند بخواند. اما فرق در چیست؟ حقوق دان آن قدر در این مباحث کار کرده است که زیر و بم مباحث حقوقی را بداند.

حضرت استاد می فرمود: اشارات، شفا، اسفار، تمهید، فصوص و مصباح الانس بخوانید تا بتوانید در معارف کار اجتهادی کنید.

استاد: من دیده ام کسانی را با این که حکمت متعالیه کار کردند، ولی قبل از فصوص و بعد از فصوص، فهمشان نسبت به آیات و روایات متفاوت است.

وقتی حال که فهمیدی: هو الاول و الآخر و الظاهر و الباطن، ظهور صریحش چیست، پس توحید را می فهمی، پس دست به کار شو!

بعد این را در تعامل، فکر کردن، در اندیشه هایی که می آید، القائات و خواطری که می آید و...

نمی گویم که کسی تا عرفان نخوانده است از پس این کار بر نمی آید، ولی بدانند که حقیقت چیست؟ بدانند تا یک حقیقت برایش مکشوف شد، بفهمد که این سرّ عالم نیست.

عرفان نظری به انسان راه نشان می دهد. واقعا می داند که کشفی که دارد، این کشف هنوز آن کشفی که باید باشد نیست!

عرفان عملی ای که به تجلی ذاتی می کشاند، عرفان نظری اسراری را کشف کرد که اوج مباحث عرفان عملی را حل کرده است. مثلا تخلل یعنی چه؟ تجلی ذاتی یعنی چه؟

عرفان نظری نقشه راه است.

حتی بر این اساس می تواند راه ذکری که می گوید تغییر دهد. مثلا کسی ۲۰ سال لا اله الا الله می گوید، بعد می فهمد که این نحوه گفتن هیچ تاثیری ندارد، بلکه باید این گونه گفت!

تکنیک سلوکی خاصی به انسان می دهد.

معیار چیست؟ خود قرآن کریم. که معارف را در عمق گفته است.

علم تفنن نیست، اصلش برآمده از شهود است و قرار است نقشه راه برای دیگران شود. و راه میانبر است.

ولی خود حضرت استاد مکرر می فرمود: در اصطلاح ننماید. واقعا هم اصطلاحات یرطنطراق است. البته از باب شنیدن حقایق و معارف، خوب است، ولی کرّ و فر را کار نداشته باشید. بلکه بدان و اعمال کن و اجرا کن و زندگی کن. از هزارتا یکی را هم عمل کنید، خوبست.

آنقدر قیودات و تعشقات و انس ها پیدا کردیم که از ابتدا نمی شود همه را عمل کرد، بلکه یکی را هم عمل کنیم خوبست.

اگر علم عرفان نظری را خوب بخواند، میداند که نقص است،

حداقل کاری که با او می کند عرفان نظری، می فهمد که خیلی دور است. ولی اگر آن را تبدیل کند به اصطلاح، و کر و فر داشته باشد، به درد نمی خورد. هر علمی را شما کر و فر داشته باشی و در اصطلاح بمانی، مفید نیست.

باید این ها را دانست، مثلا در قرآن آمده است: فویل للمصلّین. نماز را باید خواند، ولی وای بر مصلّین. نماز را باید خواند، اما این که نماز بخوانی، ولی هیچ جا خدا را بنده نباشی، این که نمی شود، فویل للمصلّین.

لطف عرفان نظری این است که راه میانبر درست می کند. این برای افرادی که می خواهند به نهایت برسند و کارهای نهایی کنند.

اما افرادی که به این سطح نرسیدند

مثلا اول طلبگی است، و هنوز نرسیده است به این مرحله که این کتاب ها را بخواند. باز هم استاد می فرمود: ره چنان رو که رهروان رفتند.

ایشان طلبه مبتدی تا منتهی را می فرمود: ۱. تحصیل. ۲. طهارت.

من چندبار دیدم به طلبه مبتدی می فرمود: تحصیل و طهارت. به طلبه منتهی می فرمود: تحصیل و طهارت.

ولی طهارت هم مراتبی دارد.

## تحصیل

ما در طلبگی به دنبال چه هستیم؟ کار علمی کنیم و مجتهد شویم و ... باید خیلی پرشور حاضر شد. و شوق از انسان بیارد نسبت به تحصیل علم. و خودشان هم این شوق را داشت. و حتی معتقد بود مقدمات را سریع نگذرانید، یعنی خوب بخواند متن ها را.

می فرمود: شیوه کار این است که تمام متنی که قرار دادند به عنوان سطوح یک رشته، همه را بخوانید. یک نفر قوی است، زودتر می خواند، ویکی زمان بیشتری می برد. ولی همه را باید خواند. در اعمال و دقت هایش، کار علمی تفصیلی و غیر تفصیلی.

یکی از دوستان از بس نحو خوب خوانده بود، وقتی به لمعه رسید، با این که فقه را بلد نبود، ولی متن را می توانست درست بخواند و بفهمد و حتی اشکال استاد را هم می گرفت.

ایشان حتی بیانش این بود: عجله نکنید، چهار کتاب را خوب بخوانید. و خودشان نوعا کسانی بود که درس می خواند، زیج بهادری که نزد علامه شعرانی خوانده بود، دو سال خواند. روز بعد با کتاب بعدی رفت خدمت استاد در حالی که زیج بهادری هم همراه داشت. به استاد فرمود: من دیشب آمدم اعمال کنم، دیدم نمی توانم، جناب استاد چه کنیم؟ استاد فرمودند: پس یک بار دیگر این کتاب را بخوانیم. باز دوسال دیگر این کتاب را خواندند.

مراقبه داشتن، در حین کار علمی، این گونه است: شما درس را برای خدا بخوانید، همین کار می شود مراقبه.

برخی از شاگردان ایشان می فرمودند: ما با حضرت استاد سلوک داشتیم، در عین حالی که هم خانه و هم زندگی و هم زن و فرزند و درس و ... را هم داشتیم و از هیچ کدام کم نگذاشتیم.

این درس خواندن ها تعبد نسبت به دین و اهل بیت علیهم السلام را زیاد می کند.

## طهارت

ایشان گاه می فرمود: نسبت به استاد و هم بحث چگونه باشید و ... مراعات کنید و جانب دین خدا را مراعات کردن. همه این ها را می فرمود: طهارت. گاه می بینم که آلوده شدم، کدر شدم، چه کنم که آلودگی کم شود، کدورت کم شود.



## برخی از بیانات ایشان در باب طهارت

۱. انجام واجبات و ترک محرمات.
۲. قرآن خواندن. توصیه ایشان این بود که هر روز قرآن بخوانید. جوری بخوانید که قرآن خواندن شما تقویم شما باشد. وقتی می بینید که جزء پانزدهم هستید، بدانید که این روز، روز پانزدهم ماه است. حتی نفس خواندن قرآن اثر دارد. حتی حل مسایل ادبی قرآن اثر دارد. قرآن خواندن آثار وضعی بسیار دارد. با قرآن بودن و حشر با قرآن و خضوع آوردن نسبت به خدا، آثار وضعی فراوان دارد. و بلکه اولین و آخرین کتابی که باید بدانیم و بخوانیم، معیار و میزان ماست. ایشان می فرمود: با قرآن مسایل را حل کنید. این برنامه ایشان در مورد قرآن خواندن.
- اگر شما بخوانید و بگویید: من این کار را انجام دادم در مسایل ادبی در قرآن، من در خدمتتان هستم! یعنی دستورات بعدی را به شما خواهم داد.
۳. حرف شنیدن. یعنی: جزء برنامه کاری شما این باید باشد که حرف زیاد بشنوید. به ویژه آن معارف معنوی که معرفت باشد و معنویت ایجاد کند. ایشان در الهی نامه می گوید: الهی شکر در سر سفره اسفار نشسته ایم، با ما چه می کند؟!

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۴۹ (۴) (۱۵، ۸، ۱۴۰۰ / ۳۰ ربیع الاول / شنبه)

ره چنان رو که رهروان رفتند. حضرت استاد حسن زاده برای ما الگوست، چه در کارهای علمی و چه در کارهای معنوی، در اوج هستند.

ایشان یک دوره در آمل، هشت تا ده جلسه تبلیغی در شهر آمل داشتند، و همچنین سه چهارتا درس هم داشتند.

بزرگواری خودش رسیده است و تمام. یا کسی می گوید: خودش از کودکی رسیده است و تمام.

اما یکی مثل استاد حسن زاده می فرماید: ره چنان رو که رهروان رفتند، و به آخر هم رسیدند و دیگران هم دعوت کردند برای این که به آخر برسند.

توصیه های سلوکی برای طلبه مبتدی

ایشان همیشه می فرمود: تحصیل و طهارت. گاه به جای طهارت می فرمود: تهذیب، تقوا.

لا یمسه الا المطهرون، که در قرآن آمده است... هیچ لایه ای از لایه ها پیدا نشود.

ایشان درباره مبتدی و منتهی این را می گفت.

بعد از این که ایشان این قاعده کلی را گفت، دستوری دارند.

#### ۱. انجام واجبات

استاد توضیح دارند و ادبیات دارند.

حاصل معارفی که از آیات و روایات و عرفان و فلسفه فهمیدند.

علم و عمل انسان سازند. که تمام سطوح ایمانی و عملی را شامل می شود. صدرا ذیل بحث اتحاد عاقل و معقول و عمل و عامل مطرح کرده است و حضرت استاد هم در این خصوص کتاب نوشته اند. ما هر عمل و نیتی که داریم، هر ادراک و معرفت، هر عقیده ای که داریم، داریم خودمان را می سازیم.

ایشان تمام این ها را ...هر لحظه داریم خود را می سازیم. گناه می کنیم دارید خودتان را و جانتان را کج و معوج می کنید. خودتان با دست خودتان کردید.

مخلصین، همین که بگوید: خالص انجام دادم، نقص است.

اما برای مبتدین این که به نیت اخلاص انجام دهد، خوب است تا به درجات نهایی برسد.

شما هرچه از خلوص می شنوید، در منبر و.... گاه می توان حرف زد که فقط از خدا باشد، و گاه ممکن است حساب های شخصی اش را همانجا انجام دهد.

سعی کنیم اعمالمان ابتغاء وجه الله و مرضات الله باشد.

ایشان تعبیر می کرد: ما شب و روز داریم خودمان را می سازیم و حتی در خواب هم خودمان را می سازیم. من اگر خودم را پاک کنم، خوابم هم پاک می شود.

بوعلی می گوید: کسی که دروغ بگوید، در خواب حقایق را بر عکس می بیند.

خواب نماینده روز و بیداری ماست. لذا وقتی مومن قوی شد، خوابش هم قوی می شود. ما شب و روز داریم خودمان را می سازیم. لذا تمام آن چه در قرآن از واجب و حرام آمده است، بر این اساس حل می کرد.

با این حرف، تمام واجبات و محرمات و بلکه بالاتر از این ها، را شامل می شود. ما اموری داریم که در یک مرحله حرام نیست ولی از یک مرحله بالاتر برود انسان، برای او حرام می شود.

هر کسی به سطح خود و به حسب خودش، گناهی دارد.

این سخن ایشان، فقط حرام و واجب سطح ظاهر نیست، بلکه همه سطوح را می گیرد.

اما الان در حد مبتدی سخن می گوئیم. این مرز انسانیت است، و نباید این مرز را شکست.

ایشان می فرمود: خودتان را خوب بسازید.

ایشان با این حرف، خیلی حرف می زد.

ما کمتر سالی بر ما گذشت که ده یا بیست یا سی بار این حرف را از حضرت استاد نشنیده باشیم. ایشان مبنایشان این بود و دایما به همه طلاب تذکر می داد. مکرر می فرمود: اشتراک و پلنگ نسازید!

ایشان در این ده سالی که از اشارات و اسفار و ... درس داده اند، مکرر توضیح می دادند که: انسان دارد خودش را می سازد. در سه فصل آخر اتحاد و عاقل و معقول، تمام آیات و روایات را آورده است و عمق این مساله انسان ساز بودن را از این ها استفاده می کرد. و می فرمود: این همانی است که فلسفه و عرفان به آن می رسند که لبّ شریعت است.

ببینید که این مبنی، با آدم چه می کند! گوشه چشمی، خطوری در قلب، دل شکستنی و.... ببینید که با انسان چه می کند.

برای سطحی بالاتر می فرمود: تو جفا نمی کنی که در نماز به خدا توجه نمی کنی؟! ذهنت جای دیگر می رود؟!!

## ۲. قرآن خواندن

که ایشان می فرمود: باید تقویم شما باشد قرآن خواندن.

در پرائنز: اگر کسی می بیند توفیق ندارد یک جزء، از روزی دو صفحه شروع کند به خواندن قرآن. که اگر امروز نخواندم، فردا جبرانم کنم یا شب یا وقت دیگر جبرانم کنم. جوری که سر یک ماه، من ۶۰ صفحه خوانده باشم. بعد از یک مدتی، ۵ صفحه، بعد نصف جزء و بعد در نهایت به یک جزء برساند.

قرآن خواندن خیلی عالی است. منطق ناب و حقایق معارفی ناب، بی دردسر و بی خلل در قرآن است.

دستور ناب و بی دغدغه و بی خلل، قرآن.

معنویت ناب بی دردسر، قرآن.

اگر می خواهید حالتان خوش شود، قرآن.

بعدا می بیند می شود کل قرآن را یک دور به شکل حال خوش بخوانید.

گاه می فرمود: قرآن را بغل بگیری و ببوسید و...

می فرمود: جایی که قرآن هست هیچ گاه پا را دراز نکنید. و قرآن در جایی که هست، وقت خاص، باید جای درستی داشته باشد. و بعد جریان آیت الله شیخ محمد تقی آملی را نقل می کرد.

باید با قرآن انس گرفت، گاه می فرمود: سطح اول، شما لغات قرآن را درست کنید.

طلاب معمولاً در قدم اول، عربی می خوانند، و کار می کنند، بهتر است که کاری کنند که قرآن را به درستی بفهمند.

- گوش جان سپردن به قرآن. که من بفهمم قرآن چه می گوید! باید دل داد که قرآن چه می گوید: که باید خودش را سراسر گوش و خضوع کند نسبت به قرآن.

قرآن خیلی خوش به ما یاد می دهد. یک دور در قرآن ببینید که ... هیچ وقت شر بر خیر غلبه نمی کند.

ما چند بحث از نظام احسن را در یکجا گفتیم و بعد چند مثال از حضرت موسی و ابراهیم و .. زدیم. یکی از طلابی که درس های غیر طلبگی خواند و بعد طلبه شد، گفت: شما با چند مثال می خواهی مساله را حل کنید؟!

من ناراحت شدم و به او گفتم: شما کمی قرآن بیشتر بخوان.

طلبه ای دیدم که بعضی از این مسایل را قبول نداشت و باور نداشت، که اگر کسی گناه کند سیل می آید و بلا نازل می شود و...

من در دلم می گفتم: او قرآن خوب نخوانده است که اگر می خواند، این عقیده را نمی داشت.

باید قرآن خواند، چون ذهنمان را تسخیر می کند.

کسانی که به امور افسانه ای باور دارند، چگونه اند؟ به همه آن ها باور دارند.

ما طلاب که قرآن می خوانیم، وقتی استمرار داشته باشد، چون معنایش را می فهمیم، باید به گونه ای باشد که به جانمان برسد و به قلب رساند. اولاً ذهن ما را درگیر می کند و ذهن نورانی می شود، ولی بعد از مدتی جانمان را درگیر می کند.

بعد از آن عرفاء هم می گویند: شما آیه را با مکاشفاتان می توانید بفهمید.

با قرآن ذوق پیدا می کنید.

- ابتدا ذهن درگیر می شود.

- بعد جان درگیر می شود.

- بعد سر ذوق پیدا می کند.

این که می گویند: اقرأ و ارق، این واقعی است.

انا مدینه العلم و انا مدینه الحکمه و هی الجنة.

در ذهن و بدن و کارهای ما اثر می گذارد. در روایات هست: خانه ای که در آن قرآن خوانده می شود، آسمانیان که به زمین نگاه می کنند، از آن خانه نور ساطع می شود و آسمانیان نور می بینند.

قرآن خواندن در بدن ما اثر دارد، در سر و جان ما اثر دارد.

در خانه ای که قرآن خوانده می شود، شیاطین رفت و آمد نمی کنند. گرچه قرآن خواندن مراتب دارد، ولی ظاهر قرآن به باطنش وصل است. ظاهرش چون به آن باطن وصل است، طهارت پیدا می کند.

ابن عربی می گوید: به خزاین قرآن وصل شدم و از آنجا خبر می دهم. این ظاهر قرآن به آنجا وصل است.

اگر خدا می خواست با ما صحبت کند، چگونه صحبت می کرد؟ با همین صورت قرآن.

قرآن تمام الفاظش از خداست. کسی بخواهد با خدا بنشیند، از این بهتر چه می خواهد؟! هم دستور، هم عقاید پاک و ... هر چه می خواهیم در قرآن هست، پس چرا قرآن نخوانیم. حتی تا جایی ممکن است انسان برسد، که دوست دارد روزی بیش از یک جزء بخواند. بلکه برخی هر سه روز یک ختم قرآن داشتند. نه این که برنامه اش باشد، بلکه تشنگی معنوی، او را می کشاند. این یک نوع پیش خدا رفتن است.

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۵۰ (۵) (۸،۲۲، ۱۴۰۰ / ۷ ربیع الثانی / شنبه)

توصیه های سلوکی برای طلبه مبتدی

۱. تحصیل و طهارت.

معنای طهارت واضح است. آن طهارت قرانی که گفته شد که دل از هر کدورتی پاک شود. رفتار و خلیات و نیات ما، اعتقادات ما. باید به لحاظ قلبی یک طهارتی پیدا کند.

دستور کلانی است که خودش را در دستورات بعدی باز می کند.

ایشان می فرمود: ما شب و روز داریم خودمان را می سازیم. این بیان ایشان، خیلی معنی دارد که علم و عمل انسان ساز است. گناه کردن و خطا کردن، باید مراقب بود و خود را ساخت.

حتی نیت هایی که گاه می بینیم که انجام می دهیم، کدورت می آورد. از ابتدا باید شروع کرد و کم کم به سمت عمق رفت. خیلی از اعمال قلبی را باید درست کرد.

ضمن بحث عمل مطلق در مباحث عرفان در وادی عمل مباحثی از این دست را خیلی خوب توضیح دادیم.

دستور دیگر....

۲. قرآن خواندن.

ایشان معتقد بود هر طلبه ای هر روز باید یک جزء قرآن بخواند.

۳. حرف شنیدن

ایشان این نسبت به طلبه های مبتدی و متوسط داشت که باید حرف شنید و سخن های مناسب فضای روحی معنوی شنید.

برخی از حرف ها انسان را تنزل می دهد. اما برخی از سخن هاست که مناسب فضای روحی معنوی است. که چشم و گوش را باز می کند و ...

حرف ها از سنخ سخن ها و معارفی که بتواند فضای معنوی ما را سامان دهد.

ایشان معتقد بود همین فلسفه ای که می خوانید و اصطلاحاتی که یاد می گیرید، واجب را اثبات می کنید، صفاتش را اثبات می کنید و .... همین ها دارد شما را می شوراند. یک باور عقلانی می آورد که ...

آدم ابتدا فکری می شنود، کسی که در مسیر معارف دینی است با رویکرد معنوی، تا این را می شنود، یک نتیجه مستقیم بین در او هست. تا این را ادامه دهد، جان انسان را شخم می زند. این یعنی: اعتقاد پاک .

اعتقاد پاک، در فرهنگ قرآنی: الیه یصعد الکلم الطیب.

اعتقاد پاک چشم ما نسبت به ملکوت و حقایق ماورائی است. و موجب دید ما نسبت به ماوراء می شود. اولاً بدانیم که با او چه می کند.

لذا ایشان تاکید می کرد: حرف بشنوید. نفس این شنیدن اولاً دید انسان را تغییر می دهد. اول عقلانی است. بعد از مدتی می بیند که دل هم با او گره خورده است.

ضمن بحث ایمان گفتیم: یکی از راه های تحصیل ایمان، علم است.



اگر علم خوب بیاید، فطرت ما حقیقت جوست و کرنش نسبت به حقیقت. فطرت ما حقیقت جوست. تا این را می بیند، باور می کند بر اساس آن. اساس فطرت ما این است.

فرعون این که یقین دارد که موسی حق است، علو و استکبار دارد که جلویش را می گیرد. جحدوا بها واستیقنتها انفسهم...

فطرت انسان، چیزی که هست همراهی می کند.

تعامل می کند و این می شود باور قلبی.

نفس دانستن و مکرر دانستن، فطرت ما را شکوف می کند. بعد تعامل می کنیم بر اساس آن، بعد از مدتی باور قلبی سنگین پدید می آید که این می شود ایمان.

برخی در علم، درگیر الفاظش می شوند.

در برخی جدل خیلی پررنگ است و مجادله می کنند. برخی طالب حقیقت هستند و از علم حقیقت می خواهند. برخی از علم جدل می خواهند. برخی از علم شئون اجتماعی می خواهند!

هر یک از این ها لوازمی دارد.

علم این نیست که وجاهت اجتماعی پیدا کند، که اگر وجاهتی پیدا کند، این وجاهت را خرج علم کند، نه این که علم را خرج وجاهت اجتماعی اش کند.

فطرت ما تا این علم نصیبش شد، مکرر در حوزه که می شود، ...

صدرا قبل از تفسیر قرآن، مفاتیح الغیب را نوشت که عمدتاً اندیشه های فلسفی عرفانی به عنوان مقدمه تفسیر است، چون میدید که این ها برای فهم قرآن لازم است.

استاد می فرمود: حرف زیاد بشنوید، این شنیدن جان ما را شخم می زند.

اما اگر کسی رسید و شهود داشت که هنیئا له. اما عمدتاً در ما نیست که شهود داشته باشیم، راه ما علم حصولی است، وقتی در قرآن می بینیم که همه چیز دست خداست، وقتی این اندیشه را می شنویم که همه چیز به دست خداست. .. باید حرف زیاد شنید، گاه طلابی هستند که سالیان سال درس در حوزه خوانده اند، اما از معارف هیچ نشنیده اند! این خیلی حیف است و محرومیت است. گرچه در حوزه حتی کار لغوی کردن، خدمت به دین است و ارزش دارد، اما نباید کمی در باب معارف حرف شنید!

این احتیاج دارد به حرف شنیدن .

سنت حوزوی ما در معقول، قرار است این راه را باز کند و این کار را انجام داده است.

بوعلی در اشارات یکجا بحث جود الهی را توضیح می دهد که خداوند متعال چگونه جواد است. فیاض علی الاطلاق بودن را توضیح می دهد.

اگر در معارف جلو بیاوید، بسیاری از مسایل حل می شود. شاید ۹۰ تا ۹۵ درصد آن چه در متون دینی آمده است را حل می کند.

در مباحث حکمت متعالیه ضمن بحث از تحقق فلسفه اسلامی توضیح دادیم، عمده مباحث معارفی دین با مباحث حکمی و عرفانی که صدرا آورده است، حل می شود.

ذهنیت درست پیدا کردن مهم است که با تحصیل علم حاصل می شود.

یکی از شاگردان امام صادق علیه السلام ظاهر، در سن پیری می پرسد: آیا خدا جسم است یا خیر؟

امام می فرماید: آیا الان وقت پرسیدن این سوال است؟!

یعنی این مساله را باید در جوانی درست می کردی، نه الان!

تصویر ما در فضای ذهنی اگر درست شود باعث می شود تعاملات ما هم با عالم درست شود.

این بچه هایی که احساس می کنند غول است، مخصوصا در شب ها، با آن تعامل می کنند!

خاصیت علم، و به دست آوردن تصویر درست، باعث تعامل درست می شود.

استاد می فرمود: من کتاب معرفت نفس را نوشتم، چون کاری مهم تر از خودسازی نداریم، ولی خودسازی مبتنی بر خودشناسی است. لذا باید یک دوره در باب نفس شنید تا ببینیم که چگونه اثر دارد.

یک دور این مباحث را که بخوانیم می بینیم که چقدر اثر دارد و چقدر انسان را به دقت و ظرافت کشانده است. و بعد انسان می فهمد که اتحاد عمل و عامل چگونه اثر می کند.

اول خودشناسی و بعد خودسازی است.

باید معارف را شنید، معارفی از سنخ معنویت یا معارف معنوی. که رنگ و بوی معنویت داشته باشد.

اما آن چه قرآن و دین از معارف گفته است، چه در ملک و چه در باب انسان کامل و چه در باب معاد و چه در باب خداوند، از سنخ معارف است.

انسان باید در این خصوص اولاً حرف زیاد بشنود تا دید آدم تغییر کند.

همین ادامه پیدا کند، به تدریج تبدیل می شود به ذکر. که ابتدا در ذهن انسان است و ذهن را درگیر می کند، بعد جان انسان را درگیر می کند.

حضرت استاد: از پایگاه معرفت شروع می کنند.

ایشان اتحاد عاقل و معقول را ابتدائاً توضیح می دادند، از پایگاه محکم عقلانی و دینی و شهودی.

به این سبک به تجربه دیده ام، کسانی که در فضای اخلاقی و روحی نگاه می دارند، بدون پایگاه معرفتی، این ها افراد را سست بار می آورند، مگر کسی که به صورت جبلی، منّه ذاتی دارد نسبت به معرفت، تا چند کلمه می شوند، پرواز می کنند.

این راه بسته نیست، اما متوسط بار می آورد. معرفتی است که به عمق بار می آورد و ...

ما مکرر دیده ایم، اندیشه هایی دارد ایشان و توحید ناب را می فرمود و چقدر از این توحید ناب استفاده می کرد. همه اش می شد عشق و حال، اما سراسر معرفت. الهی نامه را ببیند که چقدر از فضای معرفتی اشباع شده است، اما همه اش معنویت است.

برخی در حد عمل سیر می دهند، این سیر نازل است.

اما اگر کسی معرفت افراد را بالا ببرد، آن وقت عمل بالا می رود و عمق پیدا می کند.

پس این سبک

۱. دیدمان را تغییر میدهد.

۲.

۳. تبدیل می شود به ذکر

۴. ایشان می فرماید: تا می توانی دست به کار شو!

نتیجه بین فلان علم که می شود فلان عمل، چرا دست به کار نمی شوی!

همین امر در ایشان باعث شد که ایشان یک عزم جدی داشت که در کمتر کسی من چنین عزمی دیدم.

لذا توصیه ایشان این بود که: حرف بشنوید.

طلاب همان سال اول طلبگی می تواند حرف بشنود، اما سنخ کار را از چه کسی بگیرد مهم است! این که چه سنخ حرفی بشنود.

این حرف ها باید شخم بزند و جان را بشوراند.

ایشان همیشه این را می فرمود: العلم امام العمل.

این علم خودش شده است حقیقت. علم پیشوا است، علم حصولی او تبدیل شده است به علم حضوری.

ایشان یک اصلی داشت:

این که انسان مقام فوق مجرد دارد. ایشان این را فصل مستقل کرده است و پرداخته است:

ملایکه برای خود حد یقف دارند، اما انسان هیچ حد یقفی ندارد. یعنی: به هر جا رسیدی توقف نکن! هر چیز معنوی به تو دادند، قانع نشو!

مبانی دینی و فلسفی آن را می گفتند. مثل این بیان امام علی علیه السلام که: کل وعاء یضیق بما فیہ الا وعاء العلم.

در کار حضرت استاد، بس، وجود نداشت. هم در کار علمی و هم در کار معنوی. در هر دو حالت می گفت: قانع نشو!

این یک شیوه شد و در مکتب ایشان به جایی قانع نمی شد و متوقف نمی شد.

لذا توصیه بنده این است:

طلاب از همان ابتدا باید حرف بشنوند. مثلاً کلمات حضرت امام ره معنوی معرفتی است. از سنخ سلوکی است. علامه طباطبایی، خود حضرت استاد حسن زاده .

من به طلاب مبتدی توصیه می کنم: الهی نامه حضرت استاد حسن زاده را بخوانید. به تو دید و خط و میل می دهد. یک نوع کشش به سمت معارف معنوی می دهد.

اما طلبه که جلوتر آمد، باید معقول بخواند. البته بعدا اگر ادامه دهد، جوری می شود که فضای معرفتی اش فضای معنوی دارد.

وقتی به شرح فصوص برسد، می بیند که همه اش فضای معرفتی و معنوی است.

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۲۵۱ (۶) (۸، ۲۹، ۱۴۰۰ / ۱۴ ربیع الثانی / شنبه)

ایشان می فرمود: ره چنان رو که رهروان رفتند.

بعد گفتیم: نسبت به مراحل که طی می کنند، چه باید کرد.

این بزرگان الگوهای ما هستند، نماد دستوراتی هستند که خودشان توصیه می کردند.

حضرت استاد می فرمود: ره چنان رو که رهروان رفتند. و در کنار هم باید علم و سلوک و تهذیب و طهارت باید خیز برداشت.

برای کسانی هم که تازه شروع کردند، مبتدی و متوسط... همچنان که این توصیه را برای منتهی ها هم داشتند. ولی این را برای عموم طلاب گفتند.

قاعده کلی تحصیل و طهارت بود.

بعد انجام واجبات و ترک محرمات. و بلکه بالاتر تاکید می کردند به گونه ای که حتی نیات و خطورات را هم می گیرد. و از حد واجبات و محرماتی که در شریعت آمده بود، بیشتر را شامل می شد.

دستور دوم: قرآن خواندن.

دستور سوم: حرف شنیدن.

الان به گونه ایست که فایل های صوتی خیلی خوبی فراهم شده است که انسان می تواند آن ها را انجام دهد. کارهایی که لطف معرفتی-معنوی-سلوکی داشته باشد.

خوبست که از این دست آثار را انتخاب کرد و با آن ها مأنوس شد.

مثلا الهی نامه استاد حسن زاده که برای سال های ۱۳۴۷ تا ۱۳۵۰ هست که ایشان چله های سنگین می گرفتند.

خود ایشان توصیه می کردند شما: معرفت نفس شروع کنید. خودشان هم از همین بحث ها شروع کردند.

کارهای علمی معرفتی باید حتما در کار انسان باشد.

هر هفته یکی یا دو یا سه صوت گوش دادن. به گونه ای که درگیر شود با این حرف های.

در کنار این حرف ها، حضرت استاد توضیحاتی داشت به عنوان جوانب کار علمی،

هر کسی در هر کاری که هست، به تناسب کارش، چه طلبه و چه بازاری و چه کارمند و.... معمولا یک ساعت مستوعبی داریم برای کاری که انجام می دهیم. مثلا طلبه در طول روز حداقل ۷ تا ۱۰ ساعت درگیر کار علمی است.

این وقت مستوعب چه می کنیم؟ چه درگیری داریم؟ نسبت به طهارت چه وضعی داریم؟

طلبه بیشترین وقتش در مدرسه و حجره و کلاس است یا خانه. بیشترین درگیری هایش اینجاست. اینجا را باید مواظب باشد و مراقبت کند به لحاظ طهارت. چون یک بار و دو بار نیست. بلکه هر روز است و هربار در حال تعامل در این فضاها هستیم.

این ها را می گویند: خیلی مراقب باشید در تحصیل طهارت.

قاعده کلی این باشد: کسی که کار علمی می کند و حدود ۱۰ ساعت درگیر هستی. وقتی در جاهای دیگر درگیر هستی و تعامل داری، آن مواضع درگیری را باید مواظب بود.

طلبه چرا نسبت به هم بحثش بد اخلاق می شوی؟! چرا وقتی می فهمی که حق با اوست، کوتاه نمی آیی؟! چرا راه باز میکنی که به شکلی از آن مخصصه فرار کنی؟! چرا با همسر این گونه بد اخلاقی؟!

بهترین راه خودسازی این است که در کنار همسر باشی که خودت را آباد کنی و زندگی ات را هم آباد کنی! اینجا بهترین جا و بهترین راه برای خودسازی است.

آقا زاده شان از آیت الله العظمی بهجت نقل می کنند در یک صحنه خانمشان تندی کردند. و آقا زاده می گفت: من می دیدم که حق با پدر است ولی پدر چیزی نگفت. بعد از پدر پرسید: فکر می کنی من جواب بدهم، تمام می شود؟!

باور کنید هر جا که حق با شما باشد و کوتاه آمدی، خانم یاد می گیرد که در شما انصاف و خضوع است. یاد می گیرد.

بنده خدایی می گفت: عالمی را با همسرش از یک منطقه به منطقه دیگری ببرم. در تمام این مسیر خانم به آن آقا حرف می زد و ایراد می گرفت و می گفت: خدا تو را ذلیل کند و... فقط یکجا نزدیک به امام زاده رسیدند و آن زن گفت: ان شاء الله این امام زاده تو را بکشد! که او گفت: امام زاده هیچ وقت آدم نمی کشد!

آن شخص به عالم گفت: چرا این را طلاق نمی دهی؟! او گفت: شرّ این خانم را جز من کسی نمی تواند جمع کند.

پس قاعده کلی این شد: با کسانی که زیاد با آن ها تعامل دارید، از اول درست کنید.

#### ۴. آباد کردن سحر

حضرت استاد خیلی بر این مورد تاکید داشتند.

منظور از سحر، نیم ساعت یا ۴۵ دقیقه قبل از اذان صبح تا بین الطوعین و طلوع آفتاب.

بحث های سلوکی فنی ای دارد که کمی از آن ها خواهیم گفت.

این همه پیش اساتید می روید و درس می خوانید، خوب نباید روزی یک ساعت به محضر درس خداوند متعال بروید؟



این بشود رفتار عمومی ما، که حتی برخی گفتند بسته به افراد، هر کسی به قدری که توان دارد شروع کند.

مثل حضرت امام نیم ساعتی بعد از بین الطلوعین را می خوابیدند.

هر کسی به قدری که توان دارد. هر کسی توانش را ببیند و خلاف توان نباشد. اما باید عادت داد. اگر کسی بتواند ۲۰ دقیقه قبل از اذان صبح بیدار شود.

بردن برنامه خواب را به حسب عادت تنظیم می کند.

تاکید استاد این بود: آن کسی که سحر ندارد، از خود خبر ندارد.

چون سحر وقت خلوت است.

قاعده

انسان در طول سال گه گاهی وقت خلوت پیدا می کند. مثلاً گاه در شب قدر این اتفاق می افتد. گاه یک سفر مشهد یا زیارتی می روند، احساس می کند توانسته است خلوت کند بین خودش و خدا یا امام معصوم.

گویا تمام زندگی پر از اشتغالات است، گه گاه و در برخی از موقعیت ها فرصت خلوت و کار معنوی پیدا می کند.

اما سحر، وقت خلوت هر روزه است. انسان باید برنامه سحر داشته باشد.

این برنامه آنقدر جذاب است و می کشد و جاذبیت دارد که به حدی می رسد که احساس می کند تمام روز یک طرف و سحر یک طرف. که حتی گاه حاضر است از روز بیفتد ولی از سحر نیفتد. گرچه انسان باید برنامه درسی و بحثی را داشت.

اما نوع تشنگی و علاقه، ...

گرچه برخی هستند که کل روزشان را سحر کرده اند.

ایشان گاه این تعبیر را می کردند: از سالک سر می رود ولی سحر نمی رود.

سحر به این شکل: که کسی ممکن است خوابش بگیرد، در شرایط نشسته می خوابد تا برنامه سحرش به هم نخورد.

برنامه سحر در نهایت می شود حدود دو ساعت و چهل و پنج دقیقه.

اما ابتدا کسی که می خواهد کار کند، به هر مقداری که طبع و بدن او کشش دارد، به همان مقدار برنامه ریزی کند.

اگر کسی به هر نحوی برای نماز شب برنامه ریزی کرد و نشد، بعدا قضایش را به جا بیاورد.

اما بعدها می بینید که هر چه سن می رود بالاتر، رطوبت رأس کمتر می شود، می تواند راحت تر بلند شود.

اینجور هم نباشد که وقت سحر بلند شود و این گوشی موبایل دستش باشد! مطلقا این چیزها نباشد.

حتی اگر کسی هیچ کاری نکند و فقط با خدا بنشیند، همین مقدار کافی است و خودش راهبر انسان است و به او خط می دهد که چه کاری کند و چه کاری نکند. القائاتی می آید که انسان خودش می فهمد. مثلا دعا خواندن، یا قرآن خواندن یا محاسبه نفس و....

درست مثل این که استاد می خواهد که به او بگوید چه کار کند، سحر هم خودش راهبر او می شود.

اشعار استاد عنوان داده است: یمن سحر

از یمن سحر راه نمودند حسن را.

خودشان هم می فرمودند: سحر داشته باشید، به شما خواهند گفت که چه کار کنید.

الهی خروس را سحر باشد، حسن را نباشد!

الهی از حسن سر برود، سحر نرود.

چرا؟ این را در درس هایشان توضیح داده اند.

فصل پنجم رساله نور علی نور، ص ۵۶

این مطالب هم اسرار است و هم چشم و گوش را باز می کند.

نفس وقت و مکان اثر دارد، مثل حضور در حرم یا مساجد، که حال را خوش می کند، چون محل رفت و آمد ملائکه است. هر جا اشراق نور مومن باشد، آنجا آباد می شود.

همان طور که مکان تاثیر دارد، وقت هم تاثیر دارد.

«فصل پنجم در بیان اوقات و امکنه دعا

اوقات را در تأثیر دعا و احوال داعی، دخلی بسزا است و اگر ابن الوقت و بالاتر از آن أبو الوقت شده‌ای طوبی لک و حسن مآب.

[اگر کسی از محرم و صفر و ماه مبارک رمضان خوب استفاده کند، ابن الوقت است. درست مثل بازاری که تا می بیند یک سود خوبی می آید آن را می قاپد. همین حال را انسان باید در خصوص احوال معنوی اجرا کرد. باید دید که این چیست و طبق آن عمل کرد.

برخی هستند که حال خوش معنوی به او دست داد، اما او زود خود را منصرف می کند! حیف نیست؟! تو که داری پرواز می کنی؟! چرا خودش را مشغول می کنی؟! حتی آن اوجی هم که رسیده است را از دست می دهد!

لذا بر همین اساس، نوع وفیات و ولادت های اهل بیت برای ما باید معنی دار باشد.

تمام وفیات و ولادت ها می تواند برای ما معنی دار باشد. سحر، رمضان، محرم، اربعین کلیمی، ذیقعد و ذی الحجه و حتی شب جمعه و روز جمعه که این ها را خیلی از دست می دهیم، روز دوشنبه و پنجشنبه و ...

در روایات هست که دوبار اعمال بالا می رود: یکی دوشنبه است و یکی پنجشنبه. عصر جمعه.

شریعت از این دست چیزها خیلی آورده است. این که سحر را آباد کنید، خیلی از چیزها را آباد می کند.

ابو الوقت: یعنی هر جایی وقت اوست و هر زمانی برایش سحر و رمضان است.]

مطلقاً شب را در ادعیه و اذکار و خلوت و فکر شأنی شایان است. لیل غیب است و انسان را به غیب و باطن می کشاند و می رساند.

[ما که اینجا هستیم، محو و غرق اینجا هستیم. وقتی شب شد، و نوع کار ما جمع می شود و نوعی خفتگی پیش می آید. در این صورت راه برای سیر معنوی باز می شود. بوعلی و شیخ اشراق و عرفا را ببینید، توضیح می دهند: چطور در شب تمثالات مثالی می بینیم؟ چون اعضا و جوارح ما مشغول است، لذا نمی تواند متوجه آن سو شود. شب یک نوع در خفا بردن است.

این سخن ایشان مبانی و عمقی دارد. توضیح دادند که حواس پنجگانه چگونه باید جمع شود تا انسان متوجه آن سو شویم. چرا وقت درس خواندن سر و صدا مانع است!؟

باید به یک تمرکز و توحید برسیم. شب خاصیت دارد و مههد برای این کار است.]

بعضی از مشایخم از استادش حکایت کرد که گفت: خداوند سبحان می فرماید:

اللَّيْلُ لِي.

حق تعالی فرموده است: **انَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْأً وَاقْوَمُ قِيلاً. اِنَّ لَكَ فِي النَّهَارِ سَبْحاً طَوِيلاً** [۱۲۸] (مزمّل: ۷-۸). روز بر اثر کسب معاش و تحصیل معاد و تزاوّل هرکس در حرفه و صنعت و شغلی که دارد فراغ بال داشتن دشوار است مگر برای اوحدی از افراد که مظهر اسم شریف یا من لا یشغله شأن عن شأن می باشد که ضابط جمیع حضراتست و او را حضرتی از حضرتی باز نمی دارد به تحقیقی که در فصّ اسحاقی «فصوص الحکم» به منصّه ظهور رسیده است. امّا شب هنگام انزوای از خلق و انقطاع از مشاغل روز است که انسان را به خلوت و وحدت می کشاند و خلوت و وحدت به توحّد می رسانند، و تا انسان را به خلوت و وحدت می کشاند و خلوت و وحدت به توحّد می رسانند، و تا انسان به توحّد نرسیده است به ادراکات عقلی و سیر انفسی نائل نمی گردد که تعلّق با تعقل جمع نمی شود. و ما هر چه را که ادراک می کنیم از حیث احدیّت وجودی خود ادراک می کنیم نه با تفرّع بال.

رساله نور علی نور در ذکر و ذاکر و مذکور، ص: ۵۷

و سیر نفس به تعبیر علامه ابن فثاری در «مصباح الانس» (ص ۲۹۵ ط ۱) عبارت از تلبّس نفس به احوال متعاقبه است و این احوال و اردات نوری است که عائد نفس مستعدّ صافی سائر می‌گردد، و شب را در صفای نفس و عروج آن دخی تمام است سبحان الّذی اُسری بعیده لیلاً [۱۲۹] حکم روی وصف عنوانی عبد رفته است. **وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ اَنْ يَّبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا** [۱۳۰] (اسراء: ۲ و ۸۰). نکته ۴۸۳ «هزار و یک نکته» در این مقام مطلوب است. [۱۳۱]

آیات و روایات در حثّ و ترغیب در خلوت و تهجّد شب و استغفار اسحار بسیار است. آن نیکبختی که در ورطه من کیستم افتاد به دنبال درمان دردش می‌رود و به نگهداشتن برنامه و یافتن استاد و دل به دست آوردن چاره خود می‌کند و چنین کس را با شب انس سرشار است که صاحب‌دل است و طالب دیدار است.

شب دیوانه دل را ندیدی

ز دل بسیار گفתי و شنیدی

که تعریفش برون از حد و رسم است

شب دیوانه دل یک طلسم است

گشایی این طلسم بو العجب را

ادب کردی چو نفس بی‌ادب را

چو شب آید نخواهد در پیش روز

دل دیوانه رند جهانسوز

که شب خو کرده با بالین و بستر

بود آن مرغ دل بی بال و بی پر

چو می‌بیند جمال حسن مطلق

به شب مرغ حق است و نطق حق حق

شب او خوشتر از صبح بهار است

دلی کو بلبل گلزار یار است

نماید سورت و اللیل را لمس

شب آید تا که دل در محق و در طمس

بتابد بر دل پاک از تباهی

شب آید تا که انوار الهی

خوشا اندر سحرها خلوت ذکر

خوشا صوم و خوشا صمت و خوشا فکر

شک نیست که مناسبات زمانیّه از اتم مناسبات است چنانکه نفس کینونت در شهر الله مبارک رمضان برای نفوس مستعدّه اثر تکوینی دارد، و در نزل و قدوم ماه اصبّ رجب برای رجبیون شهود خاصی است چنانکه در «فتوحات مکّیه» در وصف رجبیون عنوان شده است، و چندبار این شهود خاصّ رجبی به بعضی از

رساله نور علی نور در ذکر و ذاکر و مذکور، ص: ۵۸

فقرا نیز روی آورده است و الحمد لله ربّ العالمین. و سیّد بن طاوس در کتاب «اقبال» گفته است: انّ لأوقات القبول أسراراً لله جلّ جلاله ما تعرف الاّ بالمنقول [۱۳۲] (آخر باب ۶ از اعمال ذی الحجة ص ۵۲۷ ط ۲). و برخی به معقول نیز شناخته می‌شود و با شعوری مرموز ادراک می‌شود.

دیلمی در باب بیست و یکم «ارشاد القلوب» آورده است که: قال علیّ بن الحسین علیهما السّلام: انّ بین اللّیل و النّهار روضة یرتع فی نورها الابرار، و یتنعم فی حدائقها المتّقون [۱۳۳] - الحدیث. مراد از روضه ما بین الطّلوعین است، و نور - به فتح نون - به معنی شکوفه است.

در کتاب دعای «کافی» بابی در اوقات و احوال امید اجابت دعاء است (ج ۲ ص ۳۴۶) حدیث ششم آن به اسنادش از امام صادق علیه السّلام است که فرمود:

قال رسول الله صلی الله علیه و آله و سلّم: خیر وقت دعوتکم الله عزّ و جلّ فیهِ الأسحار، و تلا هذه الآیة فی قول یعقوب علیه السّلام: سوف استغفر لکم ربّی. قال: آخرهم إلى السّحر. [۱۳۴]

و بدانکه امکنه را هم چون اوقات تأثیری خاصّ است و اگر فی مقعد صدق عند ملیک مقتدر قرار گرفته‌ای که «لیس عند ربّک صباح و لا مساء» گوارا باد.

و روایات در این باب نیز بسیار است. بلکه ارباب عزائم و مباشران اعمال غریبه از اوفاق و غیره در جمالی مکانی خاصّ می‌گزینند، و در جلالی مکانی خاصّ، چنانکه عیانی در «مفاتیح المغالیق» در هر یک از اعمال جمالی و جلالی

بدان نص دارد و این کلامی حق است و بسط و تفصیل آن خواصّ را بکار آید، و نقل شواهد در هر یک از امور مذکوره موجب اطاله رساله می‌شود، علاوه اینکه بسیاری از آنها خارج از حدّ و حوصله اکثری است.

مثلاً در جوامع رواییّه آمده است که فرائض را در یک محل مخصوص و معین منزل بخوانید یعنی برای خود مصلاّی خاصی برای ادای فرائض قرار دهید و در وقت احتضار شما را در آنجا گذارند که موجب تخفیف شداید و غمرات موت

### رساله نور علی نور در ذکر و ذاکر و مذکور، ص: ۵۹

است. ولی نوافل را در اماکن متعدّد بخوانید که برای شما شاهد باشند.

تبصره: آنکه گفته‌ایم انسان آنچه را ادراک می‌کند از حیث توحّد و احدیّت وجودی خود ادراک می‌کند از این رو است که معانی را که علوم و حقائق‌اند صورت جمعی و وحدانی است که تفرّق و تشّت از آن عالم طبیعت است و بین غذا و مغذی سنخیت شرط است، فافهم.

و این توحّد و احدیّت وجودی بدون اطمینان خاطر حاصل نمی‌شود و با اضطراب خاطر نیل به صور جمعی معارف الهی صورت نمی‌یابد، و همچنین با حدیث نفس و هواجس نفسانی ذکر و دعا صافی و خالص نمی‌گردند و اثر شایسته نمی‌دهند.

نمی‌بینی که حق سبحانه می‌فرماید: **أَيَّتَهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ. ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً. فَادْخُلِي فِي عِبَادِي. وَ ادْخُلِي جَنَّاتٍ [۱۳۵]** و در ربّ مضاف به خود هم تأمل و دقت بنما تا ببایی که ربّ تو کیست و هر کس می‌گوید ربّی و یا ربّ. این ربّ همان جدول وجودی هر کلمه نوری موجودی از ذره تا بیضا است که از بحر بیکران وجود مطلق و صمد حق منشعب است.

بیخبر از جدول و دریاستی

جدولی از بحر وجودی حسن

و این ارباب کلمات جزئیّه در راه استکمال‌اند که به ربّ کامل مکملّ خود برسند که **انّ الی ربّک الْمُنتَهی**. آن ارباب نه‌رهایند و این ربّ رود نیل **قُلْ لَوْ كَانَ الْبَحْرُ مِدَاداً لِّكَلِمَاتِ رَبِّي لَنَفِدَ الْبَحْرُ قَبْلَ أَنْ تَنْفَدَ كَلِمَاتُ رَبِّي وَ لَوْ جِئْنَا بِمِثْلِهِ مَدَدًا** (کهف: ۱۱۰). [۱۳۶]

این نکته علیا همانست که عارف صدر قونوی در تفسیر فاتحه افاده فرموده است، و علامه ابن فنّاری در «مصباح الانس» نقل کرده است که:

«انّ الربّ اسم کلّیّ سار بجمیع معانیه فی جمیع الاسماء الکلیّة و الجزئیة و ظاهر فی کلّ اسم بحسبه، فکلّ موجود حقیقه منشأه من حقیقه الهیّة اصلیّة أو فرعیّة الی ما لا یتناهی، کان الوجود المضاف الیه الظاهر فی المراتب الکونیّة

رساله نور علی نور در ذکر و ذاکر و مذکور، ص: ۶۰

روحا و مثالا و حسّا متعیّنّا من حضرة اسم متعیّن بتلك الحقیقة الالهیّة فکان ذلك الاسم ربّه المتولّی لتربیته».

تا اینکه پس از بیان حکم عامّ و خاصّ ربوبیّت گوید: «و أمّا نبینا محمد صلی الله علیه و آله فله المنهل الاعلی و هو التّجلی الاول الذی نوره أولا و ربّه ثانیاً، و هو أصل جمیع الاسماء و التّعیّنات العلمیّة و الوجودیّة و منتهاها کما قال تعالی: **وَ انّ الی ربّک الْمُنتَهی**، و قال تعالی: **قُلْ لَوْ كَانَ الْبَحْرُ مِدَاداً لِّكَلِمَاتِ رَبِّي** - الآیة. فان ربّه هو التّجلی الاول الذی هو مسمّی هو و باطن الاسم الله» (مصباح ص ۱۵۱). [۱۳۷]

در جنّت و اقسام آن و اضافه آن به ضمیر یای متکلم در کریمه یاد شده لطایفی در دو نکته ۷۰۷ و ۹۲۱ «هزار و یک نکته» آورده‌ایم رجوع شود. [۱۳۸]

خواجه طوسی در شرح فصل هشتم نمط نهم «اشارات» در بیان نفس مضطر به و مطمئنّه بیانی شیرین دارد که به ترجمه آن اکتفا می‌کنیم:

«ریاضت بهائم یعنی رام کردن آنها این است که راض آنها را از اقدام بر حرکاتی که بدان راضی نیست باز دارد و بر آنچه که بدان راضی است وادارد تا بر طاعت وی خو گیرند.



و قوه حیوانی که مبدأ ادراکات و افاعیل حیوانی در انسانست هر گاه طاعت قوه عاقله ملکه‌اش نشود به منزله بهیمه رام نشده است که گاهی شهوتش و گاهی غضبش او را به سوی ملایمش می‌خوانند. و این دو یعنی شهوت و غضب باری به سبب آنچه که قوه حیوانی به یاد آن می‌آید و باری به سبب آنچه که از حواس ظاهره بدو می‌رسند برانگیزاننده قوه متخیله و متواهمه‌اند، پس قوه حیوانی به حسب این دواعی حرکات مختلف حیوانی می‌نماید و قوه عاقله را در تحصیل خواسته‌هایش استخدام می‌کند.

لذا او قوه اماره‌ایست که از وی افعال مختلف به اختلاف مبادی صادر می‌شوند و قوه عقلیه از روی کره وی را فرمان می‌برد و پریشانست.

اما چون قوه عاقله او را به سبب منع کردنش از تخیلات و توهّمات و احساسات

رساله نور علی نور در ذکر و ذاکر و مذکور، ص: ۶۱

و از افاعیل برانگیزاننده شهوت و غضب رام کرد و بر آنچه که مقتضای تعقل عملی است واداشت تا بر اطاعت او خو کرد و در خدمت او ادب یافت و به امر او فرمان برد و از نهی وی سرپیچی نتواند کرد، قوه عقلیه آرمیده می‌شود و از وی چنان افعال مختلف به اختلاف مبادی صادر نمی‌گردند و باقی قوا همگی فرمانبر اویند و وی را گردن می‌نهند»- پایان.

و چون نفس مطمئنّه شد مخاطب به خطاب **أَيَّتْهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً. فَادْخُلِي فِي عِبَادِي** و **وَادْخُلِي جَنَّتِي** می‌گردد. و در ربّ مضاف به کاف خطاب، و عباد و جنّت مضاف به یاء متکلم باید خیلی دقت به کار برد. نفس مطمئنّه شدن همان و مخاطب به خطاب مذکور شدن همان. و به نکته ۷۰۷ و ۹۲۱ «هزار و یک نکته» رجوع شود.»

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۲۵۲ (۷) (۹،۶،۱۴۰۰ / ۲۱ ربیع الثانی / شنبه)

قله های حوزه را باید الگو قرار داد و بررسی سیره آن ها می تواند راه را باز کند.

دست بر قضا آیت الله حسن زاده این مباحث را بیان هم کردند.

ما درباره مبتدی را می گفتیم، درباره منتهی را نگفتیم، ولی می گوئیم.

اما طلابی که به مراحل پایانی نزدیک نشدند، ایشان مساله سلوک را در کنار کار علمی به صورت جدی مطرح می کردند.

واقعا در حوزه کسی به لحاظ طهارت، در مسیر خلاف حرکت کند، در واقع او با فضای حوزوی سازگار نیست. این یک نحوه تناقض است. این جز خسارت نیست. که ما در حوزه احساس تناقض می کنیم.

لذا ایشان همیشه میگفت: تحصیل و طهارت.

اولین توصیه ایشان: مراقب حلال و حرام باشیم و بلکه ما با عملمان هر روز و شب خودمان را دایما می سازیم. حتی واجبات و محرمات و بالاتر از این ها را هم می گیرد.

دومین توصیه: قرآن خواندن. روزی یک جزء. ولی ابتدا کمی باشد، حدود دو صفحه و به تدریج بیفزاید.

سومین: تحصیل علم مناسب.

#### ۴. آباد کردن سحر

این را داشتیم توضیح می دادیم، که می تواند نیم ساعت قبل از اذان صبح و گاه یک ساعت و نیم قبل از اذان صبح هم از نظر ایشان سحر است. و بعد از آن بین الطلوعین. و بیانشان همیشه این بود:

در لابلای آثارشان هم آمده است، سحر خودش به انسان خط می دهد.

هر قدری که برنامه شد، روی آن بایستد و در رختخواب نرود! این که چگونه تنظیم کند که به مزاجش فشار نیاید، یاد می گیرد.

بله اگر تصمیم گرفت و انجام داد و خوابش برد، این همان است که در روایات آمده است که خداوند به فرشتگان مباحثات می کند به او.

وقتی برنامه سحر را حفظ کند، خود سحر راه را باز می کند که اشراقات بر دلش آغاز شود.

اگر ذکر است، قرآن، تعقیبات، دعا و... طبق قواعدی که دارد.

به تدریج القاءات خوشی به او می آید. وقتی ما صفحه دل را پاک کنیم، همان طور که استاد بیرونی می تواند راهنمایی کند، استاد درونی هم می تواند راهنمایی کند.

بنده خدایی قرار است با قرآن خواندن بالا رود، گرچه همه را بالا می برد، ولی به او القاء می شود که باید قرآن بخوانی.

اگر صفحه دل صاف شود، به شما اشراقات آن سویی می دهد، که این کار را بکن، بعدا این کار را بکن و به تدریج به همین شکل به او راهنمایی می شود. کسی که در سحر برنامه داشته باشد، خود سحر او را راهنمایی می کند.

ما برخی از مواقع از بس هیچ نشنیده ایم، هرچه می آید قبول می کنیم، بلکه باید مسلمات پابرجا باشد، که در تحصیل علم مناسب انسان می تواند این مسلمات را به دست بیاورد و بفهمد.

خاطر باید دسته بندی شود، با چه معیاری بفهمیم که خواطر شیطانی است یا رحمانی یا ملکی؟!

ما خیلی از موارد داریم که می تواند به ما راه نشان دهد.

معیار اول و مهم ترین معیار: شریعت.

ما هنوز یک دور آیات و روایات را نخواندیم که چقدر در باب سلوک با ما سخن گفته است. اگر انسان حرف زیاد بشنود، راه بر انسان باز می شود.

## بندگی

اگر کسی مغز بندگی را خوب بفهمد، می داند که باید چه کار کند. وقتی کسی درباره بندگی حرف زیاد بشنود، کلید حل همه مشکلات است.

اگر بندگی خوب دنبال شود، بندگی قبلی او را تصحیح می کند، بندگی بعدی را به او نشان می دهد. بعد یک چیزی در دلش می آید و می فهمد که هنوز بنده نیست. این کجا به دست می آید؟ در سحر. که سحر وقت خلوت است. ما وقت خلوت می خواهیم که شریعت هم به ما داده است.

حضرت استاد خودشان فرمودند که هر چه دارم از وقت سحر دارم.

حتی کار علمی ناب، گه گاهی بنده خدایی می گفت، من یک مشکل علمی داشتم که یک وقت در سحر به من القا شد و بعد از آن کل آن کتاب را نوشتم که کلید کل آن کتاب است.

این نمازهایی که می خوانیم، وقت خلوت است.

سحر یکی از خوبیهایش این است که همه جا آرام است. غوغاها به حداقل رسیده است. بدن آرام است و خستگی در رفته است، غذا خورده شده و هضم شده است و شکم هم خالی است.

وقتی شکم پر است، نه کار علمی قوی می شود داشت و نه کار روحی شدید. تا غذا می خوریم، نفس مشغول حل و هضم غذا می شود. اما وقت سحر چون غذا خورده شده است، آن وقت، حال مناسب است.

کسانی که گرسنگی مفید دارد، نه مضرّی که به بدن ضرر می زند. گرسنگی مفید آنی است که احساس می کند سبک است. که خیلی وقت نابی است و این وقت عملاً در وقت سحر آماده است. روح از توجه به بدن فارغ است، غوغاها خوابیده است، همه جا آرام است، خیلی می تواند مفید باشد.

فقط باید تدبیر کرد که انسان عادت کند. می شود مثل همان کسی که درس خواندن را عادت داده است، به همان وزان.

درباره رسول الله آمده است که خواب ایشان مثل ما نبود. کمی می خوابیدند و بلند می شدند و می رفتند وضو می گرفتند و بعد چند رکعت نماز می خواندند و باز دراز می کشیدند و باز بلند می شدند و بیرون می رفتند می فرمودند: ربنا ما خلقت هذا باطلا و بعد وضو می گرفتند و به نماز می ایستادند و نماز را طولانی می کرد.

حساب رسول الله جداسست و ما مثل ایشان نمی توانیم. اما هر قدری که بتوانیم همان مقدار را عادت کنیم. و بعد از مدتی این عادت را عمق دهیم. باید سعی کرد عادت باطن و عمقش را از دست ندهد. توجه باطنی چند شیوه دارد.

حضرت استادحسن زاده می فرمود: هر وقت به نماز می ایستم، جریان آن مرد روستایی و گاوی که در طویله داشت و در آنجا پلنگی آمده بود و گاو را خورده بود و جای گاو نشسته است، این روستایی وقتی رفت آنجا و دست پشت این پلنگ می کشد و می گوید: آرام باش و آرام باش.

مولانا می گفت: اگر برقی بدرخشد، زهره ات آب می شود.

حضرت استاد با این القایی که شده بود به نماز می ایستاد که اگر پرده ها کنار رود، قالب تهی می کنی!

باید عادت به سمت باطن رفتن است. در عین حالی که عادت در برنامه است. وقتی این شود، به تدریج می بیند که چقدر اوضاع خوب شد و آرام شد.

به تدریج می فهمیم که کدام غوغاها موثر است و رهنمی می کند.

اینجا هم یاد بگیریم، سحر را داشته باشیم و در سحر برنامه پیدا کنیم. به اوضاع برنامه اش مسلط شود. همراه با سمت و سوی باطنی.

و اگر عادت به هم بخورد، اگر کاری کنیم که سحر به هم بخورد،

ان وقتی که غضب می آید، همه چیز می رود کنار، هیچ تصویری، هیچ اعتقاد پاک، هیچ حضور مع الهی. ما گرفتار می شویم و این غوغاها جلوی ما را می گیرد

همین سحر نشان می دهد که چه کارهایی را نباید کرد.

بعد یاد می گیرد غذا چه غذایی، اول صبح چه برنامه، آخر شب چه برنامه و....

- بعد هم این برنامه را محدود به ۴۰ روز نکند، بلکه آن را تا آخر عمر داشته باشد. تصمیم این باشد که تا آخر عمرش آباد باشد.

حضرت استاد می فرمود: این راهبر شماسست. انسان را تنظیم می کند و بلکه القائنات و اشراقاتی می آید و گاه راه بیست ساله را در یک سحر می شود رفت.

حتی اگر چند روزی به هر دلیلی از دستمان در رفت، دوباره بگویید: از اول.

رساله نور علی نور در ذکر و ذاکر و مذکور، ص ۵۶

«فصل پنجم در بیان اوقات و امکنه دعا

اوقات را در تأثیر دعا و احوال داعی، دخلی بسزا است و اگر ابن الوقت و بالاتر از آن أبو الوقت شده‌ای طوبی لک و حسن مآب. مطلقاً شب را در ادعیه و اذکار و خلوت و فکر شأنی شایان است. لیل غیب است و انسان را به غیب و باطن می کشاند و می‌رساند.

بعضی از مشایخم از استادش حکایت کرد که گفت: خداوند سبحان می‌فرماید:

الَّيْلُ لِي.

[در مواقف نقری، ص ۶۲ ببینید، که مکاشفاتش را به شکل مکالمه با خداوند متعال آورده است.

فتوحات مکیه، ج ۱، ص ۲۳۸]

حق تعالی فرموده است: **اِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ اَشَدُّ وَطْأً وَّ اَقْوَمُ قِيلاً. اِنَّ لَكَ فِي النَّهَارِ سَبْحاً طَوِيلاً** [۱۲۸] (مزمّل: ۷-)

۸). روز بر اثر کسب معاش و تحصیل معاد و تزاوّل هرکس در حرفه و صنعت و شغلی که دارد فراغ بال داشتن دشوار است مگر برای اوحدی از افراد که مظهر اسم شریف یا من لا یشغله شأن عن شأن می‌باشد که ضابط جمیع

حضراتست و او را حضرتی از حضرتی باز نمی‌دارد به تحقیقی که در فصّ اسحاقی «فصوص الحکم» به منصّه ظهور رسیده است.

اما شب هنگام انزوای از خلق و انقطاع از مشاغل روز است که انسان را به خلوت و وحدت می‌کشاند و خلوت و وحدت به توحّد می‌رسانند، و تا انسان را به خلوت و وحدت می‌کشاند و خلوت و وحدت به توحّد می‌رسانند، و تا انسان به توحّد نرسیده است به ادراکات عقلی و سیر انفسی نائل نمی‌گردد که تعلّق با تعقل جمع نمی‌شود. و ما هر چه را که ادراک می‌کنیم از حیث احدیّت وجودی خود ادراک می‌کنیم نه با تفرّع [ق ص] بال.

رساله نور علی نور در ذکر و ذاکر و مذکور، ص: ۵۷

و سیر نفس به تعبیر علامه ابن فنّاری در «مصباح الانس» (ص ۲۹۵ ط ۱) عبارت از تلبّس نفس به احوال متعاقبه است و این احوال و اردات نوری است که عائد نفس مستعدّ صافی سائر می‌گردد،

و شب را در صفای نفس و عروج آن دخیلی تمام است سبحان الّذی أُسری بعبده لیلاً [۱۲۹] حکم روی وصف عنوانی عبد رفته است. **وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدُ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا** [۱۳۰] (اسراء: ۲ و ۸۰). نکته ۴۸۳ «هزار و یک نکته» در این مقام مطلوب است. [۱۳۱]

آیات و روایات در حثّ و ترغیب در خلوت و تهجّد شب و استغفار اسحار بسیار است. آن نیکبختی که در ورطه من کیستم افتاد به دنبال درمان دردش می‌رود و به نگهداشتن برنامه و یافتن استاد و دل به دست آوردن چاره خود می‌کند و چنین کس را با شب انس سرشار است که صاحب‌دل است و طالب دیدار است.

شب دیوانه دل را ندیدی

ز دل بسیار گفتمی و شنیدی

که تعریفش برون از حد و رسم است

شب دیوانه دل یک طلسم است

گشایی این طلسم بو العجب را

ادب کردی چو نفس بی‌ادب را

چو شب آید نخواهد در پیش روز

دل دیوانه رند جهانسوز

بود آن مرغ دل بی بال و بی پر	که شب خو کرده با بالین و بستر
به شب مرغ حق است و نطق حق حق	چو می بیند جمال حسن مطلق
دلی کو بلبل گلزار یار است	شب او خوشتر از صبح بهار است
شب آید تا که دل در محق و در طمس	نماید سورت و اللیل را لمس
شب آید تا که انوار الهی	بتابد بر دل پاک از تباهی
خوشا صوم و خوشا صمت و خوشا فکر	خوشا اندر سحرها خلوت ذکر

شک نیست که مناسبات زمانیّه از اتم مناسبات است چنانکه نفس کینونت در شهر الله مبارک رمضان برای نفوس مستعدّه اثر تکوینی دارد، و در نزل و قدوم ماه اصبّ رجب برای رجبیون شهود خاصی است چنانکه در «فتوحات مکّیه» در وصف رجبیون عنوان شده است، و چندبار این شهود خاصّ رجبی به بعضی از

رساله نور علی نور در ذکر و ذاکر و مذکور، ص: ۵۸

فقرا نیز روی آورده است و الحمد لله ربّ العالمین. و سیّد بن طاوس در کتاب «اقبال» گفته است: انّ لأوقات القبول أسراراً لله جلّ جلاله ما تعرف الاّ بالمنقول [۱۳۲] (آخر باب ۶ از اعمال ذی الحجة ص ۵۲۷ ط ۲). و برخی به معقول نیز شناخته می شود و با شعوری مرموز ادراک می شود.

«

بسم الله الرحمن الرحيم



جلسه ۲۵۳ (۸) (۱۳، ۹، ۱۴۰۰ / ۲۸ ربیع الثانی / شنبه)

اولین چیزی که از ما می خواهند انجام واجبات و ترک محرمات. که از سبک توضیح ایشان یک قاعده کلی به دست می آید.

#### ۴. آباد کردن سحر

درباره سحر تاکید می کنیم که نباید افراد به خودشان فشار بیاورند. همان طور که در کار علمی نباید فشار آورد. همان طور که در تعبیر دینی هست که: آن قدر عبادت نکنید تا ملال آور شود.

درباره غذا خوردن هم می گویند پر خوری نشود، ..

بدن را نباید از بین برد، این بدن مرکب کار ماست و نباید آن را از بین برد. لذا بیگدار به آب نزنید، این که سحر از حدود دو ساعت قبل از اذان صبح است تا طلوع آفتاب. انسان ابتدا نماز صبحش را درست کند. بعد به تدریج نماز شب را اضافه کند، بعد به تدریج تعقیبات نماز صبح را اضافه کند تا به تدریج کل سحر را فرا بگیرد.

کاری نکنید که به بدن فشار بیاورد،

خود استاد می فرمود: به علامه عرضه داشتم وقتی که دستور می دادند و باید سحر آن را اجرا کنم، چون سحری می خوردم در ماه مبارک رمضان، عرض کردم: آن وقت که سحر می خورم، خوب نمی توانم آن دستور را اجرا کنم. آیا می توانم آن را نزدیک غروب بیاورم؟

علامه فرمود: بله، من از استاد مرحوم قاضی پرسیدم، ایشان این آیه را خواند «وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ خُلْفَةً لِّمَنۡ أَرَادَ أَنۡ يَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ شُكُورًا» (فرقان، ۶۲)

هر وقت انسان حال معنوی بهتری دارد و میتواند خلوتی داشته باشد، عبادت خاص خودش را همان موقع قرار دهد.

البته نفس بیدار بودن در بین الطلوعین مفید است، حتی کار دیگری کند، مثلاً ورزش کند، اما اگر دید نمیتواند بیدار بماند برای عبادت، هر قدر که توانست به همان مقدار وقت بگذارد.

این قاعده را مراعات کنید هک فشار نیاورید و بدن را اذیت نکنید، ...

استاد: هر کسی طبع خودش را ببیند، قوتش را ببیند، تشنگی ایجاد کنید که در انجام کار معنوی و عبادی اثر دارد.

بعضی از این ها گاه کل عمر را آباد می کند.

خوشا به حال آن که آهسته آهسته به جایی رسید که احساس کرد در این مسایل نیازی به کسی ندارد.

آهسته و پیوسته کردن، به تدریج در انسان عادت می شود.

باید مراقب بود تا ملالت نباشد، و به گونه ای نباشد که بدن بیاشد.

سحر راهبر ماست. کلا کارهای روحی، که در سحر بهترین وقت است، انسان خودش به یک محک های درونی ناب می رسد. به مقدار صفا و واقعیت کار، انسان می رسد.

برخی می گویند: طهارت جدی باشد، خودش پاسخگوی شماست که چه کنید. خودش می شود محک جان.

صفا که پیدا کنید، صفحه جان به سمت بالا می رود.

هر چه طهارت بیشتر، میزان کشف بیشتر. به تعبیری که از علامه نقل است: هر چه مراقبه ام در روز بیشتر بود، مکاشفاتم در شب زلال تر بود.

جان ما مثل یک زغال خیس شده ایست که آمادگی آتش گرفتن ندارد. این سحر، خیسی زغال ما را می گیرد. که به تدریج گرم و داغ می شود و به تدریج خودش هم آتش می گیرد.

این را اجرا کنید. برنامه داشته باشید، یک روز و دو روز نه، چله هم نه، بلکه تا آخر عمر. تا هرجایی که توان داریم.

به گونه ای می شود که صفحه جان رو به سمت آسمان پیدا می کند و ضجه هایی می زند و ... آهسته آهسته می کشاند.

حضرت استاد می فرمود: روز بر اثر کسب معاش و تحصیل معاد، فراغ بال نداریم و نمی توانیم جمع کنیم.

روایات جوع را نگاه کنید، خیلی لطف ها هست. که روح اشتغال به بدن کم پیدا می کند، چون آن موقع که سیر است، بدن مشغول بدن است. اما در زمانی که گرسنگی مفید داریم، بهترین حالت است برای پرواز روح.

کسانی که با روایات اهل بیت آشنا هستند، می دانند که بهترین اوقات کی است؟ بین الطلوعین، وقت زوال، نیمه های شب،

خود مسجد که محل رفت و آمد ملایکه است، اثر دارد. یک زمان خاص مثل ظهر شرعی اثر دارد.

وقتی آفتاب به وقت زوال می رسد، ملایکه در رفت و آمد هستند. یا در باب ماه مبارک رمضان ه افضل شهر است و یا این که شب قدر، از هزار ماه برتر است. که چه خبر است؟ کسی همین را بشنود که لیلة القدر خیر من الف شهر، همین را بشنود، خیلی چیزها را به دست می آورد.

برخی اسراری است که از ناحیه شریعت گفته شده است، ...

«شک نیست که مناسبات زمانیّه از اتم مناسبات است چنانکه نفس کینونت در شهر الله مبارک رمضان برای نفوس مستعدّه اثر تکوینی دارد، [برخی از نفوس مستعدّه هستند که به حالشان می فهمند که چه زمانی آمده است. مثلاً از اهل الله هستند کسانی که ولو این که ندانند ماه رجب شده است از احوالشان می فهمند که ماه رجب شده است.] و در نزل و قدوم ماه اصبّ رجب برای رجبیون شهود خاصی است چنانکه در «فتوحات مکّیه» در وصف رجبیون عنوان شده است، و چندبار این شهود خاصّ رجبی به بعضی از

**رساله نور علی نور در ذکر و ذاکر و مذکور، ص: ۵۸**

فقرا نیز روی آورده است [که منظور خودشان است.

یک بنده خدایی می گفت: در ماه رجب در خیابان می رفتم، دیدم که اسم باطن حق برایم مکشوف شد و دیدم در بطون عالم هستم. که قطعاً این ها کسانی هستند که مناسبت دارند. نفس کینونت، یک وقت می بیند که شهود بطونی پیدا کرده است.]

و الحمد لله رب العالمين. و سيد بن طاوس در كتاب «اقبال» گفته است: انّ لأوقات القبول أسراراً لله جلّ جلاله ما تعرف الاّ بالمنقول [۱۳۲] (آخر باب ۶ از اعمال ذی الحجة ص ۵۲۷ ط ۲). و برخی به معقول نیز شناخته می شود [مثل سحر که با تامل و دقت عقلی، می بیند در سحرها نفسش آزاد شده است.] و با شعوری مرموز ادراک می شود. « اوقات اثر دارد، و شریعت کاری کرده است که این اوقات اثری ویژه داشته باشد. علاوه بر این که ذات هم اثر دارد، ام اوقات هم اثر دارد. مثلاً: نفس گذاشتن نماز صبح در آن وقت، بی دلیل نیست. و حتی اذان را آن سبکی که اجازه داده شده است که با صدای بلند گفته شود.

شریعت کاری می کند که به تدریج عموم مردم را اهل سلوک می کند.

اما برخی آنچنان گرفتار دنیا هستند که این اعدادهای شریعت خیلی برایشان اثر ندارد.

اما آن ها که ایمان دارند ولو اندک، همین کمک می کند که یک دفعه مسیرشان عوض میشود.

«دیلمی در باب بیست و یکم «ارشاد القلوب» آورده است که: قال علی بن الحسین علیهما السلام: انّ بین اللیل و النّهار [وقتی که شب می خواهد وصل به روز شود] روضة یرتع فی نورها [شکوفه هایش] الابرار، و یتنعم فی حدائقها المتّقون [۱۳۳] - الحدیث. مراد از روضه ما بین الطلوعین است، و نور - به فتح نون - به معنی شکوفه است.

[حضرت امیر فرمود: نشد روزی آفتاب طلوع کند و من در خواب باشم. در باب فاطمه زهرا سلام الله علیها در این خصوص روایاتی هست.

در روایتی از یکی از ایمه هست که می فرمود: پدرمان نمی گذاشتند که بین الطلوعین بخوابیم و ما را بیدار نگاه می داشت.

همین یک روایت کافی است برای بیان اهمیت بین الطلوعین. البته این شیوه است، و باید بچه ها را بیدار کرد به روالی که اذیت نشوند. ولی حداقل برای خودمان معیار است.]

در کتاب دعای «کافی» بابی در اوقات و احوال امید اجابت دعاء است (ج ۲ ص ۳۴۶)

[مثلا وقتی که باران می آید، وقت استجابت دعا است. یا مثلا استعمال عطر خوش که خیلی باعث تلطیف میشود.

شریعت دستوراتی دارد که تلطیف می کند جان آدم را جهت برقرار کردن ارتباطی بهتر.

همین دعایی که به این شکل گفته شده است انجام دهیم مثلا دست را بالا بیاوریم و.... از دلش می شود دستور سلوکی به دست آورد.

اوقات اجابت دعا را می توان با فهم اجتهادی یک به یک توضیح داد که چرا اینجا وقت استجابت است. [حدیث ششم آن به اسنادش از امام صادق علیه السلام است که فرمود:

قال رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: خير وقت دعوتكم الله عزّ وجلّ فيه الأسحار، و تلا هذه الآية في قول يعقوب عليه السلام: سوف استغفر لكم ربّي (يوسف، ۹۸). قال: أخرهم إلى السحر. [۱۳۴]

[در قرآن آمده است: «وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ» (ذاریات، ۱۸)]

و بدانکه امکنه را هم چون اوقات تأثیری خاصّ است و اگر فی مقعد صدق عند ملیک مقتدر قرار گرفته ای که «لیس عند ربّک صباح و لا مساء» گوارا باد.

و روایات در این باب نیز بسیار است. بلکه ارباب عزائم و مباشران اعمال غریبه از اوفاق و غیره در جمالی مکانی خاصّ می گزینند، و در جلالی مکانی خاصّ، چنانکه عیانی در «مفاتیح المغالیق» در هر یک از اعمال جمالی و جلالی بدان نص دارد و این کلامی حق است و بسط و تفصیل آن خواصّ را بکار آید، و نقل شواهد در هر یک از امور مذکوره موجب اطاله رساله می شود، علاوه اینکه بسیاری از آنها خارج از حدّ و حوصله اکثری است.

مثلا در جوامع رواییّه آمده است که فرائض را در یک محل مخصوص و معین منزل بخوانید یعنی برای خود مصلای خاصی برای ادای فرائض قرار دهید و در وقت احتضار شما را در آنجا گذارند که موجب تخفیف شداید و غمرات موت

رساله نور علی نور در ذکر و ذاکر و مذکور، ص: ۵۹

است. ولی نوافل را در اماکن متعدّد بخوانید که برای شما شاهد باشند.

### لزوم مسانخت یافتن با آن سو

آن چه باعث مناسبت می شود، سحر است. سحر ما را لطیف می کند که کمک می کند که با سحر بنشینیم.

تبصره: آنکه گفته‌ایم انسان آنچه را ادراک می کند از حیث توحد و احدیت وجودی خود ادراک می کند از این رو است که معانی را که علوم و حقائق‌اند صورت جمعی و وحدانی است که تفرّق و تشتّت از آن عالم طبیعت است و بین غذا و مغتذی سنخیت شرط است، فافهم.»

بعد مساله ای گفته است که در جلسه بعد توضیح می دهیم. که این توحّد، یک طمأنینه نفس هم می خواهد.

«و این توحد و احدیت وجودی بدون اطمینان خاطر حاصل نمی‌شود و با اضطراب خاطر نیل به صور جمعی معارف الهی صورت نمی‌یابد، و همچنین با حدیث نفس و هواجس نفسانی ذکر و دعا صافی و خالص نمی‌گردند و اثر شایسته نمی‌دهند.»

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۵۴ (۹) (۱۴۰۰، ۹، ۲۰) / ۶ جمادی الاولی / شنبه

توصیه های استاد

۱. مراقبت از خود و گناه نکردن
۲. قرآن خواندن
۳. تحصیل علم مناسب و شنیدن مباحث معرفتی. که عجیب هم شوق ایجاد می کند و هم بصیرت ایجاد می کند. گاه شده است که تا ۴۰ سال مباحث عمومی را شنیده است، اما وقتی دو سال مباحث معرفتی شنید، رشد چشمگیری کرده است.
۴. آباد کردن سحر

که ایشان می فرمود: بروید نزد خدا بنشینید و خلوت کنید و در پیشگاه خدا قرار بگیرید.

عمده بحث سحر گفته شد، یکی دو نکته مانده است که عرض خواهیم کرد.

برخی تمام عایدی شان در نماز نیست، گرچه برخی تمام عایدی هایش در نماز است. اما همه این توان را ندارند. گاه در نماز حقایقی به او می دهند و طبق آن حقایق جلو می رود. مثلاً در نماز می بیند که ریزش عالم از سوی خدا است.

راه های پر کردن سحر

### ۱. تعقیبات

همین نماز صبحی که می خوانیم، تعقیبات نمازش خیلی عالی است. همان تعقیبی که در مفاتیح در تعقیب نماز صبح آمده است، خیلی تعقیب عجیبی است، حسبی من هو حسبی و.....

انواع تعقیبات است، مشترکه، خاصه و .. این تعقیبات خیلی عجیب و غریب است. انواع تعقیباتی هست که در مباحث اسرار الصلاه توضیح دادیم که برخی توحیدی و برخی ولایی هستند و هر یک حالتی ویژه را ایجاد می کند.

### ۲. دعا

دعا چگونه؟

دعا طبیعی ترین راه ارتباط با خدا است. فقط حال و حس دعا را آدم باید برای خودش ایجاد کند.

دعا را جوری بگیرید که هم را بگیرد. و عمومی شود.

ارتباط با خدا از طریق دعا چون طبیعی است، راحت می شود احساس حضور حضرت حق را می شود کرد. این که خدا در بر شماست، آن خدای قادر شنوای بصیر سمیع و ... اذا سالک عبادی عَنِّي فَأِنِّي قَرِيب.

برخی از افراد می خواهند دیگران را راه بیندازند، می گویند ده دقیقه یا بیست دقیقه. بعد این را تکثیر می کند و در نماز و بقیه جاها می آورد.

این ها شیوه های تمرکز به حضرت حق است. شیوه های تقرب و نشستن با خود است و همه اش هم توحیدی است.

پس سحر را می شود ابتدا نماز، بعد تعقیبات، بعد دعا.

### ۳. ذکر

یکی همه ذکر. که سعی کنید ذکرهای عمومی را انتخاب کنید که با آن راحت باشید. و مضامینی که در آن باید اشباع شود.

### ۴. قرآن خواندن

می تواند انواع برنامه های دیگری هم داشته باشد.

این دستاوردی که گفته شده است: بعد از نماز ۱۰۰ مرتبه عفو گفته شود که دوباره امام سجاد علیه السلام تا ۱۷۰۰۰ مرتبه گفته شده است. می دانید این قرار است با ما چه کند؟ طلب عفو بابت تک تک گناهان و اشتباهاتی است که در طول روز و شب انجام داده است.

استغفار بهترین راه نزول عواید معنوی است. باید خود را بشکنم. مومن کسی است که دایما متهم می کند خودش را. عفو یا استغفار یعنی من می خواهم من را بشکنم. با عقلانیت، نه این که به گونه ای باشد که موجب ناامیدی شود. مثلا: وقتی به بدن فشار می آورید، نباید به بدن فشار آورد. یا وقتی گریه می کند به گونه ای که بدنش را فشار می آورد و دارد از بین می رود، عقلانیت می گوید: گریه را به اندازه نگاه دار! اجازه نده که بدنت که مرکب است، از بین برود.

فقط کاری را انتخاب کنید که با جانتان سازگار باشد. چنین برنامه ای را باید انتخاب کرد.

پس می توان سحر را با تمام این امور صحیح که همه اش در شریعت آمده است، پر کرد.



## ۵. تفکر فطری

حتی تکفر در سحر، آن طور که رسول الله هر وقت از خواب بیدار می شدند و می خواستند وضو بگیرند، بیرون که می رفتند به آسمان نگاه می کردند و می فرمودند: «الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ» (۱۹۱ آل عمران)

حضرت آیت الله بهاء الدینی عمده مدارجی که طی کرد از راه تفکر بوده است.

نکته

برنامه سحر را جوری پر نکنید که ۴ تا انجام دهید و ۶ تا بماند. که موجب تشویش خاطر است، بلکه باید با آرامش باشد.

ایشان می فرمود: در سحر توحید و احدیت می آید.

## رساله نور علی نورف ص ۵۹

۱. «و این توحّد و احدیّت وجودی بدون اطمینان خاطر حاصل نمی شود و با اضطراب خاطر نیل به صور جمعی

معارف الهی صورت نمی یابد،

- تا تعلق هست، همه امور ما را رنگ می زند. باید آهسته آهسته نفسانیت را کنار زد. خود سحر هم کمک می

کند. فجایع نفس را می فهمد، اما برخی از این ها را باید مراقب بود، به تدریج نفسانیت را کم کرد. کسی که

در طول روز درس می خواند که بگوید: من این گونه هستم! او در شبش هم این گونه است.

اما اگر کسی که درس می خواند که به حقیقت برسد، شب هم همین گونه است و می خواهد دیگران را هم

به اینجا برساند.

- امیال خاکی را باید به تدریج کم کرد. که در بحث نفس اماره این ها را توضیح دادیم.

ظاهرا امام جواد علیه السلام فرمود: همین که نفس می خواهد کارش را بکند، همین که یک بار در برابرش بایستی،

او همین مقدار ضعیف شده است.

انسان وقتی بجنگد ولو یکبار، دفعه بعدی، نفس قدرتش به اندازه قبل نیست.

باید این را مراقبت کرد تا اثر بگذارد.

حتی ممکن است که کسی اهل مکاشفه باشد، ولی در حال مکاشفه می بیند که یک تاریکی و ظلمتی است که این همان ظلمت نفس اوست که به این شکل به او نشان داده شده است. و این تلنگری برای سالک است که حواسش را جمع کند تا نفسانیتش را کم کند تا در نهایت حذف کند.

۲. و همچنین با حدیث نفس و هواجس نفسانی ذکر و دعا صافی و خالص نمی گردند و اثر شایسته نمی دهند.

نفس سحر دغدغه را کم می کند، ولی وقتی دغدغه هایمان زیاد شود به گونه ای که خودش را در زندگی ما نشان دهد، تشویش می آورد، درست مثل یک پارازیتی که دایما می رود و بر می گردد.

یکی از بیانات استاد این بود: زیاد برنامه نگذارید تا تشویش خاطر برایتان بیاورد.

اصلش این است: هر کسی که آرام است، احساس می کند که دارد پرواز می کند. که شیوه هایی داریم برای آرام کردن جان.

دیده ایم که برخی از بزرگواران از بس اشتغالات اجتماعی دارند، قبل از نماز ۵ دقیقه می نشینند تا تمرکز حاصل شود.

- به لحاظ معرفتی:

بنده خدایی می گفت: کل عالم را با بمب منفجر کنند مگر چه می شود؟ ما را که از دار وجود در نمی برند و ما که در محضر حق هستیم. خداست که دارد خدایی می کند. خداوند می گوید: نتیجه را یا من می دهم یا نمی دهم، تو کار خودت را بکن!

این نوع نگاه کل دغدغه و ناراحتی را می خواباند و آرامش می بخشد.

یکی از این فرماندهان در اوج جنگ و بمباران داشت گردو می شکست!

بنده خدایی می گفت: رفتم حرم حضرت امام ره اشراقی به من شد: دل خوش دار که جدا نی از دلدار. که این معنی به من القا شد: تمام دشمنان، امریکا و اسرائیل و... هر جور کار می کنند، بکنند، ولی خدا خودش امور را به دست دارد.

البته این به معنای ترک وظیفه نیست. بلکه باید به وظیفه عمل کرد. اما این نوع نگاه، باعث می ود که انسان آرامش پیدا کند.

#### - به لحاظ عملی

بنده خدایی شصت سال دایما در تشویش بود. بعد قلبش نیاز به عمل پیدا کرد. دکتر به او گفت: تو از این به بعد نباید هیچ دغدغه ای نداشته باشی.

این یک نوع کنش قلبی است که جلوی تشویش و اضطراب و دغدغه را می گیرد.

گرچه انکار می کنیم که گاه دغدغه می آید، اما شیوه عبور از دغدغه را باید یاد گرفت.

پس برای این که در سحر دغدغه نداشته باشیم:

۱. این که دغدغه های روز را به گونه ای نکنیم که آن وقت هم در بر بگیرد.

۲. برنامه را سنگین نکنیم.

۳. دغدغه افزوده برای خود درست نکنیم در وقت سحر. مثل این که با گوشی به دنبال اخبار باشیم!

وقتی آرامش ایجاد شود، کم کم ابواب در سحر باز می شود.

این سبک نشان می دهد که یک روش ویژه ای در سحررداری است، درست مثل آن کسانی که از نمازشان محافظت می کنند.

در ادامه ایشان درباره نفس مطمئنه توضیح داده است.

در اشارات، نمط ۹ درباره نفس مطمئنه بوعلی توضیح می دهد که بحث سکینه و فنا و... را توضیح می دهد که باید دل از تشویشات در بیاید.

ایشان هم اینجا نفس مطمئنه را آورده است.

نمی بینی که حق سبحانه می فرماید: **أَيَّتَهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ. ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً. فَادْخُلِي فِي عِبَادِي. وَ ادْخُلِي جَنَّاتٍ [۱۳۵]** و در ربّ مضاف به خود هم تأمل و دقت بنما تا ببابی که ربّ تو کیست و هر کس می گوید ربّی و یا ربّ. این ربّ همان جدول وجودی هر کلمه نوری موجودی از ذره تا بیضا است که از بحر بیکران وجود مطلق و صمد حق منشعب است.

بیخبر از جدول و دریاستی

جدولی از بحر وجودی حسن

و این ارباب کلمات جزئیّه در راه استکمال اند که به ربّ کامل مکمل خود برسند که **إِنَّ إِلَىٰ رَبِّكَ الْمُنتَهَىٰ**. آن ارباب نه رهاهند و این ربّ رود نیل **قُلْ لَوْ كَانَ الْبَحْرُ مِدَادًا لِّكَلِمَاتِ رَبِّي لَنَفَدَ الْبَحْرُ قَبْلَ أَنْ تَنفَدَ كَلِمَاتُ رَبِّي وَلَوْ جِئْنَا بِمِثْلِهِ مَدَدًا (کهف: ۱۱۰)**.

بحث سحر را به پایان می بریم..

نکته ای سلوکی

استاد: کسی اگر نتوانست سحر را به هر شکلی آباد کند، حتما یک بدیلی برایش بگذارد.

حتی نفس بیدار بودن در بین الطلوعین به همه لحاظ حتی به لحاظ طبی هم خوب است. ولی جای دیگر پر کند. برخی از اوقات شریعت چنین چیزی دارد. در قرآن گاه روی شب تاکید شده است، که منظور بین العشائین.

مخصوصاً که این ایام شب‌ها طولانی است، می‌شود در شب برنامه‌های دیگری گذاشت.

دیده‌ام کسانی که هر نماز با تعقیباتش را ۴۵ دقیقه به طول می‌انجامد.

پس اگر نشد سحر، یا وقت زوال یا وقت عشاءین یا وقت خواب.

ولی بهترین وقت سحر است. این‌ها را می‌شود تقویتی داشت یا بدیل.

اگر هم روزانه نشد، شب جمعه یا عصر جمعه که بدین طریق هفته را آباد کند.

یک بحث دیگری می‌خواستیم بکنیم که قرآن نسبت به ایام چه می‌کند؟ اوقات نماز، بکرة و اصیلا...

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۵۵ (۱۰) (۴، ۱۰، ۱۴۰۰ / ۲۰ جمادی‌الاولی / شنبه)

مکتب سلوکی علامه حسن‌زاده آملی

امسال به دلیل ارتحال حضرت علامه ذوالفنون حسن‌زاده آملی رحمت‌الله‌علیه راجع به مکتب سلوکی ایشان بحث می‌کنیم. در عرفان در وادی عمل درباره اسمای الهی سخن می‌گفتیم که این ضایعه رخ داد. به همین دلیل، تصمیم گرفتیم اندیشه حضرت استاد گفته شود؛ به دلیل اینکه ایشان جزء برترین‌های حوزه هستند. حوزه هم در علم و هم در تهذیب، کف و سقفی دارد. ایشان در اوج علم و تهذیب بودند و به سطوح عالی رسیده و عینیت یافته بودند. چون این بزرگوار این مسیر را طی کرد و به اوج رسید، برای ما الگوی خوبی است. لذا شایسته است با بررسی مکتب سلوکی ایشان به دستوراتی که ایشان داده است یا خودشان اجرا کرده است بپردازیم.

در جلسات قبل بیان کردیم که حضرت استاد می‌فرمود: «ره چنان رو که رهروان رفتند.» این بیان ایشان، مبنای واضحی دارد. به این معنا که ما باید به بزرگانی که رسیده‌اند نگاه کنیم و همان مسیر را طی کنیم. ایشان می‌فرمود: این بزرگان مانند ما «ضَرْبَ ضَرْبًا» خوانده‌اند و سر از آنجا در آورده‌اند. این مسیر در حوزه جواب داده است. با همین

سبک و روال حوزه که اساتید و الگوهایی پرورش داده، واقعاً کارساز است. اگر کسی با جدیت تن دهد، حوزه جوابگو است. گاهی اشتغالات و مشکلاتی برای ما پیش می‌آید، اما حوزه می‌تواند، این نقش را ایفا کند.

بنده‌خدایی به یکی از اساتید اعتراض کرد. ایشان گفت: شما ده سال با من همراهی کن، بعد نتیجه‌اش معلوم می‌شود. کار سختی نیست و انجام‌شدنی است.

وضعیت حضرت استاد به گونه‌ای نبود که از امکانات فراوان بهره‌مند باشند و در رفاه به سربرند. این گونه نبود. ایشان مانند سایر طلبه‌ها بود و گاهی فقط یک قرص نان می‌خرید و آن را نصف می‌کرد؛ نصف آن را صبح می‌خورد و نصف دیگر آن را عصر. این یک قرص نان همه غذایی بود که ایشان در طول روز می‌خوردند. با این وضعیت درس‌شان را ادامه دادند. وضعیت ما الان به این سبک نیست. این بزرگواران این گونه درس خواندند و رسیدند؛ ایشان می‌فرمود: «ره چنان رو که ره‌روان رفتند.»

در جلسات قبل بیان شد کسانی که در مراحل نهایی هستند، آنها شیوه‌های ویژه‌ای دارند که یکی از آن راه‌ها این است که عرفان نظری خوانده باشند. راه‌های دیگری مانند توجه و مراقبه و بحث‌های دیگر وجود دارد که بیان نکردیم و نباید هم بگوییم. آن مباحث برای جای دیگر است.

سپس به دستوراتی برای طلبه‌هایی که تازه شروع کرده‌اند، پرداختیم. ایشان یک قاعده کلی داشت: «تحصیل و طهارت». اگر تحصیل و طهارت را بسط دهیم شامل همه مباحث بعدی می‌شود. قرآن‌خواندن را بیان کردیم که باید روزی یک جزء بخوانیم. بحث بعدی حرف‌شنیدن و تحصیل علم مناسب (به ویژه معارف معنوی) بود که عرض کردیم. بحث دیگر آبادکردن سحر بود. موضوع بعد این بود که ما شب و روز در حال ساختن خود هستیم و علم و عمل انسان‌سازند. لذا نباید گناه مرتکب شویم و واجبات را باید انجام دهیم. آخرین بحث جلسه قبل درباره سحر بود که به همان مقدار اکتفا می‌کنیم. بحث سحر خیلی مهم است. ایشان می‌فرمود: سحر راهبر انسان است. انسان سحر داشته باشد همه چیزش درست می‌شود. ایشان می‌فرمود: هر چه دارم از یمن سحر دارم.

۵. محاسبه و کشیک نفس

پنجمین دستور حضرت استاد به همه طلبه‌ها محاسبه نفس بود. ایشان می‌فرمود: «محاسبه نفس داشته باشید.» مثلاً اگر به مؤمنی لبخندی زدم تا دلش را به دست بیاورم، بگویم «الحمد لله». اگر بداخلاقی کردم، از کرده خود پشیمان باشم. اگر محاسبه نکنیم و در شبانه‌روز وقتی را برای این کار اختصاص ندهیم، همه آنها جمع و تلنبار می‌شود؛ بدون اینکه متوجه باشیم. زمانی می‌رسد که احساس کدورت و کرختی می‌کنیم و نمی‌دانیم چرا.

هَكَذَا تَجْتَمِعُ الذُّنُوبُ

حضرت رسول صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم برای اینکه نشان دهد که گناهان صغیره با ما چه می‌کند، در یک صحرای بی آب و علف به اصحاب‌شان فرمودند بروید چوب (هیزم) جمع کنید. اصحاب گفتند: یا رسول‌الله، در این بیابان چوبی نیست. حضرت فرمود: بروید هر چه پیدا کردید بیاورید، حتی اگر آن چوب کوچک باشد. بعد از اینکه اصحاب برگشتند، تلی از چوب جمع شد. با اینکه در این بیابان چوبی نبود، ولی تلی از چوب جمع شد. حضرت فرمود: «هَكَذَا تَجْتَمِعُ الذُّنُوبُ».

«فَقَالَ لِأَصْحَابِهِ أَتُوبُوا بِحَطَبٍ فَقَالُوا يَا رَسُولَ اللَّهِ نَحْنُ بِأَرْضٍ قَرَعَاءَ مَا بِهَا مِنْ حَطَبٍ قَالَ فَلَيَاتِ كُلُّ إِنْسَانٍ بِمَا قَدَرَ عَلَيْهِ فَجَاءُوا بِهِ حَتَّى رَمَوْا بَيْنَ يَدَيْهِ بَعْضُهُ عَلَى بَعْضٍ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص هَكَذَا تَجْتَمِعُ الذُّنُوبُ ثُمَّ قَالَ إِيَّاكُمْ وَالْمُحَقَّرَاتِ مِنَ الذُّنُوبِ فَإِنَّ لِكُلِّ شَيْءٍ طَالِبًا أَلَا وَإِنَّ طَالِبَهَا يَكْتُبُ مَا قَدَّمُوا وَآثَارَهُمْ وَكُلَّ شَيْءٍ أَحْصَيْنَاهُ فِي إِمَامٍ مُبِينٍ» (اصول کافی، جلد ۲، صفحه ۲۸۸).

ایشان به صورت عملی به اصحاب این مفهوم را منتقل کردند که این‌گونه گناهان ما جمع می‌شوند. ابتدا می‌بینیم خبری نیست. خیال می‌کنیم آدم خوبی هستیم، چون محاسبه نکردیم و مانند اصحاب جستجو نکردیم؛ اگر محاسبه کنیم آن تکه‌تکه‌ها جمع می‌شود. وقتی گناهان جمع شد، احساس کدورت می‌کنیم؛ دیگر قدرت پرواز نداریم؛ سبک‌بالی و نورانیت از ما گرفته می‌شود. خودمان هم احساس می‌کنیم. دل مایل نیست؛ حرف اثر نمی‌گذارد. در جای حساس هم که دل باید تکان بخورد، تکان نمی‌خورد. اندکی قساوت قلب آمده است. کسانی که زیاد گناه می‌کنند و می‌بینند گناه و خلاف است، در عین حال دائماً آن را انجام می‌دهند، چنین اشخاصی با این کار خودشان را بیچاره می‌کنند.

## اولین چاره

گاهی می‌بینیم قدرت پرواز نداریم. البته گه‌گاهی به خاطر زمان خاص مانند سحر یا مکان خاص مانند زیارت حرم علی‌بن‌موسی‌الرضا صلوات‌الله‌علیهما، دل مایل به پرواز می‌شود. ولی دل همیشه آزاد نیست. کسانی که به کارهای روحی و معنوی مشغول‌اند، این امر برایشان مهم است که از نظر معنوی همیشه روبه‌راه باشند. احساس کنند دل زمخت نیست؛ کدر نیست. زمختی دل خیلی بد است. قلب ادبار و اقبال دارد. امیرالمؤمنین صلوات‌الله‌علیه می‌فرماید: «إِنَّ لِلْقُلُوبِ إِقْبَالًَ وَإِدْبَارًا فَإِذَا أُقْبِلَتْ فَاحْمِلُوهَا عَلَى النَّوَافِلِ وَإِذَا أُدْبِرَتْ فَاقْتَصِرُوا بِهَا عَلَى الْفَرَائِضِ» (نهج‌البلاغه، حکمت ۳۱۲). این مشکلی نیست. ولی آدم خودش احساس می‌کند که خیلی دست‌وپای قلبش بسته شده است و قدرت حرکت ندارد؛ کدروت می‌آورد. چاره این وضعیت چیست؟ اولین چاره‌اش «محاسبه» است.

### محاسبه نفس را جدی بگیرید

اولین چاره محاسبه نفس است که ببینیم چه خبر است. به همان روشی که حضرت رسول به اصحابش آموخت. ابتدا اصحاب گمان می‌کردند خبری نیست، ولی بعد از جستجو تلی از هیزم جمع شد. در محاسبه هم همین‌طور است. ابتدا خیال می‌کنیم خبری نیست، ولی اگر اهل مذاقه شویم، نکته‌های بسیاری به‌دست می‌آوریم و اوضاع روبه‌راه می‌شود. اولش چیست؟ محاسبه. این محاسبه نفس را جدی بگیرید. محاسبه یعنی از خودمان حسابرسی کنیم.

### حسابرسی اجمالی و تفصیلی

حسابرسی دو نوع است: ۱. اجمالی ۲. تفصیلی. حتی حسابرسی اجمالی هم مفید است. یعنی یک نگاه اجمالی به روز داشته باشیم که چه کارهایی کرده‌ایم. همین هم خیلی کمک می‌کند.

بنده‌خدایی می‌گفت من هنوز از مطایبه‌ای که کردم و حس کردم دل مؤمنی به درد آمد، درد می‌کشم. بعضی امور از جهتی خیلی کوچک است، مانند یک لب‌خند یا یک گوشه چشم. گاهی اینها برای ما خیلی واضح نیست. اما برای کسی



که اهلش است، این امور برایش واضح است و درد می‌کشد و می‌فهمد با خودش چه کرده است. بنابراین اولین کاری که باید بکنیم این است که از کدورت خارج شویم و زمینه‌های منافر را برداریم. چاره آن هم حسابرسی است.

### حسابرسی در کار خیر

حسابرسی فقط در امور منفی و شر نیست. حسابرسی در کار خیر هم هست. آدم کار خوب را محاسبه کند، می‌بیند هم خودش را آباد کرده و هم دیگران را. مثلاً با دو کلمه از مؤمنی دفاع جانانه‌ای کرده است. وقتی این را می‌بیند با خود می‌گوید دفعه بعد هم این کار را انجام می‌دهم. محاسبه از این جهت خیلی کمک می‌کند. پس اولین کاری که باید داشته باشیم، محاسبه است.

### از ما نیست

امام کاظم صلوات‌الله‌علیه فرمود: «لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يُحَاسِبْ نَفْسَهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ فَإِنْ عَمِلَ حَسَنًا اسْتَرَادَ اللَّهَ وَ إِنْ عَمِلَ سَيِّئًا اسْتَغْفَرَ اللَّهَ مِنْهُ وَ تَابَ إِلَيْهِ»؛ از ما نیست کسی که هر روز حساب خود را نکند، پس اگر کار نیکی کرده است، از خدا زیادی آن را خواهد و اگر گناه و کار بدی کرده در آن گناه از خدا آمرزش خواهد و به سوی او بازگشت کند (و توبه نماید) (اصول کافی، جلد ۲، صفحه ۴۵۳). این تعبیر امام کاظم صلوات‌الله‌علیه خیلی معنادار است که از ما نیست کسی که اهل محاسبه نفس خود نباشد.

هر وقت علامه طباطبایی رحمت‌الله‌علیه می‌خواست از محاسبه سخن بگوید به این آیه اشاره می‌فرمودند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ»؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، از خدا پروا دارید؛ و هر کسی باید بنگرد که برای فردا [خود] از پیش چه فرستاده است (حشر، آیه ۱۸). ببینید برای فردای خود چه می‌فرستید.

### کشیک نفس

حضرت استاد از این محاسبه به کشیک نفس تعبیر می‌کرد. کشیک نفس دو مرحله دارد: ۱. مراقبه ۲. محاسبه. حضرت استاد هر دو را می‌فرمود کشیک نفس. محاسبه کردن یعنی کشیک نفس را کشیدن.

نور یا نار؟

موظب باشیم با خودمان چه کار می‌کنیم و چه چیزی در حلقوم جان خود می‌ریزیم: نور یا نار؟ این واضح است که آدم می‌تواند خیلی چیزها را بفهمد. این طرح می‌گوید کشیک نفس خود را بکشید؛ اعمال را بو بکشید. یعنی باید مواظب باشید با خود چه کار می‌کنید. در روایات به این امر بسیار سفارش شده است. حضرت رسول صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم: «حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا»؛ پیش از آنکه مورد حسابرسی قرار گیرید، خود به حساب نفستان برسید (میزان/الحکمه، جلد ۳، صفحه ۸۰).

بررسی روزانه

شما بررسی روزانه داشته باشید، اگر کار خیری کردید، بگویید «الحمد لله». اگر کار خلافی کردید، استغفار کنید. بعضی از آقایان مشارطه هم را اضافه کرده‌اند، خوب است. اما مشارطه ریشه در محاسبه دارد. یعنی ما باید ابتدا اهل محاسبه باشیم و کشیک نفس را بکشیم تا بفهمیم با خود چه کار کرده‌ایم.

ما در بحث «عمل مطلق» در عرفان در وادی عمل بیان کردیم که گاهی عمل آنقدر ریز و ظریف می‌شود که اصلاً به چشم نمی‌آید، ولی واقعاً عمل است. گاهی گوشه چشم است؛ گاهی نیت ما عمل است. ابتدا از امور عمیق شروع نکنید و از همین ظاهر شروع کنید. این کار را انجام دهید. چرا؟ چون آدم را منضبط می‌کند؛ آدم را تنظیم می‌کند؛ راه را گم نمی‌کنیم. اگر این کار را انجام ندهیم، پس از گذشت چند سال می‌گوییم چرا اینقدر کدر هستیم. بعد می‌گوییم چرا من این‌گونه‌ام؟ چرا تکان نمی‌خورم؟ برای اینکه محاسبه نبوده است. این برنامه باشد، درست می‌شود.

نقش استغفار در محاسبه

چند نمونه از شریعت می‌گوییم که شریعت آن را اعمال کرده است، ولی ما متوجه نیستیم. در برنامه‌ها آمده است و ما متوجه آن نیستیم. اما اگر کسی به آن توجه کند، می‌تواند از آن به عنوان محاسبه بهره ببرد. در دستورات شریعت به استغفار زیاد تأکید شده است. «عفواً» و «العفو» در شریعت بسیار آمده است. سرّ آن همین است. مثلاً به ما سفارش

شده است که بعد از هر نماز به سجده برویم و از سه تا صد مرتبه «العفو» بگوییم. «عفواً عفواً» بگوییم. از امام کاظم صلوات‌الله‌علیه رسیده که ایشان تا هفده هزار مرتبه «عفواً عفواً» گفته‌اند. این فلسفه دارد.

بعضی از کسانی که این کار را می‌کنند، قبل از اینکه «عفواً عفواً» بگویند، اولین حرفشان این است: این نماز ما که نماز نبود؛ نماز خواندیم، ولی این نماز لایق تو نبود. کسانی که نماز خوش می‌خوانند، می‌دانند نماز لایق خدا چیز دیگری است؛ این نیست. پس می‌گویند: «عفواً». بعضی‌ها جلوتر می‌روند و می‌گویند: خدایا، امروز نتوانستیم با تو ارتباط خوبی داشته باشیم، «عفواً». بعضی‌ها گناهان خود را برمی‌شمارند و «عفواً» می‌گویند. یکی از خوبی‌های متن دینی این است که وقتی این «عفواً» را قرار داد، معلوم نکرد برای چیست. مثلاً اگر کسی با دیگری برخورد بدی داشته است، در پایان نماز «عفواً» دارد. یعنی من در پیشگاه تو این کار را کردم و دارم نماز می‌خوانم «عفواً». این یک طرح است.

در جای دیگر، در شریعت آمده است که در شب هفتاد مرتبه استغفار کنید. چرا هفتاد مرتبه استغفار؟ ابتدا همین استغفار است. اما در همین استغفار گنجانده شده است که بنشین و خطاهایت را یادآوری کن. البته استغفار سطوحی دارد که من الان به آن نمی‌پردازم. الان فقط در محاسبه از آن استفاده می‌کنم. در شریعت از ما خواسته شده است که وقتی را برای محاسبه در نظر بگیریم. امام کاظم صلوات‌الله‌علیه فرمود: «لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يُحَاسِبْ نَفْسَهُ»؛ از ما نیست کسی که هر روز حساب خود را نکند (اصول کافی، جلد ۲، صفحه ۴۵۳).

#### آثار محاسبه

وقتی شما محاسبه می‌کنید، این محاسبه شما را خوب می‌شوراند؛ محاسبه شما را دقیق می‌کند؛ محاسبه شما را خوب تصحیح می‌کند. ما خیلی از اعمال را متوجه نیستیم که داریم چه کار می‌کنیم؛ ولی بعد از محاسبه متوجه می‌شویم. بعد از محاسبه می‌فهمیم که عادت است. قبل از محاسبه حتی عادت‌های خود را متوجه نمی‌شدیم.

#### اولین جنگیدن

بعد از محاسبه می‌فهمیم که عادت است. بعد می‌فهمیم از پس این عادت برآمدن سخت است. یعنی محاسبه می‌کند و می‌گوید درست است که من این خطا را مرتکب شدم، خدایا، این خطا را ببخش. ولی وقتی می‌بیند هر روز این خطا

تکرار شده است، درمی‌یابد عادت است. همین که بفهمد عادت بدی دارد، اولین جنگیدن است. البته عادت خیر هم هست، ولی من عادت بد را می‌گویم. همین که یکی دو بار، صد بار درگیر می‌شود، آهسته آهسته از عادت کم می‌کند. بعد از مدتی از دست خودش خسته می‌شود. یعنی هر چه تلاش می‌کند، می‌بیند دوباره فردا همان عادت را انجام داده است. از دست آن خسته می‌شود و خستگی، بیزاری از خود می‌آورد. البته اینها در فضای سلوکی عقلانی درست است.

بیزاری از خود

تا می‌گوییم بیزاری در بعضی افراد تبدیل می‌شود به اینکه اعتماد به نفس را از دست می‌دهند و هیچ کاری نمی‌توانند انجام دهند. اینها بی‌مورد و بی‌خود است. واقعیت و اصل مسئله این است که ما می‌خواهیم تصحیح کنیم و این گونه مسئله حل نمی‌شود. در نهج/البلاغه آمده است: «مؤمن به خودش بدبین است و از خودش بیزار است». کسی که این حال و هوا را دارد وقتی کسی از او تعریف می‌کند، با خودش می‌گوید تو نمی‌دانی چه خبر است؛ اگر می‌دانستی، این گونه تعریف نمی‌کردی. اینها به انسان کمک می‌کند تا از خودش بیزار شود. منظور من از بیزاری، بیزاری از بدی‌های خود است که موجب می‌شود در او عزمی پدید بیاید. این یکی از خاصیت‌های محاسبه است.

#### ندیدن خود

تا شما محاسبه می‌کنید، بعد از مدتی درمی‌یابید که یک دسته عادات دارید که از آنها خلاصی ندارید. چون این این عادت بد را دارید و از پس آن بر نمی‌آیید و استغفار می‌کنید و از خدا می‌خواهید و درست نمی‌شود، این باعث می‌شود نسبت به خدا شرمنده و نسبت به خود بیزار شوید. این نعمت کمی نیست. ندیدن خود خیلی مهم است. بعضی‌ها نداشته‌های خود را زیبا می‌بینند. «الَّذِينَ ضَلَّ سَعِيَهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا» [آنان] کسانی‌اند که کوشش‌شان در زندگی دنیا به هدر رفته و خود می‌پندارند که کار خوب انجام می‌دهند (کهف، آیه ۱۰۴). ولی بعضی‌ها داشته‌های خود را زیبا نمی‌بینند. یک را محاسبه است که خیلی کمک می‌کند. محاسبه به بیزاری تبدیل

می‌شود. اگر بیزاری ادامه یابد، یک عزمی پدید می‌آید که باید با عادت بد جنگید. این یک دسته کار بود. این کار یک نوع تیزبینی می‌آورد. بعد از مدتی همین کار یک تصحیح می‌آورد.

### تصحیح عمل

انسان در پیشگاه خدا نمی‌تواند دروغ بگوید. در پیشگاه خدا بگوید: خدایا، من این بدی را کردم؛ تو ببخش. وقتی زیاد به پیشگاه خدا می‌رود، گاهی تبدیل می‌شود به استرداد از آن سو به خوبی «ایاک نستعین» و گاهی تبدیل می‌شود به شرمندگی بسیار از این سو و هر دو تبدیل می‌شود به تصحیح عمل. لذا برای محاسبه ارزش قائل شوید؛ ارج قائل شوید. بدانید که محاسبه خیلی اثر دارد. حضرت استاد می‌فرمود: شما کشیک نفس بکشید یعنی مواظب باشید. این کشیک نفس یک معنای خاصی هم دارد. اگر انسان بداند که این نفس چه بازی‌هایی سر او درمی‌آورد، این خیلی فایده دارد. این یکی از فایده‌های محاسبه است. بنابراین، محاسبه نفس هم تصحیح می‌کند؛ هم انسان را دقیق می‌کند؛ هم بعد از مدتی مشاهده می‌کند همین محاسبه، موجب ارتباط با خدا شده است. اگر کسی کمی این را ادامه دهد، خود این یک نوع تقرب است. کسانی که این گونه عمل می‌کنند و از خدا می‌خواهند که خدایا خودت درست کن و از دست من برنمی‌آید، چه کنم، هر چه تلاش می‌کنم درست نمی‌شود، همین خیلی کمک می‌کند.

### محاسبه در صحنه عمل

اگر محاسبه ادامه پیدا کند، از محاسبه در یک زمان خاص در روز به محاسبه در صحنه عمل منتقل می‌شود. این یک ارزشی است که از محاسبه به دست می‌آید. بعضی‌ها برای محاسبه دفترچه دارند. حضرت استاد برای این کار دفترچه داشتند. اعمالی که انجام می‌دادند می‌نوشتند. بعد به خودشان نمره می‌دادند. آفازاده ایشان می‌گفت وقتی من نوجوان بودم، این دفترچه را دیده بودم. بعضی‌ها دفترچه ندارند؛ خودشان می‌دانند. اگر محاسبه به همین سبک ادامه پیدا کند، این محاسبه سر صحنه عمل می‌آید. این خیلی مهم است. به تعبیر دیگر، این نحوه محاسبه او را کشانده به محاسبه‌ها و مذاقه‌های لحظه‌به‌لحظه. اگر این طور شود، فایده اصلی محاسبه محقق شده است. چون انسان می‌تواند همان‌جا تصحیح کند، نه اینکه بعداً تصحیح کند. همان سر صحنه عمل درست می‌کند.

## عالم ربانی و کیسه گچ

یکی از علمای ربانی از جایی عبور می‌کرد؛ یک کارگر ساختمانی کیسه گچ را می‌تکاند. گچ، سر و صورت این عالم ربانی را فراگرفت. ایشان یک نگاه تندى به کارگر کرد و گفت نمی‌بینی من دارم رد می‌شوم؟ آن کارگر برای بار دوم هم آن گچ را تکاند. آن عالم یک نگاه تندى کرد و رفت. چند دقیقه بعد برگشت و به آن کارگر گفت: بیا منزل ما یک چایی بخور. یعنی احساس کرد این نگاه تندش مناسب نبود. او منتظر نماند تا شب شود و بعد محاسبه کند. همان‌جا فهمید که کارش باید اصلاح شود. شاید آن کارگر متوجه نبوده و گچ را تکانده است. بعدها آن کارگر مرید این عالم ربانی شد. چون دیده بود که چنین انسانی پیدا نمی‌شود؛ چنین برخوردی پیدا نمی‌شود. آن عالم ربانی محاسبه کرده که چرا باید یک خشم افزون بگیرم که نمی‌دانم درست بوده یا نه. حتی احتمال داده که درست نبوده است، آن را تصحیح کرده است. ما اینها را می‌گوییم محاسبه را سر صحنه عمل آورده است. اگر کسی محاسبه را ادامه دهد، قبل از عمل هم این حالت را پیدا می‌کند.

## اول درشت‌ها بعد ریزها

یکی از کارهایی که باید در محاسبه خیلی دقت کنیم این است که اول به موارد ریز نپردازیم. اول درشت‌ها را انتخاب کنیم. اگر به ریزها توجهی کنیم خوب است، ولی تأکید اصلی در محاسبه ابتدا بر روی درشت‌ها باشد. بعضی‌ها عادت‌های بد سنگینی دارند. اول از درشت‌ها آغاز کنند، ولی بعد از مدتی به سمت ریزها بروند. بعد از ریزها به نیت و اخلاص پیش بروند. برای خودش توضیح دارد. ابتدا درشت‌ها را انتخاب کنید و درشت‌ها را تصحیح کنید. ریزها را در حد استغفار درست کنید که خدایا اینها را ببخش. ولی اول درشت‌ها را درست کنید. چون بعضی اعمال که سنگین است، از آنجا باید شروع کرد. بعضی از اعمال که در ما خیلی اثر دارد، باید از آنجا شروع کرد. آنها را باید آهسته آهسته خُرد کرد.

## اول محاسبه اجمالی

نکته بعد این است که ابتدا محاسبه اجمالی کنید، یعنی خودتان را زیاد درگیر نکنید. من بعضی‌ها را می‌بینم که با محاسبه تفصیلی خودشان را خسته می‌کنند. محاسبه اجمالی یعنی به روز نگاه کنید که در مجموع چگونه گذشته است. امور کلی را بررسی کنید. بعد از مدتی که این شیوه را ادامه دهید، همین اجمال می‌شود تفصیل. چون شیوه را یاد گرفته‌اید و خسته هم نشده‌اید و همه اینها به چشم می‌آید و حتی تبدیل می‌شود به فهم مسئله در سر صحنه عمل. این امر بعدها به شما خیلی کمک می‌کند.

### محاسبه باطنی

این محاسبه اولاً اجمالی باشد و ثانیاً روی موارد درشت تأکید شود. در صورت ادامه محاسبه باید به سمت محاسبه‌های باطنی کشیده شوید. محاسبه باطنی یعنی چه؟ یعنی اخلاص من چگونه بوده است؛ در این کار چگونه به هستی نگاه کرده‌ام. گاهی یک خطور قلبی می‌آید یا یک اعتقاد خیلی ضعیف در توحید یا کمتر از توحید به ذهن شما می‌آید و بر اساس آن تعامل می‌کنید. اینها بحث‌های درونی و باطنی است. حضرت آیت‌الله العظمی بهجت از آن تعبیر به «گناه معرفتی» می‌کردند.

### چرا محاسبه نفس می‌کنی؟

محاسبه اعمال قلبی و نیت را بگذارید برای بعدها. ابتدا از «سطح» تصحیح را شروع کنید و آهسته آهسته سمت عمق بروید. به طوری عمل کنید که به شما فشار نیاید و با یک عقلانیت همراه باشد. کلاً در کارهایی از این دست، عقلانیت خیلی مهم است. قاعده کلی این باشد: «چرا محاسبه نفس می‌کنی؟ برای تصحیح». نه اینکه از هم بپاشید؛ نه اینکه مشکلی ایجاد کنید؛ نه اینکه خسته شوید و رها کنید. این موارد را همیشه در کارهای عملی رعایت کنید. کسی که این کار را بکند در مراحل آخر به اینجا می‌رسد که خدا حتی خطورات قلبی را محاسبه می‌کند. «لِلّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَإِنْ تُبَدُّوا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ أَوْ تُخَفُّوهُ يُحَاسِبِكُمْ بِهِ اللَّهُ فَيَغْفِرُ لِمَنْ يَشَاءُ وَيُعَذِّبُ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ»؛ آنچه در آسمان‌ها و آنچه در زمین است از آن خداست. و اگر آنچه در دل‌های خود دارید، آشکار یا پنهان کنید، خداوند شما را به آن محاسبه می‌کند؛ آنگاه هر که را بخواهد می‌بخشد و هر که را بخواهد عذاب می‌کند و خداوند بر هر چیزی تواناست (بقره، آیه ۲۸۴).

ابتدا کسی که حسد در دلش آمد، تا به گوشه چشم تبدیل نشده است، اشکالی ندارد و معفو است؛ یعنی تا وقتی به کسی حسد به گوشه چشم و زبان و عمل نرسیده معفو است. ولی بعدها حتی آن حسدی که در دل است و به مرحله زبان و حرف زدن و اقدام نرسیده، آن هم محاسبه می شود. اینها برای مراحل آخر است. اگر کسی محاسبه را ادامه دهد، به نتیجه رسیده است.

#### تشر به خود

بعدها بر حسب محاسبه شرط کنید. از خودتان کار بکشید؛ به خودتان تشر بزنید. وقتی نفس راه نمی آید، به خودتان حرف بزنید؛ به خودتان بد بگویید؛ اما به نحو سلوکی و عاقلانه. این بدگفتن به خود این گونه نباشد که دست از عمل و اقدام بردارید. ما می خواهیم تصحیح کنیم؛ این گونه نمی شود. از خودتان بیزار شوید و آن را رها نکنید.

#### تکثیر و تعمیق خیر

بعدها اگر در کار خیر محاسبه را ادامه دهید، کم کم محاسبه تکثیر خیر می کند و هم تعمیق خیر. یعنی کار خیر شما را زیاد می کند و توفیق پیدا می کنید. مثلاً در حال پیاده روی هستید، کودکی را می بینید، به او لبخندی بزنید و به او آرامش دهید. این کار سختی نیست. با همه می شود با احترام برخورد کرد. اینکه کار سختی نیست. این را تکثیر کن. در جایی انجام دادی و خوب بود، چرا دوباره آن را انجام نمی دهی؟ بعضی کارها مؤونه زیاد ندارد؛ تکثیر خیر است. بعد از مدتی تعمیق خیر است. تعمیق خیر همان بحث های باطنی است که بیان شد. یعنی ادامه دهید و به آن قانع نباشید. این چه خیری است؟ این خیر کجا و آن خیری که امیرالمؤمنین صلوات الله علیه انجام داده کجا؟ مثلاً در جهاد این گونه بگویید: درست است که هم من و هم امیرالمؤمنین صلوات الله علیه جهاد کردیم، ولی جهاد او کجا و جهاد من کجا؟

#### نورانیت دل

این، تعمیق خیر و نیت ها را بالا بردن و خالص کردن عمل است. بالا می رود و به عمق هم می رسد. اگر کار خیر را این گونه انجام دهید، بعد از مدتی احساس می کنید سرپای شما نور شده است؛ سرپایتان لطف و صفا می شود و دیگر خبری از کدورتی که شما را زمین گیر می کند نیست. عمل صالح جان را نورانی می کند و نگذارید بدی بیاید و جان را



زنجیر کند. اگر این دو را ادامه دهید، به نورانیت دل می‌رسید. ما به این نورانیت دل خیلی نیاز داریم. ما باید حساس باشیم و این را همیشه از خودمان بخواهیم که چرا دل اینقدر سنگین است؟ چرا اینقدر دل کدر است؟ چرا دل قدرت پرواز ندارد؟ الحمدلله دل پرواز می‌کند.

منطق «الحمدلله»

در کار خیر بعضی افراد دچار عجب می‌شوند. با منطق «الحمدلله» باید عجب را درمان کرد. منطق «الحمدلله» یعنی همه (کمالات) را به خداوند سبحان نسبت دهیم. اگر این را انجام دهید، آن نتیجه‌ای که در خیر می‌خواهیم به دست می‌آید.

نور علی نور

محاسبه با ما چه کرده است؟ کشیک نفس کشیده‌ایم و خود را برای ابد خوش ساخته‌ایم. این مهم است. اگر این کار را کردید، خیلی از راه‌ها طی شده است. محاسبه با قرآن و سحر جمع شود، نور علی نور می‌شود.

امام کاظم صلوات‌الله‌علیه فرمود: «لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يُحَاسِبْ نَفْسَهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ فَإِنْ عَمِلَ حَسَنًا اسْتَرَادَ اللَّهَ وَ إِنْ عَمِلَ سَيِّئًا اسْتَغْفَرَ اللَّهُ مِنْهُ وَ تَابَ إِلَيْهِ»؛ از ما نیست کسی که هر روز حساب خود را نکند، پس اگر کار نیکی کرده است، از خدا زیادی آن را خواهد و اگر گناه و کار بدی کرده در آن گناه از خدا آمرزش خواهد و به سوی او بازگشت کند (و توبه نماید) (اصول کافی، جلد ۲، صفحه ۴۵۳) (به نقل از هشت رساله، صفحه ۱۲۳).

پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله: «لَا يَكُونُ الرَّجُلُ مِنَ الْمُتَّقِينَ حَتَّى يُحَاسِبَ نَفْسَهُ أَشَدَّ مِنْ مُحَاسِبَةِ الشَّرِيكِ شَرِيكُهُ فَيَعْلَمَ مِنْ أَيْنَ مَطْعَمُهُ وَ مِنْ أَيْنَ مَشْرَبُهُ وَ مِنْ أَيْنَ مَلْبَسُهُ أَمِنْ حِلٍّ أَمْ مِنْ حَرَامٍ»؛ از تقواییشان نیست مگر کسی که از خود سخت‌تر از حسابرسی شریک از شریک، حساب‌کشی کند و بداند که خوراک، آشامیدنی و لباسش از کجا آمده، آیا از حلال است یا حرام؟ (مکارم/الاخلاق، صفحه ۴۶۸).

«بزرگان فرموده‌اند شب و روز یک بار محاسبه داشته باشید. در یک وقت معین به محاسبه بنشین و نفس را حساب بکش که روزت را به چه گذرانده‌ای. ببین که دخل و خرج روزانه‌ات چیست. اگر محاسن است، شاکر باش و در مقایخ تائب. مرد حساب باش که دارِ حساب است. در نظام احسن یک ذره بی حساب نیست» (مجموعه مقالات، صفحه ۱۶۲).

«دستور علامه طباطبایی به من سه چیز بود: ۱. مراقبه ۲. ادب مع الله ۳. محاسبه» (انسان و قرآن، صفحه ۷۲).

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۵۶ (۱۱) (۱۸، ۱۰، ۱۴۰۰ / ۵ جمادی الثانی / شنبه)

برخی از بزرگان می توانند الگوی طلاب باشند. چون راه رفته ایست که به عینیت تبدیل شده است و آن چه به عنوان کمال معنوی می شناسیم، در برخی نشسته است و به اوج نشسته است. عملا در کار علمی قدرهستند و این ها می توانند به عنوان الگو باشند. لذا خوبست که شیوه زندگی این بزرگان را مورد بررسی کرد.

علامه حسن زاده املی که واقعا بی نظیر بودند به لحاظ علمی.

ما وقتی درس هیئت ایشان می رفتیم، حیرت زده می شدیم که یک درس جنبی و این همه کار و تحقیق و...

حتی کارهای فقهی ایشان ابراز نشد، ایشان صاحب رساله بودند، در لغت، ادبیات، شعر و...

به لحاظ روحی معرفتی هم بی نظیر بودند. انسان احساس می کند که تمام عمرش را برای کار معرفتی و سلوکی گذاشتند.

ایشان به برخی از نزدیکانشان فرموده بودند: من کار مراقبه ام بیست است. در عین حال کار علمی هم می کردند به صورت سنگین. ایشان خیلی خوب جمع کردند.

ایشان در روز چندین ساعت کار معنوی می کردند، در عین حال روزی دوازده ساعت و بلکه بیشتر کار علمی هم می کردند.

قاعده کلی: تحصیل و طهارت.

یکی دستور ایشان بود که ما شب و روز داریم خود را می سازیم. لذا گفته شد.... در کنارش دستورات دقیق تر و عمیق تر از دستورات شریعت در آوردند.

دستور قرآن خواندن که روزی یک جزء بود.

- علم مناسب

- آباد کردن سحر

- محاسبه و کشیک نفس.

چند خرده ریز در باب مکتب سلوکی ایشان مانده است تا برسیم به اصول مکتب سلوکی ایشان.

رساله لقاء الله ایشان، عمده دستوراتشان را آنجا آورده اند.

ایشان توصیه می کرد:

- دایم الوضو بودن

دایم الوضو بودن. به ویژه در کار علمی و در کارهای روحی و عبادی. این خیلی مشخص است.

ایشان بر این امر تاکید می کردند، حتی برای درس های بالاتر، شرط می کردند که حضور در این درس باید با وضو باشد .

در شریعت آمده است: اصل وضو گرفتن ظاهری که می شناسیم که صورت و دست و پا که شسته و مسح می شود، سطح وضو است. ولی در شریعت، فلسفه این را زمینه طهارت باطنی می داند.

همین وضوی ظاهری، اثری دارد، که اثرش در شریعت به گونه ای گفته شده است که باعث پاک شدن دل می شود.

در بحث عرفان در وادی عمل، بحث روایات وضو را آوردیم و در کتاب اسرار نماز آمده است.

رجوع به روایات این معنی را روشن می کند که اگر کسی دایم الوضو باشد، همین امر باعث بر طرف شدن گناه می شود. وضو نور است و وضوی بر وضو، نور علی نور است.

در نماز، شریعت از ظاهر شروع می کند که طهارت باشد و رو به قبله و...

ولی به تدریج انسان ها را بالا می برد. که توجه به حق باشد که الله فی قبله المصلی.. از سطح شروع می کند.

چون اگر از باطن شروع کند، باعث زحمت می شود. اگر شریعت از ابتدا حضور قلب را شرط کند، مردم گرفتار می شوند.

به تدریج افراد را بالا می برد، و قفل جان باز می شود. لذا شریعت همیشه از سطح شروع می کند. یعنی از بدن و ظاهر و از عالم ماده شروع می کند تا به بطن و روح و جان برساند. این سطح، تعریض منفی نیست، بلکه مراحلی است که شریعت به تدریج از آنجا شروع می کند تا به حقیقت برساند.

چرا شریعت از ظاهر شروع می کند؟

تا تمرین کند که به تدریج از سطح با تمرین بتواند اوج بگیرد.

تمام دستورات شریعت از بطنان عرش آمده است و برای اینجا نیست.

مثلاً: اصل نماز برای احوال رسول الله است در شب معراج، که آنجا به غشوه دچار شد و عظمت حق را دید و به رکوع رفت و این ذکر سبحان ربی العظیم و بحمده را گفت.

شریعت ختمی ریشه دارد،

وضو هم ریشه دارد، که از ساق عرش آبی نازل شد و رسول الله با آن آب وضو گرفت. آن آب و شستشوی آنجا معنی دارد و همین آمده است در اینجا شده است این وضوی ظاهری.

اصل طهارت با وضو، باعث پاکی گناه می شود. چون می خواهیم بگوییم: می خواهم بروم پیشگاه خدا و پاک باشم. از سطح شروع می کند، حتی بگویید: نماد است یا حقیقت در سطح است، درست است و... باید از همینجا شروع شود. وقتی این کار را می کنید، می بینید که یک نورانیتی است که در دل ایجاد شده است.

حضرت استاد این روایت را انتخاب کرده است: که هر کسی حدیثی از او سر زد و وضو نگیرد، به من جفا کرده است. استاد این را انتخاب کردند، ولی باید دستور وضو را جدی گرفت.

رساله لقاء الله، ص ۱۲۲ (هشت رساله عربی)

برای سایر الی الله دستوراتی را بیان می کنند

«فلنأت بعدة أمور من مواعظ الله سبحانه و مواعظ رسوله و أهل بيته ممّا لا محيص عنها للسائر إلى الله تعالى فنقول:

۱- القرآن الكريم...

....

۲- روی الدیلمی رضوان الله علیه فی الموضعین من کتابه إرشاد القلوب أحدهما فی أواخر الباب الثالث عشر، و ثانيهما فی أواخر الباب العشرين عن النبی صلی الله علیه و آله قال: قال الله تعالى: من أحدث و لم يتوضأ فقد جفانی، و من أحدث و توضأ و لم يصل ركعتین فقد جفانی، و من صلی ركعتین و لم يدعنی فقد جفانی و من أحدث و توضأ و صلی ركعتین و دعانی فلم أجبه فيما يسأل من أمر دینه و دنياه فقد جفوته و لست برّب جاف.

و اعلم يا حبيبي أنّ الوضوء نور و الدوام على الطهارة سبب لارتقائك إلى عالم القدس. و هذا الدستور العظيم النفع مجرب عند أهله جدّاً فعليك بالمواظبة عليها ثمّ عليك بعلوّ الهمة و كبر النفس فاذا صليت الركعتين فلا تسأله تبارك و تعالی إلّا ما لا يبيد و لا ينفد و لا يفنى فلا تطلب منه إلّا إياه و ليكن لسان حالك هكذا:

حلوا بکسی ده که محبت نچشیده است

ما از تو نداریم بغیر از تو تمنّا

فإنَّ من ذاق حلاوة محبته تعالى يجد دونها تفها، على أنَّ ما يطلب ممَّا سواه كلِّ واحد منها مظهر اسم من أسمائه فاذا وجد الأصل كانت فروعه حاضرة عنده، و قلت في أبيات:

چرا زاهد اندر هوای بهشت است چرا بیخبر از بهشت آفرین است؟!

و قال العارف المتألّه صدر الدين الدزفولي قدّس سرّه:

خدایا زاهد از تو حور می‌خواهد قصورش بین بجنت می‌گریزد از درت یا رب شعورش بین

فاذا صليت فقل ساجدا: اللهم أرزقني حلاوة ذكرک و لقاءک، و الحضور عندک و نحوها.»

در وضو باید این حال و حس پاکی در انسان ایجاد شود. که من دارم پاک می شوم... باید خیلی روی این تاکید کرد. که اگر این شده باشد، انسان احساس می کند که وقتی وضو ندارد، گویا چیزی کم دارند. برخی برای دایم الوضو بودن، به خودشان فشار می آورند، مثلا کم غذا می خورند و کمتر به بیت الخلاء می روند و. ...

ابتدا سعی کنید دایم الوضو بودن را به تدریج شروع کنید.

مثلا وقتی می خواهید بخوابید وضو بگیرید، وقتی از خواب بیدار می شوید، وضو بگیرید. وقتی مطالعه می کنید هم وضو بگیرید، ...

نباید زیاد سخت گرفت، این که از جانب شریعت واجب نشده است، اما اگر می توانید کاری را انجام دهید و با وضو باشید، وضو بگیرید.

درباره معروف کرخی می گویند: وقتی میرفت بیت الخلاء تا برسد به جایی که وضو بگیرد، تیمم می کرد، تا همین قدر هم بی طهارت نباشد.

در وضو گرفتن خیلی کند نگیرید، سریع هم بگیرید. در عین حال تدابیر بهداشتی هم مراعات کنید. مثلاً کسی که سرد مزاج است، لازم نیست با آب سرد وضو بگیرد، در عین حال سریع هم آب وضو را خشک کند. به تدریج انسان می تواند دایم الوضو باشد،

#### - پرخوری نکردن

اول حلال خوردن، بعد طیب خوردن است و بعد پرخوری نکردن است.

- حلال خوردن که واضح است.

- طیب خوردن: ای کاش ما کتب طبی که در فضای طلبگی مان بوده است را می خواندیم تا بدانیم طیب خوردن را یاد می گرفتیم. گاه قرار نیست خیلی وجهی پردازد که طیب و خوب بخورد، فقط دانستن می خواهد. غذا می خوریم نمی دانیم سرد و گرم و...

طیب یعنی: جوری که مناسب بدن باشد. که در ادبیات فرهنگی و دینی ما هست. باید غذا خوردن هایمان را تنظیم کنیم.

- به اندازه خوردن و پرخوری نکردن.

گاهی عادت های خانوادگی و اجتماعی و فرهنگی باعث میشود که پرخوری صورت بگیرد.

پرخوری قساوت قلب می آورد و روزمان شب و شبمان روز می شود و باعث می شود که حال معنوی برای انسان به وجود نیاید. چون روح همتش می شود هضم غذا. درست مثل این که انسانی مریض شود، روح در صدد تدبیر مریضی است.

ما هیچ روزی را نباید از دست دهیم. هر روز باید انسان سعی کند که مراحل که انسان را به سمت آبادانی و نشاط می‌کشاند، داشته باشد. نباید هم غذا کم خورد،

معیار اصلی در گرسنگی که در شریعت آمده است:

گرسنگی مفیدی که انسان را به زحمت نیندازد، مزاج را به هم نزند، باعث از بین رفتن ماهیچه‌های بدن نشود و در عین حال جوع باشد.

جوع گرسنگی مفید است که خیلی موثر است. غذا را جوری تنظیم می‌کند که به اندازه می‌خورد، کارش را هم انجام می‌دهد، به وزان کارش غذا می‌خورد.

برخی سه وعده به اندازه می‌خورند، برخی دو وعده می‌خورند، اما به اندازه می‌خورند.

بنده خدایی غذا را به اندازه می‌خورد، اما وقت مغرب تا ساعت ۸ شب، احساس سبکی و آزادی روح می‌کرد و عجیب می‌دید که قدرت پرواز دارد.

بنده خدایی می‌گفت: هر وقت این گونه می‌کنم و جوع دارم، می‌بینم که عجب پرواز می‌کند. و چقدر جان آسان کنده می‌شود به سمت عالم معنی.

این جوع باعث می‌شود که همیشه قدرت پرواز هست. گرسنگی مفید، نه گرسنگی مضرّ به بدن. که انسان احساس می‌کند که اذیت می‌شود. گرسنگی مفید باعث آزادی روح می‌شود و حتی افرادی که کار علمی می‌کنند، کار علمی‌شان را همان موقع می‌گذارند. باید کار روحی را هم در همین لحظات قرار داد.

انسان خوبست یک عادت غذایی برای خودش بگذارد، مثلاً سه وعده می‌خورد و در این بین چیزی نمی‌خورد.

...

در روایات هست: می‌خواهید مجاری شیطان را به خودتان ببندید، جوع داشته باشید.

پرخوری، پرگویی، پرخواهی خوب نیست و این‌ها قساوت می‌آورد.



« ۳- قال عزّ من قائل: وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ (الأعراف: ۳۲) و اعلم حبیبی أنّ فضول الطعام یمیت القلب بلا کلام [همین که شریعت گفته است: غذا را بخورید و قبل از این که سیر شدید، دست از غذا بکشید. آرام خوردن غذا]، و یفضی إلى جموح [چموشی] النفس و طغیانها، و الجوع من أجلّ خصال المؤمن و نعم ما قال یحیی بن معاذ: لو تشفعت بملائكة سبع سماوات، و بمائة ألف و أربعة و عشرين ألف نبیّ و بكلّ کتاب و حکمة و ولیّ علیّ أنّ تصالحک النفس فی ترک دنیا و الدخول تحت الطاعة لم تجبک، و لو تشفعت إليها بالجوع لأجابتك و انتقادت لک، نقل قوله هذا أبو طالب المکیّ فی علم القلوب ص ۲۱۵ من طبع مصر.

فی الکافی عن الإمام الصادق علیه السلام: إنّ البطن لیطغی من أکله، أقرب ما یكون العبد من ربّه عزّ و جلّ إذا خفّ بطنه، و أبغض ما یكون العبد إلى الله عزّ و جلّ إذا امتلأ بطنه.»

گرسنگی مفید خیلی خوب است و در کنارش پرخوری بسیار مضرّ است. که در حقیقت انسان با آن باری که برای خودش ایجاد کرده است می جنگد.

معمولاً از یک نوع گرسنگی مفید، به خوبی یاد می کردند.

### پر حرفی نکردن

ایشان پرگویی را هم اینجا مطرح کرده است.

انسان وقتی زیاد حرف می زند، تقریباً جان را درگیر کرده است و به آن مهلت نداده است. در نماز و خواب و در فکر عادی اش هم این خصیصه هست. اولین کاری که انسان می کند، سکوت و سمت است. که سکوت خودش راهبر انسان است و موقعیت برای انسان ایجاد می کند.

« ۴- إیّاک و فضول الکلام فقد روی شیخ الطائفة الناجية فی أماليه بإسناد عن عبد الله بن دينار عن أبي عمر قال: قال رسول الله صلى الله عليه و آله: «لا تكثرُوا الکلام بغير ذکر الله فإنّ كثرة الکلام بغير ذکر الله قسو القلب إنّ أبعد الناس من الله القلب القاسی» و قد جعله الشیخ قدّس سرّه الخبر الأوّل من کتابه الأمالی فلا بدّ فی عمله هذا من عناية خاصّة فی ذلك، و قد رواه الكلینی رضوان الله علیه فی باب الصمت و حفظ اللسان من اصول الکافی (ص

۹۴ ج ۲ من المعرب) باسناده عن أبي عبد الله عليه السلام قال: كان المسيح عليه السلام يقول: لا تكثروا - إلى آخر الخبر.»

### معیار کلی

هر چه که باعث قساوت قلب می شود، را باید به تدریج کنار گذاشت. کم خوابی را اصلاً نمی گوئیم و توصیه نمی کنیم، بلکه به اندازه خوابیدن مورد توصیه است.

حتی دیدن تصاویر قساوت آمیز، قساوت می آورد. شنیدن حرف های خاکی، قساوت می آورد.

صمت در روایات خیلی آمده است. یکی از آقایان می گفت: می خواهم ذکر بگیرم، به او گفتند: تو ذکرت سکوت است.

سکوت باعث می شود نجوای نفس کمتر می شود. باعث میشود که بگومگویش کمتر می شود.

تا می توانید سکوت کنید. بلکه با همسر صحبت کردن، عبادت است و تعامل با همسر عبادت است.

کسی که موعظه می کند و برنامه وعظ دارد، این ها عبادت است.

سکوت آنجایی است که انسان می بیند که واضح است که الان حرف زدن، کار بیخودی است.

یک بحث است درباره عموم مردم، که این ها باید چه کنند و راهکارهای استاد برای عموم مردم چیست؟ که این را هم خواهیم گفت. گرچه همین هایی که گفتیم، برای عموم هم می تواند باشد.

دستورات ویژه استاد را نمی گوئیم، فقط ضرورت عرفان نظری که در مبنای ایشان بوده است را گفتیم.

تمام آن چه از ایشان گفته ایم، همه اش بر اساس دستورات شریعت است و همه اش از آیات و روایات است.

ایشان تاکید می کند که ریاضت باید شرعی باشد و از ریاضت غیر شرعی باید پرهیز کرد.

- هر یک از ما سهمی از عالم ملکوت داریم، این را از دست ندهیم. در زندگی ما در روزها و ساعات و لحاظات و سالهای عمر ما آن را پنهان کرده اند. باید این ها را دریافت و از دست نداد. کار سختی هم نیست، و به تدریج عادت انسان می شود. این کار سختی نیست. فقط باید دست به کار شد.

حرف شنیدن هم در کار باشد.

در کنار این ها دست به کار شدن می خواهد. ده تا بیست دقیقه نشستن. به تدریج انسان احساس می کند که آسان شده است. باعث نورانیت او می شود، بعد خودش هم می بیند که چه چیزی مانع نورانیت او می شود. بهترین جای عبادت در خانه و نسبت به همسر و فرزند است. بهترین جای عبادت در سر درس و محل کار است.

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۵۷ (۱۲) (۲۵، ۱۰، ۱۴۰۰ / ۱۲ جمادی الثانی / شنبه)

علامه حسن زاده آملی بزرگ مردی است که توانسته است به قله های علمی و معنوی ما دست پیدا کند. و قوت معنویت و سلوکی که داشتند، این ها باعث می شود که ببینیم در این مکتب سلوکی چه می گذرد.

آن ها که منتهی هستند، یکی از دستوراتشان خواندن عرفان نظری است که باید این کار را انجام دهند.

انسان گاه ده سال ذکر می گوید، ولی تا آن عمق رانند، کار پیش نمی رود. مگر این که تفضل الهی باشد یا این که از قبل حال خوشی داشته باشند.

اما تا عرفان نظری خوانده نشود، این عمق پیدا نمی شود.

قرار است با عرفان نظری عمق پیدا شود.

اما استاد دستورات دیگری دارند، مراقبه، ذکر، توجه، ادب مع الله هست....

اما مهم ترین نیازهایی که داشتیم، مراتب اولیه و میانی است، که برخی از دستورات را گفتیم، اس و اساسش تهذیب و تحصیل است که گفتیم.

- شب و روز خود را می سازیم و علم و عمل انسان ساز هستند.

- قرآن خواندن

- تحصیل علم مناسب

- آباد کردن سحر

- محاسبه

- وضو و دایم الوضو بودن

- پرخوری و پرگویی نکردن.

این ها را گفتیم. گرچه بیش از این هم می توان یافت.

انسان یک سحری که ایشان گفته است، داشته باشد، همه چیز را آباد می کند. برنامه داشته باشد و همیشگی باشد. به تعبیر ایشان: همان طور که بادیگران می نشینی و درس می خوانی و درس می گیری، یک بار هم با خدا بنشین و درس بگیر.

یا علم و عمل انسان ساز هستند، این هم خیلی موثر است.

توصیه های حضرت علامه ذوالفنون به عموم مردم

الان در صدد بیان توصیه هایی که حضرت استاد به عموم مردم داشتند، که چه کار باید بکنند را بیان کنیم.

ایشان طرحی داشت و آن را هم اجرا کرده است. مثلاً برای آن ها اتحاد عاقل و معقول را برایشان گفته است یا فصوص الحکم فارابی و فصوص الحکم ابن عربی را برایشان گفته است. و در دلش هم ولی خدا پرورش داده است. در میان مردم عادی.

ایشان هم منبر داشت و هم درس داشت. منبرهایشان هم خیلی تکان دهنده بود و با نفس گرمشان همراه بود.

گاه شبانه روز که منبر داشتند، سه تا چهارتا درس هم داشتند. برای برخی را بین الطلوعین داشت و... و این ها هم واقعا شده اند شاخص های شهر آمل و این ها متدینینی هستند که امورات شهر را هم به دست گرفته اند. به نظرم این راه رفتنی است و خودشان هم طی کرده اند و می فرمودند اساتیدشان هم این راه را طی کردند و نام می بردند.

#### ۱. شغل داشتن (ذکر عملی)

ایشان به شدت اعتقاد داشت که باید شغل داشت و کلّ بر جامعه نبود، در همان شغلی که دارید، به دستور الهی و شریعت عمل کنید، تمام خصوصیات را رعایت کنید، این بهترین سلوک است.

به خانم هایی که شوهرهایشان شاگردشان بودند، توصیه می کردند: جهاد المرأة حسن التبعل. شما خانه داریتان را خوب داشته باشید.

یا کسی که قاضی بود، به او می گفت: شما کارت را درست انجام بده. این کار را بکن، هر چه می خواهی به تو می دهند.

این اندیشه قرار نیست که شخص را از زندگی بیندازد، و او را لنگ کند، بلکه قرار است در جامعه باشی و شغلت را داشته باشی و به وظیفه ات خوب عمل کنی.

این بیان دستور اهلبیت است و اصلش هم بر می گردد به ذکر عملی.

هر کسی در هر کاری و هر جایی، به همان کار خود عمل کنند.

اهل بیت می فرمایند: درست است که الحمد لله ذکر است و خوبست گفتن آن، ولی شما در هر کار و شغلی که هستی، وقتی جانب خدا را رعایت کردی، می شود ذکر عملی، این جانب خدا را رعایت کردن است.

هر وقت از حضرت آیت الله بهجت دستور می خواستند و ذکر، ایشان توصیه به ذکر عملی می کرد.

ذکر عملی انسان را از تمام آن چه که باید باشد، جدا نمی کردند.

- حضرت استاد، مدینه فاضله فارابی را قایل بودند. و این مدینه به این معنی است که هر کسی در آن مدینه کار خودش را خوب انجام دهد. ضرورت ارزش شناختی است که باید اقدام شود. در این ضرورت ایشان قایل بود که جامعه باید باشد و در این جامعه همه می بایست به دنبال کار بروند. لذا ایشان هیچ وقت به عموم مردم طرح نمی کرد که شما به سمت کار نروید.

و ایشان از این طریق هیچ وقت احساس نمی کرد که این ها را از جامعه دور کند.

در این فضا وظیفه همسر نسبت به همسر چیست؟ ایشان تاکید می کرد به برخی از شاگردان که دستور می داد که شب انجام شود، تاکید می کرد که حق همسر را نخورید!

وقتی من نسبت به پدر و مادر و همسر و.... وظیفه دارم، حق این ها را نباید خورد.

حال هر کسی هر کاری دارد، به کارمند می گفت: باید کار ارباب رجوع را رسید، اما این کار را به تدریج می آموخت که با مهربانی رسید.

و این را واقعا جدی می گرفت. که وقتی کسی دارد شغلی را انجام می دهد و بخشی از کارهای جامعه را انجام می دهند ولو کوچک، ولی آن کارها را جدی می گرفت. مثلا می گفت: اگر نانوا نباشد، من نمی توانم درس بخوانم. ایشان یک رفتگری را که نزدیک منزلشان کار می کرد، گه گاه ایشان را دعوت می کرد به منزل و به او رسیدگی می کرد. او می گفت: شغل را پاک و منزه کنید برای خداوند متعال.

این که ایشان می گفت در شغلتان جانب خدا را رعایت کنید، ایت الله بهجت تعبیر می کرد به ذکر عملی.

ایشان می فرمود: شما شغل داشته باشید بدون این که از آن خارج شوید. در شریعت هم آمده است که گاه یک کاسب می شود یک ولی خدا.

در مقدمه جرعه ها گفته ایم: این کار که ذکر عملی است را گسترش دهید. در نیت بگویید: خدایا تو شاهد باش که من به خاطر تو این کار خلاف را نمی کنم، رشوه را نمی گیرم و... این را به تفصیل در بیاوریم و آشکار کنیم. هر کاری

که انجام می دهد بگوید و به زبان بیاورد یا در نیت تفصیل دهد. این خیلی کار را زیبا می کند و این باعث می شود که یاد خدا آمده است در صحنه زندگی اش و ...

این بروز و تفصیل، باعث می شود که انسان احساس می کند هیچ وقت کم نگذاشته است و کم نکرده است.

یکی از آقایان می گفت به خانم ها که وقتی می خواهی به آشپزخانه بروی، بگو: من امروز می خواهم کلفتی حضرت رسول را بکنم، فردا کلفتی حضرت امیر و فردایش کلفتی حضرت زهرا سلام الله علیها و...

این کار، منطقش را ارتقا می دهد و این باعث می شود که شخص خسته نشود و نگوید این چه کاری است و کم نمی گذارد و ... احساس نکند که از بقیه کم است.

گاه خانم خانه کار می کند و د رخانه چند نفر مشغول عبادت هستند، او با این کارش از آن ها که در حال عبادت هستند کم ندارد بلکه جلوتر از همه آن ها هست.

خدا گواه است که برخی از این ها را بیشتر می خردند و بالا می برند. این که کاری که می کند و کراهتی که نشان نمی دهد و نیت را پاک و پاکیزه می کنند و....

با خدا معامله کردن، کم کم انسان را لطیف می کند و نیت او را ارتقا می دهد.

نیاتی که روح عمل را بالا می برد، باعث می شود که یک کار چندین برابر دیگران اثر کند.

مثلا کسی که واعظ است و برای خدا رفت و کار کرد و گفت و.... یکی هم ایراد گرفت، آیا از او چیزی کم می شود؟! بلکه برای خدا با آن ها راه بیاید از او چیزی کم می شود؟ منطق عمل تغییر کند این گونه می شود.

اگر روح عمل بالا نباشد، اعتراض می کند و می گوید من این همه زحمت کشیدم، شما باید این گونه بگویید؟!

این که حضرت امام ره می فرمود: ما مامور به نتیجه نیستیم بلکه مامور به وظیفه هستیم.

ما در دنیا ممکن است سرمان کلاه رود، اما در محضر الهی که انسان ضرر نمی کند.

اصلش این است که ما آمدیم در دنیا تا خودمان را بسازیم. یعنی: به وظیفه عمل کن و کاری نداشته باش که چه می شود.

به وظیفه عمل کن، بقیه را چه کار دارم؟!

کسی که به اینجا برسد، این می شود ذکر عملی.

البته خداوند متعال گه گاه امتحان هم می کند، و در مسیرش مشکلاتی ایجاد می کند.

ما ذکر عملی را زیاد بگوییم، لطف و روح عمل را بالا می برد. این کار ما را از جامعه و زندگی و خانواده و وظایف اجتماعی جدا نمی کند و در عین حال سلوک است.

اولین دستوری که می داد این است که طبق شغل و کاری که داری، به وظیفه ات درست عمل کن.

این خیلی لطف دارد و جان و انسان را خیلی می سازد. راه اول برای عموم، بهترین دستور سلوکی موجود در صحنه اجتماعی است. به خصوص اگر کسی که باید چندکار انجام دهد، دو یا سه شغله است، از صبح می رود تا ساعت ۸ شب بر می گردد.

این که برخی می گویند: ما با همین کسب و کاری که داریم به جایی رسیدیم.

یکی از شاگردان ایشان که از بازاری ها بود، ایشان این گونه بود که اهل کسب بود، یک مفاتیح داشت در مغازه که هر وقت مشتری می آمد مفاتیح را علامت می گذاشت و بعد از این که کار مشتری را می رسید، باز دوباره مفاتیح را ادامه می داد.

همین مساله برای طلبه هم مطرح است. که شغل طلبه درس خواندن است، او باید کارش را انجام دهد برای خدا. کم نگذارد. اما چون در این باره جداگانه صحبت کردیم، دیگر توضیح نمی دهیم.



## ۲. حرف شنیدن

باید حرف بشنوند و ایشان این حرف شنیدن را به شکل درس و بحث برایشان برگزار می کرد. شبیه این که برخی جاها روضه ها را صبح برگزار می کنند تا به کارشان برسند.

ایشان تاکید می کردند که اساتید ما این طور عمل می کردند، ما باید همین کار را انجام دهیم. ایشان ۲۵ سال در آمل برنامه درس و بحثی داشت برای مردم. ایام تعطیلی در آمل و ایام درسی در قم.

ایشان میفرمود: مردم صاف هستند و قیل و قال در آن ها کم است. اما در طلبه ها گاه قیل و قال زیاد می شود.

ایشان گل مطلب را می گفت و آن را به تدریج تفصیل می داد. مثلاً ایشان معرفت النفس را گفت، و بعد دیده ایم کسانی ک در درسشان شرکت می کردند، نوع تعاملشان تغییر کرد و نسبت به زندگی و کار راهشان عوض شد.

ایشان معتقد بود: ما باید گل مطالب حکمت متعالیه و معارف عرفان نظری را به مردم برسانیم. و ایشان این کار را می خواست و انجام داد و باید رساند و ....

آقای شاه آبادی می فرمود: این کفربات باید به گوش مردم برسد و ایشان هم این کار را می کرد و رساند.

حضرت استاد اجرا کرد و نتیجه گرفت و می شود گفت و مردم را شوراند و ...

درباره ملاعبدالنبی نوری در تهران جلسات درس و بحث برای بازاری ها گذاشته بود، که طلاب می ترسیدند از آن خیابان تهران رد شوند، چون فضل اهالی آنجا زیاد است.

یکی از طلاب اهل معقول وقتی رفته بود آمل و در یکی از درسهای ایشان شرک کرده بود، دید که چقدر سنگین است ولی این ها تلقی کرده بودند و پذیرفته بودند و بالا آمده بودند.

برخی از خرده ریزها..

خیلی از شاگردانشان از ایشان مکرر شنیده اند: باید حکمت متعالیه، باید عرفان نظری و...

یکی از ظرفیت های عرفان اسلامی و فلسفه اسلام، همین است و ایشان این را قایل بود و اعمال کرد.

شما اگر صد کلمه در معرفت نفس ایشان را بخوانید، می بینید که مشحون است از نکات سلوکی و معرفتی. ...

از این دست مسایل خیلی است....

یکی از شاگردان ایشان تعمیر دوچرخه م یکرد و واقعا هم در سلوک قوی شده بود. اما حضرت استاد کاری کرد و ایشان به جایی رسید که از جهت روحی معنوی هم قوی شد.

ایشان عمده معارف را جوری گفت که تبدیل شد به دستور سلوکی. مثلا: مقام لایققی را ایشان جوری توضیح می داد که می شد یک دستور سلوکی که هیچ جا نیست و به هر کمالی رسیدی باز هم بالاترش هم می توان رسید... این که ایشان بحث نفس را انتخاب کرد دلیلش این بود که راهی بود که خیلی راحت می شود از این طریق به کمال رسید.

دروس معرفت نفس را استاد ضیایی شرح کرده اند. ...

ایشان تاکید می کرد و حرف شنیدن را جدی می گرفت و اعمال کرد و نتیجه سلوکی هم می گرفتند. و برخی هم که خیلی به اوج رسیدند.

این دوره ای که ما هم در آمل شروع کردیم: ۱. لغت موران. ۲. نمط ۸ و ۹. ۳. اوصاف الاشراف. ۴. شرح منازل.

این هم یک سیری است که خیلی موثر است.

من گاه دیده ام بنده خدایی که بزرگوار است، اهل ایمان است ولی دور خودش می چرخد، اما اگر چهارتا حرف شنیده بود، این نبود و خیلی بالاتر می رفت.

حتی حضرت استاد درباره اهل دل آمل، می فرمود: مشکل ایشان این است که استاد ندیده است. که اگر می دید سطح کارش تغییر می کرد.

بدون استاد و حرف شنیدن نمی شود، و باید تمام این ها حرف هایی باشد که حرف خدا و پیغمبر باشد.

اتحاد عاقل و معقول، سه فصل آخر آیات و روایات فراوانی آورده است....

باید از اینجاها شروع کرد، کسانی که احیاناً می خواهند به جایی برسند، باید از درس و بحث و حرف شنیدن شروع کرد.

ما به دوستان آمل که کار دارند، گفتیم: هفته ای دو فایل صوتی گوش کنید. که از کار و زندگی نیفتند و در عین حال حرف بشنوند..

کسی که می خواهد سلوک کند:

۱. این که در شغلش مراعات جانب خدا را بکند.

۲. حرف بشنود ولو اندک، و لوهفته ای یک صوت.

این همان روشی است که حضرت استاد بیان داشتند. که اندیشه فیلسوفانه هم پشتش بود که بحث مدینه فاضله بود.

۳. داشتن برنامه سلوکی

که برنامه می داد که شما چه کنید. مثلاً نامه ها برنامه ها را ببینید که خیلی دستورات مختصر و خوشی برای عموم داشت. دستوراتی می داد که چه کنم و... برای برخی اربعین کلیمی راه می انداخت، برخی را در ماه مبارک رمضان راه می انداخت و...

بخشی از این دستورات در کتاب نامه ها برنامه ها آمده است، برخی هم در مردم عمومی آمل هستند که هر یک دستوری خاص از ایشان داشتند.

یکی از دستورات ایشان این بود: با همه باش، بی همه باش!

یعنی در بین مردم باش، زندگی را به همین روال عادی داشته باش، در عین حال رنگ مردم را نگیر.

ایشان در قبل از انقلاب، کاری می کرد که مردم در متن جامعه باشند و در عین حال رنگ جامعه آن روز را به خود نگیرند.

و این تعبیر نامحرم که ایشان توضیح می داد که مراقب باشید با نامحرمان ننشینید، چون نفس انسان خوپذیر است و...

ما می دیدیم که برخی از این ها در عین حالی که در جامعه بودند، به گونه ای شده بودند که هر چه می دیدند و می شنیدند از حرف های ناروا، هیچ تاثیری در ایشان نداشت.

حضرت رسول از اصحاب گاه می پرسید: هل من مبشرات؟! که حضرت استاد هم گاه از شاگردانشان که آن ها را راه انداخته بود، از ایشان می پرسید که چه خبر؟! و گاه تشویقشان می کرد خیلی شیرین و دلنشین که این ها اشتیاق پیدا کنند.

- ما در بحث های عرفان دروادی عمل باید در خصوص دستورات سلوکی و شیوه هایی که آقایان دارند، بگوییم.

- بعد از این مساله، به بررسی مبانی سلوکی ایشان خواهیم پرداخت.

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۵۸ (۱۳) (۱۴۰۰، ۱۱، ۹ / ۲۶ جمادی الثانی / شنبه)

نبا داشتیم برخی از برنامه های استاد را بررسی کنیم که خیلی راهگشاست.

این سنت معقول ما به گونه ایست که تاثیر می کند و عملاً افرادی را پرورش می دهد. حضرت استاد هم این سرمایه سنگین معقول ما را کشانده است به سر صحنه منتقل کرده است به نسل معاصر.

یکی از بزرگان می گفت: در جلسه ای بودم و علامه طباطبایی نشسته بودند. و برخی از طلبه ها هم بودند. یکی از طلاب پرسید که راه چیست برای رسیدن؟

آن کسی که نقل می کرد: دیدم علامه گوش هایش سرخ شد و با یک شکفتگی که از سر خوشی بود فرمود: همین راهی که صدرا رفته است.

آن بزرگوار می فرمود: ما ندیدیم که علامه اینقدر صریح چنین گفته باشد و سخن بگوید، که اینجا این طور صحبت کردند.

حضرت استاد حسن زاده هم این کار را کردند و این را به عموم هم رساندند، گرچه ممکن است قیل و قال ها برای عموم کمتر است. و خیلی انی قیل و قال ها را منتقل نکردند.

این ها فیلسوف هستند و در واقعیت هستند و با واقعیت تعامل می کنند، فکر می کنند و می یابند هویت وجود فقری را، می فهمند که من نیستم که کاره ای هستم. هر کاری که می کنند، می دانند که هیچ هستند. می فهمد که هر چه دارم از او دارم. این عین فهم توحید است.

از دل این بحث، بزرگان چه تکنیک های سلوکی ویژه ای در می آورند!

آن بزرگان فهمیدند که چه سرمایه سنگینی برایشان ایجاد شده است و با آن زندگی می کنند و با آن روابط اجتماعی شان را معنی می کنند. همین مساله که در سر صحنه اجتماعی بیاید، اگر کسی وجود فقری را فهمیده باشد، بگومگوهای همسران نباید این گونه ادامه پیدا کند!

معنی ندارد که کسی خودش را بروز دهد و اثبات کند! این معنی ندارد، ما چه هستیم که خود را تثبیت کنیم...

آن چه از سنت معقول ما به دست می آید، ... این ها را به دست بیاوریم، و بعد با آن زیست کنیم.

در کل کارهای معقول ما، امور ناب زیاد است، اما نابترینش همین دو است: توحید و معرفت نفس.

این که می گویند: فلسفه اسلامی، فلسفه زندگی و معنویت است، راست است.

انسان وقتی به فطرت پاکش چیزی را یافت، با آن تعامل می کند.

من که دارم حرف می زنم، واقعیت را دیده ام و دارم حرف می زنم.

معرفت حقیقی تعامل ایجاد می کند. وقتی به واقع آن گونه که هست می رسند، با آن تعامل می کنند.

بزرگان این دو مساله را به عنوان رؤس مطالب یافتند:

۱. توحید

۲. معرفت نفس و مساله انسان.

حضرت استاد این واقعیت در کارشان بود. و ما میدیدیم که در آمل، مردمی که سلامت نفس داشتند، همین ها را به ایشان می گفت: توحید و معرفت نفس.

توحید چیست؟ یک خلاصه ای اینجا توضیح می دهد، توصیه کرده است که اینجور خدا را در نظر بگیر و با آن تعامل داشته باش.

ابتدا باید خدا را شناخت و درست در نظر گرفت و....

نامه ها برنامه ها ص ۲۲۳ تا ۲۲۶ (نرم افزار ص ۲۳۸ تا ۲۴۳)

«جواب نامه ایست که به دوستی ارسال داشتیم:

هو با سلام و دعا مصحف کریم را گشودیم سوره یوسف از زبان حضرت یعقوب علیه السلام آمده است: **وَلَا تَيَاسُوا** **مِنْ رَوْحِ اللَّهِ** **۱»**. اهم مطالب در طلیعه امر دو چیز است: یکی توحید و دیگر معرفت نفس که تواند مظهر اتم وی گردد.

معنای توحید

اما توحید این که سالک با قدم معرفت بجایی رسد که جمع بین تفرقه و جمع کند، و تنزیه از تنزیه و تشبیه نماید. همان طور که کشاف حقایق امام به حق ناطق حضرت جعفر صادق علیه السلام فرموده است: الجمع بـلاتفرقة زندقة و التفرقة بدون الجمع تعطیل و الجمع بینهما توحید. [این را باید در عرفان اسلامی و فلسفه اسلامی صدرایی حلش کرد. خدا نامتناهی است، او باید همه جا باشد، به نفس نامتناهی بودن همه جا هست و به نفس این نامتناهی بودن، غیر همه است. پس خداوند اگر در دل نباشد، نامتناهی نیست.

حضرت استاد می فرمود: بسم الله گفتن ما نباید مثل دیگران باشد. کسی که مباحث عرفانی را خوانده است، نباید مثل دیگران بسم الله بگویند. حتی وضو گرفتن و نماز خواندن و .... حتی خیلی از چیزهایی که احساس می کنیم، باید جور دیگری باشد. [و این توحید حقیقی اسلامی است و کلام وحی بدان ناطق است که **هُوَ الْأَوَّلُ وَالْآخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ**]. [اول و آخر خداست و همه چیز خداست و هیچ چیزی بی خدا معنی ندارد.

هر چه سرمایه گذاری کنیم و این توحید ناب را بفهمیم، خیلی راهگشاست. برخی از بزرگان می گفتند: بعد از این که نسبت شریفه را فهمیدی، تامل در این نسبت شریفه خیلی موثر است و راه را باز می کند.

بنده خدایی می گفت: شما اگر می دانستید خدا کیست و چگونه است دیگر این گونه تعامل نمی کردید؟! ما چیستیم؟ ما هیچیم و هر چه هست اوست، همان طور که حضرت امام ره فرموده بودند. خداست دارد خدایی می کند و همه جا حاضر است و همه جا یا با نظر مهر می بیند یا با نظر غضب تعامل می کند.

اگر این را می دانستیم، دیگر این گونه رفتار نمی کردیم. عالم دست خداست و خدا هم دارد با بسم الله الرحمن الرحیم، عالم را اداره می کند.]

در بیان آن به تمثیلی اکتفاء می کنیم - خاک بر فرق من و تمثیل من -: در عالم رؤیا آنچه که مشاهده می کردند همه از منشآت نفس اند پس قائم به نفس و از شؤون وی اند، و چون نفس موجود حیّ مدرک عالم به ذات خود است شؤون وی اند، و چون نفس موجود حیّ مدرک عالم به ذات خود است شؤون او نیز با همه کثرتی که دارند حیّ و مدرک اند و در واقع یک حقیقت به نام نفس است که به صور کثیره درآمده است و خود با این که همه است فوق همه است. این کثرت صور منافی با وحدت شخصیه نفس نیست بلکه هر چه صور بیشتر باشند دلالت بر قوّت وحدت نفس می کنند. و نفس بر جمیع این

نامه ها برنامه ها، ص: ۲۳۹

صور کثیره قاهر است و همه آنها مقهور وی، پس نفس هر یک آنها است که جز شؤون نفس نیستند و هیچیک آنها نیست که نفس در حدّ هیچیک محدود نیست.

پس نفس را با هر یک از این منشآت جمع کردی و از هر یک تفرقه نمودی. و نیز نفس را فقط مجرد ندانستی که از کثرت تنزیهش کنی، و او را در هیچ صورتی از صور کثرت مقید نکرده‌ای تا قائل به تشبیه بوده باشی بلکه او را از این تنزیه و تشبیه تنزیه نمودی، کثرت غیر متناهی نظام هستی شئون ذاتیه حق تعالی‌اند و من عرف نفسه فقد عرف ربه.

#### معنای معرفت نفس

و اما معرفت نفس اینکه خداوند سبحان فرمود: إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ وَالْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ [باید دو چیز را درست کرد: آن چه از انسان به سوی خدا می رسد، حقیقت جان او و مخ و مغز او جان اوست.

عمل صالح را هم صدرا معارف عقلیه دانسته است که مومن را بالا می برد. [تفسیر اصیل آن چنانست که جناب صدر المتألهین در آخر مرحله چهارم حکمت متعالیه که معروف به اسفار است فرموده است: کلمه طیب روح مؤمن است، و عمل صالح معارف عقلیه که او را ارتقاء می دهند و بدانجا می کشانند. [خود معرفت چشم جان ما را باز می کند. این تفسیر بر این اساس قویم است که علم و عمل دو گوهر انسان سازند. [ایشان در رساله اتحاد عقل و عاقل و معقول مفصل توضیح می دهد که انسان چگونه با علم و عملش خودش را می سازد. علم چه مرحله ای از جان و عمل چه مرحله ای از جان را.

علمی که ایشان می گوید، ایمان جزء علم است.]

انسان کاری مهمتر از خودسازی ندارد [یعنی: اصل این که آمدم به دنیا برای چه؟ برخی می گویند: فقط لذت ببریم. برخی می گویند: آمدم که باشیم!

در قرآن هست: افحسبتم انما خلقناکم عبثا. آیا می شود که موجود حکیم کاری بیهوده انجام دهد؟]

و ساختن هر چیز را مایه به حسب آن چیز لازم است [ساختن هر چیزی باید متناسب با خود آن چیزی باشد. مثلا دیوار را سنگ و گل باید و انسان را علم و عمل.



[عمل: که در بحث های عمل مطلق این ها را توضیح دادیم.

ما می فهمیم که چه کارهایی عمل است. اما آیا گوشه چشم هم عمل است؟ حرکت سر که تایید باطل یا حق باشد این هم عمل است؟

آیا حب و بغض های درونی عمل است؟

مثلا برخی از مومنین در جایی خوش می درخشند، وقتی زمین می خورند، برخی دیگر از این افتادن و زمین خوردن خوشحال می شوند، آیا این عمل است؟

حضرت امیر درباره ناقه صالح می فرماید: فقط یک نفر این کار را کرد، ولی قرآن می فرماید: این ها همه این کار را کردند، چون راضی به عمل آن یک نفر بودند.

«قَالَ عِ الرَّاضِي يَفْعَلُ قَوْمٌ كَالِدَاخِلِ فِيهِ مَعَهُمْ»

آن خون دلی که مادر می خورد تا فرزندش منحرف نشود، این عمل است.

شرک خفی عمل است؟ این هم یک نوع عمل است. در نهایت هم نوعی عمل است. حتی توحید خفی هم عمل است. محدوده عمل آن قدر گسترده است که همه لحظات و ساعات ما را در بر می گیرد. ما هیچ لحظه ای نیست که بی عمل باشیم.

آن علمی که داریم چه می کند؟

در قرآن آمده است: ایمان چیست؟ مراحل متعدد ایمانی و اعتقادی و توحیدی که داریم، اعتقاد به فضای ماوراء طبیعت و اعتقاد به خدا و اعتقاد به معاد و ... سطوحی دارد.

برخی از اعتقادات کاری می کند که انسان راه هزارساله را یک شبه برود.

این بیانی هست که حضرت امیر علیه السلام درباره سابقون دارد. سابقان و مقربان را حضرت می فرماید: «عَلَيْكُمْ بِصِدْقِ الْإِحْلَاصِ وَ حُسْنِ الْيَقِينِ فَإِنَّهُمَا أَفْضَلُ عِبَادَةِ الْمُقَرَّبِينَ.» که این به خاطر یقین است که همان معرفت شهودی است که این ها دارند و این باعث شده است که این ها جزء مقربان قرار بگیرند.

ابتدا معرفت است. به تدریج برخی القاءات می آید.

این القاءات اگر بیاید، خودش خیلی کار می رسد و انسان را پیش می برد.

این توضیحی که استاد می دهد: انسان کاری جز خودسازی ندارد. و وقتی این بیاید در تعامل زندگی ما، چه می شود و با ما چه می کند؟

ما حتی نباید اجازه دهیم برخی القاءات به درونمان بیاید و خود را به راحتی در معرض شبهات قرار ندهیم.

انسان تا به لقاء الله نرسیده است به کمال مطلوبش نائل نشده است

[در شرح رساله الولایه توضیح دادیم: در قرآن آمده است که انسان را خلق نکردیم جز این که عبادت کند و لیبعدون. ما آمدیم بندگی کنیم، در صحنه اجتماع، در خانه، در خلوت و در هرجایی که هستیم، بندگی کنیم.

انسان که قرار نیست فقط در خلوت بنده باشد، در میان خانواده و اجتماع هم باید بنده باشد.

بنده خدایی می گفت: این دادی که سر زنت زدی، اگر خدا را ناظر می دیدی، می توانستی انجام دهی؟!

می شود کسی در جامعه دقلی کند و بعد بگوید من بنده ام!!

اصلش این است: ما باید بنده شویم و بندگی هم لطفی دارد که ما احساس کنیم بنده ایم و خدا را ملاقات میکنیم و بلکه می بینیم.

سرور من اگر آخرت هم می دهند به اندازه اینجایت می دهند. در اینجاست که باید زمینه را ایجاد کرد.

خوشا به حال کسانی که دغدغه لقاء الله پیدا می کنند!

ما مومنانی می بینیم که در اینجا زندگی می کنند و بندگی می کنند، ولی هیچ دغدغه لقاء ندارند. همین حالت و این که این دغدغه را ندارد، حتی در قیامت هم مانعش می شود. نمی تواند به اصل خودش برسد.

این زمینه را باید اینجا فراهم کرد. تا اینجا فراهم نشود، آن دنیا بعید است حاصل شود. مگر این که خداوند تفضل کند و در همین لابلای عبادات دنیا چنین دغدغه ای به دل بیندازد.

آن بیان صدرا که المعرفة بذر المشاهده، خیلی کلام درستی است.]

و لقاء الله به معنی اتصاف انسان باوصاف الهی و تخلق او به اخلاقی ربوبی است.

### نقل کلام بابا افضل

بابا افضل را کلامی کامل در این باب است که: «عالم درختیست که بار و ثمره او مردم است و مردم درختی است که بار و ثمره وی خرد است و خرد درختیست که ثمره او لقاء خدای تعالی است».

[در قرآن آمده است که رحيق مختوم مزاجه من تسنيم. که تسنيم نهري است که برای مقربین است که می گویند: جهت ذات است که اندکی از آن در رحيق مختوم ریخته شده است.

از بنده خدایی پرسیدند: به جهت ذات و فنای ذاتی می رسی؟

گفت: خودم را می بینم، نه، خدا را می بینم بله. رحمت و تفضل او را می بینم، بله. من طلب می کنم و طالب آن هستم. دست بر نمی دارم. چون می دانم آخر و اوج آنجاست. این را یاد گرفتم که وقتی چیزی خواسته انسان است، جا دارد که انسان برایش وقت بگذارد.

می دانم که باید وقت بگذارم و جانم را برایش بگذارم.

اگر کسی خوب طلب کند، معمولاً همت ما باید به اندازه معرفت ما باشد. وقتی می دانیم اوج آنجاست، باید طلبمان هم همانجا باشد. آنی که از دست ما بر می آید، از خدا و تفضل خداست.

هر چه هست با خدا حلش می کند. خودش هم می داند. ما باید دست به کار شویم. بفهمیم اوج کجاست که نظرم همین بحث لقاء الله کتاب حضرت امام و آ میرزا جواد و کتاب حضرت استاد و رساله الولایه را ببینیم، اوج را بفهمیم و برای رسیدن به آن تلاش کند. مقدماتش را فراهم کند و استعداد خودش را در همان مسیر شکوفا کند. ما دست به کار می شویم و مابقی را به خدا می سپاریم.

می دانم دغدغه میانی داشتن کافی نیست، ولی باید آن نهایت را در نظر گرفت تا خدا خودش کار را درست کند.

به خرچنگ گفتند: به کجا می روی؟ گفت به چین و ماچین. گفتند: با این راه و روش تو؟!!!

بنده خدایی داشت پیاده می رفت مشهد و در این راه با حضرت عشق بازی می کرد، یک دفعه دید رسید. طی الارض کرد بود و خودش نفهمیده بود.

ما به خودمان نگاه می کنیم می بینیم که هیچ نداریم، ولی باید به تفضل الهی امید داشته باشیم.

ادامه جلسه بعد

در توحید باید مراقبت را تقویت کرد مراقبت تخم سعادت است که در مزرع دل کاشته می شود و سایر آداب و اعمال پروراندن آنست. مراقبت کشیک نفس کشیدن و همواره در حضور بودن است. حدیث نفس مزاحم با مراقبت است، این سخن دل نشین امام صادق علیه السلام را باید بر دل نشانند: القلب حرم الله فلا تسکن فی حرم الله غیر

نامه ها برنامه ها، ص: ۲۴۰

الله، حافظ به این حدیث در این بیت نظر دارد:

پاسبان حرم دل شده ام شب همه شب      تا در این پرده جز اندیشه او نگذارم

ناگفته نماند که بدن تور شکار و سواری راهوار ماست، مبادا با او چنان کنیم که نه به کار شکار آید و نه تواند سوار را بجایی برساند، ره چنان رو که رهروان رفتند، کسی به ما نگفت که شب و روز را با یک دانه خرما بسر ببریم، در حد اعتدال بدن نیاز به تعیش دارد **كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا** «۱»، انسان کامل آن کسی است که حق هر ذی حق را اداء می‌کند.

از این کمترین دستورالعمل خواسته‌اید، آقای من صدای دهلی را از دور شنیده‌اید، و از نزدیک هم به انبار کاه برخورد می‌کنید، مع الوصف عدم امثال را روا ندانستم، به عرض می‌رسانم که دستورالعمل انسان قرآن است که **إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ** «۲». داعی تنها دستوری که الآن می‌تواند به حضور جنابعالی عرض کند این است که مراقبت را حفظ بفرمایید یعنی در همه حال مواظب خود بوده باشید که در نزد حقیقت همه موجودات بسر می‌بری. می‌دانید که همنشین مؤثر است، مصاحبت اثر دارد، خوپذیر است نفس انسانی، کسانی که در مصاحبت با ملکوت عالم بسر می‌برند کم‌کم ملکوتی می‌شوند. آن سعادت‌مندی که چنین معاشرت و مصاحبت را به راستی در نهانخانه سر و ذات خود با **اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ** «۳» به دست آورده است مترنم به این ترانه است:

گر بشکافند سراپای من                      جز تو نیابند در اعضای من

اینچنین کس پیوسته در ذکر و فکر و عشق و شوق و سوز و گداز و راز و نیاز

نامه‌ها برنامه‌ها، ص: ۲۴۱

است و به قول خواجه حافظ:

مرا مگوی که خاموش باش و دم در کش                      که مرغ را نتوان گفت در چمن خاموش

چنین کسی را هیچ کاری از حضور باز نمی‌دارد **رَجُلٌ لَا تُلْهِهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ** «۱».

باز از امام صادق علیه السلام است که: العارف شخصه مع الخلق و قلبه مع الله تعالى.

شیخ اجل سعدی به این حدیث گرانقدر در این بیت نظر دارد:

هرگز وجود حاضر و غائب شنیده‌ای      من در میان جمع و دلم جای دیگر است

آقای من همچنان که طلب مجهول مطلق محال است، خطاب به مجهول مطلق نیز چنین است، هر یک از ما شأنی و جدولی از دریای بیکران حقیقت دار هستی می‌باشیم و از این جدول با او در ارتباطیم، البته:

ارتباطی بی تکلیف بی قیاس      هست ربّ الناس را با جان ناس

و از این کانال او را خطاب می‌کنیم. غرضم از این نکته این است که هرچه عائد ما می‌شود از کانال وجود خودمان است این خیال رهن ما نشود که از خارج ما چیزی عائد ما می‌گردد. اگر در حالات مراقبت تام تمثلاتی پیش آمد خوش آمد مکتوم بدار که سالک کتوم است، از عارف سر می‌رود و سر نمی‌رود. به عرض برسانم: خوش باش که عاقبت بخیر است تو را.

آقای من در نزد اولیاء الله مجرب است که إكثار ذکر شریف یا حیّ یا قیّوم یا من لا اله الا انت موجب حیات عقل است. وقتی با خدایت خلوت

نامه‌ها برنامه‌ها، ص: ۲۴۲

کن که بدن استراحت کرده باشد و از خستگی بدر آمده باشد و در حال امتلاء و اشتها نباشد در آن حال با کمال حضور و مراقبت و ادب مع الله، خداوند سبحان را بدان ذکر شریف می‌خوانی، عدد ندارد، اختیار مدّت با خود جناب عالی است مثلاً در حدود بیست دقیقه یا بیشتر و بهتر اینکه کمتر از یک اربعین نباشد، بیشترش چه بهتر.

قرائت قرآن مجید در شب و روز ترک نشود هرچند بقدر پنجاه آیه بوده باشد.

طهارت را حفظ کنید حتی با طهارت بخوابید.

آقای من باید با تأنی و رفق و مدارا به راه بود نه با سرعت و اضطراب. جسارۃ عرض می‌کنم هیچ چیز از خدا جز خدا نخواه که چون که صد آمد نود هم پیش ما است، از تو حرکت از خدا برکت، نامه‌ها دریافت خواهی نمود. این عطیّه فریده‌ایست که به حضور آن حبیب الله تقدیم داشتیم، و السّلام.

قم - حسن حسن‌زاده آملی

دهم شهر الله المبارک ۱۴۰۳ ه. ق

۱ / ۴ / ۱۳۶۲ ه. ش»

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۲۵۹ (۱۴) (۱۱، ۲۳، ۱۴۰۰ / ۱۰ رجب / شنبه)

ماه رجب

حضرت استاد حسن زاده رحمه الله تاکید فراوانی بر ماه رجب داشتند. خودشان هم شهودات رجبیه داشتند.

می فرمودند: معمولاً اهل الله از رجب شروع می کنند. رجب و شعبان و رمضان، باید با هم دیده شوند. منتظر رمضان نمی مانند اهل الله بلکه از رجب شروع می کنند تا در رمضان شکوفایی صورت بگیرد.

ایشان خیلی دعوت می کردند به کار علمی، ولی وقتی ماه رجب می شد، می فرمود: ما این همه خواندیم، به هر حال باید دست به کار شد. الان که ماه رجب است، باید دست به کار شد.

ان الله فی ایام دهرکم نفحات، ال فتعرضوا لها.

حدیث امام صادق علیه السلام:

«قَالَ جَعْفَرُ بْنُ مُحَمَّدٍ ص أُعْطِيََتْ هَذِهِ الْأُمَّةُ ثَلَاثَ أَشْهُرٍ لَمْ يُعْطَها أَحَدٌ مِنَ الْأُمَمِ رَجَبٌ وَ شَعْبَانٌ وَ شَهْرُ رَمَضَانَ»

این ها حساب دارد که در امت ختمی داده شده است. و این در امت ختمی آمده است و .. ماه رجب ماه ولایت است، ماه شعبان ماه رسالت است و ماه رمضان ماه خداست. و این طرح درستی است.

از اهل بیت باید شروع شود. آن توقیع شریف را ببینید، یک طرح خاصی است که از اعضا و اشهاد یاد می کند که ارکان توحید یاد می کند. این خیلی سنگین است. این مضامین خیلی سنگین است. قسم می دهد به آن چه که اولیاء الهی ... باید این نکته را توجه کرد.

این ماه ولایت است و از این ماه باید وارد شد.

یک بیان دیگری هست که از ماه رجب به عنوان ماه استغفار امت یاد می شود. و ماه شعبان ماه رسول و ماه رمضان نتیجه گیری از این دوماه.

رجب ماه استغفار، رمضان ماه رسالت، رمضان شهر الله

« عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص رَجَبُ شَهْرِ الْإِسْتِغْفَارِ لِأُمَّتِي أَكْثَرُوا فِيهِ مِنَ الْإِسْتِغْفَارِ فَإِنَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ وَ شَعْبَانُ شَهْرِي اسْتَكَثَرُوا فِي رَجَبٍ مِنْ قَوْلِ أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَ سَلُّوا اللَّهَ الْإِقَالََةَ وَ التَّوْبَةَ فِيمَا مَضَى وَ الْعِصْمَةَ فِيمَا بَقِيَ مِنْ آجَالِكُمْ وَ أَكْثَرُوا فِي شَعْبَانَ مِنَ الصَّلَاةِ عَلَى نَبِيِّكُمْ - إِلَى أَنْ قَالَ وَ إِنَّمَا سُمِّيَ شَعْبَانُ شَهْرَ الشَّفَاعَةِ لِأَنَّ رَسُولَكُمْ يَشْفَعُ لِكُلِّ مَنْ يُصَلِّي عَلَيْهِ فِيهِ

وَ سُمِّيَ شَهْرُ رَجَبٍ الْأَصْبَ لِأَنَّ الرَّحْمَةَ تُصَبُّ عَلَى أُمَّتِي فِيهِ صَبًّا وَ يُقَالُ الْأَصَمُّ لِأَنَّهُ نَهِيَ فِيهِ عَنْ قِتَالِ الْمُشْرِكِينَ - وَ هُوَ مِنَ الشُّهُورِ الْحُرْمِ »

استغفار

یکی از بزرگترین مشکلات مادر سلوک این چیزهایی است که ما راه به زمین چسبانده است. و الا اگر انسان کمی آزاد شود، فطرت انسان را به سمت توحید می کشاند.

رب اغفر و ارحم. ربنا ظلمنا انفسنا فإن لم تغفر لنا و ترحمنا...



گاهی نمی دانیم که برخی از کدورت ها در دلمان هست، با ما چه می کند. مرحوم میرزاجواد آقا وقتی تمام دستورات استادش را اجرا کرد و به نتیجه رسید، استاد گفت: تا شما نسبت به پسرعموهایت ناراحتی و کبر داری، به جایی نمی رسی. که او رفت و کفششان را جفت کرد، درست شد.

شاگردان قاضی خدمت استاد می گفتند: ما این دستوراتی که اجرا می کنیم نمی شود، ایشان می فرمود: این وضعیت شما مثل جریان حوض است، که اگر جرمی در اطراف حوض می بود، آن آب تا آخر هفته نمی ماند و یکی دو روزه آب را بد مزه و خراب می کرد.

یک راهش این است که انسان آهسته آهسته این جرم ها را بردارد، اما یک راهش این است که انسان یک وقت بشکند و استغفار کند، در این صورت هم راه برایش باز می شود.

از آن طرف که سیلوار می دهند، چرا ما بهره نمی بریم، درست مثل کاسه ای که بر عکس زیر باران باشد که هیچ وقت بهره ای از آب نمی برد.. راهش چیست؟ استغفار.

این هفتاد استغفاری ک در نماز شب و ۳۰۰ مرتبه العفوی که گفته شده است،

در ماه رجب می گوئیم خدایا تو به کسانی که نه تو را می شناسند و نمی دانند، اعطا می کنی...

اگر کسی بخواهد خوب با خدا بنشیند، در استغفار، یک لطف عبودیت ویژه ای نهفته است.

عبودیت استغفاری خیلی راه خوشی است و محو خود در آن زیاد هست. اگر کسی بتواند یک برنامه ای در رجب بگذارد، مثلاً بین الطلوعین، بین نمازها یا یک وقتی که از وضعیت خودش گلمه مند باشد و این که ما بدی هایمان زیاد است.

استغفار خیلی لطف دارد، جریان عابد و ترسا را دیده اید، شیخ صنعا، که برای خودش کسی بود و مریدهایی داشت و زندگی معنوی ای داشت، تا این که عاشق یک زنی میشود، تا جایی که حاضر به خدمتگزاری آن زن شده بود. اما

شاگردان به جبران و پاس زحماتی که کشیده بود استاد برایشان، دعا می کنند، و به تدریج استاد از آن گیری در می آید.

وقتی شاگردان با استاد بر می گردند، استاد میان راه می گوید باید برگردم، چون آن دختر مسلمان شده است و باید دست او را بگیرم.

خدایا من بد کردم و راه را بر ولی تو بستم. ...

من در برابر این همه عظمت و رحمت خدا، این همه نعمت، من این گونه خلاف می کنم، این را اگر کسی خوب بفهمد، تبدیل می شود به استغفار. این تا بیاید و اگر رگه توحیدی قوی باشد، یا حسرتی علی ما فرطت فی جنب الله، توفیق شریف و اذکار این ماه را توجه داشته باشید، در عین حال مترنم به این الرجیون هم باشیم.

استغفار یعنی: آماده شدن. یعنی: تازه از مادر متولد شدن. و حتی برای برخی می گویند: به گونه ای که دیگر روی بدی و گناه و ناپاکی و شر را نمی بیند. و می گویند: او بهشتی شده ای!

حتی به گونه ای می شود که آثار وضعی گناهان سابقش نیز برطرف می شود. جز آن گناهایی که حقوق الناس در آن باشد.

جناب سلمان یک وقت یک درختی که خشک شده بود، تکان داد و همه برگهایش ریخت. به همراهش گفت: از من نمی پرسی که چرا این کار را کردم؟

گفت چرا؟ سلمان گفت: یک وقت با رسول الله بودیم رسیدیم به درختی که در پاییز برگهایش خشک شده بود و حضرت این گونه درخت را تکان داد و تمام برگهایش ریخت؟ بعد حضرت فرمود: انسانی که نماز می خواند، همچون این که تمام برگهای این درخت ریخت، تمام گناهانش می ریزد.

واقعا انسان یک لحظه خوش در نماز بنشیند، تمام گناهانش می ریزد.

انسان باید سعی کند که برنامه های معنوی اش را در ایامی که شریعت معرفی کرده است، تنظیم کند.

استغفار را انسان وقتی چندبار بگوید و تکرار کند، جدی می شود. اما از ابتدا شاید این قدر جدی نباشد. ولی در نهایت می تواند منتهی به شهودات خاصه رجبیه می شود.

ادامه مکتب سلوکی علامه

مطلب بعدی که ایشان فرمودند: مساله مراقبت است.

### مراقبت

نمی خواستیم بگوییم، و ان را به انسان های منتهی واگذار کنیم. اما مراقبه برای مبتدی ها هم داریم، لذا ما همینجا در همین حدی که ایشان گفته است، مراقبه را مطرح می کنیم.

حضرت استاد از استادشان علامه طباطبایی که دستور گرفتند، علامه مرکزی ترین و اصلی ترین دستور سلوکی را مراقبه می دانستند. مهم ترین دستور. بلکه تمام دستورها معطوف به مراقبه است. مراقبه هم یعنی: حضور مع الله. هر جا می رود حضور مع الله را فراموش کند.

مادری که فرزند جوانی از دست داده است، او بعد از چند ماه هم وقتی می خندد باز در پس خندده اش حزنی هست. مراقبه شبیه این حالت است. یعنی: اولاً وصل به اصل هستیم، در محضر اویم، تعامل با او می کنیم، و هر جا هستیم او را می بینیم. و این کار را که انسان انجام می دهد، بهترین رمز ورود در حقایق نهایی توحیدی است.

اصل مراقبه را باید خیلی جدی گرفت. اس و اساس است، اس و اساسی که تمام بعدی ها قرار است کمک به این مراقبه کند. و هرکاری که میکنیم قرار است این مساله را درست کند.

دغدغه خدا داشتن و تعامل با خدا داشتن، مراقبه دارد این را تامین می کند. به گونه ای که انسان احساس می کند که همیشه وصل به اصل است.

مراقبه به معنای حضور مع الله است. که حضرت رسول الله می فرمود: به گونه ای عبادت کن که اگر خدا را نمی بینی، به گونه ای عبادت کن که گویا خدا تو را می بیند. که فرق میان مقام **إِنَّ** و **كَأَنَّ** است.

درست مثل کسی که از کوچه ای رد می شود خانه ای پنجره ای دارد که احساس می کنیم کسی دارد ما را می بیند ولی سر را بالا نمی کنیم که او را ببینیم.

خود این که همیشه خدا را ناظر بدانیم، حجب و حیا، شکستگی دل، شور و.... می آورد که همه این ها از همین حال و حس در می آید.

بعضی از احوال عرفانی که برخی دارند، انسان احساس می کند که همیشه با ما هست و با ما نیست.

علامه می فرمود: دستور اصلی اش مراقبه بود،

حضرت استاد: بحث ادب مع الله و توجه داشتند که الان به آن کاری نداریم.

علامه نامه ای دارد به یک جوان، که در کتاب بررسی های اسلامی آمده است.

علامه دستوری که به او نمی دهد این گونه است: چهل شب و روز مراقبت کن، که هر کاری که انجام می دهی برای خدا انجام می دهی. و بعد در دستور بعدی می فرماید: که احساس کن همیشه در پیشگاه خدایی.

متن نامه ها برنامه ها، ص ۲۳۹

«در توحید باید مراقبت را تقویت کرد مراقبت تخم سعادت است که در مزرع دل کاشته می شود

[۱]. یک سبک این است که کسی چند روزی را مراقبه می کند. مثل این که نفس خودش نگهبان خودش می شود و دیگر نمی گذارد از آن محیط خارج شود. نفس مراقب و مواظب و نگهبان خودش می شود. کارهای عادی را خیلی روان انجام می دهد. خودش می شود مواظب خود. که این معمولا برای بعضی ها سخت است. تا در می رود، خودش مراقب خودش می شود. همان که مومن دو چشم در بیرون دارد و دو چشم در درون.

ما متأسفانه چون عادات روزمره داریم، خیلی سخت است برایمان که از این عادات همیشگی مان دست برداریم.

۲. یک سبک این است که تکه تکه هایی از روز ها را اختصاص به مراقبه می دهد که به تدریج مستوعب می شود.

مثل این که بعضی از زمان ها را مراقبت کند، مثلاً بین الطلوعین، بعد از نماز ظهر، قبل از خواب و..

به تدریج می تواند این حال را به تمام روز خودش سرایت دهد. وقت ناهار و .... را هم این حال را می تواند داشته باشد.

و سایر آداب و اعمال پروراندن آنست. مراقبت کشیک نفس کشیدن و همواره در حضور بودن است. [یعنی همان مواظبتی که نفس نسبت به خود دارد که بر سر مراقبه باشد.

مراقبه را علامه سه مرحله می کند: ۱. این که انسان مراقبت کند که مرتکب خلاف نشود. ۲. مراقبت به صورت کأن. ۳. مراقبت با خود الله.

الان بیشتر صحبت درباره مراقبه مرحله اول و دوم است. که بیشتر برای مبتدی هاست. اما مرحله سوم برای منتهی هاست.

حدیث نفس [این سخن گفتن های درونی. که همان است که باید گوش نفس را کشید و آن را به مسیر درست برگرداند. این که ذهنمان به هزار شاخه می رود در نماز، این می شود حدیث نفس. حدیث نفس مزاحم ما در همه عبادات مخصوصا نماز است.] مزاحم با مراقبت است، [که انسان باید مراقبت کند نسبت به خودش تا این حدیث نفس را کنترل کند.]

این سخن دل نشین امام صادق علیه السلام را باید بر دل نشانند: القلب حرم الله فلا تسكن فی حرم الله غیر

نامه ها برنامه ها، ص: ۲۴۰

الله،

[اگر کسی در فراخنای دل توجه داشته باشد که پیش از همه و بیش از همه، خداوند متعال است، خیلی کمکش می کند.]

حافظ به این حدیث در این بیت نظر دارد:

ناگفته نماند که بدن تور شکار و سواری راهوار ماست، مبادا با او چنان کنیم که نه به کار شکار آید و نه تواند سوار را بجایی برساند، ره چنان رو که رهروان رفتند، کسی به ما نگفت که شب و روز را با یک دانه خرما بسر ببریم، در حد اعتدال بدن نیاز به تعیش دارد **كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا** «۱»، انسان کامل آن کسی است که حق هر ذی حق را اداء می‌کند.

از این کمترین دستورالعمل خواسته‌اید، آقای من صدای دهلی را از دور شنیده‌اید، و از نزدیک هم به انبار کاه برخورد می‌کنید، مع الوصف عدم امتثال را روا ندانستم، به عرض می‌رسانم که:

دستورالعمل انسان قرآن است که **إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ** «۲». [علامه طباطبایی می‌فرمود: اس و مغز دستورات قرآن مراقبه است.] داعی تنها دستوری که الآن می‌تواند به حضور جنابعالی عرض کند این است که مراقبت را حفظ بفرمایید یعنی در همه حال مواظب خود بوده باشید که در نزد حقیقت همه موجودات بسر می‌بری.

[نفس انسان خوپذیر است، و با هر چه بنشیند، خلق و خوی آن را پیدا می‌کند. حتی با حیوان هم بنشینید همین طور است.]

انسان اگر با خدا بنشیند، خلق و خوی خدا را می‌پذیرد و شبیه او می‌شود و این باعث می‌شود که او سمت و سوی الهی پیدا کند و به آن سو پر بکشد.]

می‌دانید که همنشین مؤثر است، مصاحبت اثر دارد، خوپذیر است نفس انسانی، کسانی که در مصاحبت با ملکوت عالم بسر می‌برند کم‌کم ملکوتی می‌شوند. آن سعادت‌مندی که چنین معاشرت و مصاحبت را به راستی در نهانخانه سرّ و ذات خود با **اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ** «۳» به دست آورده است مترنم به این ترانه است:

گر بشکافند سراپای من

جز تو نیابند در اعضای من

[که در احوال میرزاجواد آقا ملکی تبریزی نقل می کنند که نیمه های شب راه می رفت و این شعر را تکرار می کردند.]

اینچنین کس پیوسته در ذکر و فکر و عشق و شوق و سوز و گداز و راز و نیاز

نامه ها برنامه ها، ص: ۲۴۱

است و به قول خواجه حافظ:

مرا مگوی که خاموش باش و دم در کش

که مرغ را نتوان گفت در چمن خاموش

چنین کسی را هیچ کاری از حضور باز نمی دارد **رِجَالٌ لَا تُلْهِهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ «۱»**.

باز از امام صادق علیه السلام است که: العارف شخصه مع الخلق و قلبه مع الله تعالی.

شیخ اجل سعدی به این حدیث گرانقدر در این بیت نظر دارد:

هرگز وجود حاضر و غائب شنیده ای

من در میان جمع و دلم جای دیگر است

آقای من همچنان که طلب مجهول مطلق محال است، خطاب به مجهول مطلق نیز چنین است، هر یک از ما شأنی و

جدولی از دریای بیکران حقیقت دار هستی می باشیم و از این جدول با او در ارتباطیم، البته:

ارتباطی بی تکلف بی قیاس

هست ربّ النَّاس را با جان ناس

و از این کانال او را خطاب می‌کنیم. غرضم از این نکته این است که هرچه عائد ما می‌شود از کانال وجود خودمان است این خیال رهنما نشود که از خارج ما چیزی عائد ما می‌گردد. اگر در حالات مراقبت تمام تمثالاتی پیش آمد خوش آمد مکتوم بدار که سالک کتوم است، از عارف سر می‌رود و سر نمی‌رود. به عرض برسانم: خوش باش که عاقبت بخیر است تو را.

آقای من در نزد اولیاء الله مجرب است که إكثار ذکر شریف یا حیّ یا قیّوم یا من لا اله الا انت موجب حیات عقل است. وقتی با خدایت خلوت

نامه‌ها برنامه‌ها، ص: ۲۴۲

کن که بدن استراحت کرده باشد و از خستگی بدر آمده باشد و در حال امتلاء و اشتها نباشد در آن حال با کمال حضور و مراقبت و ادب مع الله، خداوند سبحان را بدان ذکر شریف می‌خوانی، عدد ندارد، اختیار مدت با خود جناب عالی است مثلاً در حدود بیست دقیقه یا بیشتر و بهتر اینکه کمتر از یک اربعین نباشد، بیشترش چه بهتر.

قرائت قرآن مجید در شب و روز ترک نشود هرچند بقدر پنجاه آیه بوده باشد.

طهارت را حفظ کنید حتی با طهارت بخوابید.

آقای من باید با تأنی و رفق و مدارا به راه بود نه با سرعت و اضطراب. جسارۃ عرض می‌کنم هیچ چیز از خدا جز خدا نخواهد که چون که صد آمد نود هم پیش ما است، از تو حرکت از خدا برکت، نامه‌ها دریافت خواهی نمود. این عطیه فریده‌ایست که به حضور آن حبیب الله تقدیم داشتیم، والسلام.

قم - حسن حسن‌زاده آملی

دهم شهر الله المبارک ۱۴۰۳ ه. ق

۱ / ۴ / ۱۳۶۲ ه. ش»



جلسه ۳۵۹ (۱۴) (۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴۰۰ / ۱۰ رجب / شنبه)

ماه رجب

حضرت استاد حسن زاده رحمه الله تاکید فراوانی بر ماه رجب داشتند. خودشان هم شهودات رجبیه داشتند.

می فرمودند: معمولاً اهل الله از رجب شروع می کنند. رجب و شعبان و رمضان، باید با هم دیده شوند. منتظر رمضان نمی مانند اهل الله بلکه از رجب شروع می کنند تا در رمضان شکوفایی صورت بگیرد.

ایشان خیلی دعوت می کردند به کار علمی، ولی وقتی ماه رجب می شد، می فرمود: ما این همه خواندیم، به هر حال باید دست به کار شد. الان که ماه رجب است، باید دست به کار شد.

ان الله في ايام دهرکم نفحات، ال فتعرضوا لها.

حدیث امام صادق علیه السلام:

«قَالَ جَعْفَرُ بْنُ مُحَمَّدٍ ص أُعْطِيَ هَذِهِ الْأُمَّةُ ثَلَاثَ أَشْهُرٍ لَمْ يُعْطَهَا أَحَدٌ مِنَ الْأُمَمِ رَجَبٌ وَشَعْبَانٌ وَشَهْرُ رَمَضَانَ»

این ها حساب دارد که در امت ختمی داده شده است. و این در امت ختمی آمده است و .. ماه رجب ماه ولایت است، ماه شعبان ماه رسالت است و ماه رمضان ماه خداست. و این طرح درستی است.

از اهل بیت باید شروع شود. آن توقیع شریف را ببینید، یک طرح خاصی است که از اعضا و اشهاد یاد می کند که ارکان توحید یاد می کند. این خیلی سنگین است. این مضامین خیلی سنگین است. قسم می دهد به آن چه که اولیاء الهی ... باید این نکته را توجه کرد.

این ماه ولایت است و از این ماه باید وارد شد.

یک بیان دیگری هست که از ماه رجب به عنوان ماه استغفار امت یاد می شود. و ماه شعبان ماه رسول و ماه رمضان نتیجه گیری از این دو ماه.

رجب ماه استغفار، رمضان ماه رسالت، رمضان شهر الله

« عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص رَجَبُ شَهْرِ الْإِسْتِغْفَارِ لِأُمَّتِي أَكْثَرُوا فِيهِ مِنَ الْإِسْتِغْفَارِ فَإِنَّهُ غُفُورٌ رَحِيمٌ وَ شَعْبَانُ شَهْرِي اسْتَكَثَرُوا فِي رَجَبٍ مِنْ قَوْلِ أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَ سَلُّوا اللَّهَ الْإِقَالََةَ وَ التَّوْبَةَ فِيمَا مَضَى وَ الْعِصْمَةَ فِيمَا بَقِيَ مِنْ أَجَالِكُمْ وَ أَكْثَرُوا فِي شَعْبَانَ مِنَ الصَّلَاةِ عَلَى نَبِيِّكُمْ - إِلَى أَنْ قَالَ وَ إِنَّمَا سُمِّيَ شَعْبَانُ شَهْرَ الشَّفَاعَةِ لِأَنَّ رَسُولَكُمْ يَشْفَعُ لِكُلِّ مَنْ يُصَلِّي عَلَيْهِ فِيهِ

وَ سُمِّيَ شَهْرُ رَجَبٍ الْأَصَبَ لِأَنَّ الرَّحْمَةَ تُصَبُّ عَلَى أُمَّتِي فِيهِ صَبًّا وَ يُقَالُ الْأَصَمُ لِأَنَّهُ نَهِيَ فِيهِ عَنْ قِتَالِ الْمُشْرِكِينَ - وَ هُوَ مِنَ الشُّهُورِ الْحُرُمِ »

#### استغفار

یکی از بزرگترین مشکلات مادر سلوک این چیزهایی است که ما راه به زمین چسبانده است. و الا اگر انسان کمی آزاد شود، فطرت انسان را به سمت توحید می کشاند.

رب اغفر و ارحم. ربنا ظلمنا انفسنا فإن لم تغفر لنا و ترحمنا...

گاهی نمی دانیم که برخی از کدورت ها در دلمان هست، با ما چه می کند. مرحوم میرزا جواد آقا وقتی تمام دستورات استادش را اجرا کرد و به نتیجه نرسید، استاد گفت: تا شما نسبت به پسرعموهایت ناراحتی و کبر داری، به جایی نمی رسی. که او رفت و کفششان را جفت کرد، درست شد.

شاگردان قاضی خدمت استاد می گفتند: ما این دستوراتی که اجرا می کنیم نمی شود، ایشان می فرمود: این وضعیت شما مثل جریان حوض است، که اگر جرمی در اطراف حوض می بود، آن آب تا آخر هفته نمی ماند و یکی دو روزه آب را بد مزه و خراب می کرد.

یک راهش این است که انسان آهسته آهسته این جرم ها را بردارد، اما یک راهش این است که انسان یک وقت بشکند و استغفار کند، در این صورت هم راه برایش باز می شود.

از آن طرف که سیلوار می دهند، چرا ما بهره نمی بریم، درست مثل کاسه ای که بر عکس زیر باران باشد که هیچ وقت بهره ای از آب نمی برد.. راهش چیست؟ استغفار.

این هفتاد استغفاری ک در نماز شب و ۳۰۰ مرتبه العفوی که گفته شده است،

در ماه رجب می گوئیم خدایا تو به کسانی که نه تو را می شناسند و نمی دانند، اعطا می کنی...

اگر کسی بخواهد خوب با خدا بنشیند، در استغفار، یک لطف عبودیت ویژه ای نهفته است.

عبودیت استغفاری خیلی راه خوشی است و محو خود در آن زیاد هست. اگر کسی بتواند یک برنامه ای در رجب بگذارد، مثلا بین الطلوعین، بین نمازها یا یک وقتی که از وضعیت خودش گلمه مند باشد و این که ما بدی هایمان زیاد است.

استغفار خیلی لطف دارد، جریان عابد و ترسا را دیده اید، شیخ صنعا، که برای خودش کسی بود و مریدهایی داشت و زندگی معنوی ای داشت، تا این که عاشق یک زنی میشود، تا جایی که حاضر به خدمتگزاری آن زن شده بود. اما شاگردان به جبران و پاس زحماتی که کشیده بود استاد برایشان، دعا می کنند، و به تدریج استاد از آن گبری در می آید.

وقتی شاگردان با استاد بر می گردند، استاد میان راه می گوید باید برگردم، چون آن دختر مسلمان شده است و باید دست او را بگیرم.

خدایا من بد کردم و راه را بر ولی تو بستم. ...

من در برابر این همه عظمت و رحمت خدا، این همه نعمت، من این گونه خلاف می کنم، این را اگر کسی خوب بفهمد، تبدیل می شود به استغفار. این تا بیاید و اگر رگه توحیدی قوی باشد، یا حسرتی علی ما فرطت فی جنب الله،

توقیع شریف و اذکار این ماه را توجه داشته باشید، در عین حال مترنم به این الرجیون هم باشیم.

استغفار یعنی: آماده شدن. یعنی: تازه از مادر متولد شدن. و حتی برای برخی می گویند: به گونه ای که دیگر روی بدی و گناه و ناپاکی و شر را نمی بیند. و می گویند: او بهشتی شده ای!

حتی به گونه ای می شود که آثار وضعی گناهان سابقش نیز برطرف می شود. جز آن گناهانی که حقوق الناس در آن باشد.

جناب سلمان یک وقت یک درختی که خشک شده بود، تکان داد و همه برگهایش ریخت. به همراهش گفت: از من نمی پرسی که چرا این کار را کردم؟

گفت چرا؟ سلمان گفت: یک وقت با رسول الله بودیم رسیدیم به درختی که در پاییز برگهایش خشک شده بود و حضرت این گونه درخت را تکان داد و تمام برگهایش ریخت؟ بعد حضرت فرمود: انسانی که نماز می خواند، همچون این که تمام برگهای این درخت ریخت، تمام گناهانش می ریزد.

واقعا انسان یک لحظه خوش در نماز بنشیند، تمام گناهانش می ریزد.

انسان باید سعی کند که برنامه های معنوی اش را در ایامی که شریعت معرفی کرده است، تنظیم کند.

استغفار را انسان وقتی چندبار بگوید و تکرار کند، جدی می شود. اما از ابتدا شاید این قدر جدی نباشد. ولی در نهایت می تواند منتهی به شهودات خاصه رجبیه می شود.

ادامه مکتب سلوکی علامه

مطلب بعدی که ایشان فرمودند: مساله مراقبت است.

مراقبه

نمی خواستیم بگوییم، و آن را به انسان های منتهی واگذار کنیم. اما مراقبه برای مبتدی ها هم داریم، لذا ما همینجا در همین حدی که ایشان گفته است، مراقبه را مطرح می کنیم.

حضرت استاد از استادشان علامه طباطبایی که دستور گرفتند، علامه مرکزی ترین و اصلی ترین دستور سلوکی را مراقبه می دانستند. مهم ترین دستور. بلکه تمام دستورها معطوف به مراقبه است. مراقبه هم یعنی: حضور مع الله. هر جا می رود حضور مع الله را فراموش کند.

مادری که فرزند جوانی از دست داده است، او بعد از چند ماه هم وقتی می خندد باز در پس خندده اش حزنی هست. مراقبه شبیه این حالت است. یعنی: اولاً وصل به اصل هستیم، در محضر اویسیم، تعامل با او می کنیم، و هر جا هستیم او را می بینیم. و این کار را که انسان انجام می دهد، بهترین رمز ورود در حقایق نهایی توحیدی است.

اصل مراقبه را باید خیلی جدی گرفت. اس و اساس است، اس و اساسی که تمام بعدی ها قرار است کمک به این مراقبه کند. و هرکاری که میکنیم قرار است این مساله را درست کند.

دغدغه خدا داشتن و تعامل با خدا داشتن، مراقبه دارد این را تامین می کند. به گونه ای که انسان احساس می کند که همیشه وصل به اصل است.

مراقبه به معنای حضور مع الله است. که حضرت رسول الله می فرمود: به گونه ای عبادت کن که اگر خدا را نمی بینی، به گونه ای عبادت کن که گویا خدا تو را می بیند. که فرق میان مقام *إِنَّ* و *كَأَنَّ* است.

درست مثل کسی که از کوچه ای رد می شود خانه ای پنجره ای دارد که احساس می کنیم کسی دارد ما را می بیند ولی سر را بالا نمی کنیم که او را ببینیم.

خود این که همیشه خدا را ناظر بدانیم، حجب و حیا، شکستگی دل، شور و.... می آورد که همه این ها از همین حال و حس در می آید.

بعضی از احوال عرفانی که برخی دارند، انسان احساس می کند که همیشه با ما هست و با ما نیست.

علامه می فرمود: دستور اصلی اش مراقبه بود،

حضرت استاد: بحث ادب مع الله و توجه داشتند که الان به آن کاری نداریم.

علامه نامه ای دارد به یک جوان، که در کتاب بررسی های اسلامی آمده است.

علامه دستوری که به او نمی دهد این گونه است: چهل شب و روز مراقبت کن، که هر کاری که انجام می دهی برای خدا انجام می دهی. و بعد در دستور بعدی می فرماید: که احساس کن همیشه در پیشگاه خدایی.

«در توحید باید مراقبت را تقویت کرد مراقبت تخم سعادت است که در مزرع دل کاشته می شود

[۱]. یک سبک این است که کسی چند روزی را مراقبه می کند. مثل این که نفس خودش نگهبان خودش می شود و دیگر نمی گذارد از آن محیط خارج شود. نفس مراقب و مواظب و نگهبان خودش می شود. کارهای عادی را خیلی روان انجام می دهد. خودش می شود مواظب خود. که این معمولا برای بعضی ها سخت است. تا در می رود، خودش مراقب خودش می شود. همان که مومن دو چشم در بیرون دارد و دو چشم در درون.

ما متأسفانه چون عادات روزمره داریم، خیلی سخت است برایمان که از این عادات همیشگی مان دست برداریم.

۲. یک سبک این است که تکه تکه هایی از روز ها را اختصاص به مراقبه می دهد که به تدریج مستوعب می شود.

مثل این که بعضی از زمان ها را مراقبت کند، مثلا بین الطلوعین، بعد از نماز ظهر، قبل از خواب و..

به تدریج می تواند این حال را به تمام روز خودش سرایت دهد. وقت ناهار و .... را هم این حال را می تواند داشته باشد.

و سایر آداب و اعمال پروراندن آنست. مراقبت کشیک نفس کشیدن و همواره در حضور بودن است. [یعنی همان مواظبتی که نفس نسبت به خود دارد که بر سر مراقبه باشد.

مراقبه را علامه سه مرحله می کند: ۱. این که انسان مراقبت کند که مرتکب خلاف نشود. ۲. مراقبه به صورت کأنّ. ۳. مراقبت با خود الله.

الان بیشتر صحبت درباره مراقبه مرحله اول و دوم است. که بیشتر برای مبتدی هاست. اما مرحله سوم برای منتهی هاست.

حدیث نفس [این سخن گفتن های درونی. که همان است که باید گوش نفس را کشید و ان را به مسیر درست برگرداند. این که ذهنمان به هزار شاخه می رود در نماز، این می شود حدیث نفس. حدیث نفس مزاحم ما در همه عبادات

مخصوصاً نماز است. [مزاحم با مراقبت است،] که انسان باید مراقبت کند نسبت به خودش تا این حدیث نفس را کنترل کند. [

این سخن دل‌نشین امام صادق علیه السلام را باید بر دل نشاند: القلب حرم الله فلا تسكن فی حرم الله غیر

نامه‌ها برنامه‌ها، ص: ۲۴۰

الله،

[اگر کسی در فراخنای دل توجه داشته باشد که پیش از همه و بیش از همه، خداوند متعال است، خیلی کمکش می کند. [

حافظ به این حدیث در این بیت نظر دارد:

پاسبان حرم دل شده‌ام شب همه شب  
تا در این پرده جز اندیشه او نگذارم

ناگفته نماند که بدن تور شکار و سواری راهوار ماست، مبادا با او چنان کنیم که نه به کار شکار آید و نه تواند سوار را بجایی برساند، ره چنان رو که رهروان رفتند، کسی به ما نگفت که شب و روز را با یک دانه خرما بسر ببریم، در حد اعتدال بدن نیاز به تعیش دارد **كُلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لَا تُسْرِفُوا** «۱»، انسان کامل آن کسی است که حق هر ذی حق را اداء می کند.

از این کمترین دستورالعمل خواسته‌اید، آقای من صدای دهلی را از دور شنیده‌اید، و از نزدیک هم به انبار کاه برخورد می کنید، مع الوصف عدم امتثال را روا ندانستم، به عرض می رسانم که:

دستور العمل انسان قرآن است که **إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ «۲»**. [علامه طباطبایی می فرمود: اس و مغز دستورات قرآن مراقبه است.] داعی تنها دستوری که الآن می تواند به حضور جنابعالی عرض کند این است که مراقبت را حفظ بفرمایید یعنی در همه حال مواظب خود بوده باشید که در نزد حقیقت همه موجودات بسر می بری.

[نفس انسان خوپذیر است، و با هر چه بنشیند، خلق و خوی آن را پیدا می کند. حتی با حیوان هم بنشینید همین طور است.]

انسان اگر با خدا بنشیند، خلق و خوی خدا را می پذیرد و شبیه او می شود و این باعث می شود که او سمت و سوی الهی پیدا کند و به آن سو پر بکشد.]

می دانید که همنشین مؤثر است، مصاحبت اثر دارد، خوپذیر است نفس انسانی، کسانی که در مصاحبت با ملکوت عالم بسر می برند کم کم ملکوتی می شوند. آن سعادت مندی که چنین معاشرت و مصاحبت را به راستی در نهانخانه سرّ و ذات خود با **اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ «۳»** به دست آورده است مترنم به این ترانه است:

گر بشکافند سراپای من      جز تو نیابند در اعضای من

[که در احوال میرزا جواد آقا ملکی تبریزی نقل می کنند که نیمه های شب راه می رفت و این شعر را تکرار می کردند.]

اینچنین کس پیوسته در ذکر و فکر و عشق و شوق و سوز و گداز و راز و نیاز

نامه ها برنامه ها، ص: ۲۴۱

است و به قول خواجه حافظ:

مرا مگوی که خاموش باش و دم در کش      که مرغ را نتوان گفت در چمن خاموش



چنین کسی را هیچ کاری از حضور باز نمی‌دارد **رَجَالٌ لَا تُلْهِهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ** «۱».

باز از امام صادق علیه السلام است که: العارف شخصه مع الخلق و قلبه مع الله تعالى.

شیخ اجل سعدی به این حدیث گرانقدر در این بیت نظر دارد:

هرگز وجود حاضر و غائب شنیده‌ای      من در میان جمع و دلم جای دیگر است

آقای من همچنان که طلب مجهول مطلق محال است، خطاب به مجهول مطلق نیز چنین است، هر یک از ما شأنی و جدولی از دریای بیکران حقیقت دار هستی می‌باشیم و از این جدول با او در ارتباطیم، البته:

ارتباطی بی‌تکیف بی‌قیاس      هست ربّ النَّاس را با جان ناس

و از این کانال او را خطاب می‌کنیم. غرضم از این نکته این است که هرچه عائد ما می‌شود از کانال وجود خودمان است این خیال رهن ما نشود که از خارج ما چیزی عائد ما می‌گردد. اگر در حالات مراقبت تام تمثلاتی پیش آمد خوش آمد مکتوم بدار که سالک کتوم است، از عارف سر می‌رود و سر نمی‌رود. به عرض برسانم: خوش باش که عاقبت بخیر است تو را.

آقای من در نزد اولیاء الله مجرب است که إكثار ذکر شریف یا حیّ یا قیّوم یا من لا اله الا انت موجب حیات عقل است. وقتی با خدایت خلوت

نامه‌ها برنامه‌ها، ص: ۲۴۲

کن که بدن استراحت کرده باشد و از خستگی بدر آمده باشد و در حال امتلاء و اشتها نباشد در آن حال با کمال حضور و مراقبت و ادب مع الله، خداوند سبحان را بدان ذکر شریف می‌خوانی، عدد ندارد، اختیار مدّت با خود جناب‌عالی است مثلاً در حدود بیست دقیقه یا بیشتر و بهتر اینکه کمتر از یک اربعین نباشد، بیشترش چه بهتر.

قرائت قرآن مجید در شب و روز ترک نشود هرچند بقدر پنجاه آیه بوده باشد.

طهارت را حفظ کنید حتی با طهارت بخوابید.

آقای من باید با تأنی و رفق و مدارا به راه بود نه با سرعت و اضطراب. جسارۃ عرض می‌کنم هیچ چیز از خدا جز خدا نخواه که چون که صد آمد نود هم پیش ما است، از تو حرکت از خدا برکت، نامه‌ها دریافت خواهی نمود. این عطیہ فریده‌ایست که به حضور آن حبیب الله تقدیم داشتیم، و السلام.

قم - حسن حسن‌زاده آملی

دهم شهر الله المبارک ۱۴۰۳ ه. ق

۱/۴ / ۱۳۶۲ ه. ش»

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۶۰ (۱۵) (۱۴۰۰، ۱۱، ۳۰ / ۱۷ رجب / شنبه)

مراقبه

این یکی از دستورات حضرت استاد برای عموم است.

تمام آن چه تا کنون گفتیم، ایشان در نهایت هم به کار می‌برد، ولی سبک کار و فلسفه این کارها تغییر می‌کند. قرآن خواندن، وضو گرفتن، مراقبه، طهارت هایشان و.... همه این ها فلسفه این کارها تغییر می‌کند. این که باید شب و روز داریم خودمان را می‌سازیم، فلسفه گناه نکردن تغییر می‌کند، فلسفه انجام واجب تغییر می‌کند. منطق پشت صحنه اش تغییر می‌کند. قرآن خواندن و حتی وضو گرفتن، فلسفه اش تغییر می‌کند.

گاهی حضرت استاد یک تغییر می‌کرد در این کتاب ها و یا درسهایشان، انسان می‌دید که تمام این کارهایی که انجام می‌دادی، یکجور دیگری شده است.

کسی که این ها را خوانده باشد، می فهمد که بله این دو کلمه هست، خیلی از چیزهاست که ما در یک حیطه ای انجام می دهیم با یک منطقی، بعد با یک منطق برتر انجام می دهیم. خودشان گفته اند: مراقبه چند مرحله دارد؟ حتی در تمهید مرحله نهایی مراقبه آمده است. ولی این ها قرار نیست همه جا گفته شود، کسی که حقایق را نداند و برایش باز نشده باشد و شکوفا نشده باشد، دانستن این ها تاثیری برایش ندارد.

بحث عموم را تمام کرده بودیم، ولی بحث مراقبه را به چند مورد قبلی اضافه کنید.

در رساله لبّ اللباب مراقبه را ۴ مرحله کرده است:

۱. انجام واجبات و ترک محرمات. که همان ذکر عملی است.
۲. همه کارها را برای خشنودی خدا انجام دهد. بعد از این که مراقبت کرد مرحله اول را.
۳. خود را در پیشگاه خدا دیدن. کأنک تراه و ان لم تکن تراه. این را می شود برای عموم گفت که: همیشه در پیشگاه خدا هستی، برخی از دستورات و بیانات دینی که نوعاً روی سمیع و بصیر بودن خدا تاکید شده است.   
ألم يعلم بأن الله يرى.
- برخی از کسانی که شیخ و استاد راه بودند، کاری می کردند که به آن شاگرد نشان دهند او لحظه به لحظه اش را می بیند. بعد آن سالک با همین که استاد او را می بیند، خودش را تنظیم می کرد. حتی در خلوتش که چیزی به ذهنش آمده است به او می گفت. البته با زبانی می گفتند که فقط او می فهمید و دیگری هیچ نمی فهمید.
- یکی از طلبه ها می گفت: یک شب داشتم با خانم صحبت می کردم در مورد این که قم اینجوری است و هوایش این گونه است و...

فردا سر درس استاد حسن زاده، ایشان همان تعبیری را که نسبت به همسر به کار بردم، به کار برد، تا نشان دهد که می داند او چه گفته است و چه کرده است.

این را اساتید راه انجام می دهند تا به سالک بگویند و نشان دهند که همه چیز را خبر دارند.

حال که اینچنین است، خدا چگونه است؟

سمیع یک لطفی در بحث دعا دارد، بصیر یک لطفی دارد در مراقبه

اول این که خدا می داند، بعد این که این را به خودمان توصیه کنیم و تذکر دهیم. این در پیشگاه قرار گرفتن که مراقبه نوع سوم است، خیلی آقایان روی آن تاکید می کنند.

این در مراقبه عمومی معنی دارد برای کسانی که ابتدای راه هستند، ...

خود این خواسته است یک حیای توحیدی ایجاد کند. این را به شکل عمومی می شود انجام داد.

مخصوصا که بعد از مرحله اول، در مرحله دوم تمام کارهایش را با محوریت خشنودی خدا انجام داده است.

مرحله سوم که نوعی به پیشگاه خدا رسیدن است، این راهی است که معمولا در کار آقایان وجود.

۴. که حسابش جداست که هم به لحاظ معرفتی جور دیگری است و هم به لحاظ شهودی به گونه دیگری است.

این همان است که در قرآن آمده است که کسی که در پیشگاه خداست، مرتکب خطا نمی شود. آن هم چه خدایی؟ شهودی که دارد، عظمتی که دارد و... گاهی در آن لطف جمال حق، که در متن حضرت استاد به برخی از این ها اشاره کرده است.

مراقبه تا مرحله سوم برای عموم مقدور است و امکان انجامش را دارند. که نوع بزرگان و دستوراتی که می دهند برای عموم شود، حتی مساله فنا را که مرحله نهایی است، آن را پایین بیاورند و توضیح دهند، تا عموم انسان به آن برسند. تمام آن چه اهل معرفت می گویند، می تواند سطح نازل پیدا کند.

محو کردن خود، در مراحل پایین هم معنی دارد. خیلی هم لطف دارد. به تعبیری دیگر می گویند: این لطف فنا دارد که خودت را ندیدی و...

## لطف مراقبه

ارتباط همیشگی بنده با خدا. که حضرت استاد تعبیر به پیشگاه خداوند می کردند.

اندکش هم زیاد است و زیادش هم فوق تصور است. وقتی با همسر صحبت می کنید، پیشگاه خدایید، با فرزند و دوست و... صحبت می کنید، در پیشگاه خدا هستید.

حال و حس مراقبه نوع سوم اگر ادامه پیدا کند این است: احساس می کند که خداوند همیشه با او هست.

این آثار فراوانی دارد: می خواهد یکی ببیند، اول او می بیند، توجه به او برداشته نشده است.

اگر بخواهم کسی توضیح بدهیم:

ما بعضی از اموری هست که با آن کلنجر می رویم، این صورتش جلوی ماست. وقتی ادامه پیدا کند، این تصویر قوی است و برای ما تصویر هست. نه این که با تکلف خودمان را در محضر قرار دهیم. بلکه در محضر هستیم.

ابتدا با تکلف خود را در محضر قرار می دهیم، ولی بعد از مدتی که ادامه دادیم، جلوی چشم است.

## ذکر یک مثالی

کسی که کار علمی می کند، ولی از بس کار فکری کرده است و چندماه است دارد فکر می کند، در عین حالی که در خیابان راه می رود، و خیابان و کوچه و... را می بیند، در عین حال آن مساله علمی هم جلوی چشمش است و آن را تحلیل می کند و مورد بررسی قرار می دهد و جوانبش برایش واضح تر می شود.

## این درباره تصویر

اما درباره خداوند متعال، تصویری نیست، بلکه حضور مع الله است که این حضور به تدریج شفاف می شود.

اگر این حضور شفاف شود، با آن زندگی می کنیم، اما این با ادامه دادن ها. این که احساس کنیم در پیشگاه خداییم و خدا ما را می بیند و ما او را نمی بینیم.

۱- یکی از راه ها برای شفاف شدن، زیاد حرف شنیدن درباره آن است.

البته شنیدنی که یک نوع گوش جانی هم بسپارد و سلم باشد. گوش جان بشنود، این اثر دارد.

۲- یک راه هم خلوت هایی است که بتواند او را به این حال و حس بکشانند.

آن هایی که معمولا نماز شب خوب خوانده اند و خوب ادامه داده اند، تا بلند می شوند، احساس می کنند در پیشگاه خدا هستند. اگر شرایط باشد و در پیشگاه باشد و... اما این محدود به سحرش است.

ولی اگر ادامه دهد، مستوعب می شود.

این راه دوم از خلوت شروع می شود به گونه ای که بتواند آن را ادامه دهد.

۳- از راه ذکر. که ذکرشان را به گونه ای انجام می دهند که به تدریج مستوعب می شود. ذکرهایی که به حال مراقبه کمک می کند.

۴- از راه فکر. که همیشه درباره آن تامل می کنند. فکر فطری کند. فکر فطری را قبلا توضیح دادیم. که خوش فکر کند و خوش به دل برساند. ادامه دهد و بعد از مدتی می بیند مستوعب می شود.

در شریعت گاهی فکر توصیه می شود تا نفس رام شود، مثل فکر مرگ.

۵- از راه سبک هایی که حالشان را خوش می کنند. یعنی: به یک فضای بالاتری از حال معنوی می رسند. حال خوش، خودش پرواز است و او را می برد. مثل مجلس روضه. ان حال خوشی که بعد از روضه به دست می آید. برخی هم روضه اش را با مراقبه مخلوط می کند تا درست در بیاید.

نکته این است که این کارها را انجام دهیم به گونه ای که انسان احساس کند این خدا مقابلش است.

برخی ترکیبی کار می کنند. ادامه می دهد تا ببیند در پیشگاه خدا است.

بنده خدایی در ماه مبارک رمضان می گفت: دعای افتتاح را شب ها می خواندیم و ادامه دادیم و حال و هوای ماه مبارک رمضان و... به تدریج احساس می کردم پیش خدا نشسته ام، و لذا همیشه با ادب می نشست.

معمولا شرایط معنوی را انسان خوش کند، اثر دارد.

مغز کار مراقبه مع الله است که اثر می گذارد و تصحیح می کند و نور می شود و می رسد به جایی که حقیقت اصلی هستی را درک می کند.

انسان اگر این حال و حس را ادامه دهد، به تدریج ممکن است به مرحله چهارم برسد.

قرآن یک حیای توحیدی هم به ما یاد داده است: *الم یعلم بأن الله یری*  
در فرهنگ دینی آمده است، ...

انسان این را متوجه شود، دستور ناب دینی است، روی آن تاکید کند.

بحث ذکر قرآنی تمام شئون و جوانب را شامل می شود. مثلا در باب نماز خوف می فرماید: وقتی نماز را به دلیل شرایط جنگی تمام کردید، اما ذکر الهی را که می توانید داشته باشید.

یکی از مصادیق اتم ذکر، مراقبه است. ذکر، ذکر لفظی، قلبی و مراقبه ای بدون ورد را هم شامل می شود.

فقط مشکل این است: از بس دغدغه ها زیاد است، مانع می شود. لذا برخی توصیه می کنند: در مراقبه دغدغه ها را کم کنید و دغدغه های الهی را زیاد کنید.

نفس اماره خیلی ما را در مشکل می اندازد، حال و حس ارتباط با عالم معنی را از ما می گیرد و...

خود مراقبه هم می تواند کمک کند، هر وقت نشد ناله و جزع و فزع کند، راه باز کند، یک فکری کند، ...

بعضی می گفتند: هروقت می بیند حال ندارید، تکان بخورید، مثلا بروید زیارت و یک جایی که یک کاری بکنید تا حال در شما ایجاد شود.

نفس خوپذیر است و اگر انسان با خدا بنشیند، ربانی می شود. چون او با خدا زیاد نشسته است. مثل انگشت زغال. نوع ارتباط ما با خدا ادامه پیدا کند، به تدریج مثل همین زغال، انگشت شود.

از این کمترین دستورالعمل خواسته‌اید، آقای من صدای دهلی را از دور شنیده‌اید، و از نزدیک هم به انبار کاه برخورد می‌کنید، مع الوصف عدم امتثال را روا ندانستم، به عرض می‌رسانم که:

دستورالعمل انسان قرآن است که **إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ «۲»**. [علامه طباطبایی می‌فرمود: اس و مغز دستورات قرآن مراقبه است.] داعی تنها دستوری که الآن می‌تواند به حضور جنابعالی عرض کند این است که مراقبت را حفظ بفرمایید یعنی در همه حال مواظب خود بوده باشید که در نزد حقیقت همه موجودات بسر می‌بری.

[نفس انسان خوپذیر است، و با هر چه بنشیند، خلق و خوی آن را پیدا می‌کند. حتی با حیوان هم بنشینید همین طور است.

انسان اگر با خدا بنشیند، خلق و خوی خدا را می‌پذیرد و شبیه او می‌شود و این باعث می‌شود که او سمت و سوی الهی پیدا کند و به آن سو پر بکشد.]

می‌دانید که همنشین مؤثر است، مصاحبت اثر دارد، خوپذیر است نفس انسانی، کسانی که در مصاحبت با ملکوت عالم بسر می‌برند کم‌کم ملکوتی می‌شوند. آن سعادت‌مندی که چنین معاشرت و مصاحبت را به راستی در نهانخانه سرّ و ذات خود با **اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ «۳»** به دست آورده است مترنم به این ترانه است:

**گر بشکافند سراپای من      جز تو نیابند در اعضای من**

[که در احوال میرزاجواد آقا ملکی تبریزی نقل می‌کنند که نیمه‌های شب راه می‌رفت و این شعر را تکرار می‌کردند. بر دل می‌کوبید و اذعان به آن چه بر دل می‌گذشت می‌کرد.]

اینچنین کس پیوسته در ذکر و فکر و عشق و شوق و سوز و گداز و راز و نیاز

**عشق**

[در همه ما عشق جبلی کامن هست. دلیلش اتصال وجودی با حضرت حق. میل وجودی جلوه نسبت به حق. به تعبیر علامه: حنین جزء به کل. ما وجودا وصل هستیم که در ما کامن و مخفی است به صورت عشق جبلی. فقط از بست



گناهان و اشتباهاتی که می کنیم، شرور انفسی که داریم، مثل این که اصلاً وجود ندارد، اما تا یک کمی این حال معنوی را ادامه می دهیم، حرف آقایان این است: کسی که بیدار شد و دست به ریاضت شد، خود ریاضت ما را به عشق می کشاند. چون عشق جبلی کامن هست، قیود را که بردارید، خود به خود وصل می شود.

کسی که این حال را ادامه دهد، بعد می گوید: من کجا و تو کجا؟ این می شود سوز و گداز. و گاه می خواهد به جایی بالاتر برسد و نمی رسد، می شود سوز و گداز. مناسبت نیست و او راه را باز می کند، می شود سوز و گداز.

این عشق جبلی کمی ادامه پیدا کند تبدیل می شود به میل به وطن اصلی و...

دین یکی از کارهایی که کرده است این است که: راز و نیاز را از کودکی در کام کودکان هم ریخته است. از چه سنی به تکلیف می رسند؟ او را به سمت قبله نشانند و.... بسیاری از دستورات دینی، حالت راز و نیاز دارد.

ابتدا شاید متوجه نشویم، ولی همین که ادامه دهیم، راز و نیاز ...

ای کاش یک نفر باشد که هر چه که دین گفته است را به شکل مراحل اولیه ادامه دهد، سر از همینجاها در می آورد.

**نامه‌ها برنامه‌ها، ص: ۲۴۱**

است و به قول خواجه حافظ:

مرا مگوی که خاموش باش و دم در کش      که مرغ را نتوان گفت در چمن خاموش

چنین کسی را هیچ کاری از حضور باز نمی دارد **رِجَالٌ لَا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ «۱»**.

باز از امام صادق علیه السلام است که: العارف شخصه مع الخلق و قلبه مع الله تعالی.

[نمط ۸ و ۹ اشارات را حتما بخوانید، کسی که می خواهد در این مسیر باشید. خیلی خلاصه و عالی گفته است و خیلی کمک می کند.

آنجا توضیح می دهد که عارف هدی للتلیس. یعنی یاد می گیرد که کسی نفهمد احوالش آن سویی است و پنهان کند که احدی نبیند در عین حال احوال خوشش را هم داشته باشد.

برخی می خواهند بدشان را خوب جلوه دهند، اما عارف خویش را هم پنهان می کند.

شیخ اجل سعدی به این حدیث گرانقدر در این بیت نظر دارد:

هرگز وجود حاضر و غائب شنیده‌ای      من در میان جمع و دلم جای دیگر است

برخی از دستورات وجود دارد با شیوه های نهایی، که راه می دهد که انسان چگونه مراقبه دایمی داشته باشد مع الله.

اگر کسی آن راه را یاد بگیرد، اصلاً جمع مزاحم نیست و کثرت مزاحم نیست.

به طور عادی معمولاً کثرت مزاحم است.

استمرار هم یک راهی است که به تدریج جلوی چشم می آید.

راه های عجیب و غریبی هست و برای اهلش خیلی معنی دارد. حتی ما برخی چیزها را خوانده ایم در بدایه و نهایی، که این را اگر ادامه دهیم، مثل مساله وجود فقری، اگر کسی این را جدی بگیرد و ادامه دهد، سر از جاهای عجیبی در می آورد. برخی از عرفا می گویند: در این نسبت شریفه تأمل بفرما! که ما هیچیم و به نفس اوست که هستیم و الا خودمان نیستیم. این را اگر کسی حال و حسش کند، خیلی معنی دارد. که نیاز به فهم درست دارد، و به قلب رساندن است.

این را حضرت امام ره دارد که: با مجاهده باید به قلب رساند که این رمز کار حضرت امام است برای تبدیل علم به سلوک. آن قدر به خودمان بگوییم و تلقین کنیم، بدانیم حق است و سر سفره مان بیاوریم. به گونه ای که قلب و جان

و فهم ما درگیر باشد. برخی می گفتند: ما وقتی این فهم حاصل شد، دیدیم که نمی توانیم چیزی را به خودمان استناد دهیم.

ابتدا باید خوب فهمید، سپس به قلب رساندن.

به تعبیر حضرت امام ره: در کام قلب ریختن و لقمه به قلب دادن.

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۶۱ (۱۶) (۷، ۱۲، ۱۴۰۰ / ۲۴ رجب / شنبه)

قله های حوزوی، می توانند راه بشوند برای خیلی ها، چون خودشان رفته اند و رسیدند. و توصیه های ایشان، ویژه است،

این بحث ها را ذیل بحث های دستور العمل قرار دهید.

یک وقت باید روی برخی از دستور العمل ها باید کار کرد.

این هایی که از حضرت استاد خواندیم، یک نوع دستور العمل بود.

این مراقبه ای که گفتیم، مراقبه برای عموم بوده است که برای عموم مردم و عموم طلاب بوده است.

البته مراقبه خصوص و خواص و نهایی، این ها را نگفتیم. مراقبه نهایی، معنی و منطقش عمق پیدا می کند. علم مناسب برای خودش، معنایی پیدا می کند.

بعد از این که در این نامه ایشان، بحث مراقبه بود، یک بخش میانی داشت که گفتیم بعد از این که بحث مراقبه را خواندیم، توضیح می دهیم.

مراعات بدن

بدن مرکب ماست، نباید به آن رسید؟

حضرت استاد می فرمود: بنده خدایی مشغول سلوک بود، به من گفت: من این قدر غذا می خورم! حضرت استاد می فرمود: به او گفتم: راه این نیست و این کار را نکن!

او هم می گفت: خیر، راه این است.

اما بعد از مدتی خبر رسید که مریض شد و در بیمارستان بستری شد. رفتم ملاقات او و به او گفتم: من که گفتم این شیوه کار نیست و بدن را از بین بردی که دیگر هیچ کاری نمی شود کرد، حتی سلوک.

حضرت استاد می فرمود: غذا می خورید، به اندازه بخورید، و گرسنگی مفید داشته باشید. مثلاً وقت سحر، بدن استراحتش کرده است، و معمولاً از جهت غذایی هم نیاز به غذا نیست. گرچه هر کسی به حسب طبعش متفاوت است. ممکن است کسی نیمه شب هم که بلند می شود، بدنش نیاز به مقداری غذا دارد.

#### جوع مفید

جوع مفید را قبلاً توضیح دادیم: گرسنگی ای که بدن ضربه نمی بیند و ماهیچه بدن آب نمی شود. بحث چربی بدن نیست، بلکه چربی باید آب شود.

باید بدن را به اندازه استفاده کرد، ولی جوع مفید داشت. این جوع مفید عجیب باعث می شود که جان انسان خوب آزاد شود و بتواند پرواز کند.

بدن تور شکار است، و این را باید خوب نگاه داشت و از آن استفاده کرد.

«ناگفته نماند که بدن تور شکار و سواری راهوار ماست، مبادا با او چنان کنیم که نه به کار شکار آید و نه تواند سوار را بجایی برساند،

وقتی بدن ضعیف شود، انسان حالت بیماری پیدا می کند، و حتی نمی تواند واهمه خود را هم کنترل کنند. فشار آوردن کار را حل نمی کند و مضرّ به حال سلوک است. باید از آن سواری گرفت و باید از آن کار کشید.

اگر برخی از توصیه ها در طب سنتی عمل کنیم، حتی بدن نیاز نیست به این که گوشت بخورد. می توان قوت های بدن را زیاد کرد. حتی شیوه هایی دارند به نام جوان کردن.

هستند کسانی که حتی پنج ساعت کار روحی میکنند و در عین حال بدن همراهی می کند.

«ره چنان رو که رهروان رفتند، کسی به ما نگفت که شب و روز را با یک دانه خرما بسر ببریم، در حد اعتدال، بدن نیاز به تعیش دارد **كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا**» ، انسان کامل آن کسی است که حق هر ذی حق را اداء می کند .»

لذا باید حق بدن را هم ادا کرد.

حضرت استاد می فرمود: باید حق هر چیزی را ادا کرد. در سلوک حق همسر را نخورید! نباید به یک جا ظلم کرد و در عین حال بالا رود.

بعد از این که این بحث ها تمام شد، شاید چند اصل ضروری به عنوان پایه های کار ایشان نام ببریم.

عرفانی که با فطرت بسازد و در عین حال با فضای معنوی و اجتماعی سازگار باشد و در عین حال انسان را به عمق بکشانند، عرض خواهیم کرد.

دریافت سلوکی از طریق جان

ایشان توضیح می دهد: ما که دنبال خدا هستیم، به عنوان مجهول مطلق نمی شود به دنبال کسی رفت، مجهول مطلق که نمی تواند مطلوب باشد. ارتباط اصلی ما با خداوند متعال: ارتباط وجودی است، آنجا که حقیقت ما شأنی از شئون حق تعالی و جدول هایی از دریای بیکران است. آب وجودی که به ما رسید، وصلیم به دریای هستی، از طریق حقیقت وجودی خودمان و همین هم راه خطاب ماست.

اگر نهی که از به یک دریا وصل است، از چه طریقی با این دریا صحبت می کند؟ از همان طریقی که به دریا وصل است.

ما هم جدولی از جداول وجودی حق تعالی هستیم و به حضرت حق وصلیم، و از همان راه با خدا ارتباط داریم.

اساساً وجود ما، وجود فقری به خداوند متعال است، این وجود عین ربط ما به خداست. هویت وجودی ما این گونه است، خودمان را باید این گونه در نظر بگیریم، حق با حالت ایجادیش، می شود این شیء. یعنی عین فقر به حق است.

بر این اساس، حقیقت عالم این است که همه وجه الله و ربط به حق و آیات حق هستند.

این حظّ وجودی ماست. حضرت استاد می فرمود: حظّ وجودی ما عین ربط است، پس ما اگر بخواهیم ارتباط برقرار کنیم، عین ربط به اویم، لذا مخاطب من همان حقیقتی است که مرتبط به اویم و وصل به اویم. بله ابتدا این حقیقت درونی ما برایمان آشکار نیست. چون با انواع تعلقات همراه شده است.

لذا کافر در عین حالی که منکر خداست، یک لحظه سخت برایش پیش می آید، می بیند و می یابد که وصل به حق است.

این همان است که در قرآن می فرماید:

«وَ إِذَا مَسَّكُمُ الضُّرُّ فِي الْبَحْرِ ضَلَّ مَنْ تَدْعُونَ إِلَّا إِلَٰهَ إِلَٰهَةٍ فَلَمَّا نَجَّاهُمْ إِلَى الْبَرِّ اُغْرَضْتُمْ وَ كَانَ الْإِنْسَانُ كَفُورًا (اسراء، ۶۷)»

دعا چیز خوبی است، و ارتباط وجودی با حق تعالی است. اگر چیزی به ما داده شود، از درون ما داده می شود و از طریق همین جدول به ما داده می شود. و این باعث می شود که تمثالات داریم، حقایق داده می شود،

«آقای من همچنان که طلب مجهول مطلق محال است، خطاب به مجهول مطلق نیز چنین است،

برخی را دیده ام که به گونه ای توضیح می دهند که خداوند مجهول مطلق است!

هر یک از ما شأنی و جدولی از دریای بیکران حقیقت دار هستی می باشیم

«فَجَعَلْتَهُمْ مَّعَادِنَ لِكَلِمَاتِكَ وَ أَرْكَانًا لِتَوْحِيدِكَ وَ آيَاتِكَ وَ مَقَامَاتِكَ الَّتِي لَا تَعْطِيلُ لَهَا فِي كُلِّ مَكَانٍ يَعْرِفُكَ بِهَا مَنْ عَرَفَكَ لَا فَرْقَ بَيْنَكَ وَ بَيْنَهَا»

همه جا را اسماء الله پر کرده است که این اسماء الله شأنی از شئون حضرت حق و مظهر اسمی از اسماء الله هستند.

علامه طباطبایی بیان زیبایی دارد؟

می فرماید: ما که اینجا زندگی می کنیم بسان یک آینه بزرگی است که همه چیز را در آن آیه می بینیم. در روز قیامت که حقیقت توحید آشکار می شود، آینه شکسته می شود و بعد همه می بینند که حضرت حق بود که آشکار شده است و آنجاست که ندای حسرت همگان بر می آید که: یا حسرتی علی ما فرطت فی جنب الله!!

هیچ موطنی نیست که خدا نباشد و همه جا خداست که دارد ظهور می کند، و همه جا اسماء الله است، و هر شیئی اسمی از اسماء الله است، اسم کونی، نه اسم الهی.

هر چیزی وجهی از وجوه الهی است.

ما هر کدام یک جدولی از آن دریای بیکرانیم، و از طریق همین جدول با او در ارتباطیم.

و از این جدول با او در ارتباطیم، البته:

هست ربّ النَّاس را با جان ناس

ارتباطی بی تکلیف بی قیاس

ما باید بحث های توحیدی قرآن را زیاد انجام دهیم و زیاد کار کنیم و این سر صحنه کار ما بیاید.

«و از این کانال او را خطاب می کنیم.»

این خیلی لطف دارد، در بحث نماز و در ایام نعبه... ما که بریده از حضرت حق نیستیم. باید از طریق همین درون، توجه وجودی به حضرت حق داشته باشیم. او را که نمی بینیم، توجه به حضرت حق که می توانیم داشته باشیم!

این که ایام نعبه، ارتباط با ذات حضرت حق است و راه ارتباطی ماست، در عین حالی که نمی توان به کنه او دست یافت.

این تعامل وجودی می خواهد، ارتباط وجودی می خواهد. در بحث اسرار نماز توضیح دادیم توجه وجودی به حضرت حق.

«غرضم از این نکته این است که هرچه عائد ما می شود از کانال وجود خودمان است این خیال رهن ما نشود که از خارج ما چیزی عائد ما می گردد.»

برخی ها حتی تمثلاتی برایشان رخ می دهد، می فهمند که این به خاطر عشق و تعلقی است که دارد. وقتی کینه یا شهوت زیاد باشد، نمی شود کاری کرد.

به وقتش که شده است آن ها که اهلش هستند می فهمند، که خلل و خلأیی در درون است. و برخی حالت جبلی دارد. گاه ما طینت ثانویه مان نزدیک به جبلی است، و گاه طینت اولیه ما جبلی است.

این حالت جبلی را باید با التجاء و توسل و بیچارگی حلّش کرد.

برخی می بینند که این مشکل در من به صورت جبلی جایگیر شده است و تنها راهش یک التجاء جبلی به حضرت حق است، و این پاک می شود. و بعد وقتی به مراحل بالاتر می رسند، هر مرتبه بالاتر گاه ممکن است هزارتا و بلکه بیش از آن از مشکلات درونیمان را حل می کند.

تا به جایی می رسد که ناب و سره می شود و هیچ مانعی ندارد و آن سو هم هیچ بخلی نیست.

کتمان سرّ

«اگر در حالات مراقبت تام تمثلاتی پیش آمد خوش آمد مکتوم بدار که سالک کتوم است، از عارف سر می رود و سرّ نمی رود.»

سالکان در ابتدا، تا سر را می گویند، آن می رود.

- و این زیر سر نفسانیت ماست و مشکلات نفسانی ای که داریم.

- دومین مشکل این است: که تا می گوئیم، مزاحمت بیرونی ایجاد می کند.



کسانی را دیده‌ام که هزاران چیز به و داده‌اند اما مشکلی به لحاظ اجتماعی برایشان پیش نیامد؟ چون اسرار را ابراز نکرد. در روایت هست که: اگر اباذر می‌دانست چه در قلب سلمان است او را می‌کشت! اما در عین حال در تاریخ آمده است که این دو با هم دوست بودند. چرا؟ چون که سلمان اسرار را کتمان می‌کرد و آشکار نمی‌کرد.

چرا انسان بگوید و اسرار را آشکار کند و مشکلات برای خودش ایجاد کند؟

اما یک نکته است که برای کسی که اهلش است، برخی از اسرار را می‌گفتند. خود حضرت استاد می‌فرمودند: دو استاد داشتیم که برادر بودند، یکی کتوم و یکی بذول.

خود ایشان می‌فرمود: برادر حضرت علامه آیت الله سید حسن الهی وقتی می‌گفتند خیلی ما را می‌شوراند و قوت و عزم می‌داد .... ولی علامه طباطبایی مثل این که اصلاً هیچ خبر نبود. و تنها دو یا سه نکته گفته بود. مثل این که هر وقت در روز مراقباتمان قوی تر بود، در شب مکاشفاتمان قوی تر بود.

برادر علامه فضای ویژه‌ای داشت و افراد محدودی داشت و اهل معنایی داشت و برای همان ها درس می‌داد.

کتمان سرّ انسان داشته باشد، از این جهت می‌گوید: این چیزی نیست، و حتی اگر به تجلی ذاتی هم برسد، می‌بیند که این وقتی به مقام اهل بیت مقایسه شود، چیزی نیست!

«به عرض برسانم: خوش باش که عاقبت بخیر است تو را.»

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۶۲ (۱۷) (۱۴، ۱۲، ۱۴۰۰ / ۲ شعبان / شنبه)

توصیه‌هایی که حضرت استاد داشتند برای عموم، همان ها را برای کسانی که در مرحله‌هایی هستند، دارد، اما معنای و دریافت و تلقی و تعامل در آن ها فرق می‌کند.

ما بنا داشتیم یک وقتی در مباحث عرفان دروادی عمل به دستورالعمل ها بپردازیم، این بحث ها هم نوعی بررسی دستورالعمل ها است.

- این که شب و روز داریم خود را می سازیم. نکته مهمی است.

- قرآن خواندن

- محاسبه

- مراقبه

- طهارت و دوام وضو

مراقبه ای که اینجا مطرح است را گفتیم، اما مراقبه نهایی را باید درجایش پرداخت.

ماه شعبان

حضرت استاد همیشه تاکید می کردند: این سه ماه را مراقب باشید. در توقیع شریف هم ماه های دارای حرمت اشاره شده است.

ما یک قاعده ای از حضرت استاد در جای دیگر هست که از آن استفاده کنیم:

ما اگر نتوانستیم از یک بخشی استفاده کنیم، در جای دیگر. شب نشد، روز، روز نشد، شب.

اگر رجب هم نشد، شعبان، شعبان نشد رمضان.

اندیشه امید، این که می شود راه را باز کرد، ...

این که حضرت استاد می فرمود: رجب گذشت و ما از خود نگذشتیم، خدایا تو از ما بگذر...

رجب نشد، شعبان هم همین گونه است.

یکی از مشکلات ما همین زباله هایی است که در جانمان است. و به این راحتی نمی شود ان ها را حل کرد. و باید

التجاء جدی به خداوند متعال داشت.

اگر یک ذره درست شود، ماه مبارک رمضان هم آباد می شود.

اگر رجب نشد، حال که در شعبان هستیم، از شعبان استفاده کنیم.

یکی هم استفاده از نفس قدسی حضرت رسول است. که یک نحوه خودشان را می خواهند مقرب درگاه رسول الله کنند، ...

صلوات در کارمان زیاد شود. هر چه صلوات بیشتر شود، خیلی موثر است. هم ذکر است، هم تقرب به اهل بیت و رسول الله است، گاه شگفت آور آثار دارد. حتی ظاهر صلواتی که می فرستیم، بدون توجه باطنی هم موثر است. صلوات ذکر است که خیلی عالی است.

کسی می گفت: رفتم طواف و هر چه کردم ذکر به یادم نیامد جز صلوات، در کل طواف صلوات فرستادم، حضرت فرمود: چه از این بهتر.

صلوات داروی همه دردهاست.

باید در این ماه شعبان متوسل به نفس قدسی رسول الله داشت. آن ها مظهر رحمت هستند، و دست انسان را می گیرند. می شود سحر داشت، استغفار داشت، صلوات داشت.

حتی همین که کسی تصمیم بگیرد، صرف همین تصمیم هم ارزش دارد ولو این که منتهی به نتیجه هم نشود.

همین که تصمیم می گیرد بد نباشد و خوب باشد. تصمیم می گیرد که در مسیر خدا باشد. تصمیم می گیرد نسبت به همسایه و خانواده و دوستان رفتارش درست باشد.

#### -مناجات شعبانیه

این هم خیلی عجیب است، و اگر کسی بخواند و باید بخواند.

برخی این گونه عمل می کنند: در رجب توقیع شریف را می خواند. بعد در شعبان توقیع را با مناجات شعبانیه می خواند و در ماه مبارک رمضان توقیع شریف و مناجات شعبانیه را همراه با دعای سحر می خوانند.

ترکیب این سه، خیلی عجیب است.

بنده خدایی می گفت: حضرت امام ره آن قدر درباره مناجات شعبانیه گفته بود، من همیشه سال این مناجات را می خوانم.

این مناجات مضامین بسیار عالی ای دارد.

ادامه مکتب سلوکی علامه حسن زاده آملی

گفتیم چندتا از دستورالعمل های ایشان را بخوانیم. چند نامه ای را گزینش کردیم. یک نامه را خواندیم.

ایشان در ادامه آن نامه که می خواندیم، ذکری را گفته اند:

ذکر شریف «یا حی یا قیوم یا من لا اله الا انت»

«آقای من در نزد اولیاء الله مجرب است که اِکثار ذکر شریف «یا حی یا قیوم یا من لا اله الا انت» موجب حیات عقل است.» بلکه مجرد عقل است.

ایشان گاه ذکر یونسیه را توصیه می کردند: لا اله الا انت سبحانک انی کنت من الظالمین. که این ذکر برای کنده شدن از ظلمت دنیا خیلی موثر است.

ایشان در اینجا این ذکر شریف یا حی یا قیوم... را دستور داده است و اِکثار آن را هم فرمودند.

لا اله الا انت، حال و حس حضور در آن هست. این حال و حس خیلی اثر دارد، ارتباط مستقیم با حق، مخاطبه و مشافهت با خدا صحبت کردن.

چه در ذکر یونسیه و چه در ذکر یا حی یا قیوم... وقتی ارتباط زیاد ادامه پیدا کند، به تدریج افتتاح می شود و راه باز می شود. حداقلش حس حضور است ولو به کشف نرسد. حس حضور یعنی به خدا رسیده است ولی توان ندارد که خدا را ببیند.

یادتان باشد: اذکاری که خطاب به أنت می شود، خیلی موثر است. گرچه هستند کسانی که با اذکاری که هو دارد، هم حس حضور دارند.

بیانی از حضرت رسول است خطاب به ابوذر در باره حس حضور:

کسی که نماز می خواند، مثل کسی که دق الباب می کند و ای اباذر معنی ندارد که کسی دق الباب کند ولی در باز نشود.

بین اسماء صفات مبدأ صفات اسم الحی است. و بین اسماء فعل مبدأ اسماء القیوم است.

الحی حال و حس ارتباط خاصی دارد که او می بیند که با من است و بیش از این ها هم هست.

الحی مرکز ثقل اسماء و صفات است در آن اراده و تکلم و اراده و... تمام اسماء صفاتی آمده است.

القیوم هم در نهایت علامه توضیح داده اند: تمام اسماء فعل در آن نهفته است و همه بر می گردد به القیوم.

انواع قیام داریم که یکی می شود خلقی، یکی می شود رزقی و....

نوعا اسم اعظم هایی که در قرآن هم آمده است، نوعا الحی القیوم در آن هم آمده است. در آیه الكرسی هم آمده در

آل عمران و سوره تغابن هم آمده است. در چند جای دیگر هم هست.

در الحی القیوم اگر زیاد بایستید، نفس با آن خو می گیرد، و اثر آن صفت در شما می نشیند.

اگر یا رئوف بگویید، آن را زیاد بگویید، رأفت در شما می نشیند.

اگر ذکر را ادامه دهید، خودش تخلق می آورد و انسان شبیه می شود.

اگر انسان کسی را که خوش خلق است را هر روز ببیند، خوش خلقی در او می نشیند.

اگر کسی هر روز ذکر الحی را بگوید، این صفت در او می نشیند و حالات آن صفات در او می نشیند.

این باعث می شود حیات عقل را و بلکه تجرد فوق عقلی هم می آورد. این یک ذکر است.

...

اگر کسی یک دفتری داشته باشد و یادداشت کند، می بیند که به تدریج هر بار یک القای جدیدی برایش می آید. بلکه هزار و یک معنی از این ذکر خواهد یافت.

قواعد سلوکی در این نامه

وقت مناسب خلوت

«وقتی با خدایت خلوت

نامه‌ها برنامه‌ها، ص: ۲۴۲

کن که بدن استراحت کرده باشد و از خستگی بدر آمده باشد و در حال امتلاء [شکم پری] و اشتها [گرسنگی] نباشد [استاد: هیچ وقت به خودتان گرسنگی شدید ندهید.] در آن حال با کمال حضور و مراقبت و ادب مع الله، خداوند سبحان را بدان ذکر شریف می‌خوانی،

دعا طبیعی ترین راه ارتباط با خدا

طبیعی ترین راه ارتباط انسان با خدا، دعا است. بعد که این را به حسب حال ادامه دهد، به تدریج به حضور می‌رسد. قرب حق، اجابت، سمیع بودن، بصیر بودن و... را می‌فهمد.

برخی یاد گرفته اند که هر روز در حالات مختلف دعا می‌کنند. آوَاه منیب هستند. در ریز و درشت کارشان از خدا طلب می‌کنند.

ایشان می‌فرماید: با کمال حضور. نه یعنی خدا را ببیند، بلکه احساس کند در محضر خداست.

همین که این را بگوید و بداند و منطقتش باشد، ولو این که ذهنش به این سو و آنسو برود، همین خوب است و ارزش دارد. که اگر این را ادامه دهد، به تدریج این شواغل باطنی کنار می‌رود و به تدریج ارتباط برقرار می‌شود.

باید یاد گرفت که خودش را بیاورد سر صحنه و با این شواغل بجنگد..

## ادب مع الله

یعنی مراعات مساله را بکند. نوع نشستن و .. البته هر کسی متناسب با حال خودش، آن که می تواند درست بنشیند و آن که نمی تواند به هر شکلی که می تواند مراعات ادب کند. مثلاً پیر شده است و نمی تواند درست بنشیند.

«عدد ندارد، اختیار مدّت با خود جناب عالی است مثلاً در حدود بیست دقیقه یا بیشتر و بهتر اینکه کمتر از یک اربعین نباشد، بیشترش چه بهتر. [بیان امام صادق علیه السلام یا امام باقر علیه السلام است که: هر کسی برنامه ای دارد، کمتر از یک سال نشود.

سعی کنید که جبرانی هم بگذارید، مثلاً اگر صبح برنامه است، نشد، شب، یا اگر حال نبود به شکل صوری انجام دهید.]

## قرائت قرآن

- قرائت قرآن مجید در شب و روز ترک نشود هرچند بقدر پنجاه آیه بوده باشد. [قرائت قرآن خیلی مهم است و این را باید در کارمان جدی باشد. منطق اصلی مان را باید از قرآن بگیریم.

کسانی را می شناسم که اصلاً عربی بلد نیستند، ولی همین که می داند این قرآن از سوی خداست، آن را قرائت می کند و حال و حس بسیار خوبی دارد.]

## طهارت

- طهارت را حفظ کنید حتی با طهارت بخوابید. [ایشان به طهارت خیلی تاکید می کردند. دایم الوضو بودن خیلی مهم است. دایم الوضو بودن خاصیت پاک کنندگی دارد. وقتی صورت را می شویید، دارید آلودگی جان را پاک می کنید. تطهیر می کند دل را و شستشو می کند دل را.

در نماز وقتی وضو می گیرد، از ابتدا ظاهرش را پاک می کند، ولی این به باطن می رسد.

آقایی می گفت: من از این که وضو من را رنگ شریعت ختمی می دهد دوست دارم و به این خاطر وضو می گیرم.]

طمأنینه و آرامش

- آقای من باید با تأنی و رفق و مدارا به راه بود نه با سرعت و اضطراب.

ایشان تاکید می کرد طمانینه داشتن را، و با عجله نمی شود و فایده هم ندارد. تشویش نباشد و با آرامش باید کار عبادی کرد، ذکر گفت.

اصلاً حظّی دارد آرامش تا جان خو بپذیرد. به گونه ایست تأنی که انسان احساس می کند که بر جان بنشیند.

از خدا جز خدا نخواستن

جساره عرض می کنم هیچ چیز از خدا جز خدا نخواه که چون که صد آمد نود هم پیش ما است،

درباره خودت زیاد طلب نکن، چیزهای عادی خیلی طلب نکن.

آیت الله بهاءالدینی یکی از این مسجدی ها دچار مشکل شد در ناحیه پا. گفتند باید پایش عمل می شد.

آمد محضر آیت الله بهاءالدینی گفت: من باید فردا بروم عمل کنم. ایشان به آن نمازگزار گفت: پاشو و برو.

شخص بلند شد و راه افتاد و دید مشکل پایش بر طرف شد.

اما وقتی به ایشان می گفتند: برای فرزندتان هم دعا کنید، می فرمود: ما اگر این ها را این گونه خرج کنیم که از ما می گیرند.

ما هم اگر چیزی می خواهیم، خود خدا باشد، ما حتی شهود را هم نمی خواهیم!

از تو حرکت از خدا برکت، نامه ها دریافت خواهی نمود. این عطیه فریده ایست که به حضور آن حبیب الله تقدیم داشتیم، والسلام.

قم - حسن حسنزاده آملی

دهم شهر الله المبارک ۱۴۰۳ ه. ق



اگر بشود سال بعد، نکته های سلوکی ای که ایشان داشت، را بگوییم.

یک مطلب دیگری هم درباره ایشان باید بگوییم: خصیصه این نوع عرفان چیست؟ چرا باید به این نوع از عرفان تن در دهیم.

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۶۳ (۱۸) (۱۴۰۰، ۱۲، ۲۱ / ۹ شعبان / شنبه)

این توصیه هایی که ایشان دارد، برای مراحل بالاتر، به صورتی دیگر در می آید. قرآن خواندن، وضو گرفتن، دوام وضو و... این که شب و روز داریم خودمان را می سازیم، معنایی عمیق تر پیدا می کند. حتی بسیاری در سرّ السرّ خودمان است که توضیح می دهیم.

راهی که می گویند، واضح است. حدود ۹ مورد را گفتیم. آباد کردن سحر، محاسبه، مراقبه، توصیه ای به اسم توجه دارند که این هم برای اهلش است.

بحث ادب مع الله،

داشتیم چند دستور العمل ایشان را می خواندیم. یکی از آن ها را خوانده بودیم.

بررسی دستورالعملی دیگر (نامه دوم)

نامه ها برنامه ها، ص ۵۷ تا ۶۲

این نامه برای ۱۳۵۰، ۹، ۲۱ آن نامه سابقه که خواندیم، برای سال ۱۳۶۲ بود. عرض کردیم همیشه باید جوری انجام داد که به انسان فشار نیاید.

این نامه را به صورت گزینشی می خوانیم.

بعد از ماه مبارک، مختصات دستورالعمل های حضرت استاد را خواهیم گفت.

« بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ رَبِّ ادْخُلْنِيْ مُدْخَلَ صِدْقٍ وَاَخْرِجْنِيْ مُخْرَجَ صِدْقٍ وَاَجْعَلْ لِّيْ مِنْ لَّدُنْكَ سُلْطٰنًا نَّصِيْرًا »  
«۱»، [خدایا آمدم، از سر صدق آمدم و مرا ...] رَبُّ اَنْزَلْنِيْ مُنْزَلًا مُّبٰرَكًا وَاَنْتَ خَيْرُ الْمُنْزَلِيْنَ «۲»، کتاب الله تعالی  
علیکم الرحمة. [انتخاب این آیات در ابتدای نامه خیلی حال خوشی دارد].

آقا در چه حال است؟ آیا چون رجالٌ لَا تُلْهِيْهِمْ تِجَارَةٌ وَّلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ «۳». از زرق و برق دنیا رهایی یافته است و از ماسوی روی برتافته است، و یا چون صبیان خاک بازی می کند [از همین ابتدای نامه شخص را بیدار می کند. که اهل دنیایی و مشغول دنیایی یا به اهل آخرت هم شده ای؟]

جمعی از شاگردان شنبه خدمت استاد رسیده بودند، از چهارشنبه تا شنبه کمی از خدا و معنویت فاصله گرفته بودند، حضرت استاد فرمودند: از خدا و پیغمبر چه خبر؟!

دنیا در عین حال که متجر اولیاء الهی است، بسیار رهن است. اصلاً حکمت قرآنی در باب دنیا خیلی خوب و عالی است. از یک طرف همین دنیاست که باید در آن کار شود، از یک طرف مشکل ما همینجاست. دنیا زرق و برق هایش خیلی ها را گرفتار می کند.

گیرم که برای خودت کشی شد و همه هم گفتند به به! اما آخرش تا کی؟ و کجا؟! تا دم قبر است دیگر!

حتی گاه منطقتش دنیایی نیست، ولی وقتی می رود بین مردم و جامعه، آن وقت منطقتش تغییر می کند و دنیایی می شود. لذا انسان باید مراقب باشد و همیشه ارتباطش با پروردگارش را باید داشته باشد.

که: التراب ربیع الصبیان؟ آیا در حضور است یا دور است؟

حضورى گرهمى خواهى ازو غايب مشو حافظ      متى ما تلق من تهوى دع الدنيا و أهملها

[انسان گاه به جايى مى رسد كه يا دنيا يا خدا، بايد انتخاب كند.]

حضورى را علائم است، رأس آنها ادب مع الله است [هميشه جانب خدا را رعايت كردن، ادب مع الله است.] الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ ﴿٤﴾. [ديده ايم برخى به هر دليلى غفلتى مى كنند، اما بعد از غفلت، حالشان ديدنى است، هى هى كردن و داد و بيداد كردنهايشان جدى است. چه كرده اى؟! و با اين حال خودش را به حضور مى كشاند.]

حضرت استاد، گه گاهى كه قبض داشتند، اين قبضشان ديدنى بود، در عين حالى كه حضور مع الله را دارد، ولى انفتاح نيست. آنجا داد و بيدادى كه مى كرد، دل همه را كباب مى كرد و خيلى عجيب بود!

ما همه چيز را داريم، ولى خدا را نداريم، ...

ابتداى كار نبايد سخت گرفت، بلكه همين قدر كه برنامه اى داشته باشيد، كافى است.]

از خدا جويم توفيق ادب      بى ادب محروم گشت از لطف رب «۵»

در سوره و النجم از اوصاف رسول الله صلى الله عليه و آله و سلم است كه: وَ مَا يَنْطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ. از آن بزرگوار بايد سرمشق گرفت كه ميزان قسط است لَقَدْ كَانَ

نامه ها برنامه ها، ص: ۶۰

لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ ﴿١﴾ كه زبان اگر يله و رها شود از مار گزنده تر است، در زبان داستانها گفته اند.

## ترک علایق دنیوی

آقای عزیز هیچ موهبتی از نعمت ترک علایق دنیوی بزرگتر نیست که همه مفاسد به این علاقه متعلق است.

[بنده خدایی که کرّ و فر داشت، در جاده ای نزدیک بود که به ته دره پرت شود، آن لحظه که به آنجا رسید، فهمید که کل دنیا هیچ است. هیچ یک از این تعلقات دنیایی مفید نیست.

البته تعلق به همسر و فرزند و خانه و ماشین و... می تواند خدایی باشد. بحث ما این نیست، بلکه منطق پشت صحنه اگر دنیایی بود، این می شود دنیا. می شود اعمال عاطفه به فرزند کرد و خدایی باشد. می شود خدایی باشد. می شود کاری کرد که خدا خوشش بیاید. رضایت خدا را در آن جلب کرد. در این ها بحثی نیست. نه این که این ها را نباید داشت. بلکه این ها را داشت، اما تعلق به این ها نباید داشت.

یک ولی خدا می گفت: این ها را نگاه می دارم تا برای خدا خرجش کنم.

بنده خدایی موقعیت پیدا می کند تا برای خدا خرج کند، از مظلوم دفاع کند، این بد است؟ خیر، چرا بد است.

برخی از این ها قرار است کار برای ما برسد، کار اخروی برسد.

ما می فهمیم که تعلقات دنیایی چیست؟

بنده خدایی می گفت: در همینجا به کودک خیلی توجه کرد و دلش را به دست آورد، لحظه آخر می بیند که الحمدلله یک سرمایه دارد و می رود. این که نشد تعلق!

ما همه اش خدا را بخواهیم و...

اگر احیانا این تعلقات گفته می شود، بدانند که ته این ها تا لب گور است، و بعد از این به درد نمی خورد.

ولی می توانی کاری کنی که برای آخرت باشد. تک تک کارهایی که در دنیا می توانی انجام دهی، اما بشود برای آخرت.

یک حکمت عجیبی در قرآن است، یک دور آیات قرآن درباره دنیا را بررسی کنید.

این ها جزء بینات است و ما هم قبول داریم، ولی آن ها را در زندگی خودمان پیاده نمی کنیم.

فرهنگ قرآنی بسیار عالیست. اگر کسی بتواند این را خوب بررسی کند. برخی می گویند: همین یک حکمت قرآنی درباره دنیا را خوب پیاده کنید، برای شما کافیست.

چه می شود که دنیا برای ما می شود مزاحم؟ برخی پول جمع می کنند، بعدش چه کار می خواهی بکنی؟ اصلاً بشوی قارون، چه می شود بعدش؟ هر چه که در این دنیا از تعلقات پیدا می کند، آخرش چه می شود؟!]

فطرت نمی گوید: لذت نبر، بلکه لذت مزاحم را کنار بگذار. بلکه تبدیل می شود به عبادت، عبادت که بد نیست.

غلام همت آنم که زیر چرخ کبود      ز هرچه رنگ تعلق پذیرد آزاد است «۲»

دستور به سحر

اگر دستور العمل می خواهی مگر این آیه را تلاوت نکرده ای؟ وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا «۳» و مگر نشنیده ای؟

دوش وقت سحر از غصه نجاتم دادند      و اندر آن ظلمت شب آب حیاتم دادند «۴»

و مگر برایت نخوانده ام؟

در خلوت شبهای تارت می توانی      آری بکف سرچشمه آب بقا را «۵»

در مواقف نفری که با خدا صحبت می کند، تعبیر می کند از زبان خداوند متعال نقل می کند: اللیل لی.

خلاصه مرد سحر باش که:

صمت و جوع و سهر و خلوت و ذکر به دوام      ناتمامان جهان را کند این پنج تمام

[صمت: یعنی سکوت و حرف بیخود نزدن. حرف اضافی را باید حذف کرد. البته برای تعامل لازم است حرف زدن. بنده خدایی میهمان آمده بود منزلش، و با او صحبت نکرد، می گفت: چون در سکوت بودم! یا کسی با همسر حرف نمی زند، به دلیل این که در سکوت بود!]

برای تعامل درست داشتن با دیگران، گاه باید حرف زد ولی آن وقت که حرف می زنی، مراعات کن و هرجوری حرف نزن.

اما جایی که لازم نبود، خوب انسان سکوت می کند و حرف نمی زند.

گرسنگی مفید را توضیح داده ایم.

ذکر به دوام را هم گفتیم. خلوت هم باید یک نوع عزلت داشت، که شریعت عزلت را خیلی عالی معنی کرده است. شریعت هیچ جا نگفته است که از جامعه باید برید، بلکه اوقاتی را برای خلوت مشخص کرده است، مثل بین الطلوعین. بلکه گاهی خلوت های عمومی بسته است، مثل اعتکاف، حالت ارتباط با خدا داشتن به صورت جمعی. همه می رویم تا از زندگی روزمره جدا شویم و ارتباط جمعی با خدا داشته باشیم.

یا حضرت رسول هم که خلوتی به شکل رفتن به غار حرا داشت.

جبران وقتی که از دست رفته است

و دست از دامن دوست برمدار:

به و الله به بالله به تالله      به حق آیه نصر من الله

اگر کشته شوم الحکم لله

که مو از دامن دست برندیرم

[اگر بر فرض بین الطلوعین را از دست دادی، در روز نمی شود استفاده کرد؟]

اگر در شب نگرفتی در روز بگیر، و اگر روز را به رایگان از دست دادی شب را

نامه‌ها برنامه‌ها، ص: ۶۱

دریاب.

[برخی حرفشان این است: سهم ما از هر روز این قدر است، من چرا سهم خود را در نیابم! درست مثل این که برای هر کسی یک سهمیه پولی در روز در نظر گرفته باشند.

لذا اگر کسی نتوانست شب را استفاده کند، روز استفاده کند، و اگر روز هم نشد، یک آه که می تواند بکشد!]

این راه و رسم گدایی را خود جناب دوست به ما یاد داد که فرمود:

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ خِلْفَةً لِّمَنْ أَرَادَ أَنْ يَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ شُكُورًا «۱». سرّش این است که جواد است و جود گدا می‌خواهد.

[خدای جواد هر دم گدا می‌طلبد و دایما فیض می‌رساند.]

جود محتاج گدایان چون گدا

بانگ می‌آید که ای طالب بیا

همچنانکه توبه خواهد تائبی

جود محتاج است و خواهد طالبی

همچو خوبان کآینه جویند صاف

جود می‌جوید گدایان و ضعاف

روی احسان از گدا پیدا شود

روی خوبان ز آینه زیبا شود

چون گدا آیینہ جود است هان

دم بود بر روی آیینہ زیان

پس از این فرمود حق در والضحی

بانگ کم زن ای محمد بر گدا «۲»

و چون جناب معشوق فرماید: **وَأَمَّا السَّائِلَ فَلَا تَنْهَرْ** «۳». خود با سائل چگونه بود؟

عارف رومی نظما و نثرا چه خوش گفت؟! نظمش آن بود و نثرش این:

«چنان که گدا عاشق کریم است کریم هم عاشق گدا است. اگر گدا را صبر بیش بود کریم بر در او آید، و اگر کریم را صبر بیش بود گدا بر در او آید، اما صبر کمال گدا و نقص کریم است».

چرا فرصت از دست می دهیم

این بنده اگرچه هنوز در خواب خرگوشی است ولی به ظاهر در بدو بیداریش می گفت: «الهی اگرچه درویشم ولی دارا تر از من کیست که تو دارای منی».

و پس از مدتی می گفت: «الهی تو را دارم چه کم دارم پس چه غم دارم».

تا پس از چندی می گفت: «الهی شکرست که از شرق تا غرب عالم به حسن خدمت می کنند».

نامه‌ها برنامه‌ها، ص: ۶۲

این نیز بگذشت و تا این که می گفت: «الهی تاکنون می گفتم جهان را برای ما آفریدی و الآن فهمیدم که خودت هم برای مائی».

این هم بسر آمد و اینک می گوید: «الهی دارا تر از من کیست که تو دارایی منی».

غرض این که:



خدا آن تو و تو مانده عاجز

ز تو بیچاره تر کس دید هرگز»۱«

خوشا به طيور اولی أجنحه که با جناح عشق و همت از دامگاه علایق برجسته‌اند

ألا یا أيها العنقا ألا یا نفخة الرحمان

ألا یا جنة المأوى ألا یا نفخة الرضوان

تذكر عرش العرشى و اطلع ذلك المطلع

و أهمل هذه الأوكار للأبوام و الغربان»۲«

امید است که در حال حضور تام و توجه کامل شکارهای خوبی نصیب آقا شود.

به قول عارف رومی:

آن خیالاتی که دام اولیا است

عکس مهریوان بوستان خدا است

آری عکس مهریوان بوستان خدای متعالی خیالات روحانی اولیاء الله است که آنان را به سوی دوست می‌کشانند که می‌نمایند و می‌ربایند، نه خیالات بوالهوسان دنیاوی که چنان آنان را در غواسق طبیعت پابند کرده‌اند که در یک عمر یک آن از خود سفر نکرده‌اند و گامی از خودکامی برنداشته‌اند.

آن خیالاتی که دام و پابند اولیاء الله است و آنان را الهی کرده است تجلیات و مکاشفاتی‌اند که از بطنان عرش و مکنن غیب خزانه کن فیکون بر سر سالك شیدا افاضه می‌شوند، و رؤیت صور بی‌ماده روحانیان و تشرف در محضر انبیاء و ائمه و وسایط فیض الهی‌اند که مهریوان بوستان خدایند.

صور این مهریوان از ماورای طبیعت که عالم مثال و خیال است در صفحه نورانی

نامه‌ها برنامه‌ها، ص: ۶۳

قلب عارف منعکس می‌شوند.

خیالات اولیاء الله علیّینی‌اند، خیالات بوالهوسان سجّینی. آن خیالات فرشتگانند و اینها دیوان. آنها سماوی‌اند و اینها ارضی. آنها نورانی‌اند و اینها ظلمانی. آنها به خدا کشانند و اینها به دنیا. صاحبان آنها ملائکه اولی‌اجنحه‌اند و اینها بهائم و سباع.

در ماه مبارک رمضان که شرف حضور داشتم گفتم:

دارم منم و خیالت ای دوست

دارم هوس وصال ای دوست

افتاده عجب به جالت ای دوست

این مرغ ز جالها رهیده

گفتا که خوشا به حالت ای دوست

رندی چو مرا بدید اینحال

پرواز دهند و بالت ای دوست

در جال فتاده‌ای ولیکن

آنی چو هزار سالت ای دوست

پرواز برون ز حدّ احصا

دارم به ره نوالت ای دوست

دیده به امید این نویدش

با چشم دگر جمالت ای دوست

در خواب روم مگر که بینم

مات تو بُده است و لالت ای دوست

در وصف تو هر که را که دیدم

رسمی بود از خیالت ای دوست

ای آن که فرشتگان رحمت

تصویر ز خطّ و خالت ای دوست

ای آن که مجرّه هست و بیضا

ظلی بود از ظلالت ای دوست

ای آن که زمین و آسمانها

ای نور روان و دیدگانم

هرگز نبود زوالت ای دوست

در آینه دل حسن نه

عکس رخ بی‌مثالت ای دوست «۱»

آه به وقت رفتن

آه‌آه اگر وقتی بیدار شویم که کاروان رفتند و خبردار شویم که این نبود که ما می‌پنداشتیم و بدان دلخوش بودیم. [گاه آدم می‌بیند لحظه آخر، هیچ ندارد و همه چیز از دستش رفته است. مثل عمرو وعاص که وقت مرگ دید که دارد می‌رود و دستش خالی است، گفت: من اگر پشکل جمع کرده بودم، برایم بهتر بود تا این همه اموال جمع کرده بودم]

نامه‌ها برنامه‌ها، ص: ۶۴

توصیه به اربعین

اربعین یعنی: هر روز در جان چیزی را حک می‌کنیم و این به تدریج صورت می‌گیرد تا پایان اربعین کامل حک شود.

خواجه آگاه است که عدد اربعین در تکمیل ناقصان دخیلی عظیم دارد، چه در عالم اسراری عجیب است.

مثلاً اولو العزم پنج تن و اصحاب کساء پنج تن، وانگهی هر یک خامس اصحاب کساء، و نماز واجب شبانه‌روز در پنج وقت آری، الأرواح جنود مجنّدة.

اربعین کلیمی در پیش داری و **وَإِعْدْنَا مُوسَى ثَلَاثِينَ لَيْلَةً وَأَتَمَمْنَاهَا بِعَشْرِ فِتْمٍ مِيقَاتُ رَبِّهِ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً ... «۱»**. به هوش باش و این کمترین را فراموش مکن.

سعدی مگر از خرمن اقبال بزرگان

یک خوشه ببخشند که ما تخم نکشیم

دل آینه جمال‌نمای هو، و سفینه دریای اوست. خود را باش که یار طیب دردمندان است.

وہ لسان الغیب چه خوش گفته است:

عاشق که شد که یار به حالش نظر نکرد      ای خواجه درد نیست و گرنه طیب هست

خدای متعالی سینهات را طور سینا کند، و دیده دلت را به نور لقایش رشگ ضیاء گرداند.

توصیه ای برای محفوظ ماندن

اولیاء الہی معمولاً حرزهایی را توصیه می کنند، که آفات و بلیات را حفظ می کند، هم آفات و بلیات مادی و دنیوی و هم آفات و بلیات باطنی و درونی.

بزرگان فرموده اند:

هر که بعد از نماز صبح و مغرب هفت بار بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ، و سی مرتبه سُبْحَانَ اللّٰهِ وَ الْحَمْدُ لِلّٰهِ وَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللّٰهُ وَ اللّٰهُ أَكْبَرُ بگوید از جمیع آفات و بلیات در امان خدای تعالی است.  
[دستورات حرزی معمولاً زیاد می دهند، مثل چهار قل، یا حرزهای اهل بیت، یا حرز امام جواد علیه السلام.  
مرحوم قاضی هم حرزی داشت.]

داشتن حالت عشقی

که سالک بی خبر نبود ز راه و رسم منزلها

به می سجاده رنگین کن گرت پیر مغان گوید

«۲»

نامه ها برنامه ها، ص: ۶۵

تن به دنیا دار و دل به مولا تا نام و مونسیت شود و پیغام او آرامشت دهد که دل عاشق به پیغامی بسازد.

و حقیقت کشف این است که میان دل و دلداری حجاب نبود. [این راه را ادامه بده تا در نهایت به نتیجه خواهی رسید].

جهد کن که در همه حال سرت با یار بود. نه در کوچه و بازار به خصوص در هنگام نماز که المصلی یناجی ربّه و مناجات بین دو کس است بنگر تا با که نجوی داری و دو بودن چگونه است؟

العبد الآبق حسن حسن زاده آملی

لیله یکشنبه ۲۳ شوال ۱۳۹۱ ه ق

۲۱ / ۹ / ۱۳۵۰ ه ش»

ترک دنیا، دغدغه خدا داشتن، ادب مع الله داشتن، سحر داشتن، شب نشد، روز و روز نشد، شب، دست از دامن دوت بر مدار، باید دست به کار شد و از سویی کمالاتی برایت خواهد بود، باید چله هم گرفت، حرزی که داده است، همیشه حالت عشقی در کارت باشد.

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۶۴ (۱۹) (۱۴۰۱، ۲، ۱۷ / ۵ شوال / شنبه)

نکته ای که در بحث های عرفان دروادی عمل باید توجه کرد، مسایل معرفتی و تاثیر آن است.

یک بحث درباره اخلاق عرفانی است که باید چند سال به آن پرداخت.

یک بحث ضوابط عرفانی است که یک وقتی هم باید به آن پردازیم.

یک بحث هم درباره دستورالعمل ها است که آقایان عرفا در این زمینه خیلی حرف دارند و توضیح می دهند و دستورالعمل می دهند. تجویزات ویژه ای می کردند. یک وقت به حسب مشکل به طرف می گفتند که چه کنند یک وقت هم دستورالعمل ویژه می دهند.

ما می خواستیم یکی دو سالی به این دستورالعمل ها پردازیم. صدرا دارد، شیخ اشراق دارد، فیض کاشانی دارد.

مباحثی که درباره حضرت استاد حسن زاده پرداختیم، این بحث ذیل بررسی دستورالعمل ها می گنجد.

در عرفان عملی فقط منازل نیست، بلکه خیلی بحث های دیگری هم دارند که گسترده است که باید روی آن هم کار شود.

یک بحث دیگری هم هست: یک دور نگاه به شریعت از منظر عمل و سلوک. آن هم یک دور باید انجام شود در جایش.

اگر این ها انجام شود، تقریباً چشم و گوش باز می شود در مباحث عملی.

پس جایگاه بحث مکتب سلوکی حضرت علامه ذیل بحث از دستورالعمل ها می گنجد.

طهارت، قرآن خواندن، تحصیل علم مناسب با فضای سلوک که باید حرف شنید. یکی آباد کردن سحر، وضو و دوام وضو، مراقبه...

پرگویی و پرخواهی نشود...

این ها دستورات حضرت استاد بود، عمدتاً این ها برای کسانی است که عموم مردم هستند و برای طلبه هایی که به مراحل نهایی نرسیده اند.

برای مراحل نهایی ابتدا گفته شد که باید عرفان نظری خوانده شود تا دست به کار سلوکی شوند اما دستورات سلوکی مراحل نهایی را نگفتیم. فقط اشاره کردیم که به عرفان نظری احتیاج داریم.

عموم طلاب و مبتدیان را گفتیم.

به عنوان نمونه چند دستورالعمل های سلوکی ایشان را خواندیم. دو نامه را خواندیم.

ص ۲۳ تا ۲۶ بلکه از ۱۹ تا ۲۶ نامه خوبی است که حدود ۱۵ تا دستور العمل دارد. نامه دوم

ص ۲۷ تا ۳۱ نامه سوم.

اصول و مبانی سلوکی استاد حسن زاده آملی

گرچه همین مقداری که گفتیم، در آن اصول و مبانی سلوکی ایشان آمده است، اما الان می خواهیم مشخصا به اصول و مبانی ایشان در فضای سلوک پردازیم.

چند اصل در کارهای سلوکی ایشان و دستورات ایشان اخذ شده است. در توصیه ها و تشویق هایشان اخذ شده است. ۱. همه دستورات باید برآمده از شریعت باشد.

تنها راه، راه شریعت است. راه سلوک با همه عمق های باطنی اش را باید از شریعت اخذ کرد. و شریعت باید راه را باز کند یا امضا کند. والا غیر از این سلوک واقعی و اصیل نیست.

نامه ها و برنامه ها، ص ۲۷ (نرم افزار ص ۳۰)

« بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ وَ لَهُ الْحَمْدُ، وَ السَّلَامُ عَلَيْنَا وَ عَلَى عِبَادِهِ الصَّالِحِينَ » شوریده ای از شوخ دیده ای دستور می خواهد. دوست دارد سخنی از دهان بی زبانی بشنود. آنچه خود داشت ز بیگانه تمنا می کرد. بیم آنست اگر امثال نشود خاطر عاطرش ملال گیرد.

دستور العمل انسان، فقط و فقط قرآن کریم و سنت رسول خاتم و آل او علیهم السلام است، و جز آن هوا و هوس است. اگر ما را گفتاری بود همان حقایق است که به قالب الفاظ دگر به فراخور فهم و بینش ما در آمد.

نامه ها و برنامه ها، ص ۲۲۵، (نرم افزار ص ۲۴۰)

« از این کمترین دستور العمل خواسته اید، آقای من صدای دهلی را از دور شنیده اید، و از نزدیک هم به انبار کاه برخورد می کنید، مع الوصف عدم امثال را روا ندانستم، به عرض می رسانم که دستور العمل انسان قرآن است که  
إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ »

«عرفان اصیل اسلامی را منطق وحی اعنی قرآن مجید حائز است، و روایات صادره از وسائط فیض الهی که اهل بیت عصمت و طهارت اند به منزله مرتبه نازله قرآنند.»

بررسی بستر تاریخی

این مساله به این جهت که به لحاظ بستر تاریخی برخی از فرقه ها و نحله از مسیر دستورات شرعی خارج شده اند. مثل فرقه قادریه، که جامی در نفحات الانس به شدت آن ها را نقد می کند و برخی از عمل های ایشان را عمل شیطانی می داند.

برخی هم از سر جهالت و نادانی برخی از کارها را انجام می دهند.

همیشه در میان عارفان کسانی هستند که با این دسته از افرادی می جنگند و آن را رد می کنند. التعرف، رساله قشیریه، کشف المحجوب و .... همه اش اعتراض می کنند به این افراد. برای حل این مسایل این کتاب ها را نگاشته اند.

جنید بغدادی را شیخ الطایفه می کنند چون وزانت هایی داشتند که باعث می...

عرفان اسلامی کاری می کند که جوهر را .. انسان را به سمت خاصی می برد، اندیشه امامت، وحی و.... چیزهایی است که به شدت عارفان ما را جهت داده است.

این به لحاظ بستر تاریخی. همیشه این کش و قوس بوده است. و هربار تصریح می کردند که چنین خلاف هایی اصلا در عرفان اسلامی نیست.

حضرت استاد هم به شدت نسبت به دراویش موضع داشتند و انتقاد می کردند. و گاه از اساتیدشان نقل می کردند، مثلاً از ایت الله الهی قمشه ای نقل می کردند که می فرمودند: اگر این بوقعلی شاه ها نبودند ما مشکلی نمی داشتیم.



اما از ملاحسینقلی همدانی به بعد، یک نسل ویژه ای پدید آمده اند که از یک جهت در اجتهاد قدر هستند و کم کسی نیستند. مرحوم سید احمدکربلایی را میرزای شیرازی می خواستند مرجع بعد از خودشان معرفی کنند.

مرحوم ملاحسینقلی خودش، مرحوم قاضی در حد مرجعیت بود. مرحوم علامه طباطبایی این گونه بود. خود حضرت استاد حسن زاده آملی هم رساله عملیه داشتند و مکتوب کردند و دادند به کسی و آن برد و دیگر نیاورد.

آیت الله خویی درباره علامه طباطبایی فرموده بودند: ایشان خودش را تضحیه کرد!

این ها در فقاقت معارفی و احکامی از همه برترند و بی نظیرند. این نحله از این جهت خیلی ویژه است.

لذا همان تعبیر مرحوم قاضی می فرمود: راه ما راه علمای فقهای عرفا است.

این نسل، نسلی است که به جد مصرّ بر شریعت، مصرّ بر آیات و روایات، مصرّ بر فهم درست فقهاتی، و همه بحث های فقهی و اصولی که داریم مع اضافه، و مصرّ بر فهم شریعت به لحاظ فقهاتی. الان علامه را ببینید، در تفسیر کسی مثل ایشان داریم؟

با همه این ها، یک امر سومی هم دارند و آن دغدغه سلوکی جدی به تمام معنی. که احساس خسارت می کنند که حتی یک روزشان سیر و صعود نداشته باشند. در فضای سلوک هم بی نظیرند، تقریباً تمام عمرشان را گذاشته اند برای سلوک در عین حالی که در فهم معارف گذاشته اند و..

این ها می گویند: طلبگی بدون معنویت خسارت است. می گویند: ما آمدیم در طلبگی تا به کمال برسیم.

این تبدیل شده است به نحله آخوند ملاحسینقلی همدانی.

در کتاب فروغ معرفت که مراحل عارفان را توضیح می دادیم، گفته ایم که در عرفان نظری هم این ها هستند می درخشند. مثل امام و علامه و حضرت علامه حسن زاده، مرحوم میرزاجوادآقا ملکی تبریزی و...

قدرت فقاقت و شدت تعبد و دغدغه شدید سلوکی، و دقت های عمیق عرفان نظری و... اینجا یک اوجی پیدا می کنیم که هیچ جا نمی توانیم پیدا کنیم.

و جالبست که در خارق عادات هم آن قدر قوت داشتند، که همه را خاضع می کردند، در عین حالی که بنا بر اظهار خرق عادات نداشتند.

شبیه قاضی در بین عرب زبان ها بسان قاضی بود برای ما. که از نسل ملاحسینقلی همدانی بود. اسمش یادم نمی آید. یک دوره ای بزرگواری آمده بود حدود ۵۰ یا ۴۰ سال پیش، از شاگردان قاضی، که چقدر در توحید قوی بود. اگر چنین معجونی نباشد، این گونه جواب نمی دهد. که در فقاہت قدر و قوی و..... اجتهادشان و علمیتشان و عرفان نظری خواندن هایشان، فهم متن دینی شان چقدر قوی بود. اجتهاد سلوکی، کار سلوکی، دغدغه های سلوکی، دستور العمل هایشان...

ما در این بازه زمانی هستیم و حضرت استاد حسن زاده هم جزء این هاست.

یکی از اصول اصلی این نحله، تاکید تام بر شریعت و این که تنها راه، شریعت است.

و نگاه کنید علامه طباطبایی در رساله الولایه تصریح می کند و توضیح هم داده است:

برخی می گویند: اصل سلوک را دین گفته است ولی کیفیت سلوک را نگفته است و واگذار می کند به خودتان.

بعد علامه این را نقد می کند که این چه حرفی میزند. حرف های سید حیدر آملی و امام خمینی را در این زمینه ببینید.

باید طبق احکام شریعت با تمام ضوابط باید عمل کرد.

با این انضباط در شریعت به معنای احکامی اش.

همچنین انضباط در طریقت با فهمی از طریقت که از شریعت داشتند.

این را با تمام ضوابطی که دارند و بحث های اجتهادی فراوانی دارد. در نوع تلقی کاستی داریم.

...

برخی تا این بحث ها را می شنوند، می گویند نگو! در حالی که خبر ندارند که این ها را شریعت گفته است.

ما دوست داریم همان طور که در بحث های فقهی وسایل الشیعه نگاشته شده است، در سلوک هم کتاب نگاشته شود و ابواب آن دسته بندی شود. و...

این مجموعه در این نحله و این افراد نشسته است. و حرفشان این است:

ما در شریعت و طریقت و حقیقت، باید ببینیم که دین چه گفته است. شریعت خاص یعنی احکام. بعد طریقت و بعد حقیقت. این می شود شریعت به معنای عام.

باید این مجموعه را دید و نتیجه گرفت. به جد هم می گویند: راه این است و جز این نیست.

این نحله یکی از ویژگی هایش، تاکید جدی بر شریعت است.

#### سر تاکید بر شریعت

شریعت آمده است ما را به سعادت و کمال برساند. اگر بگویید: سلوک کنید و بقیه را نگوید، کدام چاه است و کدام راه، اصل فضای شریعت، این سلوک است، این اصل را نگوید؟

بله می شود چیز جدیدی داشت اما بر اساس شریعت.

هر چه که مطابق با شریعت نباشد، در این نحله پذیرفتنی نیست.

شریعت بگوید: عامی و عالم، پیر و جوان، زن و مرد، همه را می خواهم به کمال برسانم، از یک جهت بگوید: هیچ حرفی در این زمینه نمی زنم؟!

اصل سعادت اصلی با این سلوک تامین می شود، ولی شریعت در این زمینه چیزی نگفته باشد؟!

این شرک خفی که شریعت می گوید چیست؟ مشخص است که امری باطنی است. وقتی شرک خفی را نفی می کند، چه می کند؟ این بحثی سلوکی است.

اخلاص و توحید، جزء مباحث سلوکی است و نتیجه می گیرد. بحث توکل هم جزء مباحث سلوکی است. که توکل زیر سر کفایت و کافی بودن خدا است.

این همه حرف شریعت زده است، بعد می گوئید: این حرف ها را ندارد؟

می گویند: دقایق و ظرایف نهایی را باید با شریعت حل کرد.

حضرت استاد می فرمایند:

قرآن صورت کتبیّه انسان کامل است. آن اوج اوج حضرت رسول می شود قرآن.

انسان کامل یعنی: آن کسی که به اوج اوج سلوک رسیده است. و قرآن صورت کتبیّه اوست. یعنی: تمام ظرایفی که انسان را به انسان کامل تبدیل کند، در قرآن آمده است. یعنی تمام ظرایفی که تبدیل شده است به حضرت رسول و حضرت امیر و..... حضرت حجت، در قرآن آمده است.

ما اگر بخواهیم آیات را بررسی کنیم، ما مراحل عبودیت را در سوره حمد توضیح دادیم، که آخرین مرحله همانی است که اهل بیت رسیده اند، در خود قرآن آمده است. مخلصون و مقربون و... مقربین در دو چیز فاصله گرفته اند: حسن یقین و صدق اخلاص. که همین دو ضابطه است که اگر کسی این دو را پی بگیرد، می تواند به نتیجه برسد. اساساً قرآن قرار است همه مراحل سلوکی را بگوید. بلکه دقایق و ظرایف نهایی که برای حجت خداست، در قرآن آمده است. حجت خدا در قرآن است که همان مکتوب شده است، شده است قرآن.

نامه ها و برنامه، ص ۲۳ (نرم افزار، ص ۲۶)

«قرآن که صورت کتبیّه انسان کامل - أعنی حقیقت محمدیه - است، به اندازه‌ای که از آن بهره برده‌ای به حقیقت خاتم صلی الله علیه و آله و سلم تقرّب یافته‌ای اقرأ وارقه.»

دقایق و ظرایفی که در قرآن آمده است، دقایق و ظرایف سلوک نهایی است که فقط در قرآن آمده است و مخصوص شریعت ختمی است.

با این نگاه، قرآن و روایات ما جایگاه ویژه برای مراحل نهایی پیدا می کند، البته انسان باید زبان دان شود. و هر کسی نمی تواند آن ها را بفهمد.

برای برخی از مراحل، حتی مباحث باید ترک شود و ...

زبان دان کسی است که در این مسیر باشد و کار کرده باشد و زحمت کشیده باشد و عمر گذاشته باشد و قوت پیدا کرده باشد و روش اجتهادی داشته باشد.

این آقایان تاکید می کنند: لَبّی دارد که اساسا باید قرآن را جوری دیگر دید.

حضرت امام ره بیانی دارد آن آقایانی که تفسیر نوشته اند، تفسیر نیست، بلکه تفسیر را باید به گونه ای نوشت که حقایق و معارف را بیان کرد.

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۶۵ (۲۰) (۱۴۰۱، ۲، ۳۱ / ۱۹ شوال / شنبه)

اصول و مبانی سلوکی استاد حسن زاده آملی

نوع نگاهشان به دین، به گونه ایست که ایشان را به این سمت سوق می دهد.

کسانی که با قرآن خوب محشور شوند، در قرآن تا آخرین مرحله انسانی، آمده است. این قرآن همانی است که حضرت رسول تا آخر رفته است.

نمی توان آن را دست زد. بالاتر از آن دیگر وجود ندارد. هر عارفی به هر کسی رجوع کند، ... نمی تواند چیزی بگوید که در قرآن نباشد و قرآن بر آن صحنه نمی گذارد.

حضرت استاد مکرر می فرمود: صورت کتبی انسان کامل است. آن هم انسان کامل نهایی که فضلنا بعض النبیین علی بعض، که حضرت رسول اوج همه این هاست.

وقتی کسی این تلقی را داشته باشد، دیگر تن به غیر از قرآن و اهل بیت نخواهد داد.

دیگر این معنی ندارد که کسی بدون توجه به قرآن کار را پیش ببرد.

برخی خیلی اهل بیتی هستند، قرآن را کنار می گذارند، اندوخته خودشان هم اندک است بعد می گویند این سخن و راه اهل بیت است!

این که نشد عرفان اهل بیت. این که ضعیف ترین تقریر است.

بنده خدایی که حرف هایی شنیده بود، اما نمی دانست که این عزّ قدس!

این که نشد نمی دانی و بعد بگویی این عرفان اهل بیت است!

شما از عرفان اهل بیت چه می دانی؟ راست می گویی بحث اسماء امام صادق را حل کن!؟

اگر راست می گویی: بحث خلقی که امام صادق علیه السلام گفته است را حل کن!؟

اینی که خیلی سطحی است، را اسم عرفان اهل بیتی می گذارید، در حالی که در آن ضعف و انحراف و خلل هست.

برخی عمر می گذارند تا کلام اهل بیت را بفهمند، اما این نمی شود که ... تو که نمی دانی جنس سلوک و حقایق

چیست؟ تو که نمی دانی بیان امام صادق علیه السلام چیست؟ پس از عرفان دین و اهل بیت چه می گویی؟

کسی که نمی داند، برای خودش طرح سلوکی می دهد، طرح حقایق و مکاشفات می دهد، اما هیچ کدام پایه ندارد.

به تعبیر حضرت استاد: باید زبان دان شد، اهل فهم حقایق شد، قدرت فهم حقایق را پیدا کرد. باید زبان مردم را فهمید

که چه خبر است. اهل بیت بسیاری از قدرهای عارفان را خط دادند و یاد دادند و به مقصد رساندند.

مگر می شود هر کسی در این وادی نظر دهد؟! و عرفان اهل بیتی راه بیندازد؟!!

بهترین تقریر عرفان اهل بیتی که باید بر آن مُصرّ بود، همان راهی است که حضرت استاد حسن زاده آملی رفته اند.

برخی می گویند که این عرفان مخلوط با سخنان ابن عربی است، اما مگر این آقایان مجتهد نیستند، نمی فهمند که ابن

عربی چه گفته است و درست است یا درست نیست؟

این ها مجتهدند، اهل شهودند، تجربه های تاریخی فراوان است، دقت می کنند و بعد به جمع بندی می رسند.

این که علامه می گویند: نگویند توحید عرفانی، بلکه توحید قرآنی، چرا که این توحید، همان است که قرآن گفته است و از ظهورات قرآن استفاده می شود. نه این که اگر چیزی را خلاف قرآن بیابد، آن را بپذیرد.

حضرت استاد حسن زاده، مرحوم قاضی، همه شان قدر هستند.

وقتی ایشان می فرماید: قرآن صورت کتبیّه انسان کامل است، یعنی: هر چه که در اوج عرفان می خواهید، در قرآن هست.

قرآنی که کتاب مهیمن است و کتاب رسول خاتم است، اگر کسی این را بخواهد جدی بگیرد، واقعا خاضع می شود به هر چه که قرآن گفته است.

استاد می فرمود: باید ارتقا یافت به فهم خطاب محمدی. هر کسی نمی تواند حروف مقطعه را بفهمد، برخی از آیات را نمی توانند بفهمد.

برخی از آیات سلوکی هست که به برخی از آقایان فقیه و اصولی بدهی چندین طرح می دهند که همه شان عقیم هستند.

اما اگر این آیات را به عارفان دهند، طرحی می دهند که همه شان قابل قبول است.

آقایان عرفا مشکلشان این است که افراد مقابلشان به سطح فهم کلام ایشان نرسیده اند، لذا زمینه فهماندن حرف ایشان وجود ندارد.

برخی ادعای عرفان اهل بیت می کنند، ولی به نظرم این ادعایشان جفای به اهل بیت است.

این یک طرحی که ایشان داشتند.

کشف اتم محمدی صلی الله علیه و آله وسلم

یعنی: برترین کشف است.

می گویند: ذوق خاتم، خاتم ادواق است. و بالاتر از آن کشفی وجود ندارد.

کسی این نگاه را بکند، ... این نگاه را با استدلال و کشف و با خود آیات و روایات فهمیده اند.

این بینادهای سه گانه این ها را رسانده است به این مطلب که می گویند: جز راه رسول، جز راه اهل بیت و جز راه قرآن، راهی نداریم!

هر سبیلی به لحاظ اصلش درست است، اما هر سبیلی صراط نمی شود. صراط اوجی است که دیگری نیست که آن را به هم بزنند. بهترین اذواق و ختم اذواق است.

بیانی دیگر

یک بیان دیگری هم هست که حضرت استاد تاکید کردند:

هر دستگاه و صنعتی را کسی به وجود می آورد، دفترچه ای را هم می نویسد که نحوه استفاده آن را توضیح داده است. مثل یخچال یا چرخ خیاطی.

بعد ایشان می فرمود: قرآن دستور العمل انسان است. این صنعت مهم الهی که انسان است، دستور العمل است، و دستور العملش قرآن است. «إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ»

سلوک و دستور العمل را باید از قرآن یاد گرفت.

خدایی که خالق این صنعت است، می داند که راه درست او چیست؟

بهترین و برترین و استوارترین راه، راهی است که خداوند در قرآن فرموده اند.

بر این اساس، حضرت استاد مکرر ارجاع به قرآن می داد و از آن نکته ها استخراج می کرد.

شریعت، طریقت، حقیقت

آقایان می گویند: کسی که می خواهد در شریعت نظر دهد، باید مجتهد در احکام باشد، تا نظر اسلام را درباره مسایل ظاهر بگوید باید مجتهد در طریقت باشد تا بگوید: کدام سلوک را قرآن می پذیرد و کدام را نمی پذیرد.



در حقیقت هم باید مجتهد باشد تا بفهمد و تشخیص دهد که قرآن در باب حقیقت چه گفته است.

نوع کسانی که در فضای عرفانی نظر می دهند، هم مجتهد در شریعت و طریقت و حقیقت هستند. اما بسیاری از کسانی که در فضای احکامی نظر می دهند، در همان حد هستند و اصلاً مجتهد در طریقت و حقیقت نیستند. همان طور که فتوا دادن در فضای شریعتی نیاز به خواندن کتاب های تخصصی و مفصلی دارد، نظر دادن در فضای طریقتی و حقیقتی هم کتاب دارد و باید کتاب ها خواند و...

علامه طباطبایی کتاب های فراوان در زمینه عرفان خوانده است، بزرگانی در این مسیر دیده است.

این سه ساحت، همه ساحات اجتهادی است.

این آقایان می گویند: کسانی که می خواهند در فضای سلوکی دستورالعمل دهند، باید در هر سه ساحت مجتهد باشند. جالبست: سنت صدرایی و محققان صدرایی، عملاً آماده دو ساحت بعدی می شوند، البته بیشتر در ساحت حقایق است، ولی در سلوک هم برای خودش انظاری پیدا می کنند.

در اجتهاد قرار نیست که حرف آن صاحب کتاب را بپذیرد، بلکه بسیاری از کسانی هستند که به این حرف رسیدند، گفتند این حرف با قرآن نمی سازد و اشکال گرفته اند.

قرار نیست که من هر چه که صدرا گفته است بپذیرم، بلکه تمرین می کنیم کار اجتهادی در معارف را. همان طور که مکاسب می خوانیم تا تمرین کنیم کار اجتهاد در فقه را.

این حوزه ها باید خوانده شود، عملاً سنت معقول ما که می خوانند و به فصوص و مصباح می رسانند، این سنت، زمینه اجتهاد در طریقت و حقیقت را فراهم می کند.

بعضی از جاها هست در کتب عرفان نظری که گاه چندین صفحه آیات و روایات آورده اند و به زیبایی معنی کرده اند که انسان دلش نمی آید آن ها را رها کند.

حضرت استاد، مجتهد و فقیه در همه ساحات سه گانه است.

طهارت و تهذیب و تزکیه که همه را از قرآن گرفته است.

-می فرمود: شب و روز خودمان را می سازیم، که باید از محرمات دوری جست و واجبات را انجام داد.

-قرآن خواندن.

-تحصیل علم مناسب. که در فرهنگ قرآنی هم آمده است.

-آباد کردن سحر. که نوعا آیات و روایات را حضرت استاد آورده است.

-وضو

-محاسبه

-مراقبه که در بحث عرفان در وادی عمل ۲۵ جلسه به آن پرداختیم که در حین بحث به این نتیجه رسیدیم که آیات و روایات در این زمینه بسیار است.

-این که گفتند: راهی جز راه دین و قرآن نداریم، ..

«دستور العمل انسان، فقط و فقط قرآن کریم و سنت رسول خاتم و آل او علیهم السلام است، و جز آن هوا و هوس است. اگر ما را گفتاری بود همان حقایق است که به قالب الفاظ دگر به فراخور فهم و بینش ما در آمد.»  
اصلش این است که دین آمده است برای رساندن انسان به کمال و معنی ندارد که دین چیزی را داشته باشد که جنبه سلوکی نداشته باشد.

قرآن یک سلوک عام دارد که چه انسان بد باشد و چه خوب. که سلوک است. و سلوک خوب را که توضیح می دهد، تمام دین سلوک خوب را توضیح می دهد، و سلوک بد را مذمت می کند.

حتی جایی که دین دارد معرفت می گوید، دارد سلوک می گوید.

از این منظر، تمام قرآن همه اش سلوک است. گرچه از یک منظر هم تمام قرآن معارف است.

لذا تنها جایی که داریم برویم، قرآن است. برخی می خواهند راه های دیگری باز کنند، اگر راه دیگری باز می کنند، باید صحنه قرآن روی آن باشد و ...

شریعت عند الخلق و عند الحق

برخی می گویند: همین عدم مخالفت کافی است. برخی می گویند: باید سازگار باشد.

برخی می گویند: همین که مخالفت نکند و نمی دانیم، اشکال ندارد.

...حتی به همین قدر که مخالفت ندارد کافی نیست، بلکه باید با اصول و امهات قرآن بسازد که بشود سازگاری.

این نیاز به مجتهد دارد تا بتواند بفهمد که آیا با اصول و امهات سازگاری دارد یا خیر؟!

ابن عربی یک بحثی ظاهراً در فص یعقوبی دارد: شریعت عند الخلق و شریعت عند الله،

«الا ما حرّم اسرائیل علی نفسه» که ما در تورات ننوشتیم، ولی حضرت یعقوب برای خودش حرام کرد.

این می شود تشریع عند الخلق. که یک بحث جدی سنگینی دارد و یک بحث اجتهادی است.

استاد: بنده خودم معتقدم باید به سازگاری با قواعد کتاب و سنت بکشد.

اذکروا الله ذکراً کثیراً، می دانیم که ذکر گفتن در فرهنگ قرآنی یکی به زبان است و یکی به دل است و یکی هم به توجه به حق، ولو به اسمی از اسماء حق و الوهیت حق. ولو این که در دل کاری نمی کند، ذکر می گوید، در زبان هم نمی گوید، ولی همه اش توجه به حضرت حق است.

برخی اصطلاح می گذارند: ورد، ذکر، تمرکز و توجه.

ولی فرهنگ قرآنی را که می بینیم، می بینیم که همین تمرکز و توجه را هم شامل می شود.

قرآن هیچ چیز را فروگذار نکرده است. لذا در مسیر سعادت هر چه بخواهی هست، فقط باید یاد گرفت که طبق قواعد عامه چگونه به دست بیاوریم و به ظهور برسانیم.

شریعت عند الخلق، اگر یک تشریع باشد، اگر اینجور باشد، درست است

برخی می گویند: مخالف نباشد کافی است. اما بنده معتقدم که باید سازگاری باشد. وحتی ابن عربی هم به سازگاری اشاره کرده است. البته باید ضوابطش را بداند.

مواردی هست، طرف می گفت: اگر می خواهی بهترین ذوق را داشته باشی، باید تمام حیطه های انسانی را درگیر کنی. چون در آیه این گونه است، در روایت این گونه است و....

برخی نمی دانند که در دعا دست به بالا می گیریم، برای چیست؟ چرا اوج ارتباط با خدا و قوی ترین ارتباط، سجده است؟!

ما بلد نیستیم، ولی این آقایان توضیح داده اند. ببینید که چه گفته اند؟!

وقتی می گویند، طبق آن ضابطه در می آید. و بعد دیگران می تواند از آن استفاده کنند.

تو اهل بشو، حروف مقطعه قرآن با تو حرف می زنند. تواهلش بشو، قرآن خودش حرف می زند و سلوک و معارف از آن در می آید.

اهل بیت گاه حرف را زده اند و برای ما توضیح هم داده اند، اما ما متوجه نمی شویم. هر کنشی در نماز و دعا و ذکر و.. حتی الفاظ ذکر که انتخاب می کنند، برای خودش دلیل دارد و معنی دارد.

این که چرا حضرت یونس این ذکر، حضرت ... حرز این گونه و آن حرز این گونه.

ما اصلاً چیزی به اسم مفاتیح الغیب و اسماء ذاتیه و این که اهل بیت از این اسماء ذاتیه چگونه استفاده کرده اند و... سر در نمی آوریم.

اهلش بشویم، خواهیم دید که اهل بیت و قرآن خیلی از چیزها در این زمینه گفته اند.

سازگاری با شریعت هم ضوابط دارد ولی هر کسی از پس آن بر نمی آید.

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه ۳۶۶ (۲۱) (۱۴۰۱، ۳، ۷) / ۲۶ شوال / شنبه

استاد حسن زاده از قله های حوزوی است و از این رو باید به دستورات سلوکی ایشان پرداخت.

اصول و مبانی سلوکی استاد حسن زاده آملی

۱. بر اساس شریعت بودن.

اصل دوم: عرفان سازگار با زندگی و حیات اجتماعی.

۱. عرفان منزوی و منفی

برخی از دستورات عرفانی و برخی از عرفان ها، پایه کارشان این است که انسان را به انزوای مطلق می کشانند و بعد می خواهند او را به مقامات برسانند.

حتی برخی از عرفان ها که در حوزه اسلامی هم شکل گرفته است، این هم همینطور است و می گویند: شما کاری به اجتماع نداشته باش. مسئولیت اجتماعی، یا مسئولیت خانوادگی و یا شغلی داشتن و... این ها را به حداقل می رسانند. عملاً انسان باید از همه ببرد، و حتی در برخی مواقع خانواده و جامعه را مزاحم خودش می داند.

این عرفانی است منفی. عرفانی و غیر حاضر در صحنه اجتماع، عرفانی است منزوی.

دسته ای از عرفان ها به این سبک هستند.

روح کار اسلامی این نیست. آن چه از حضرت رسول الله رسیده است، این نیست. شریعت نمی پذیرد. و این با واقعیت انسانی هم جور در نمی آید.

این عرفان می گوید: ک اگر چنین چیزی را بخواهیم در جامعه گسترش دهیم، از هم می پاشد. و بنیاد جامعه برکنده می شود و به حذف انسان می کشد. و عملاً انسان باید در زحمت بیفتد و خود به ضد خود تبدیل می شود. به شکل محدود و برای اوحدی شاید بشود، ولی به شکل عمومی این راه بسته است. سلوک به شکل عمومی معنی ندارد. که یا به حذف جامعه می انجامد و یا به حذف این عرفان می انجامد.

## ۲. طرح عرفان سازگار با اجتماع

### ۳. طرح عرفانی در دل اجتماع

مناسب با اجتماع، هیچ چیز را حذف نمی کند و در دل اجتماع می خواهد سلوک کند. در این طرح، باید در جامعه باشی و سلوک کنی. جامعه، خانواده و شغل باید باشد و سلوک اساسی این است.

به نظر حضرت استاد به این سبک نزدیک است. که همان سنت ملاحسینقلی همدانی است.

یکی از شاگردان حضرت استاد: ایشان ما را نه از درس و بحث انداخت، نه از زندگی انداخت و ما را به سلوک کشاند.

این را می گوئیم: عرفان مثبت، عرفان حاضر در اجتماع بدون هیچ گونه تعارض و تهاافت.

این که هم خانواده و هم اجتماع و هم شغل باید باشد و هم عرفان باید باشد، این یک تلائم خاصی می طلبد.

این یک بحث جدی است که اگر به لحاظ حکمت عملی رسیدیم که این شئون اجتماعی باید باشد و در عین حال باید عرفان هم باشد. باید مفصل بحث شود که الان فرصتش نیست.

عرفان استاد، عرفانی است در دل زندگی اجتماعی، به گونه ای که از شئون اجتماعی و خانوادگی و شغلی، هیچ کم نمی شود.

این عرفان نیاز به یک پشتوانه هایی دارد.

برخی دنیا را به گونه این نگاه می کنند که کلاً باید دنیا را کنار گذاشت. برخی از عرفان های هندی این گونه است.

برخی از عرفان ها می گویند: اوج فنا است و هیچ بازگشتی در کار نیست. این نگاه با واقعیت هیچ انسانی سازگار نیست.

برخی از اندیشه ها می گویند: اوج فنا نیست، بلکه باید به بقاء بعد الفناء رسید. اما جهت این سویی و خلقی اش هم باید مراعات کرد و حق حق را هم ادا کرد.

هر یک از این آموزه ها مبنی قرار گیرد، رویکردها متفاوت می شود.

در دنیا از یک منظر به لهُو و لعب و متاع غرور و... نگاه می شود. ولی از یک جهت دنیا فعل خدا و جلوه خدا و زیبایی های خدا است. جای کار هست، ...

باید دید از چه جهت دنیا بد است. نه این که تمام جهتش بد است که اگر این گونه بود باید کنار گذاشت، و تبدیل می شود به عرفان منفی.

باید مراقب بود متاع غرور نشود، برای دنیا کار نکن، در دنیا غرق نشو، برای دنیا زندگی نکن، رکون به دنیا پیدا نکن و....

واقعیت ها اندیشه عرفان مثبت است. حقیقت این نیست که دنیا تمام جهتش بد است. جامعه همه جهاتش بد است. بلکه اندیشه درست این است که: الخق عیال الله هستند، و جامعه جهات مثبت هم پیدا می کند و این طور نیست که فقط جهات منفی داشته باشد.

از این منظر، بدن مرتبه نازله انسان است و حقی دارد و باید حق آن را ادا کرد.

از این منظر، نوع نگاه به بدن، جامعه و... نوع نگاه به شغل که کلّ بر دیگران بودن، خودش مانع سلوک است.

توضیح می دهند که چرا باید کار و شغل داشت و حتی فایده شغل این است که انسان را مشغول می کند، ..

مومن باید عزت داشته باشد، مسلمان و سالک باید عزت داشته باشد. عزت نفس را نباید گرفت در عین حال نفس را باید خاضع کرد.

الحمد لله که افزون بر این ها شریعت ما ...

حضرت رسول الله فرمودند: رهبانیت امت من در جهاد است.

النکاح سنتی، فمن رغب عن سنتی فلیس منی. که حضرت این را نسبت به عملکرد عثمان بن مظعون که از شاگردان سلوکی حضرت بوده است.

بررسی اسلامی، ج ۱، ص ۴۹ و ۵۰

آنجا توضیح داده است که اسلام هم عرفان مثبت دارد و هم منفی. ... منفی هم به این معنی که دستورات سلبی دارد. این را اسلام گفته است.

مبانی حکمی - عرفانی ما هم این راه را باز کرده است.

این باعث شده است که نوع دستورات حضرت استاد این گونه است: به گونه ای که از سلوک هیچ کم نمی شود، در عین حال در دل اجتماع هستی.

این طور نیست که از سلوک کم کنی، نه، از شئون اجتماعی ات هم کنی، نه.

علامه می فرماید: فطرت و عقل و دین ما هم با این عرفان سازگار است

ذکر نمونه هایی از توصیه های حضرت علامه حسن زاده آملی

۱. نباید حق همسر را خورد و از آن کم کرد.



چه مرد در سلوک باشد، نباید حق همسرش را کم کند، چه زن در سلوک باشد. این که تو در سلوک هستی، نباید آن بنده خدا را در زحمت بیندازی و گرفتارش کنی.

شخصی آمد خدمت ایشان و عرض کرد می خواهم زنم را طلاق دهم! ایشان پرسید چرا؟ عرض کرد مانع سلوک است! ایشان فرمودند: برو، این طوری نمی شود سلوک کرد.

## ۲. درباره نسبت درس و سلوک

مخصوصا طلبه ها که شغلشان درس است، وقتی که درس می خوانند آن قوت مراقبه نیست. ایشان می فرمود: شما هم مراقبه داشته باش، هم درس بخوان، اما همین که درست را برای خدا می خوانی، می شود سلوک. به تدریج این درس خواندن هم می شود سلوک و آن حضور و مراقبه همه جا را در بر می گیرد.

## ۳. نسبت شغل و سلوک

غیر از طلبه ها که از ایشان دستور می گرفتند، ایشان ابتدا می فرمود: در همان شغلی که هستی، کار خودت را درست انجام بده و این گونه انجام بده.

مثلا بازاری هستی، در عین حالی که در بازار هستی، میل به مال و زرنگی های مالی که نوعی دیگران را پس زدن است و سبقت گرفتن ها در آن هست، نباید این گونه باشی. و گاه خود ایشان برای افراد توضیح می داد که در شغلشان چگونه باشند.

گاه خود شغل مانع نیست، اما شیوه ای خاص در شغل مانع سلوک است، آن شیوه باید اصلاح شود. و گاه شیوه ها به گونه ایست که با فضای سلوک سازگار است.

در هر شغلی که هستیم، با اتقان و در عین حال به این صورت که در دل آن کار سلوک باشد.

تعامل با همسر چگونه باید باشد، دلسوزی باید چگونه باشد؟ چگونه باید خود را شکست، همان ها را باید آورد در صحنه اجتماع.

یکی از کارهای ایشان این است: نوع دستورات ایشان به گونه ایست که دستورات سلوکی باید به گونه ای باشد که با اجتماع سازگار باشد. مثلاً بین الطلوعین را آباد کردن. یا مراقبه. که قرار نیست صحنه اجتماعی را به هم بزند.

مراقبه یعنی: همه جا با خدا باش و خدا ببین در صحنه های اجتماعی.

اگر حجت خدایی اینجا باشد و نزد ما باشد، با او چگونه تعامل می کنیم؟ همان طور با خدا تعامل کنیم، چرا که او همه جا هست.

-حتی حرف شنیدن و دنبال علم رفتن هم مانع از ورود به صحنه اجتماع نمی شود.

با همه باش و بی همه باش.

این شد عنصر دوم

فقط نشد مبانی اندیشگانی ایشان را بگوییم. هم ریشه عقلانی، فطری و دینی داشتنش را نگفتیم.

اگر این درست شود، خیلی از مسایل درست می شود. این یک تقدی است بر این که عرفان انزوا طلب درست نیست. برخی از تجربیات سلوکی و دستورات سلوکی ایشان را بگوییم.

اصل سوم: عقلانیت سلوکی

این هم خیلی مهم است.. برخی به گونه ای دستور می دهند که باعث می شود که شخص سالک از هم بپاشد. مثلاً برخی به گونه ای دستور می دهند که مقدار خاصی غذ بخورد که شخص بعد از چند سال حتی هیچ ماهیچه ای بر بدن نداشته باشد.

این می شود دستورات غیر عقلانی. در دستورات استاد باید عقلانیت در کار باشد و دستورات به گونه ای باشد که با واقعیت زندگی سازگار باشد.

ایشان چون خودش طیب بود، این مراعات را هم می کرد.

عقلانیت سلوکی ایشان و بنیادهای معرفتی ایشان، باعث شده بود که دستورات ایشان حفظ مزاج و اعتدال بدن را خیلی جدی می گرفت در کارش.

ایشان تاکید می کرد: انسان کامل کسی است که حق هر ذی حقی را می دهد. بدن هم حقی دارد و باید حق آن را ادا کرد.

ایشان نمی گذاشت در کارشان افراط و تفریط بیاید.

کسانی که در سنت فلسفی باشند، نوعاً یک عقلانیتی در کارشان هست، در کار ایشان هم هست.

حتی یادم هست یک وقت خدمت حضرت علامه رسیدم، ...ایشان فرمود: دیدم دارم مرا می برد و مرا می سوزاند، لذا خودم را انصراف دادم به این سو. که بعد حضرت علامه فرمود: همین کار، کار خوبی است.

اینجاست که عقلانیت در کار حضرت استاد است و این را می بینیم.

این که باید با نشاط کار سلوکی کرد..

«آقای من، در نزد اولیاء الله مجرب است که إكثار ذکر شریف یا حیّ یا قیّوم یا من لا اله إلا انت موجب حیات عقل است. وقتی را با خدایت خلوت کن که بدن استراحت کرده باشد و از خستگی بدر آمده باشد و در حال امتلاء و اشتها نباشد در آنحال با کمال حضور و مراقبت و ادب مع الله، خداوند سبحان را بدان ذکر شریف میخوانی، عدد ندارد، اختیار مدّت با خود جنابعالی است مثلاً در حدود

هزار و یک کلمه، ج ۱، ص: ۱۹۳

بسیست دقیقه یا بیشتر و بهتر اینکه کمتر از یک اربعین نباشد، بیشترش چه بهتر.

قرائت قرآن مجید در شب و روز ترک نشود هر چند بقدر پنجاه آیه بوده باشد.

طهارت را حفظ کنید حتی با طهارت بخوابید.

آقای من، باید با تأنی و رفق و مدارا براه بود نه با سرعت و اضطراب. جسارۀ عرض می‌کنم هیچ چیز از خدا جز خدا نخواه که چون که صد آمد نود هم پیش ما است، از تو حرکت از خدا برکت. نامه‌ها دریافت خواهی نمود. این عطیه فریده‌ایست که بحضور آن حبیب الله تقدیم داشتیم»

### اصل تدریج و استمرار

یک نکته دیگر در کار ایشان بود:

اصل تدریج و استمرار در این که از خود کار کشیدن.

برنامه داشته باش و از خودت کار بکش، ولی استمرار داشته باشد. آرام و آرام.

آهسته آهسته.

به نظرم این روش درست است: عقلانیت سلوکی، به اضافه نظارت بر شریعت، سازواری با زندگی اجتماعی

اصل چهارم: تاکید بر حرف شنیدن و معرفت به نفس و عرفان نظری

اصل پنجم: توجه به اوجه و انتها و حرکت بی پایان و قانع نشدن در مسیر سلوک

اصل ششم: تبیین حکمت های سلوکی و دستورالعمل های سلوکی و چشم و چراغ کردن و تبیین این اندیشه برای

کار سلوکی

این سه اصل آخر، برای سال آینده.