



مرکز تحقیقات اسلامی

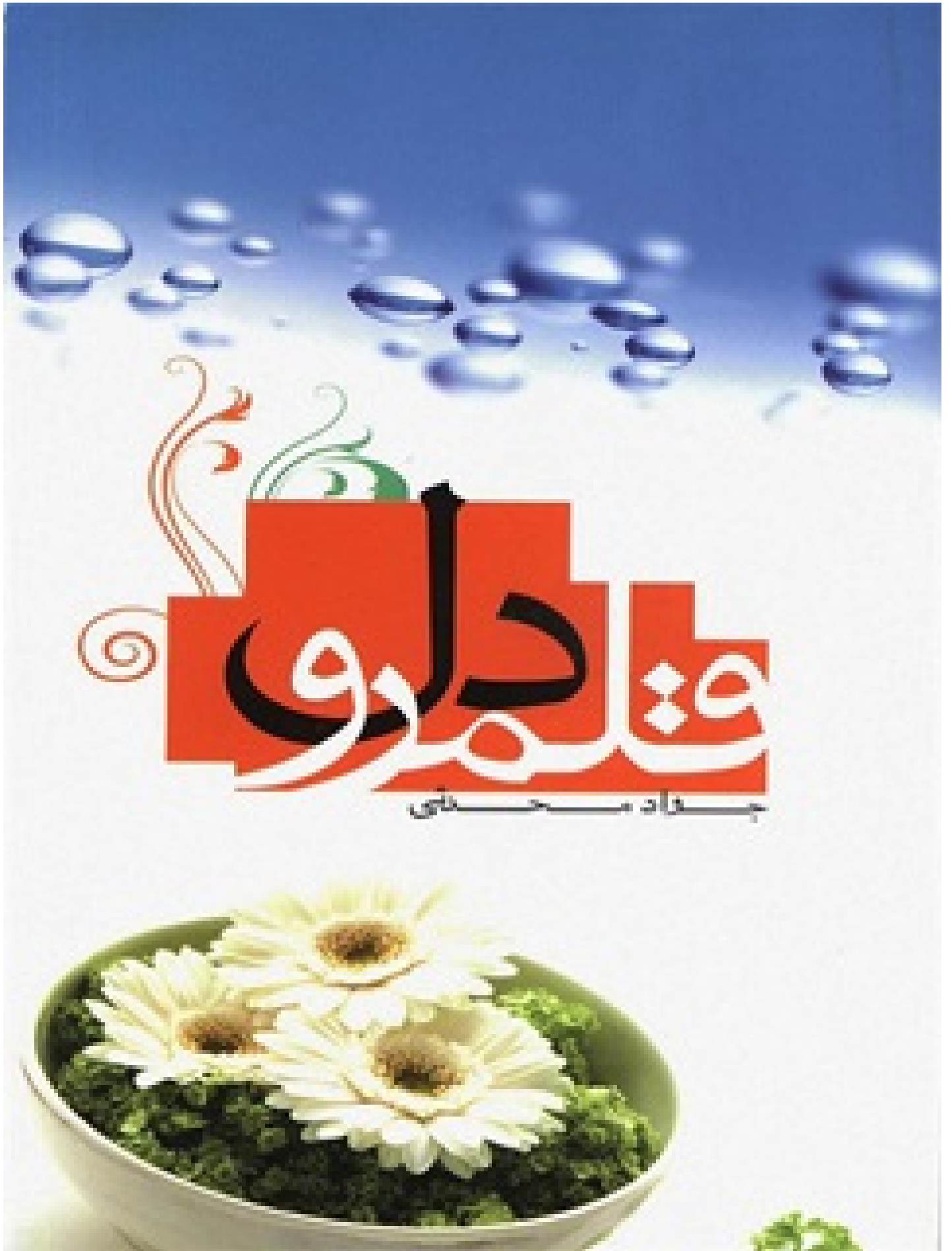
اصفهان

گامی



عمران
علیه السلام

www.ghaemiyeh.com
www.ghaemiyeh.org
www.ghaemiyeh.net
www.ghaemiyeh.ir



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قلمرو دل

نویسنده:

نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه ها

ناشر چاپی:

معارف

ناشر دیجیتال:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

۵	فهرست
۷	قلمرو دل
۷	مشخصات کتاب
۷	اشاره
۱۲	مقدمه ناشر
۱۳	سخن آغاز...
۱۶	خدا به کدام دل نزدیک تر است؟
۲۶	چگونه مواظب دل خود باشیم؟
۳۲	غذای دل
۳۸	دل های سنگی، دل های نرم
۴۷	نگاه، با چشم دل
۵۵	گوشِ جان
۶۳	اسرار قلب
۷۱	دردسره‌های دل بیمار
۷۹	درمانِ دل مردگی
۸۷	پاکی، از انواع دیگر
۹۵	دل هر جایی!
۱۰۳	از زبان تا دل
۱۱۱	برای کسی بمیر که برایت تب کند
۱۱۹	حضور «جسم» و غیبت «جان»، چرا؟
۱۲۷	آرامش دل، غلبه بر نگرانی
۱۳۵	غنی سازی عمر
۱۴۳	بهاری شویم
۱۵۱	برنامه ای برای رسیدن به خودِ برتر

۱۶۱ چگونه دربان دل باشیم ؟

۱۶۹ همدلی، هنر معاشرت

۱۷۵ درباره مرکز

سرشناسه: محدثی، جواد، ۱۳۳۱ -

عنوان و نام پدیدآور: قلمرو دل / جواد محدثی.

تنظیم و نظارت: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه ها. معاونت آموزش و تبلیغ. اداره مشاوره و پاسخ

ناشر: دفتر نشر معارف

سال نشر: ۱۳۸۸

مشخصات ظاهری: ۱۶۷ ص.

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۵۳۱-۱۳۹-۹

نوبت چاپ: اول بهار ۸۸

تیراژ: ۵۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۴۰۰ تومان

موضوع: خودسازی - تقوی

موضوع: زبان و دل - غلبه بر نگرانی

ص: ۱

بسم الله الرحمن الرحيم

ص: ٣

قلمرو دل

جواد محدثی.

تنظیم و نظارت: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه ها. معاونت آموزش و تبلیغ. اداره مشاوره و پاسخ

ناشر: دفتر نشر معارف

ص: ۴

پرسش حق دانشجو است و پرسمان، نخستین ماهنامه ای بود که برای مشاوره و پاسخ دهی به نیازهای فکری نسل جوان شکل گرفت و استقبال بسیار خوب دانشجویان، ما را به تداوم این راه تشویق کرد.

کتاب های پرسمان مجموعه ای است که تلاش دارد صفحات ثابت نویسندگان پرسمان را به صورت مستقل منتشر کند؛ قلمرو دل هفتمین دفتر از این مجموعه است که مخاطبان پرسمان، پیشتر آن را در صفحه گام به گام پی می گرفتند. ضمن سپاس از حجه الاسلام و المسلمین جواد محدثی، نویسنده محترم این دفتر، امید است که به لطف حضرت حق، دفترهای بعدی را نیز آماده و منتشر کنیم.

مدیر مسئول پرسمان

رفتار بیرونی انسان، آئینهٔ «حالات درونی» اوست.

قلب، سلطان وجود آدم است و صلاح و فساد آن و تیرگی و روشنی دل، در کیفیت ادارهٔ «مملکت وجود» مؤثر است.

عالمان اخلاف و اسوه‌های سلوک و تهذیب، پیراستن دل از تیرگی‌ها و آلودگی‌ها را از نخستین گام‌های «خودسازی» و رسیدن به کمال می‌دانند.

از این رو سیر و سیاحت در «قلمرو دل» و شناخت سایه‌روشن‌های آن و آشنایی با آسیب‌ها، دردها، درمان‌ها، حساسیت‌ها و اثرپذیری‌های قلب، از مسائل مهم به شمار می‌رود. آنچه پیش روی شماست، پیشتر به صورت سلسله‌مقاله‌ای در مجلهٔ پرسمان چاپ شده است. خرسندیم که آن‌ها را یک جا و به صورت یک کتاب، تقدیم شما خوانندگان صاحب‌دل کنیم.

امید است توفیق آن را داشته باشیم که در مزرعهٔ دل خویش، بذر صلاح و اصلاح بیفشانیم و از اینکه این ودیعهٔ الهی و حریم قدسی، حیاط خلوت ابلیس و محل کشت و برداشت رذایل گردد، جلوگیری کنیم.

جان، لوح سفیدی است، سیاهش نکنیم

قم - جوادمحدثی

بهار ۱۳۸۶

ص: ۷

خدا به کدام دل نزدیک تر است؟

ص: ۹

خدا به کدام دل نزدیک تر است؟

بیا به زمزمه یاد یار، در دل شب ها

درون تیره خود را چو روز، روشن کن

بیا سحرگاهان

خزان خسته دلی را

به عطر «یاد» و شمیم «دعا» چو گلشن کن

تو را که مانده چنین بی پناه و دل گیری

به جز خدای جهان، هیچ تکیه گاهی نیست

به پیش پای تو،

ای اشتیاق سبز و جوان،

به جز نیایش و راز و نیاز، راهی نیست. (۱)

چگونه انسان، این «بی نهایت کوچک» می تواند با آفریدگار هستی، آن

ص: ۱۰

«بی نهایت بزرگ» رابطه برقرار کند و این پیوند، او را از خاک تا افلاک ببرد؟

چگونه این «هیچ» به آن «همه» متصل می شود؟

آیا جز «دعا و نیایش»، راهی برای این پیوند هست؟

دعا چیست؟ شرایط آن کدام است؟ استجاب دعا یعنی چه؟ پیدا کردن «حال» در دعا چگونه به دست می آید؟ به چه زبانی باید دعا کرد؟ نیایش چه تأثیر روحی و معنوی بر زندگی ما دارد؟ و... سؤالاتی از این دست بسیار است.

می دانیم که دعا، تنها خواندن جملاتی و باز خوانی متنی، بی حضور دل و بی کشش روح نیست. یعنی خواندن الفاظ نیست، بلکه خواستن از عمق جان است. اگر دعا از جان سوخته و عطشناک برآید، «اجابت» خدا، آب گوارایی بر عطش سوزان دل سوختگان است.

باید اجازه داد تا پای اشک، از جاده دل عبور کند. باید گذاشت وقتی آسمان دل می گیرد، باران اشک جاری شود.

باید گذاشت وقتی حالت اضطرار و نیاز و طلب و درماندگی دست می دهد، عنان سخن به دست دل داد، تا صمیمانه با خدا حرف بزند و مثل یک کودک، زار بزند، اشک بریزد، با اصرار بخواهد و یقین داشته باشد که این پای بر زمین کوبیدن و اشک و التماس داشتن، موجب بر آمدن حاجت می شود و گریه، سلاح نیایش گر است و امید، سرمایه اوست... «إِرْحَمْ مَنْ رَأْسُ مَالِهِ الرَّجَاءُ وَ سِلَاحُهُ الْبُكَاءُ...»^(۱) باید کاری کرد تا چشمه «رَبَّنَا» از دل بجوشد و بر کویر سینه های سوزان جاری شود و

ص: ۱۱

چگونه می توان «حس دعا» پیدا کرد؟

اگر «احساس نیاز» از سویی و «قدرت رفع نیاز» از سوی دیگر باشد، اگر «ابراز حاجت» از طرف بنده و «درخواست دعا» از سوی خدا باشد، آن چه این دو سو را به هم وصل می کند، «نیایش» است. هر چه انسان فقر و نیاز خویش را بیشتر بشناسد، و هر چه به قدرت و رحمت الهی آگاه تر باشد، حس دعا بهتر به دست می آید.

یک ذره ز فقر خویش، ابراز کنیمچندان که خدا غنی است، ما محتاجیم

احساس بی نیازی، طغیان و روی گردانی می آورد. قرآن کریم می فرماید: انسان همین که خود را غنی و بی نیاز حس کند، سر به طغیان و گردن کشی می گذارد؛ «إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُفٍ» (۱) و هر چه فقر و نیاز خود را بیشتر حس کند و سررشته کارها را به دست معبود ببیند، کشش به سوی خدا بیشتر خواهد بود. باز قرآن کریم می فرماید: ای مردم! شما همه نیازمند خداوندید و او بی نیاز و ستوده است: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ» (۲).

تنها نیازمندی و وابستگی انسان به خدا کافی نیست، درک این که بنده، نیازمند و وابسته است، برانگیزاننده آن «حس دعا» است.

باید حجاب بین بنده و خالق کنار برود، اما چگونه؟

غرور، خودخواهی، تکبر، بی اعتنایی، طلب کاری، قساوت دل، یأس

ص: ۱۲

۱- (۱). علق (۹۶) آیه ۶

۲- (۲) فاطر (۳۵) آیه ۱۵

و نومیدی همه به نوعی «حجاب» به شمار می رود. بر عکس، حالا-تی همچون شکسته دلی، تضرع، زاری، اصرار، گریه، خشوع، امید، اضطراب، التجا، پناه آوردن، یقین به اجابت، خسته نشدن از طلب، رقت قلب و...

پرده ها و حجاب ها را کنار می زند. سفارش حضرت رسالت چنین است:

آن گاه که رقت دل حاصل شد، دعا را غنیمت شمارید، که رحمت خداست: «اَعْتَبُوا الدُّعَاءَ عِنْدَ الرَّقَّةِ، فَإِنَّهَا رَحْمَةٌ». (۱)

خدا به کدام دل نزدیک تر است؟

نجوای کدام نیایش گر از بام خانه تا ملکوت خدا بالا می رود؟

در کوی ما شکسته دلی می خرد و بسبازار خودفروشی از آن سوی دیگر است

این حدیث قدسی که: «أَنَا عِنْدَ الْمُنْكَسِرَةِ قُلُوبُهُمْ» (من نزد شکسته دلانم)، اشاره به این حقیقت است که:

افتادگی آموز اگر طالب فیضیهرگز نخورد آب، زمینی که بلند است

به روایت فرزندگان از سیره خاتم پیامبران، آن حضرت هرگاه که دعا و نیایش می کرد، مانند بینوایی که دست نیاز و طلب گشوده و غذا می خواهد، دست خود را به آستان خدا بلند می کرد. (۲) و همین حالت نیاز و درماندگی است که رحمت را نازل می کند و نگاه عنایت خدا را به سوی نیایش گر بر می گرداند و «رفعت»، در همین «فروتنی» است و

ص: ۱۳

۱- (۱) علامه مجلسی، بحار الانوار، ج ۹۳ ص ۳۱۳

۲- (۲). ابن فهد حلی، عده الداعی، ص ۱۳۹

«عزت» در سایه همین «تواضع»!

«الهی! مانند گان را چراغ راهی،

راندگان را ملجأ و پناهی.

اگر راه دهی و راه به بارگاه دهی،

از دیدگان، اشک شوق ریزد و شوق شور دعا برانگیزد.

دست نیازمان به آستانت فراز آید، و دل رمیده به سویت باز آید.

الهی، چنان کن که بسته گردیم و خسته نگردیم، خسته گردیم و از تو بر نگردیم...» (۱).

دعا، اقبال بنده به درگاه خداوند است و اجابت، اقبال خداوند به بنده است. اگر مفهوم دعا و اجابت در دل جای گیرد، حالت دعا و نیایش پدید می آید. چه سعادتى بالاتر از این که یک «بنده» مورد عنایت «مولی» قرار گیرد و خدا صدایش را بشنود و خوشش آید و جواب بدهد و گاهی جواب دادن را طول دهد تا بیشتر صدای نجوا و نیایش بنده را بشنود.

پس، از تأخیر استجابت نباید چندان نگران و ناامید شد. گاهی صلاح بنده را مولی بهتر می داند. گاهی هم تأخیر از آن جهت است که در حدیث آمده است: «گاهی خداوند، اجابت دعای مؤمن را به تأخیر می اندازد، چون مشتاق دعای اوست و می فرماید: صدایی است که دوست دارم آن را بشنوم» (۲).

چه می دانیم؟ شاید هم، دعا از صمیم دل و از روی خلوص نیت نیست و شرایط استجابت در آن فراهم نیست. مگر دعا از دل غافل و

ص: ۱۴

۱- (۱) جواد محدثی، الهی نامه، ص ۲۶

۲- (۲) علامه مجلسی، بحار الانوار، ج ۹۷ ص ۲۹۶

زبان یاوه گو و نیت آلوده و نیایش گریکار را آن اندازه اثر است که به آسمان رود و به آستان خدا رسد؟!

به هر حال، حال را هم باید از خدا خواست، که «محوّل الاحوال» است.

«هم دعا از تو، اجابت هم ز تو».

در حدیث امام علی علیه السلام است: خشکیدن اشک از چشم ها، نتیجه قساوت دل است و قساوت دل ها نتیجه زیاد شدن گناهان: «ما جَفَّتِ الدَّمُوعُ إِلَّا لِقَسْوَةِ الْقُلُوبِ، وَ مَا قَسَّتِ الْقُلُوبُ إِلَّا لِكَثْرَةِ الذُّنُوبِ». (۱)

عصیان و گناه، پرتگاه دل ماست

پس چگونه باید دعا کرد؟ آداب دعا چیست؟

رهنمودهای اولیای دین در این زمینه بسیار است. برخی از «آداب دعا» از این قرار است:

۱. مداومت و پیوستگی در دعا، یعنی همیشه، همه جا، در هر حال، در غم و شادی، در راحت و رنج، در فقر و دارایی، در پیری و جوانی، در بیماری و تندرستی، در شدت و و رخا.

۲. پرهیز از گناه، چرا که گاهی گناهان مانع اجابت دعا می شود: «اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي الذُّنُوبَ الَّتِي تَحْبِسُ الدُّعَاءَ». (۲)

۳. دعای دسته جمعی و آمین گفتن گروهی از مؤمنان، چهل نفر یا کمتر. روایت است که هرگاه برای امام باقر علیه السلام مشکلی پیش می آمد،

ص: ۱۵

۱- (۱) همان، ج ۷۰ ص ۳۵۴

۲- (۳) دعای کمیل

زنان و کودکان خانواده را جمع می‌کرد و دعا می‌کرد و آنان آمین می‌گفتند. (۱)

۴. دعا به نام‌های نیک خدا و ستایش و حمد و ثنا پیش از دعا، چرا که هر نامی کلید دری از رحمت‌های الهی است و هر اسمی خاصیتی دارد.

ستایش الهی شرط ادب پیش از عرض حاجت است.

۵. بازگو کردن حاجت‌ها و بر شمردن نیازها، هر چند که خداوند دانای همه چیز است و هم‌نامه‌نویس می‌خواند و هم‌اسرار نهفته می‌داند، اما خود این مطرح کردن، گامی به اجابت نزدیک‌تر است. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «خداوند می‌داند آن چه را که بنده اش هنگام دعا می‌خواهد، ولی دوست دارد که نیازها را به درگاه الهی عرضه کند. پس هرگاه دعا می‌کنی، حاجت‌هایت را یک به یک نام ببر». (۲)

۶. اصرار و الحاح و خسته نشدن و پیوسته خواستن، چرا که وقتی دری را بسیار بکوبید کسی پیدا می‌شود که در را باز کند. اصرار در دعا، مایه گشوده شدن در رحمت و اجابت الهی است.

۷. همت بلند داشتن و حاجت‌های مهم خواستن، ادب دیگری در دعاست. خواسته‌ها هر چه متعالی‌تر، با ارزش‌تر، فراگیرتر باشد، بهتر است. حال که دعا می‌کنی، تنها برای خودت خواه، برای دیگران هم بطلب. خواسته‌های تنها مادی و رفع مشکلات معیشتی نباشد، خواسته‌های معنوی هم داشته باش. تنها برای دنیا خواه و قلمرو آخرت را هم در دعایت بگنجان.

وقتی می‌توان از خدا آخرت را هم خواست، چرا دنیا بخواهیم؟ قرآن

ص: ۱۶

۱- (۱) کلینی، کافی، ج ۲ ص ۵۲۵

۲- (۲) وسائل الشیعه، ج ۴، ص ۱۹۱

کریم می فرماید: آنان که از خدا فقط دنیا می خواهند، در آخرت نصیبی ندارند، اما بعضی هم نیکی دنیا و هم نیکی آخرت و نجات از دوزخ می خواهند: «رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ» (۱).

در دعا هم خوب است از پیشوایان مکتب بهره جویم و ادب دعا کردن و خواسته های متعالی داشتن را از آنان بیاموزیم. دنیای وسیع و غنی «خواسته های متعالی» در دعاهای معصومین، دنیای زیبا و بی پایان است. تنها کافی است به دعای امام سجاده علیه السلام با عنوان دعای «مکارم الاخلاق» (۲) نظر بیفکنیم، تا با گوشه ای از نیازهای والا و خواسته های متعالی از زبان آن امام، که «زیباترین روح پرستاره» است، آشنا شویم.

«الهی... در هندسه وجود، توحید را نقطه پرگارمان ساز، دایره تلاشمان را بر محور نقطه ایمان قرار بده، خط زندگی را امتدادی از نقطه های نیاز بساز، زاویه دیدمان را باز کن تا چشم بگشاییم، اما به چهره حقیقت؛ و گوش سپاریم، اما به آهنگ معنویت» (۳).

«آمین».

ص: ۱۷

۱- (۱) بقره (۲) آیات ۲۰۰ و ۲۰۱

۲- (۲) . صحیفه سجاده، دعای ۲۰، نیز در اواخر مفاتیح الجنان، دعای مکارم الاخلاق

۳- (۳) الهی نامه، ص ۷۰

چگونه مواظب دل خود باشیم؟

ص: ۱۹

چگونه مواظب دل خود باشیم؟

به نام خدایی که «مقلب القلوب» است. دل ها را زیر و رو و دگرگون می سازد، با این گونه تحولات درونی، زندگی بیرونی هم دگرگون می شود، خدایی که در دل عارفان صاحب دل جای دارد و از رهگذر چنین دل های پاک، می توان «سلوک معنوی» داشت و راهی به سوی خدا یافت و «خدایی» گشت و «الهی» زیست.

«قلب»، رهبر وجود

آن چه با عنوان قلب و دل، در قلمرو معارف دینی و آموزه های عرفانی و اخلاقی مطرح است، با آن «دل» که خاستگاه هوس های شیطانی و تمایلات نفسانی است، متفاوت است.

این، راه به ملکوت می گشاید، آن به بیراهه نفسانیات می کشاند.

این، مدبر و مدیر وجود است، آن مدار و سوسه های دون.

در روایات، برای «قلب»، نقشی هدایت گر و کنترل کننده و پیشوا معرفی شده است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرموده است: «الْقَلْبُ مَلِكٌ وَ لَهُ جُنُودٌ»

ص: ۲۰

فَإِذَا صَلَحَ الْمَلِكُ صَلَحَتْ جُنُودُهُ وَ إِذَا فَسَدَ الْمَلِكُ فَسَدَتْ جُنُودُهُ» (۱).

قلب، همچون پادشاهی است که لشکریانی دارد. اگر پادشاه صالح باشد، سربازانش هم صالح می شوند و هرگاه فرمانروا خراب باشد، سپاهیان او نیز فاسد و خراب می شوند.

این، یعنی همان نقش رهبری، هدایت گری، خطدهی، سامان بخشی و مدیریت در حالات و رفتار و خصلت های انسان، که در اختیار دل است.

به همان نحو که «رهبری» در بین جامعه و انسان ها از حساسیت و اثرگذاری برخوردار است، قلب انسان نیز (نه آن عضو صنوبری شکل درون قفسه سینه) حساس و کارساز و نقش پرداز است. پس می سزد که در مراقبت از آن و کنترل حالاتش و ورودی ها و خروجی هایش و اثرگذاری و اثرپذیری هایش دقت شود.

گاهی کسی از «قلب سلیم» برخوردار است و دیگری از «قلب مریض».

آیا بیمار دلان با صاحبان دل های صاف و زلال و مهذب یکسانند؟

گاهی قلبی مهر و موم شده و بسته و ختم شده است «خَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ...» (۲) و گاهی دل، باز و گشوده است و شرح صدر وجود دارد. آیا این دو گونه قلب، دو گونه رفتار و زندگی پدید نمی آورند؟

«قلب»، چهار راه گرایش ها

آن چه در دل می گذرد، بر زبان هم جاری می شود، در عمل هم انگیزه می آفریند، هدف ساز هم هست و جهت را نیز تعیین می کند.

پس باید دید که دل، کجایی است، چگونه است و به کدام پایگاه

ص: ۲۱

۱- (۱) میزان الحکمه، حدیث ۱۶۹۱۱

۲- (۲). بقره (۲) آیه ۷

وابسته است؟

درست است که با یک «دل» نمی توان دو «دلبر» داشت و درست گفته اند که: «ای یک دله صد دله، دل یک دله کن...».

اما مهم آن است که آن دل دار و دلبر، ارزنده و قیمتی و لایق «دل دادگی» باشد، و گرنه دل هر جایی هر روز بر شاخه ای می نشیند و صاحب دل را آواره و هرجایی می کند.

از قرآن کریم الهام بگیریم که فرموده است:

«ما جَعَلَ اللَّهُ لِرَجُلٍ مِنْ قَلْبَيْنِ فِي جَوْفِهِ»^(۱).

خداوند در درون هیچ کس، دو قلب قرار نداده است.

البته این روشن است که هیچ کس دو قلب ندارد، لیکن رهنمود قرآن، به آن دلی است که کانون عشق ها، گرایش ها، عواطف و احساسات، باورها، محبت ها و گرایش هاست و باید تکلیف آن را روشن ساخت و هشیار ساخت و هشیار بود که آیا جایگاه خداست، یا پایگاه شیطان؟

بر سر چند راهه های محبوب گزینی و دل سپاری و مهر ورزی. باید «تعیین راه» و «تعیین جهت» کرد، تا دل، سرگردان نماند و طعمه غارت گران نشود.

مراقبت از دل

اگر بزرگان عرفان و اخلاق، «دربانی دل» را رمز و راز رسیدن به کمالات دانسته اند و در پاسخ به این سؤال که از کجا به این مقامات رسیده اید؟ گفته اند: دربان دلمان بودیم (کُنْتُ بَوَّاباً عَلَى قَلْبِي)، این نکته،

ص: ۲۲

گویای ضرورت نظارت بر ورودی های دل است و این که با قلب خودمان چه می کنیم و چه کنترلی بر آن داریم و به چه می سپاریم و به چه می فروشیم؟

گفته اند که: «القلب حرم الله...»، دل حریم الهی است و در این حرم مقدّس، جز خدا را راه نده.

این دل، سرای توست، نه بیگانه

در کلام حضرت رسول چنین آمده است:

«إِنَّ لِلَّهِ تَعَالَى فِي الْأَرْضِ أَوَانِي، إِلَّا وَهِيَ الْقَلْبُ...»^(۱)

خداوند را در روی زمین ظرف هایی است، آگاه باشید که آن ظرف های الهی، قلب هاست، پس بهترین این ظرف ها نزد خدا، دلی است که نسبت به برادران نازک تر و از گناهان پاک تر و در راه خدا استوارتر باشد.

عرش رحمانی که می گویند، آن نام دل استبر در دل حلقه زن، کام دل از دل حاصل است

در ظرف دل چه باید ریخت و آن را از چه باید آکند؟

بالاخره این «جام دل»، تهی نمی ماند. اگر از عشق به خوبی ها و خوبان پر نکنی، از علاقه های بدلی و محبوب های عوضی و معشوق های بی ارزش پر می شود و آن گاه، خالی کردن این خانه که به اجاره یا مالکیت یک «بیگانه» در آمده است، بسیار دشوار است! از اول باید مواظبت کرد که یک «نامطلوب» وارد آن نشود و آن جا خانه و بیتوته نکند.

ص: ۲۳

اگر بتوانیم «مرغ دل» را بر شاخه «حب خدا» بنشانیم و اگر گرفتارش می‌کنیم، گرفتار عشق خوبان و پاکانش کنیم، یقیناً ما را به بیراهه نمی‌کشد و پشیمانی به بار نمی‌آورد. صبری اصفهانی می‌گوید:

گر تپد دل به سر کوی تو، معذورش دارچه کند؟ قاعده مرغ گرفتار این است (۱)

اگر بتوانیم در دل، «چراغ معرفت» برافزاییم.

نه... اصلاً اگر بتوانیم دل را چراغ معرفت سازیم و با نورانیت دل، راه زندگی را طی کنیم، تا قیامت، مسیر ما را روشن می‌سازد. این کلام حضرت باقرالعلوم علیه السلام است، که در ترسیم دل‌ها و حالات آن، از جمله به «دل مؤمن» اشاره می‌کند که همیشه باز، روشن و روشن‌گر است تا روز قیامت: «وَقَلْبٌ مَّفْتُوحٌ فِيهِ مِصْبَاحٌ يَزْهَرُ وَلَا يُطْفَأُ نُورُهُ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَهُوَ قَلْبُ الْمُؤْمِنِ». (۲)

در قلمرو دل، گام‌های دیگری خواهیم زد.

باشد که همراهی شما با این گام‌ها، به «مقصد» نزدیک‌ترمان کند.

ص: ۲۴

۱- (۱) گلزار ادب، ص ۲۸۲

۲- (۲) معانی الأخبار، ص ۳۹۵، ح ۵۰

به نام خدایی که دل را آفرید و آن را جایگاه «ایمان» قرار داد، و محلی برای تجلی محبت الهی در انسان ها.

از نقش هدایت گری «قلب» در انسان گفتیم

و ضرورت نظارت بر حالاتش و ورودی ها و خروجی هایش.

اینک بدانیم که دل، گرسنه و تشنه چیست و آب و غذایش چگونه تأمین می شود و «حیات برتر» قلب به چیست؟

عطر دل انگیز «حکمت»

در سخنان حضرت امیر علیه السلام، دل به ظرفی تشبیه شده است که هرچه با ظرفیت تر باشد بهتر است «فَخَيْرُهَا أَوْعَاها»، نیز محتوای دل ها را نیز در میزان ارزشمندی آنها دارای نقش می داند و می فرماید: بدانید! خدای سبحان از قلب ها آن را ستایش کرده است که ظرفیتش بیش از هر چیز از

حکمت پر شده باشد: «اعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ لَمْ يَمْدَحْ مِنَ الْقُلُوبِ إِلَّا أَوْعَاها لِلْحِكْمَةِ» (۱).

و حکمت چیست؟ جز معرفت های ناب و بینش های درست و هستی شناسانه و عرفانی؟!

در کلمات حضرت رسالت نیز نکات جالبی وجود دارد. آن حضرت در تقسیم بندی دل ها و ویژگی های آنها، از قلبی یاد می کند که چون عطردان و ظرف مشک است. که چون گشوده شود، از آن بوی خوش به فضا پخش می شود «كَجِرَابِ الْمِسْكِ، طَيْبٌ أَنْ تُفْتَحَ» (۲).

کینه و حسد، محتوای آلوده و متعفن است که برخی از دل ها را به عفونت می کشد. شک و تردید، مظلوم شومی است که برخی قلب ها را واژگونه می سازد و «قلب منکوس» پدید می آورد.

بدبینی، سوءظن و بدخواهی نیز، بعضی دل ها را به جهنمی سوزان، یا بیغوله ای وحشت زاء، یا مزبله ای عفن مبدل می کند.

حیات دل

چرا دل را با پند و حکمت زنده نسازیم و با معارف والا، بالا نبریم و غذای معنوی و عرفانی در اختیارش نگذاریم؟ خستگی دل را با چه می توان بر طرف ساخت و به آن نشاط بخشید؟ دل مردگی، صاحب آن دل را هم دچار «مرگ تدریجی» و خستگی از زندگی می سازد. امام علی علیه السلام می فرماید: آن گونه که بدن ها خسته و ملول می شود، دل ها هم دچار خستگی و ملالت می گردد، درمان آن، تغذیه دل با حکمت های ناب و بدیع است:

ص: ۲۷

۱- (۱). غررالحکم، حدیث ۱۱۰۰۵

۲- (۲) میزان الحکمه، ج ۸، حدیث ۱۶۹۱۹

«إِنَّ هَذِهِ الْقُلُوبُ تَمَلُّ كَمَا تَمَلُّ الْأَبْدَانُ فَابْتَغُوا لَهَا طَرَائِفَ الْحِكْمِ» (۱).

این حکمت های ظریف و طریف و تازه، کجا یافت می شود و در کدام بازار عرضه می گردد؟ آیا سراغ قرآن و حدیث رفته اید؟ عرضه حکمت های حیات بخش فراوان است. اما اگر چشم و گوش دل بسته باشد، آن را نه خواهد دید و نه آوای آن را خواهد شنید. کسی که نامحرم باشد. به حریم حکمت و معرفت راهی ندارد.

موج ندای دعوت به خیر، همیشه در فضا موجود است. اگر گیرنده های ما اشکالی نداشته باشد، آن امواج را می گیرد اما اگر نقص فنی گوش دل - که اغلب با گناه پدید می آید - سبب شود که دریافت کننده دل آن امواج را نتواند بگیرد، اشکال از گیرنده است نه از فرستنده.

اگر مشتری کالای عرشی و حکمت های برین باشیم، بازار و فروشنده و محل عرضه آن را هم خواهیم شناخت. اما اگر مشتری نباشیم، حتی اگر بیخ گوشمان هم جار بزنند و مقابل چشممان هم به نمایش بگذارند، از شنیدن و دیدن محروم خواهیم بود.

به این کلام حضرت صادق علیه السلام عنایت کنید:

هرگاه خداوند بخواهد به بنده ای خیر برساند و خوبی او را بخواهد، گوش های قلبش را باز و شنوا می کند. اما اگر بخواهد محرومش کند (آن هم به خاطر عملکرد بد یا رویگردانی خودش از بینایی)، برگوش دلش مهر می زند و دیگر هرگز روی صلاح را نمی بیند. و این است معنای کلام حق که (أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا) (۲).

این نتیجه همان «اعراض» است که دل نامحرم می شود و به روی

ص: ۲۸

۱- (۱) نهج البلاغه (صبحی صالح) حکمت ۹۱

۲- (۲) میزان الحکمه، حدیث ۱۶۹۵۵

عوامل نور بسته می گردد.

ای مرغ دل، به گوشه دام و قفس بساز پرواز باغ، قسمت بال و پرتو نیست

کلام نبوی را از یاد نبریم که فرمود:

«لَوْلَا أَنَّ الشَّيَاطِينَ يَحُومُونَ عَلَى قُلُوبِ بَنِي آدَمَ لَنَظَرُوا إِلَى الْمَلَكُوتِ» (۱).

اگر نه آن بود که شیطان ها دور و بر دل های آدمی زادگان می چرخند (و بر آن نفوذ می کنند)، انسان ها به ملکوت می نگرستند!

متاع شیطان

همه از دست شیطان می نالیم و از این که ابلیس بر دل های ما چنگک بیندازد و ما را به آن جا که «خاطرخواه اوست» ببرد، بیمناک و نگرانیم.

ولی... چاره آن کمی هم دست خود ماست.

وقتی کالاهای شیطان پسند و اجناس ابلیس پرور در دل باشد، طبیعی است که این گونه دل ها برای شیطان هم وسوسه انگیز باشد. کلام زیبایی را مرحوم فیض کاشانی نقل می کند که خالی از لطف نیست. جریر بن عبیده می گوید: به علاء بن زیاد از وسوسه ای که در دلم است شکایت کردم، گفت:

مثل آن، مثل خانه ای است که دزدان بر آن می گذرند. اگر در خانه دزد زده چیزی باشد مشغول آن می شوند، ولی اگر خانه خالی باشد، رهایش می کنند. یعنی قلب خالی از هوی و هوس، گذرگاه و اقامت گاه شیطان نمی شود، این همان مفهوم کلام الهی است که: شیطان را بر بندگان من

ص: ۲۹

سلطه ای نیست. (۱) کشمکش میان قوای شیطانی و جنود رحمانی برای راهیابی و تسلط بر دل، همیشه بوده و خواهد بود، تا ما به کدام یک چراغ سبز نشان بدهیم و زمینه ورود سپاهش را در قلب خودمان فراهم سازیم! از یاد نبریم که شیطان در کمین ما نشسته و منتظر است تا ما را شکار کند. وقتی شکار او می شویم که غافل شویم. حضرت رسول اکرم به این دام و کمین و طعمه و شکار چنین اشاره فرموده است:

«أَنَّ الشَّيْطَانَ قَعَدَ لِابْنِ آدَمَ بِطُرُقٍ...» (۲) شیطان از راه هایی چند در کمین بنی آدم نشسته است... و سپس توضیح فرموده که با چه نیرنگی او را از مسلمان شدن، هجرت کردن، جهاد و مبارزه کردن باز می دارد و جهنمی می سازد و هر که هشیارانه عمل کند و از دام شیطان بجهد و به تله های ابلیس نیفتد، بهشتی می شود.

خدا کند که باغ دلمان به یاد خدا بروید و موعظه حق بر دل نشیند، دل ما از دام و دانه جدا شود و پر از جاذبه جاودانه خدا گردد.

خلاصه سخن آن که در طهارت دل و تغذیه قلب و بالندگی جان و رشد روح، خود ما نیز سهمی داریم که اندک و ناچیز نیست. آشنا ساختن دل با قلمرو معنویات و شنیدن پیام های آن چنانی نیز با گوش جان میسر است به شرط آن که چشم و گوش باطنی و قلبی را با گناه و هوس از کار نینداخته باشیم.

آن که شناسد به عالم محرم و بیگانه کیستدر درون دل چه می داند که صاحب خانه کیست؟

و... هرگز مبادا که خانه دل را به شیطان بسپاریم.

ص: ۳۰

۱- (۱). محجه البیضاء، ج ۵، ص ۵۰

۲- (۲). همان، ص ۵۲.

دل های سنگی، دل های نرم

ص: ۳۱

دل های سنگی، دل های نرم

به نام خدایی که نام او مایه خشیت و خشوع دل های با ایمان است و قلب مؤمن با آیات او روشن و زنده می شود. اگر دل، سنگ گردد، زندگی هم پر از ننگ گردد و اگر قلب، نرم و رام و فروتن شود، چشمه حکمت ها می شود و بستر رحمت ها.

خشوع دل

از موهبت های الهی، داشتن دلی «خاشع» است، یعنی قلبی پرسوز و گداز، پراشتیاق و با حال، اثرپذیر و نرم و متواضع. در چنین دلی هم «بذر حکمت» می روید، هم «خوف الهی» آشیانه می کند.

از موعظه های حضرت عیسی علیه السلام این بود که:

«گیاه در زمین هموار و نرم می روید، نه در سنگلاخ! حکمت هم در قلب متواضع، آباد می گردد نه در قلب متکبر. آیا نمی بینید که هر کس سر برافرازد تا سقف، سرش می شکند. اما آن که گردن را پایین بگیرد، در پناه

ص: ۳۲

و سایهٔ سقف قرار می‌گیرد؟» (۱)

سینهٔ سنگی ما،

از چه از شور و شررها خالی است؟

دیده و این همه خشک؟

نفس و این همه سرد؟

تو و این سنگدلی؟ ... من و این بی‌دردی؟!

چگونه می‌توان به این خشوع قلبی و نرم دلی دست یافت؟

یکی از کلیدهای گشایش دل، «ذکر» است، آن هم همراه با صدق و خلوص و در خلوت الهی.

حضرت باقر علیه السلام فرمود:

«تَعَرَّضْ لِرِقَّةِ الْقَلْبِ بِكَثْرَةِ الذُّكْرِ فِي الْخَلَوَاتِ» (۲)

در خلوت‌ها خدا را بسیار یاد کن، تا رقت قلب برایت پدید آید.

بسیاری از بزرگان به تعبیر علامه طباطبایی برنامه‌ای به نام «کشیک دل» یا همان «مراقبت» داشته‌اند و لحظات انس با محبوب و خلوت با معبود و ذکر زبانی و قلبی او را وسیله‌ای برای پالایش دل از کدورت‌ها قرار داده‌اند و از معاشرت‌های بی‌ثمر و دوستان ناباب و مجالس لهو، پرهیز کرده‌اند، که مایهٔ مرگ دل‌ها است.

دل‌های سنگی

این درست است که دل، گاهی سفت و سخت می‌شود، سخت‌تر از سنگ، و هیچ‌رذپایی از احساس، عاطفه، محبت، شوق، حرارت، ایمان،

ص: ۳۳

۱- (۱) محجه البیضاء، ج ۶، ص ۲۳۱

۲- (۲) تحف العقول، ص ۲۸۵

غم و حزن در آن یافت نمی شود، که البته عواملی دارد و باید آن ها را شناخت و درمان کرد.

قرآن کریم، از این گونه «دل های سنگی» یاد می کند و می فرماید:

«فَهِيَ كَالْحِجَارَةِ أَوْ أَشَدُّ قَسْوَةً وَأَنَّ مِنَ الْحِجَارَةِ لَمَا يَتَفَجَّرُ مِنْهُ الْأَنْهَارُ وَأَنَّ مِنْهَا لَمَّا يَشَقُّ مِنْهُ الْمَاءُ»؛ (۱)

برخی از دل ها همچون سنگ یا سخت ترند، از بعضی سنگ ها که شکافته می شود، نهرها می جوشد و از برخی سنگ ها که می شکافد آب بیرون می آید، گاهی برخی از سنگ ها و کوه ها از خشیت الهی فرو می ریزد....

آیا این یک مصیبت و بلا نیست؟ این واژگون شدن قلب نیست؟

در احادیث، قساوت قلب به عنوان یک تنبیه خدایی به شمار آمده است، کیفری نه در جسم و بدن بلکه در دل و جان و البته ریشه اش در تبهکاری خود انسان است. چه می شود که این پایگاه، سقوط می کند و از دست «جنود الرحمان» بیرون آمده، «پایگاه ابلیس» می شود و دیگر هیچ آیه و حدیثی، موعظه و حکمتی، هشدار و اندازی در آن اثر نمی کند؟

از امیرمؤمنان علیه السلام اگر پرسیم، پاسخ او چنین است:

«مَا جَفَّتِ الدُّمُوعُ إِلَّا لِقَسْوَةِ الْقُلُوبِ وَمَا قَسَتِ الْقُلُوبُ إِلَّا لِكَثْرَةِ الذُّنُوبِ»؛ (۲)

اشک ها جز به خاطر قساوت دل ها خشک نمی شود و دل ها را جز گناهان زیاد، به قساوت نمی کشد».

عصیان و گناه، پرتگاه دل ماست

کشف معادله های دل، بسیار مهم است و در عین حال ضروری.

گاهی خود انسان نمی داند که چرا چنین است و این «حال»، ریشه در کدام «عمل» دارد، اما خوشبختانه حکیمان روان شناس، چون امامان معصوم علیهم السلام که از هزار توی دل و پیچ و خم روح آگاهند، گوشه ای از ابعاد پنهان دل را رازگشایی کرده اند و کتاب قلب را برای ما و به روی ما گشوده اند.

این که آرزوهای دور و دراز، قساوت قلب می آورد، یکی از آنهاست.

این کلام پیامبرانه که: اگر مرکب دل را با یاد مرگ، رام نسازی چموش و سرکش می شود، یکی دیگر است.

و این که گوش دادن به ساز و آواز، شکار رفتن، رفت و آمد به دربارها، دل را سنگی می کند و ترک عبادت، جان را می میراند و ثروت زیاد و هم نشینی با پولداران قساوت دل می آورد و ترک رفت و آمد با بستگان دل را سخت می کند و... نمونه های دیگر.

نرم سازی دل

حال که خدا در قلب های خاشع جا دارد و سنگ دلی، انسان را از خدا دور می سازد، چه کنیم که این گوهر را به دست آوریم؟

آن چه عاطفه را تحریک می کند، مایه نرمش دل است. نباید گذاشت این دل که خانه مهر و عطوفت است، از سرشت اصلی خود دور شد.

مردی خدمت حضرت رسول صلی الله علیه و آله از سنگ دلی خود شکایت کرد.

روش درمانی پیامبر خدا صلی الله علیه و آله چنین بود که فرمود:

هر گاه خواستی قلبت نرم شود، به بینوا طعام بده و دست محبت و

ص: ۳۴

۱- (۱) بقره (۲)، آیه ۷۴

۲- (۲) علل الشرایع، صدوق، ص ۸۱

در سخنی دیگر فرمود: دل هایتان را به رقت و نازکی و مهرورزی عادت دهید، زیاد تفکر کنید و از خوف خدا گریه کنید. (۲)

حضرت علی علیه السلام در نامه بلندی که پندهای گران بهای او به فرزندش امام حسن مجتبی علیه السلام است، از جمله درباره مراقبت از قلب و تربیت دل و حیات بخشی به جان توصیه می فرماید: «وَذَلَّلَهُ بِذِكْرِ الْمَوْتِ»؛ (۳) دل را با یاد مرگ، رام و آرام کن.

اینها بهره گرفتن از عواملی است که غرور را می زداید و فطرت را بیدار می سازد و دل را به سرشت اولیه اش نزدیک تر می سازد.

سرزدن به بیمارستان ها، سرکشی به محله های فقیرنشین و حلبی آباد، رفت و آمد با خانواده های یتیم و بی سرپرست، زیارت قبور و حضور در گورستان ها، تأمل در حالات پیشینیان و یادآوری آنان که با ما بودند و اکنون از جمع ما رفته اند، گوش دادن به درد دل های گرفتاران دردمند، ساده زیستی و ساده پوشی، روزه داری و تحمل رنج گرسنگی و تشنگی و... می تواند دل ها را از قساوت برهاند و اگر دچار آن شده است، به رقت آورد.

این نکته نیز از سیره مولایمان امیر المؤمنین علیه السلام آموختنی است:

او را دیدند که جامه ای کهنه و وصله دار پوشیده است. در این مورد از او سؤال کردند، حضرت فرمود: «يَخْشَعُ لَهُ الْقَلْبُ، وَ تَذَلُّ بِهِ النَّفْسُ وَ يَقْتَدِي بِهِ الْمُؤْمِنُونَ»؛ (۴)

ص: ۳۶

۱- (۱) میزان الحکمه، حدیث ۱۷۰۴۳ (اذا اردت ان یلین قلبک فأطعم المسکین و امسح رأس الیتیم)

۲- (۲) همان، حدیث ۱۷۰۴۳

۳- (۳) . نهج البلاغه، نامه ۳۱

۴- (۴) همان، حکمت ۱۰۳

مایهٔ خشوع قلب و رام شدن نفس می شود، مؤمنان نیز به آن اقتدا می کنند».

شاعری خوش ذوق، این مضمون را چنین به نظم کشیده است:

با علی گفتا یکی در رهگذار

کار ما در راه حق کوشیدن است جامهٔ تقوا به تن پوشیدن است

از حال دل خویش غافل نشویم و سرنوشت قلب را به دست هوس نسپاریم.

ص: ۳۷

نگاه، با چشم دل

ص: ۳۹

نگاه، با چشم دل

چشم دل تنها یک تعبیر شاعرانه نیست، حقیقتی است که در کلام الهی و سخن حضرت رسول و متون و منابع دینی هم آمده است.

تنها هاتف اصفهانی نیست که می گوید:

چشم دل باز کن که جان بینان چه نادیدنی است آن بینی

قرآن و حدیث هم چنین فراخوانی دارد، تا دیدنی های فراتر از چشم سر و نگاه ظاهری را ببینیم.

کور دلی و بینا دلی

وقتی آیات و نشانه های خدا بر در و دیوار و در آفاق آسمان و جهان درون در تجلی است،

وقتی خلقت تابلویی است که عظمت و هدفداری جهان را نشان می دهد،

وقتی «موعظه» بردل می نشیند و جان را دگرگون می سازد،

آن چشمی که در پهنه هستی آیات را ببیند و این همه تابلوی جمال را

مشاهده نکند، اگر کور نیست، پس چیست؟

قرآن کریم به صراحت و وضوح چنین تعبیر می کند:

«أَنهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَ لَكِن تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ»؛ (۱)

همانا چشم ها نابینا نمی شود، بلکه دل هایی کور می شود که در سینه هاست.

این، همان کور دلی است که در پی لجاجت و عناد و سرسختی در برابر پذیرش حق پدید می آید و انسان را از دیدن روشن ترین حقیقت های آفتاب گون، محروم می سازد.

اگر مولوی می گوید:

چشم باز و گوش باز و این عمیدر شگفت از چشم بندی خدا

اشاره به همین حقیقت است که گاهی چشم سر می بیند، لیکن چشم دل نابیناست و البته که این کوردلی علل و اسباب و ریشه ها و منشأهایی دارد که باید آنها را شناخت و زدود، تا بصیرت حاصل آید.

موهبت بینا دلی

به همان اندازه که نداشتن بصیرت و کوردل بودن، بد و نشانه عقب ماندگی ذهنی و معرفتی است، بینا دلی موهبتی الهی به شمار می رود و توفیقی که نصیب هر کس شود، با چشمی بازتر حقایق هستی را می بیند و آن سوی دیوار محسوسات را هم تماشا می کند و به نوعی شهود می رسد.

این، عینکی است که به چشم هر کس نمی زنند و جایزه ای است که به

ص: ۴۱

هر کس نمی دهند.

در کلام حضرت رسول، این موهبت به نوعی خواست و لطف و عنایت الهی به شمار آمده است، آن جا که می فرماید:

«ما مِنْ عَبْدٍ أَلَا وَفِي وَجْهِهِ عَيْنَانِ، يُبْصِرُ بِهِمَا أَمْرَ الدُّنْيَا وَ عَيْنَانِ فِي قَلْبِهِ يُبْصِرُ بِهِمَا أَمْرَ الْآخِرَةِ، فَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِعَبْدٍ خَيْرًا فَتَفْتَحُ اللَّهُ عَيْنَيْهِ
الَّتَيْنِ فِي قَلْبِهِ فَأَبْصَرَ بِهِمَا مَا وَعَدَهُ بِالْغَيْبِ...» (۱)

هیچ بنده ای نیست مگر آن که دو چشم در صورت دارد که با آن دو، کار دنیا را می بیند و دو چشم در دل دارد که با آن دو امر آخرت را می بیند. پس هر گاه خداوند نسبت به بنده ای اراده خیر داشته باشد، دو چشم درون او را باز می کند، تا با آن دو دیده دل، آن چه را خداوند بر اساس غیب به او وعده داده است، ببیند.

و این همان عرفان شهودی است، یعنی کنار زدن پرده ها، دیدن آن سوی پرده های مادی، عبور از محسوسات، رسیدن به باورهای یقینی، مشاهده باطن عالم، دیدن بهشت و جهنم در همین دنیا و از هم اکنون، آن روز را دیدن و برای آن کار کردن و شعله های دوزخ و سایه سارهای بهشت را در این جهان با چشم دل دیدن!

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله روزی پس از نماز صبح به جوانی که در مسجد بود و از بی خوابی چرت می زد و رنگ پریده و پریشان بود و چشمانی به گودی نشسته داشت، فرمود: «كَيْفَ اصْبَحْتَ؟» در چه حالی و چگونه صبح کردی؟ وی گفت در حال یقین، پیامبر پرسید: هر چیزی نشانه ای دارد، نشانه یقین تو چیست؟ گفت: یقینم، خواب از چشمم ربوده و

ص: ۴۲

شب‌ها نا آرامم ساخته، از دنیا و آن چه در آن است گسسته شده‌ام، گویا عرش الهی و روز قیامت و صحنه دادرسی و حشر خلاق را می بینم.

گویا اهل بهشت را می بینم که از نعمت‌های آن برخوردارند و بر تخت‌ها نشسته‌اند و گویا دوزخ را می بینم که اهل جهنم در آن در عذاب‌اند و صدای تنوره آتش دوزخ را می شنوم و در گوشم می پیچد.

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به همراهانش فرمود: «هَذَا عَبْدٌ نُورَ اللَّهِ قَلْبُهُ بِالْإِيمَانِ...»^(۱) این، بنده‌ای است که خداوند، قلب او را با ایمان، روشن ساخته است!

و این، یعنی همان بینایی دل و روشنی چشم درون که در سایه ایمان و معرفت و شهود به دست می آید.

نگاه دل

وقتی برای نگاه، وسیله دیگری جز چشم سر وجود دارد، چرا از آن بهره نگیریم؟

چرا نگاه‌ها و نگرستن‌هایمان را محدود کنیم و از بسیاری از دیدنی‌ها محروم شویم؟

چه عاملی چشم دل را می بندد؟ چه عاملی موجب گشایش آن می شود؟ به تعبیر حضرت صادق علیه السلام: همه مردم چشم سر و چشم دل دارند، اما خداوند چشم دل شما شیعیان را باز کرده و چشم دل مخالفان ما را کور کرده است.^(۲)

نقش ابلیس در این میان چیست؟ شیاطین، سوگند خورده‌اند که آدم را بلغزانند و از رشد معنوی و کمال او جلوگیری کنند و با وسوسه‌ها،

ص: ۴۳

۱- (۱). اصول کافی، ج ۲ ص ۵۲ حدیث ۲.

۲- (۲) بحار الانوار، ج ۶۷ ص ۵۸

تارهای عنکبوتی بر دست و پای فکر و فطرت او بتنند، تا نه پر پرواز داشته باشد، نه چشم بصیرت. بیشترین میدان و حوزه تلاش شیاطین هم دل های آدمی زاد است. آن ها می کوشند تا در این دژ و پایگاه نفوذ کنند و آن را به سقوط بکشانند، آن گاه با داشتن چشم، انسان نمی بیند و با داشتن گوش نمی شنود.

اگر قرآن کریم، از گمراهان دوزخی چنین یاد می کند که:

«لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَ لَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا»؛ (۱)

آنان دل هایی دارند که با آنها درک نمی کنند و چشم هایی دارند که با آنها نمی بینند. آیا این جز اشاره به همان کوردلی و محرومیت از نگاه دل است؟

از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله چنین روایت است که:

«لَوْ لَا أَنَّ الشَّيَاطِينَ يَحُومُونَ عَلَى قُلُوبِ بَنِي آدَمَ لَنَظَرُوا إِلَى الْمَلَكُوتِ»؛ (۲)

اگر نه آن بود که شیاطین، دور و بر دل های آدمیان می چرخند، آنان به ملکوت نگاه می کردند. یعنی در چشم دل، زمینه و توان نگاه به ملکوت هستی و عوالم غیب و باطن جهان وجود دارد، به شرط آن که پرده های غفلت و عصیان و نسیان و شیطان، راه این نگاه را نبندد و چشم درون را کور نسازد.

آن چه در مناجات شعبانیه از خدا می خواهیم و فروغ دیده دل را می طلیم «وَ انزِ ابصارَ قلوبنا بضياءِ نظرها اليك...»، برای دست یافتن به بینایی است، تا چشم دل حجاب های نور را بدرد و به معدن عظمت برسد. این تعبیرها نیز گویای ظرفیت بالای معارف شهودی انسان با

ص: ۴۴

۱- (۱) اعراف (۷) آیه ۱۷۹

۲- (۲) میزان الحکمه، ج ۸ ص ۲۲۴.

چشم دل است. چه می شود که یکی مو می بیند و دیگری پپیش مو؟ و چرا یکی ابرو می بیند، دیگری اشارت های ابرو؟

چرا حرمان از فیض نگاه؟

اگر به «سیر باطنی» هم به اندازه «سفر زمینی» اهتمام ورزیم، اگر «هجرت انفسی» را هم به اندازه «هجرت آفاقی» مهم بدانیم، آن نگاه و دید را هم پیدا می کنیم.

باز هم از ترجیع بند هاتف اصفهانی بیاوریم که گفته است:

با یکی عشق ورز از دل و جان

ص: ۴۵

گوشِ جان

ص: ۴۷

از «چشم دل» سخن گفتیم و این که گاهی کور می شود و روشن ترین حقیقت ها را نمی بیند.

از «گوش جان» هم می توان سخن گفت و از شنوایی و ناشنوایی اش.

این جا هم نکوهش قرآن از آنان که گوش دارند و نمی شنوند، پابرجاست.

مثل آن جا که از چشم داران نابینا بود.

گیرنده درونی

در این جهان پهناور، صداها و نداها و ندهای بسیاری پخش می شود، با فرکانس های متفاوت.

نداهایی هم وجود دارد، اما نه از جنس صوت و صدا، که برای دریافت آنها گوش دیگری لازم است به جز گوش سر.

هم دعوت های «رحمانی» وجود دارد، هم دعوت های «شیطانی»، تا انسان، شنونده و پاسخ گو و پذیرای کدام باشد!

در سخنان معصومین، بسیار از این حقیقت سخن گفته شده است که

قلب انسان یا قلب مؤمن، دو گوش دارد، در یکی ابلیس و سوسه گر و شیطان فریبکار می دمند، در دیگری فرشته نجات بخش و ارشاد گر.

نسبت به کارهای نیک و بد یکی امر می کند، دیگری نهی می نماید. یکی تشویق می کند، دیگری هشدار می دهد و بر حذر می دارد. انسان در این میان، متحیر است که کدام را بپذیرد و در پی کدام دعوت به راه افتد.

امام صادق علیه السلام می فرماید: «إِنَّ لِلْقَلْبِ أُذُنَيْنِ: رُوحُ الْإِيمَانِ يُسَارُهُ بِالْخَيْرِ، وَ الشَّيْطَانُ يُسَارُهُ بِالشَّرِّ، فَأَيُّهُمَا ظَهَرَ عَلَى صَاحِبِهِ غَلَبَهُ؛ (۱)»

دل، دو گوش دارد: روح ایمان او را به نیکی فرا می خواند و در گوشش زمزمه خیر سر می دهد، اما شیطان، نجوای شرّ و بدی با او دارد. هر یک از این دو چیره شود بر دیگری و صاحب آن گوش غلبه می یابد».

این، همان گیرنده درونی است که یا روی فرستنده حق تنظیم می شود، یا فرستنده باطل. امواج هر یک را دریافت کند و دستور از هر کدام بگیرد، برنامه زندگیش همان گونه تنظیم می شود.

اشکال از کجاست؟ از گیرنده یا فرستنده؟

اگر در فضای زندگی ها و در قلمرو جان ها و قلب ها، امواج هدایت و بصیرت پراکنده می شود، اگر گیرنده آن امواج «هدایت» نباشیم و گوش جانمان تعطیل باشد، خودمان مقصریم که «رادار دل» را خاموش کرده ایم.

جمعی شنونده اند و گوینده خداست

ص: ۴۹

می گویند: وقتی حرّ بن یزید، از کوفه خارج شد تا به سوی حسین بن علی علیه السلام آید و به دستور ابن زیاد، راه را بر امام ببندد، از پشت سر ندایی شنید که: «ای حر، تو را بر بهشت جاودان بشارت باد!» اما با شگفتی وقتی به عقب نگاه کرد، کسی را ندید» (۱) همین ندا بود که در صبح عاشورا او را «حسینی» کرد و از جبهه باطل جدا شد و به اردوی حق پیوست و جان خود را فدای امام کرد.

از این ندهای بیدارگر، بسیار است. اما اگر گوش جان کسی بسته باشد، از شنیدن و پیروی کردن محروم می ماند.

امام صادق علیه السلام فرمود: «إِنَّ اللَّهَ إِذَا أَرَادَ أَنْ يَهْدِيَ عَبْدًا فَتَحَ مَسَامِعَ قَلْبِهِ...» (۲)

هر گاه خداوند بخواهد بنده ای را هدایت کند، «گوش جان» او را باز می کند، و اگر جز این را بخواهد، گوش قلب و درونش را می بندد و مهر می زند، پس هرگز به راه صلاح و اصلاح نمی آید و این است معنای کلام خدا که: بلکه بر دل ها قفل هاست!

اگر کسی نخواهد هدایت شود، هزار حنجره آواز هم بیخ گوشش زمزمه هدایت سر دهد، بیدار نمی شود. مگر قوم حضرت نوح، در برابر دعوت توحیدی و هدایتگر او، جامه بر سر نمی کشیدند و انگشتان خود را در گوش های خود نمی نهادند تا ندای نوح را نشنوند؟ (۳)

وقتی «گوش سر» با روی گردانی انسان، از شنیدن حق و پیام هدایت محروم می شود، «گوش جان» هم با وجود حالت اعراض، لجاجت، روی گردانی و بی رغبتی، ناشنوا می شود.

ص: ۵۰

۱- (۱). قاموس الرجال، ج ۳ ص ۱۰۳

۲- (۲) میزان الحکمه، حدیث ۱۶۹۵۵

۳- (۳) سوره نوح (۷۱) آیه ۷

امام علی علیه السلام آن غریب مظلوم، در جمع غفلت زدگان ناشنوی حق، دلگیر از آن همه گوش جان مخاطبان از شنیدن پیام علوی، به آنان می فرمود: ای مردم! خوب گوش دهید و توجه کنید، گوش های دل هایتان را حاضر کنید تا دریابید و بفهمید... «وَأَخْضِرُوا آذَانَ قُلُوبِكُمْ تَفْهَمُوا».

تاریخ و تجربه نشان می دهد که اگر «گوش جان» کر شده باشد، حتی کلام بلیغ و بزان علی علیه السلام و مواعظ تکان دهنده او هم نمی تواند مخاطب را از جا حرکت دهد و متحول سازد، و این اشکال، نه از گوینده، بلکه از شنونده است.

پرده های گوش جان

آن چه گوش جان را از کار می اندازد، آرایش های درونی و رذایل اخلاقی است.

«پند»، عزیزترین همدم انسان است، اما اگر «گوش پند نیوش» نباشد، آن موعظه نه بر دل می نشیند، نه با انسان انس می گیرد.

«حکمت»، روشنی بخش خانه دل است، اما اگر «گوش جان» کر و بسته باشد، راه و روزنی برای فروغ افکنی به این خانه نخواهد داشت.

«حق»، رساترین صداست که پرده ها را می درد و دیوارها را فرو می ریزد، اما اگر کسی آلوده به خودخواهی و دنیاطلبی و هواپرستی باشد، گوش جاننش از شنیدن و دریافتن پیام حق ناشنوا می شود.

به قول مولوی:

گوش را بندد طمع، از استماع چشم را بندد غرض از اطلاع

«گناه»، مایه زنگار گرفتن دل و از کار افتادن دستگاه شنوایی قلب و

ص: ۵۱

بسته شدن درهای حکمت و یقین به روی انسان است.

آنان که دلی پر از هوس های شیطانی دارند و زندگی شان آلوده به معصیت و غفلت است و دنیازدگی آنان را مسخ کرده، حکمت های متعالی یا به گوش جانشان نمی رسد، یا از یک گوش وارد شده، از گوش دیگر خارج می شود و چون بستر مناسب برای آرام گرفتن و توطن نمی یابد، در جان چنین آدمی «قرار» نمی گیرد و پندها، موعظه ها، هشدارها، آیه ها و انذارها او را به توبه و تذکر و تدارک و جبران و خودسازی نمی کشاند.

اگر قلب، از آشفته‌گی و پراکنندگی نجات یابد و به تمرکز و قرار برسد، هوش و حواس آن هم کارآمدتر خواهد شد.

حضرت رسول صلی الله علیه و آله در حدیثی از جمله عوامل بسته شدن گوش جان و محروم گشتن از زمزمه ها و آواهای ملکوتی را آشفته‌گی خاطر و پر حرفی می داند و می فرماید: «لَوْ لَا تَمَرُّعُ قُلُوبِكُمْ وَ تَزَيُّدُكُمْ فِي الْحَدِيثِ، لَسَمِعْتُمْ مَا اسْمَعُ» (۱).

اگر آشفته‌گی و پریشانی و تفرق قلب های شما نبود و اگر زیاده گویی شما نبود، شما هم می شنیدید آن چه را من می شنوم!

پیشوای وارسته ای چون علی علیه السلام چون خاطری جمع به یاد خدا داشت و قلبی متمرکز بر حضرت حق، از این رو از آن گوش جان که حضرت رسالت برخوردار بود، نصیبی داشت و چشم و گوش درونش به روی حقایق هستی باز بود، مثل پیامبر، از این رو رسول خدا صلی الله علیه و آله به وی فرمود: «إِنَّكَ تَسْمَعُ مَا اسْمَعُ وَ تَرَى مَا أَرَى، أَلَا إِنَّكَ لَسْتَ بِنَبِيٍّ» (۲).

ص: ۵۲

۱- (۱) میزان الحکمه، حدیث ۱۶۹۵۶

۲- (۲) نهج البلاغه، خطبه ۱۹۲

یا علی! آن چه را من می شنوم، تو هم می شنوی و آن چه را من می بینم تو هم می بینی، جز این که تو پیامبر نیستی!

طاعت و عبادت، چشم دل و گوش جان را بینا و شنوا می کند، گناه و هوی، بر بصیرت قلب و شنوایی دل، پردهٔ ظلمت و قساوت می کشد.

باید از آن وادی جدا نشد و به این وادی پای ننهاد، تا قلب از دو روزن چشم و گوش، بینای حقایق و شنوای معارف گردد.

در کشور دل، ملال پیش آمده است

ص: ۵۳

با همه پژوهش های قدیم و جدید و با تأمل ها و دقت ها، هنوز «راز دل» کشف نشده است.

آن چه ما را بیشتر در جهت شناخت پروردگار و حقایق هستی کمک می کند، «قلب» است؛ حتی بیش از «عقل» و روشن تر از ادراکات حسی.

اگر چشم و گوش هم در این زمینه، نقش دارند و دریچه ای به روی معرفت بر ما می گشایند، اینها همه ابزار ادراک و شناخت قلبند. در قلمرو وجود ما، آن چه تلاش باطنی به سوی خدا و در راه خدا دارد، دل است و اندام ظاهری، اسباب این حرکت باطنی اند و همچون ابزار و خدمتکار، در خدمت و استخدام آن «هادی درونی» و «گیرنده قلبی» اند.

فساد و صلاح، در دل پدید می آید، آن گاه به اعضا سرایت می کند.

فجور و فلاح و زمینه های سعادت و شقاوت نیز ابتدا در باطن بروز می کند و سپس علنی می شود.

اگر بحث از «طاعت»، «تمرد»، «قبول» و «عصیان» است، ریشه آن در درون است.

تیره دلی، زندگی را هم تیره می کند.

روشنایی قلب، حیات را هم نور و روشنی می بخشد. از کوزه همان طراوت که در اوست. پس، باید دل و دنیای درون را بیشتر و عمیق تر شناخت و در وسعت کران ناپیدای آن به سیر و سیاحتی روشن بنیانه تر پرداخت.

هر کس دنیای قلب را نشناسد، خدای قلب آفرین را هم نخواهد شناخت.

هر کس دل خود را نشناسد، دیگری را به طریق اولی نخواهد شناخت.

و از کسی که «قلمرو دل» را نیموده و نشناخته باشد، چگونه می توان انتظار «نگهبانی دل» و «مراقبت باطن» داشت؟

در نگاه صاحب‌دلان

هنوز در آغاز این سخنی که دل چیست؟ و در پی کدام دلیم؟ دلی که در سینه است، یا دلی که کانون معرفت، محبت و ادراک انسان است و جایش نامعلوم است؟

غزالی در احیاء العلوم، گام ما را در شناخت دل، لحظه ای بر این حقیقت نگاه می دارد که:

«قلب، به دو مفهوم است:

یکی آن قطعه گوشت صنوبری شکلی که جانب چپ سینه قرار دارد و تلمبه خانه بدن و در ارتباط با گردش خون است. این، چیزی است که در علم طبیعی از آن بحث می شود و چیزی است که حتی حیوانات هم آن را دارند؛ مرده هم این قلب را دارد، لیکن کار نمی کند.

ص: ۵۷

دیگری آن بعد لطیف و خدایی بشر است که جنبه معنوی و روحانی دارد و حقیقت انسان است و همین قلب است که درک می کند و صاحب علم و شناخت است و تکلیف، متوجه این قلب است و از همین قلب، انتظار و طلب است و همان، مورد عقاب و سرزنش قرار می گیرد.

بسیاری از فرزندگان هم در تحلیل نوع ارتباط این قلب با قلب مادی در سینه، فرومانده و این راز ناشناخته را کشف نکرده اند» (۱).

یکی دل را «سلطان اقلیم وجود» می داند؛ یکی آن را «کعبه مراد» می شناسد؛ یکی «حرم خدا» معرفی می کند؛ یکی «خانه محبوب» می داند؛ یکی «نهان خانه اسرار و معارف» ترسیمش می کند. به راستی، دل چیست؟

دل چه باشد، مخزن اسرار حق

خواجه انصاری گوید: «دل آدمی را چهار پرده است: پرده اول، صدر است که مستقر مهد الهام است؛ پرده دوم، قلب است که محل نور ایمان است؛ پرده سوم، فؤاد است که سرپرده مشاهدت حق است؛ پرده چهارم، شغاف است که محل رحل عشق است. این چهار پرده هر یکی را خاصیتی است و از حق به هر یکی، نظری. «رب العالمین» چون خواهد که رمیده ای را به کمند لطف در راه خویش کشد، اول نظر می کند به صدر وی، تا سینه وی از هواها و بدعت ها پاک گردد. پس نظر می کند به قلب وی، تا از آرایش دنیا و اخلاق نکوهیده پاک گردد. پس نظر می کند به فؤاد وی و او را از علایق و خلایق باز برد و چشمه حکمت در دل وی

ص: ۵۸

گشاید. پس نظر می‌کند به شغاف وی، نظری که بر روی جانِ نگار است»^(۱).

سخنی از علامه جعفری: افق زیبای دل، نگاه‌های بسیاری را متوجه خود ساخته است و حالات گوناگون آن، میدان نکته‌سنجی، لطافت نگری و هنرآفرینی صاحبان ذوق گشته است. استاد علامه جعفری در پژوهشی که پیرامون این لطیفه ربانی و ویژگی‌هایش دارد و ترکیبات ادبی ساخته شده از واژه دل را تا حدود ۴۲۷ ترکیب، همراه با نمونه‌هایی از شعر شاعران می‌آورد، در پایان، این گونه جمع‌بندی می‌کند:

«بباید همه کتاب‌های سازنده بشری را از کتب باستانی یونان و هند گرفته تا الهیات قرون وسطی و نوشته‌های به ظاهر ادبی مشرق و غرب، مانند مثنوی جلال‌الدین مولوی و بینوایان و یکتور هوگو و آثار انسانی داستایوفسکی، بالزاک، تولستوی، شکسپیر و صدها امثال این آثار که بسیار بسیار عالی تر از روان‌شناسان حرفه‌ای، انسان را شناخته‌اند، در یک میدان بزرگ بین‌المللی جمع کنیم؛ سپس روی کلماتی مانند دل، وجدان، عقل سلیم، فطرت پاک، عواطف عالی (تصعید شده) انسانی را قلم بطلان بکشیم، یعنی آنها را از آن آثار بزرگ انسانی منها کنیم، ببینیم آیا در این صورت، حتی یک سطر در آن کتاب‌ها وجود خواهد داشت که به خواندنش بیرزد»؟!^(۲)

این نکته، نقش محوری «دل» را در حیات انسانی و اندیشه‌های بشری و فرهنگ ملل و افکار فلاسفه نشان می‌دهد.

ص: ۵۹

۱- (۱) فرهنگ اصطلاحات و تعبیرات عرفانی، ص ۲۱۲

۲- (۲) شناخت از دیدگاه علمی و دیدگاه قرآن، ص ۴۳۹

شگفت از انسان امروزی که با این پدیده بی نظیر، برخوردی سطحی و سرسری دارد و مثل کسی که در ساحل دریایی ایستاده و تنها به تر کردن سرانگشت خود از یک اقیانوس بسنده می کند، از «دریای دل» برداشت و شناختی اندک دارد و هرگز به فکر غوطه خوردن در دل این اقیانوس و صید گهرهای گران بها نمی افتد. مگر از انسان تک بعدی معاصر، جز این انتظار است؟

زنده یاد علامه جعفری، در پژوهش خود، پس از نقل و ارزیابی آیات قرآن که به نوعی به موضوع قلب و حالاتش پرداخته است، به یک جمع بندی می پردازد و نتایج نه گانه ای را به دست می دهد که به یکی از آنها (نتیجه ششم) اشاره می شود: «کبر، نخوت، خودآرایی و خودنمایی که پدیده هایی از بیماری «خودمحوری» می باشند، معلول بسته شدن فعالیت های سازنده قلب است. هنگامی که این قطب نمای انسانی مختل شد و هنگامی که این مهمانسرای الهی ویران گشت، موقعی که این مدار انسانیت منحرف شد، دیگر نیک و بد و احترام ذات و به طور کلی هست و نیست و باید و نباید و شاید و نشاید، مسخره ای بیش نخواهد بود».^(۱)

شناخت قلمرو دل، مقدمه ساماندهی، هدایت و نجات آن است.

مگر می توان کارهای متن را از حاشیه اصلاح کرد و اصلاح دل را با نگاهی سطحی و شناختی ناقص به ثمر رساند؟

وقتی دل، از گناه گرفته باشد و قلب، چرکین گشته باشد، چاره ای جز شست و شوی آن و زدودن زنگار و جلابخشی و صفادهی نیست. این گونه است که دل رمیده، باز هم به کمند محبت خدا گرفتار می شود و چه

ص: ۶۰

شکار خوبی و چه صیاد خوبی!

گاهی میان ما و دل، فاصله می افتد. به تعبیر قرآن کریم: «إِنَّ اللَّهَ يَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ وَقَلْبِهِ» (۱). با این دل رمیده، فراری و گم شده چه باید کرد و چه می توان کرد؟

در پیش فرزانه ای از وسوسه های دل، شکوه کردند. گفت: دل همچون خانه ای است که دزد بر آن می گذرد؛ اگر چیز دندان گیری بیابد، برمی دارد و گرنه می گذرد و می رود. دل های خالی از هوا و هوس، هرگز وسوسه شیطان را برای نفوذ برنمی انگیزد.

با این حساب، پیراستن خانه دل از وسوسه های شیطانی و بیرون راندن سپاه نفس اماره از منطقه قلب، کار «مدیریت دل» را آسان تر می سازد. تا دل، تیره و ظلمانی است، در رواق آن آیات حق و کتاب فطرت و منشور هدایت، خواندنی نیست. در دل روشن، سطر سطر کتاب حق، خوانا و زیباست. این خانه را تاریک میسندیم.

جان، لوح سفیدی است، سیاهش نکنید

ص: ۶۱

دردسرهاى دل بيمار

وقتى نقش دل، در تأمين خوشبختى يا گرفتار شدن به تباهى، حياتى و حساس است، نسبت به سلامت يا بيمارى آن نمى توان بى تفاوت بود.

آن گونه كه در مسائل بهداشتى و طب بدن، اين حساسيت وجود دارد و بجا هم هست، در مسائل روحى و معنوى هم موضوع «قلب»، از همان حساسيت، بلكه بالاتر برخوردار است.

دل، هم مى تواند كانون «نور خدا» باشد، هم «پايگاه شيطان»؛ هم روشن باشد، هم تاريك.

نتيجه هم روشن است: اگر آن شد، راهى به سوى سعادت و خوشبختى پيش پاى انسان مى گشايد و اگر اين بود، سرنوشت دوزخ را براى آدمى رقم مى زند.

بيمارى هاى دل

دل بيمار، صاحبش را هميشه به دردسر مى اندازد؛ رابطه اش را با ديگران مختل مى سازد؛ نگاهش را به اشخاص حادثه ها و پديده ها، نگاه

ص: ۶۴

غیرسالم می کند و تلاش های او را در مسیر بیراهه قرار می دهد. به برخی از این بیماری ها اشاره می شود، تا زمینه درمان آنها پدید آید:

۱. «نفاق»؛ این که ظاهر و باطن انسان دو گونه باشد و حرف و عمل با هم نخواند و «بود» و «نمود» تناقض داشته باشد، ریشه در بیماری دل دارد. قرآن کریم از منافقان و دوچهرگان که خود را با ایمان و مسلمان جلوه می دهند، اما در دل، کافر و بی اعتقادند به عنوان کسانی یاد می کند که «فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ» (۱) و این بیمار دلی، پیوسته در حال افزایش، ریشه دواندن و گسترده شدن است.

۲. «گناه»؛ سواری دادن به شیطان و پیروی از «هوای نفس» و خروج از دایره بندگی خدا و ورود به منطقه ورود ممنوع گناه، نوعی بیماری دل است. گناه هم بیماری است و هم زمینه تباهی قلب را فراهم می کند. چه زیباست سخن حضرت علی علیه السلام که فرمود:

«لَا وَجَعَ أَوْجَعُ لِلْقُلُوبِ مِنَ الذُّنُوبِ؛ (۲) برای دل ها، هیچ دردی دردناک تر از گناه نیست».

در کلام دیگری آن حضرت، معصیت را عامل زیر و رو شدن اساس وضعیت دل می شمارد و می فرماید:

«مَا مِنْ شَيْءٍ أَفْسَدَ لِلْقَلْبِ مِنْ خَطِيئَةٍ، إِنَّ الْقَلْبَ لَيُوقِعُ الْخَطِيئَةَ، فَمَا تَزَالُ بِهِ حَتَّى تَغْلِبَ عَلَيْهِ فَيَصِيرَ أَعْلَاهُ أَسْفَلَهُ؛ (۳) هیچ چیز مانند گناه، تباہ کننده دل نیست».

دل سراغ گناه می رود و دچار معصیت می شود؛ همواره دست به گریبان با آن است، تا آن که گناه بر او چیره شود و دل را زیر و رو می سازد».

گناه، همچون دودی است که از چراغی بلند می شود. به تدریج، هوا را

ص: ۶۵

۱- (۱). بقره (۲)، آیه ۱۰

۲- (۲). کلینی، اصول کافی، ج ۲، ص ۳۰۰

۳- (۳). همان، ص ۲۶۸

آلوده و شیشه آن چراغ را سیاه می کند؛ تا آن جا که سراسر دل را می گیرد.

چنین دلی، نه نور ایمان را به خود راه می دهد، نه موعظه و پند در آن اثر می کند و نه پذیرای حق و حکمت می شود و از سنگ هم سخت تر می شود.

۳. «کوری»؛ گر چه کوری و بینایی مخصوص چشم است، اما از چشم دل هم بیشتر بحث کردیم. اگر چشم درون کور شود، روشن ترین حقیقت ها و بدیهی ترین حکمت ها را هم نمی بیند. از پیامدهای پیروی از «نفس اماره» و اطاعت شیطان، از دست دادن «بصیرت» است. در حدیث حضرت باقر علیه السلام آمده است: «وقتی کسی در مسیر نافرمانی خدا قرار می گیرد و اصرار بر گناه می کند، آن روشنایی دل از وی گرفته می شود و سیاهی گناه، سراسر دل را فرا می گیرد و در نتیجه، چنین بنده ای هرگز روی خیر و سعادت را نمی بیند» (۱) و این، یعنی سقوط کامل پایگاه دل در برابر تهاجم لشکر شیطان!

آن چه در آیات و روایات، به عنوان «طبع قلب» مطرح شده - یعنی لا-ک و مهر خوردن دل - بیان دیگری از همین کوردلی است. وقتی جعبه ای، دری، خانه ای یا شیشه ای مهر بخورد و پلمپ شود، نه چیزی وارد آن می شود و نه چیزی از آن خارج می گردد و از مدار بهره وری و استفاده خارج می شود.

دل های دربسته و سربسته، نه معرفت می یابند، نه هدایت می شوند، نه پند می پذیرند، نه حقیقت ها را می بینند، نه بشارت و انداز در آنها اثر می گذارد، نه وقایع و حوادث مایه عبرت آنها می گردد و نه با منطق و

ص: ۶۶

برهان، رام و آرام می شوند. البته خود این سربسته شدن دل و «طبع قلب»، که در قرآن هم مکرر آمده است (۱)، نتیجه برخی اعمال دیگر همچون لجاجت، دنیاخواهی، طمع، حرام خواری، رشوه، کفر و هواپرستی است.

امام حسین علیه السلام در روز عاشورا وقتی گمراهی و فریب خوردگی سپاه کوفه را دید و از تصمیم جدی آنان برای جنگ با فرزند پیامبر و ریختن خون وی آگاه شد، بارها به موعظه و نصیحت آنان پرداخت و برایشان آیه و حدیث خواند و هشدار و بیم داد و از عذاب الهی ترسانند؛ اما آنان حتی حاضر نبودند به سخنان حضرت گوش فرا دهند و همه راه می انداختند تا صدای امام به گوش سربازان عمر سعد نرسد. حضرت فرمود: «فَقَدْ مُلِئْتُ بِطَوْنِكُمْ مِنَ الْحَرَامِ وَ طُبِعَ عَلَي قُلُوبِكُمْ» (۲). شکم هایتان پر از حرام شده است و بر دل های شما مهر خورده است.

این، وضع دلی است که بیمار است؛ دلی که پایگاه و جایگاه هوس های شیطانی و وسوسه های ابلیسی شده و همه چیز را با نگاه شکم و شهوت می بیند و برای ورود سپاه عقل و جنود رحمانی به حریم دل، راهی باز نگذاشته؛ اما لشکریان شیطان، شبانه روز برای ورود به آن، مجاز و آزادند و کمترین ممانعتی انجام نمی گیرد.

از چنین دلی و صاحب چنین قلبی چه انتظاری برای رشد، سعادت و فلاح می رود؟

ص: ۶۷

۱- (۱). مثل این موارد: غافر (۴۰)، آیه ۳۵؛ روم (۳۰)، آیه ۵۹؛ اعراف (۷)، آیه ۱۰۱؛ جاثیه (۴۵)، آیه ۲۳؛ بقره (۲)، آیه ۷؛ انعام (۶)، آیه ۳۹؛ مطففین (۸۳)، آیه ۱۵-۱۴ و آیات دیگر

۲- (۲). انفال (۸) آیه ۲۴

نقطه مقابل بیمار دلی، سلامت قلب است. «قلب سلیم»، اصطلاحی قرآنی است که بیان می کند در روز قیامت، ثروت و فرزندان به کار نمی آیند. هر کس با خودش «قلب سلیم» آورده باشد، کامیاب است: «إِلَّا مَنْ آتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ». (۱)

قرآن، حضرت ابراهیم را از کسانی می داند که صاحب «قلب سلیم» بود. (۲)

قلب سلیم، دلی است که از شک و شبهه، ریب و تردید، کینه و حسد، کفر و نفاق و ریا، حب دنیا و دلبستگی به شهوات و مادیات، پاک و پیراسته باشد.

صاحبان قلب سلیم، پیوسته دربان دل خویشند تا «نامحرم» و «غیر خودی» وارد آن نشود؛ کشیک می دهند تا عوامل نفوذی شیطان، از گذرگاه های ریا و حسد و عجب و تکبر و مال دوستی و جاه طلبی، به درون آن رخنه نکنند؛ مواظبند تا دچار بیماری های اخلاقی و رذائل نفسانی نشوند و به دشمن نیرومند مکاری چون نفس اماره، روی خوش نشان ندهند و فریب دوست نمایی هایش را نخورند.

با دشمن نفس، صلح کردن ننگ است

امام علی علیه السلام فرمود: «هر گاه خداوند، بنده ای را دوست داشته باشد،

ص: ۶۸

۱- (۱) شعراء (۲۶)، آیه ۸۹

۲- (۲) صافات (۳۷)، آیه ۸۳ و ۸۴

به او «قلب سلیم» و اخلاق نیک و استوار می دهد؛ «إِذَا أَحَبَّ اللَّهُ عَبْدًا، رَزَقَهُ قَلْبًا سَلِيمًا وَ خُلُقًا قَوِيمًا» (۱).

امام باقر علیه السلام نیز فرمود: «لَا سَلَامَةَ كَسَلَامَةِ الْقَلْبِ»؛ (۲) هیچ سلامتی، همچون سلامت قلب نیست.

وقتی از پیامبر می پرسند: قلب سلیم چیست؟ می فرماید: دین بدون شک و هوا و هوس و عمل بدون سمعه و ریا. (۳)

و این، همان وارستگی از سلطه شیطان بر دل و جان و ذهن و ضمیر انسان است که موهبتی عظیم است و دست یافتن به آن، توفیقی بزرگ.

برای «قلب سلیم»، ویژگی های دیگری نیز بیان شده است، مثل وابستگی محض به خدا، توحید، وارستگی از حب دنیا، داشتن نیت سالم و انگیزه خوب، مبرا بودن از حرص و طمع و شهوت، برخورداری از انصاف، سلامت از شبهات، حیات و زنده بودن با علم و حکمت و یاد پیوسته معاد.

اگر بوستان دل، از علف هرزه های رذائل زدوده نشود، مجال مناسبی هم برای رشد فضایل پیش نمی آید. از این رو، اهل دل و معنی، پیوسته اهل «مراقبت از دل» بوده اند تا به یغمای ابلیس نرود و خانه شیطان نگردد.

عارفان گفته اند: «دل ها سه قسم است: قلب منیب، قلب شهید، قلب سلیم. قلب منیب، قلب بنده ای است که از او ترسید و عیب خود دید و با مولای خود گردید. قلب شهید، قلب کسی است که دلی دارد زنده و گوشه گشاده و آن دل مرا حاضر گشته. طوبی او را که دلی دارد سلیم، از

ص: ۶۹

۱- (۱) غررالحکم، حدیث ۴۱۱۲

۲- (۲) . میزان الحکمه، حدیث ۱۶۹۳۳

۳- (۳) همان، حدیث ۱۶۹۲۹

شک شسته و با مولی پیوسته و از دنیا و خلق آسوده و از غیر او رسته.

دل سلیم، با سلامت بود؛ هر چه بدو دهند، قبول کند و به آن قانع شود...»^(۱).

اگر گناه، بیماری دل است، توبه درمان آن است و اگر غفلت، مایه تباهی قلب است، داروی ذکر و یاد، جلادهنده آن است و اگر نفاق و ریا و تظاهر، مرض قلبی است، خلوص و یک رنگی و تصفیه نیت و زلال ساختن انگیزه، شفابخش آن است و صفا بخشیدن به آن، رسالت خودساختگان.

دل، از گناه گرفته است و قلب، چرکین است

و زنگ ظلمت و زشتی، گرفته کاسه دل را

و «نور»، خاموش است

بیا، بیا که بشویم خانه دل را

بیا که چهره دل را

به آب توبه بشویم و پاک تر گردیم

بیا به فطرت بی عیب خویش برگردیم.

ص: ۷۰

درمانِ دلِ مردگی

اگر دل، زنده می شود، مرگ هم دارد و اگر «حیات قلب» یک نعمت است، «دلِ مردگی» هم آفتی است که باید درمانش کرد.

آنان که در پی عوامل «حیات بخش» برای قلب خویشند، باید عوامل «مرگِ دل» را هم بشناسند و از آنان پرهیز کنند.

این عوامل چیست؟ و... راه درمانش کدام است؟

عوامل دلِ مردگی

وقتی حیات دل، به بصیرت، ایمان، یقین و نور معرفت است، مرگ آن هم به جهالت، کفر، شرک و غفلت است.

«ذکر»، دل را زنده می سازد، اما «غفلت»، آن را می میراند.

«طاعت»، مایه حیات قلب است، ولی «معصیت»، مایه مرگِ دل است.

اگر «توجه»، «تنبه» و «بیداری»، از نشانه های دل زنده است، نسیان هدف و غفلت از آخرت و خوشی های هوس آمیز هم دلیل دلِ مردگی

ص: ۷۲

است. از همین رو خنده زیاد، در زبان حضرت رسول، سبب مرگ قلب به شمار آمده است: «إِيَّاكَ وَ كَثْرَةَ الضُّحُكِ، فَإِنَّهُ يُمِيتُ الْقَلْبَ» (۱).

فیض کاشانی نقل می کند:

به ابراهیم ادهم گفتند: چرا دعا می کنیم، اما مستجاب نمی شود؟ با آن که خدای متعال فرموده است که بخوانید مرا، تا اجابت کنم شما را!

گفت: چون که دل هایتان مرده است.

گفتند: چه چیزی دل ها را میرانده است؟

گفت: هشت خصلت؛ حق خدا را شناختید، اما آن را بر پا نداشتید و ادا نکردید. قرآن خواندید، ولی به حدود احکام آن عمل نکردید. گفتید رسول خدا را دوست می داریم، اما سنت و روش او را ترک کردید. گفتید از مرگ بیم داریم، اما برای آن آماده نشدید. خداوند فرموده بود:

«شیطان، دشمن شماست. او را دشمن خود بدانید»، اما با گناهانتان با شیطان همکاری و همراهی کردید. گفتید: از آتش دوزخ می ترسیم، اما بدن های خود را در آن آتش افکندید. گفتید بهشت را دوست داریم، اما برای بهشت کاری نکردید. چون از بسترهایتان برخاستید، عیب های خود را پشت سرتان انداختید، ولی عیب های مردم را جلوی خود قرار دادید. پس (با این کارها) موجبات خشم پروردگارتان را فراهم ساختید؛ چگونه دعایتان را مستجاب کند؟ (۲).

و راستی که چنین است. اینها، یعنی خروج از حریم بندگی و به شوخی گرفتن عذاب، عقاب، بهشت و جهنم، و ایمان داشتن با زبان و مسلمان بودن به شعار و حرف. و مگر «مرگ دل» چیزی جز اینهاست؟

ص: ۷۳

۱- (۱) معانی الاخبار، ص ۳۳۵

۲- (۲) محجه البیضاء، ج ۵ ص ۶۹

«گناه»، عامل مهم دل مردگی است.

دل بستن به دنیا، مصاحبت با نابخردان، مجادله های بیهوده، دوستی با دنیازدگان نیز از عوامل مرگ قلب است.

از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت است:

چهار چیز، دل را می میراند:

۱. گناه روی گناه (تکرار گناه بدون توبه)،

۲. با زنان، زیاد بگو مگو کردن و هم سخن شدن،

۳. با احمق و جاهل، جر و بحث کردن های بی ثمر،

۴. همنشینی با مردگان.

پرسیدند: یا رسول الله، مردگان کیانند؟

فرمود: هر ثروتمند خوشگذران و مترف (۱).

این پدیده، یعنی مرگ دل و عوامل آن، در متون دینی مورد توجه خاص قرار گرفته و سخنان حکمت آمیزی درباره آن نقل شده است.

مثلاً- نشست و برخاست با انسان های گمراه، بی ایمان و رویگردان از احکام الهی، یکی از این عوامل است؛ مجالست با فرومایگان دون همت و پول داران دنیاطلب، عامل دیگری است؛ بی تقوایی و کمبود ورع، عامل سوم. به تعبیر امیرالمؤمنین علی علیه السلام: «مَنْ قَلَّ وَرَعُهُ مَاتَ قَلْبُهُ، وَ مَنْ مَاتَ قَلْبُهُ دَخَلَ النَّارَ» (۲). هر کس ورع و پرهیزکاری اش کم شود، دلش می میرد و هر که دلش مرد، وارد آتش می شود.

ص: ۷۴

۱- (۱) اربع یمتن القلب: الذنب علی الذنب و کثره مناقشه النساء و مماراه الاحمق، تقول و یقول و لا یرجع الی خیر، و مجالسه الموتی. فقیل له: یا رسول الله و ما الموتی؟ قال: کل غنی مترف (میزان الحکمه، حدیث ۱۷۰۲۳)

۲- (۲). نهج البلاغه، حکمت ۳۴۹

در مناجات سرور ساجدان چنین آمده است:

«... خدایا! گناهان، جامه خواری بر من پوشانده است و دوری از تو لباس مسکنت و توانایی بر وجودم کشیده و جرم بزرگ، دلم را میرانده است؛ پس ای آرزو و امید من! با توبه ای از سوی خود، قلبم را زنده کن.» (۱)

با چنین دلی، چه باید کرد، جز احیاگری؟ و قلب مرده را چه چیزی حیات می بخشد، جز توجه به سرچشمه حیات و منبع نور؟ این است که در روایات، از معنویات به عنوان عامل حیات بخشی دل های مرده یاد شده و حکمت و بصیرت و موعظه و یاد قیامت و ذکر خدا و... عامل زنده ساز دل معرفی گشته است.

حیات بخش دل ها

سرور زنده دلان، امیر مؤمنان علی علیه السلام، انس، همدمی و حشر و نشر با انسان های با فضیلت را یکی از اسباب «حیات دل» می شمارد: «مُعَاشِرَةُ ذَوِي الْفَضَائِلِ حَيَاةُ الْقُلُوبِ» (۲)

همانگونه که مجالست با دل مردگان بی فضیلت، روح را دچار تنگی نفس و جان را گرفتار زندان بی دردی و بی احساسی می کند، هم نفس شدن با «انسان» ها نیز، افق های تازه کمال به روی دل می گشاید و زندگی ها را از حصار بسته «ماده اندیشی» و «دنیاگری» می رهااند.

«فکر»، عامل دیگر حیات دل و جان است.

اندیشه، پر و بال دل را در فضای خوبی ها و ایده ها و آرمان ها به پرواز

ص: ۷۵

۱- (۱) الهی! البستنی الخطایا ثوب مذلتی... (بحار الانوار، ج ۹۱، ص ۱۴۲)

۲- (۲) غرر الحکم، حدیث ۹۷۶۹

می گشاید و قید و بندها را از قلب باز می کند. از این رو امام حسن مجتبی علیه السلام فرموده است: «عَلَيْكُمْ بِالْفِكْرِ، فَإِنَّهُ حَيَاةُ قَلْبِ الْبَصِيرِ» (۱) بیندیشید و سراغ تفکر بروید، که آن، مایه حیات دل انسان بیناست».

در سخن دیگری از حضرت امیر، چنین آمده است:

«دلت را با موعظه زنده کن، قلبت را با یاد مرگ رام و متواضع گردان و چشم دلت را نسبت به فاجعه های دنیا بصیر ساز» (۲).
در یکی از سخنان حضرت رسول صلی الله علیه و آله نیز، «تذاکر علم» و گفت و گوهای علمی و دانش آموختن، موجب زنده شدن دل ها به شمار آمده است (۳).

اگر بستر قلوب را به زمینی تشبیه کنیم که یا «آباد» است و یا «موات»، آن چه عمران و آبادانی سرزمین قلوب را فراهم می آورد، چیزهایی از جنس همان دل است، یعنی خوف، ذکر، خشیت، دانش، یاد مرگ، پند، معرفت و....

و اگر بهار، فصل حیات طبیعت است، حیات دل و فصل رویش جان ها هم هنگام تلاوت قرآن و انس با کلام الهی است و از همین رو مولای متقیان، در توصیه به انس با کلام الله و تلاوت آیات وحی، آن را «بهار دل ها» و «چشمه دانش ها» معرفی می کند: «... وَ فِيهِ رَيِّحُ الْقَلْبِ وَ يَنَابِغُ الْعِلْمِ» (۴).

همدما با قرآن، حیات قلبی را مدیون کلام الهی اند و غافلان از سخن

ص: ۷۶

۱- (۱) . میزان الحکمه، حدیث ۱۷۰۳۱

۲- (۲) احی قلبک بالموعظه و ذلله بذکر الموت و بصره فجائع الدنیا (نهج البلاغه، نامه ۳۱)

۳- (۳) کافی، ج ۱، ص ۴۱

۴- (۴) نهج البلاغه، خطبه ۱۷۶

وحی و مهجوران از قرآن کریم، دچار تیرگی درون و افسردگی جان و مردگی دل می شوند و این برای دورافتادگان از «چشمه حیات»، امری طبیعی است.

همدمی با نیکان و نیکوکاران نیز، جان و دل را حیات می بخشد.

در کلام امام علی علیه السلام آمده است: «لِقَاءِ أَهْلِ الْخَيْرِ عِمَارَةُ الْقَلْبِ؛ (۱) دیدار اهل خیر، آبادانی دل است».

اگر شاعری در یکی از سروده هایش، دل خود را گسسته از یک دلبنده و دلخواه و بریده از پیامی از دل آرامی معرفی می کند و شام بی فروغش را بی نشان از سحرگاه و محفلش را بدون گرمی و خاطرش را به الفت با مهری یا ماهی، این ثمره سیراب نساختن نهال دل از چشمه یقین و باور است و دل نسپردن به معنویات قدسی و حیات طیبه که در سایه ذکر خدا و بندگی او پدید می آید؛ و گرنه به قول اقبال لاهوری:

سوز سخن ز ناله مستانه دل است

غافل تری ز مرد مسلمان ندیده ام دل در میان سینه و بیگانه دل است (۲)

اگر به فکر این دل نباشیم، اگر حیاتش را از بوستان علم و حکمت و معرفت فراهم نسازیم، اگر آن را رها در وادی غفلت و در کام اژدهای نفس و ابلیس و سوسه گر سازیم، برای ما چه می ماند جز دلی مرده و پژمرده و افسرده؟

جان را آبیاری کنیم تا به «حیات دل» برسیم.

ص: ۷۷

۱- (۱). بحار الانوار، ج ۷۴، ص ۲۰۸

۲- (۲) کلیات اقبال لاهوری، ص ۱۶

آيينه شو، جمال پري طلعتان طلب

ص: ٧٩

پاکی، از انواع دیگر

پاکی دل از مقوله ای دیگر است؛ همان گونه که آلودگی آن از نوع دیگری است.

وقتی دل، آلوده باشد، فکر، سخن و عمل را هم می آلود و اگر درون پاک باشد، اندیشه، گفتار و رفتار هم پاک و پسندیده خواهد بود.

بجاست که هم آلودگی های دل را بشناسیم، هم به پاکسازی آن توجه کنیم.

کسی نیست که به دنبال پاکی نباشد؛ اما برخی آن را در پاکی از آلودگی های لباس، بدن، خانه، ماشین و غذا می جویند. گروهی نیز این طهارت را در فکر، نیت، انگیزه، هدف، اراده و عمل می طلبند.

البته پاکی و تمیزی ظاهری هم خوب است، اما پاکی جان خوب تر است.

کلام حضرت امیر علیه السلام چنین است: «إِنَّ كُنْتُمْ لَا مُحَالَهَ مِنَ الْمُتَطَهِّرِينَ،

فَتَطَهَّرُوا مِنْ دَنَسِ الْعُيُوبِ وَ الدَّنُوبِ؛ (۱) اگر به ناچار، در پی پاک شدن هستید، پس از آلودگی عیب‌ها و گناه‌ها پاک شوید».

یعنی طهارت از ذنوب و عیوب در نظر آن پیشوا، برتر از پاکی جامه و اندام است.

جان آلوده به گناه و نفس آلوده به عیب، در جا می‌زند؛ در تاریکی می‌ماند؛ تباه می‌شود؛ زمینه رشد نمی‌یابد؛ صاحبش را «صاحب دل» نمی‌کند و پنجره‌های رو به معنویت و کمال را می‌بندد.

حضرت امام خمینی در چهل حدیث خویش می‌فرماید: «با خودبینی، خدایبینی و خداخواهی، خیالی خام و امری است باطل و محال. مادامی که مملکت وجود شما از حب نفس و حب جاه و جلال و شهوت و ریاست به بندگان خدا پر است، نمی‌توان ملکات شما را ملکات فاضله دانست و اخلاق شما را اخلاق الهی شمرد... حصول معارف الهیه و توحید صحیح از برای همچه قلبی که منزلگاه شیطان است، محال است و تا ملکوت شما ملکوت انسانی نباشد و قلب شما از این اعوجاج‌ها و خودخواهی‌ها پاک نباشد، منزل حق تعالی نباشد...» (۲).

دل‌بستگی، مانع پرواز

شاید بتوان سنگین‌ترین وزنه و بار و قیدی را که به دست و پای دل بسته می‌شود و آن را از پرواز باز می‌دارد، وابستگی دانست.

«تعلق»، انسان را اسیر می‌کند. وابستگی، پر و بال حریت انسان را

ص: ۸۱

۱- (۱). غرر الحکم، حدیث ۳۷۴۳

۲- (۲) امام خمینی، چهل حدیث، ص ۴۵

قیچی می کند.

اسیر شدن در چنگک و سوسه ها و پر شدن خانه دل از محبت های بدنی و محبوب های غیراصیل و معشوق های مجازی، مانع دل بستن به محبوب برتر و عشق ورزی به معشوق کامل می گردد.

اگر بزرگان، توصیه به آزادی از این اسارت کرده اند، به همین خاطر است، حتی وابستگی و دلبستگی، توفیق یک مردن خوب و شهادت و هجرت را هم از انسان سلب می کند و آدمی را اسیر خاک و در گرو خانه و زمین و ثروت قرار می دهد و عشق حق را هم از دل می برد.

جانی که ز نور عقل، مشتق نشود

و کدام قید و بندی برای دل، سنگین تر از عیوب و ذنوب است که حضرت امیر علیه السلام فرمان داده که ساحت دل را از این دو آرایش پاک کنیم؟!

آلودگی گناه

تا رسیدن به این مرز که گناه را نوعی آلودگی بدانیم، فاصله بسیار است.

این که قرآن کریم، غیبت برادر مؤمن را همچون خوردن گوشت مرده آن می پندارد و می افزاید که آن را زشت و ناخوشایند می شمارید، یک حقیقت است؛ اما چرا غیبت کننده، از این کار اشمئزاز آور، لذت می برد؟ چون به زشتی آن واقف نشده و آن را پلید نمی بیند. لذت بردن از گناه، نهایت جهل و اوج غفلت و سلطه شیطان بر انسان است؛ اما انسان های

ص: ۸۲

فرهیخته، به خاطر بدی گناه، آن را ترک می کنند و جانشان متنفر از معصیت است و این، اوج اعتلای روحی است.

حضرت علی علیه السلام می فرماید: «طَهَّرُوا قُلُوبَكُمْ مِنْ دَرَنِ السَّيِّئَاتِ؛^(۱) دل هایتان را از آلودگی گناهان و زنگار بدی ها پاک کنید، و نیز می فرماید:

«طَهَّرُوا قُلُوبَكُمْ مِنَ الْحَقْدِ...؛^(۲) قلب هایتان را از کینه پاک کنید.

وقتی ما توفیق این پاکسازی دل را خواهیم داشت که کینه و گناه و بدی را یک آلودگی به حساب آوریم که مایه بدنامی، سرشکستگی، رسوایی و سیاهی پرونده عمر است و این، معرفت می طلبد!

خداجویان و اهل معنویات و صاحبان دل های عرشی و جان های ملکوتی، هرگز نمی گذارند بر دامن دلشان، غبار معصیت بنشینند و آینه جانشان را زنگار معصیت و گناه بگیرد و در پی این تیره جانی، از تجلی فروغ حکمت و حقیقت، محروم بمانند.

وقتی دل می تواند آینه باشد، چرا بگذاریم خشت تیره بماند؟

سخنی بلند از حضرت امیر، به این جلوه مرآتی دل اشاره دارد:

«قُلُوبُ الْعِبَادِ الطَّاهِرَةِ، مَوَاضِعُ نَظَرِ اللَّهِ سُبْحَانَهُ، فَمَنْ طَهَّرَ قَلْبَهُ نَظَرَ إِلَيْهِ؛^(۳) دل های پاک بندگان، موضع و جایگاه نگاه خدای سبحان است. پس هر کس دلش را پاک کند، خداوند به آن دل می نگرد.»

آینه شو، جمال پری طلعتان طلبجاروب کن تو خانه، سپس میهمان طلب

کسی می تواند نگاه الهی را مهمان خانه دلش کند که همه زوایای آن را از آلودگی های اخلاقی و رذائل و معصیت ها پاک کند و گرنه، آن فرشته،

ص: ۸۳

۱- (۱). غرر الحکم، حدیث ۶۰۲۱

۲- (۲) همان، حدیث ۶۰۱۷

۳- (۳). میزان الحکمه، حدیث ۱۶۹۶۹

مهمان این ویرانه تاریک نمی شود.

در حدیث قدسی آمده است که موسای کلیم به پروردگارش عرضه داشت: «خدایا! آنان که اهل تو هستند - خدایی هستند - و در روز قیامت که هیچ سایه ای جز سایه عظمت و رحمت تو نیست، در سایه عرش تو می آرند، کیانند؟ خدای متعال به او وحی فرمود که آنان که دل های پاک دارند. «الطَاهِرَةُ قُلُوبُهُمْ»^(۱).

آرایش تن، آرایش دل

یکی از بدترین نفاق ها، دوگانگی ظاهر و باطن است.

گاهی کسی را سالم و تندرست می پندارید، اما بیماری های داخلی او وحشت آور است.

گاهی هم کسی را خوب و سالم و بی عیب می شناسید؛ اما این ظاهر کار و نمود بیرونی اوست و اگر به خلوت او راه یابید و از درون قلبش باخبر شوید، خواهید دید که مجموعه ای از ردائل را در دل خود گرد آورده است؛ اما ظاهری آراسته دارد.

ای بس آلوده که پاکیزه ردایی دارد.

در موعظه های حضرت مسیح علیه السلام چنین آمده است:

«صحت و سلامت ظاهر جسد، چه فایده ای دارد، آن گاه که باطنش خراب و فاسد باشد؟ همچنین، اندام و پیکری که بسیار از آن خوشتران می آید، به چه کارتان می آید، وقتی که دل هایتان فاسد شده باشد؟ چه فایده که پوست بدن خود را تمیز و پاکیزه کنید؛ اما دل هایتان آلوده و

ص: ۸۴

این آلودگی دل، گاهی بدخواهی نسبت به دیگران است؛ گاهی حسد ورزیدن نسبت به برخورداران و نام آوران و متمکنان است؛ گاهی اهل هوس بودن به جای عاقلانه زیستن و شهوت رانی، به جای عفاف و حرص و ولع به جای قناعت و مناعت طبع است؛ گاهی تکبر و خودبرتربینی و غرور است؛ گاهی کینه ورزی نسبت به دیگران است؛ گاهی اهل ریا و تظاهر و خودنمایی بودن است؛ گاهی محبت دنیا و فریفتگی مال و جاه و عنوان است و... بسیاری از این گونه رذیلت ها.

گام نخست آن است که این رذایل را آلودگی بدانیم و از بروز آنها شرمسار شویم.

گام دیگر، اقدام برای کاستن و زدودن و به صفر رساندن آنها در خانه دل است.

در بستر خواب دل فتادن، تا چند

ص: ۸۵

۱- (۱) تحف العقول، ص ۳۹۳: «لا یعنی عن الجسد ان یكون ظاهره صحیحاً و باطنه فاسداً كذلك لا یعنی اجساد کم التي قد اعجبتمکم و قد فسدت قلوبکم، و ما یعنی عنکم ان تنقوا جلودکم و قلوبکم دنسه»

دل هر جایی!

ص: ۸۷

دل هر جایی!

شاید بتوان دل را برای دگرگونی ها، تغییرات و تحولات، مثل زد.

اگر نام دل در عربی، قلب است، بی اشاره به زیر و رو شدن، حالی به حالی شدن و منقلب گشتن نیست.

این ویژگی، از یک سو عامل امتیاز است که می توان به دل های خراب، قلب های قساوت گرفته و تاریک هم چشم امید داشت که روزی دگرگون و منقلب شوند و پذیرای فروغ ایمان، روشنایی امید و حال خوب گردند؛ از سویی هم نگران کننده است؛ چرا که تا آخرین لحظه عمر انسان نیز احتمال جابه جایی، عوض شدن، از حق برگشتن و دچار شک و کفر و بدبینی شدن، وجود دارد.

ثبات دل

گاهی دل، آینه بیرون و محیط اطراف می شود؛ از آن چه دور و بر آن می گذرد، اثر می پذیرد و حرف ها، رفتارها، صحنه ها و عمل ها در آن انعکاس می یابد؛ وسوسه ها به تشویشش می کشد؛ جاذبه ها دچار

ص: ۸۸

لغزشش می سازد؛ تحولات جامعه او را هم عوض می کند؛ برخورداری ها به غفلتش می کشاند؛ شبهه افکنی ها از راه حق به در می بردش و چنین عوارضی، کم نیست.

این است که ثبات دل بر آن چه حق، خوب و ارزش الهی است، اهمیت می یابد. در دعاهایمان از خدا می خواهیم: «ثبت قلبی علی دینک... پروردگارا! دلم را بر آیین خودت، استوار و پابرجا بدار» و این دعایی است که پیوسته حضرت رسول صلی الله علیه و آله از خدایش می خواست. (۱)

کم نبوده اند آنان که عمری در دامن اسلام زیسته، با باورهای دینی به سر برده اند؛ اما در لحظات واپسین، با حالت کفر، نفاق و عناد مرده اند.

«عاقبت به خیری» از همین جاست که ارزش می یابد و از بهترین خواسته های ما از آستان الهی به شمار می آید.

در تاریخ، از عابدی سخن گفته شده که پس از عمری پارسایی، عبادت و صومعه نشینی، در حادثه ای، فریب نفس اماره را خورد و رسوای عالم گشت و در پای چوبه دار، یک لحظه بر ابلیس سجده کرد و هم دنیایش را باخت و هم آخرتش را سوزاند.

دل، حالتی میان خیر و شر و صلاح و فساد دارد و مصون از لغزیدن به سمت تباهی نیست؛ هیچ کس هم نباید خاطر جمع باشد که «ما به انحراف و کفر کشیده نخواهیم شد!» باید از خدا خواست تا دل را در مسیر پاکی، نورانیت و عبودیت استوار بدارد.

مراقبت از حالات دل و به اصطلاح عارفان، «کشیک نفس کشیدن»، می تواند این ثبات را فراهم آورد و خطر لغزش ها را بکاهد. بدترین

ص: ۸۹

حالت برای انسان، ضلالت پس از هدایت است. سقوط پایگاه دل در برابر هجوم قوای شیطانی و نبودن نیروهای مقاوم، این سرنوشت را برای دل پیش می آورد. در دعاهای قرآنی چنین آمده است:

«رَبَّنَا لَا تُرِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا»؛ (۱) خداوندا! پس از آن که هدایتمان کردی، دل های ما را از حق برنگردان».

این خواسته، نشان می دهد که این خطر، همیشه محتمل است و هدایت یافتگان، نباید احساس امنیت صددرصد کنند و از تحولات درونی، روحی و فکری خویش غافل شوند.

دگرگونی های دل

اگر ثبات دل، یک ارزش و موهبت است، تغییرات و تحولات قلب هم یک خطر و ضایعه است. گاهی دل، همچون یک فلش و عقربه، میان دو جاذبه قرار می گیرد. گاهی به این سو می گراید؛ گاهی به سوی دیگر.

گاهی رو به ملکوت خدا می آورد؛ گاهی چراگاه و مأوای شیطان می گردد. گاهی به سوی بالا می پرد؛ گاهی به سمت پایین و انحطاط سقوط می کند.

در چند حدیث، رسول خاتم صلی الله علیه و آله با مثال هایی به این دگرگونی های خطرناک دل اشاره فرموده است که قابل توجه است. در یک مورد می فرماید: «مثال دل، همچون گنجشک است که در هر ساعت و لحظه ای، جابه جا می شود» (۲). این همان «از این شاخه به آن شاخه پریدن» دل و عدم ثبات آن است که برای سالکان و هدایت جویان، منشأ خطر

ص: ۹۰

۱- (۱). آل عمران (۳)، آیه ۸

۲- (۲). مثل القلب، مثل العصفور يتقلب في كل ساعه؛ محججه البيضاء، ج ۵، ص ۸۳

است.

در جایی دیگر می فرماید: «مثل قلب در دگرگونی و زیر و رو شدن، همچون دیگ است؛ آن گاه که کاملاً به جوش آید»^(۱). این جوش و خروش، غلیان و زیر و رو شدن، امری ناپسند است و در مقابل ثبات،طمأنینه و آرامش قرار دارد. شاعر گوید:

این دیگ ز خامی است که در جوش و خروش است چون پخته شد و لذت دم دید، خموش است

در مثال دیگری، آن حضرت، دل را همچون پری رها شده در دشت و صحرا می داند که هر لحظه، دستخوش وزش باد است و با وزش هر باد و توفان، زیر و رو و جابه جا می شود.^(۲)

آن چه در وزش این توفان ها و هجوم امواج، همچون لنگری، به دل، ثبات، سکینه و آرامش می دهد و پابند بندگی پروردگار نگه می دارد، یاد خدا و توجه به او و نه گفتن به هوس ها، وسوسه ها و تمنیات پایان ناپذیر است و بدون آن، پایگاه دل، هر لحظه از سوی شیطان، بمباران خواهد شد!

در جبهه نفس بی صدا بنشینیم

و این همان «الَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» است که در کلام الهی آمده است.

دلی که چهارتاق به روی شیطان باز باشد، چه اطمینانی دارد که در مسیر هدایت، دوام و استمرار یابد؟ عارفان برای کوردلی غافلان، مثالی

ص: ۹۱

۱- (۱) . مثل القلب فی تقلبه کالقدر اذا استجمعت غلیانا؛ همان

۲- (۲) مثل القلب کمثل ریشه فی ارض فلاه تقلبها الریاح ظهرا لبطن؛ همان

می زنند؛ آنان می گویند: همان طور که وقتی دودی بلند شود و فضا را پر کند، چشم انسان هم می سوزد و هم جایی را نمی بیند، از هوای نفس هم دودی سیاه برمی خیزد و به سوی دل هجوم می آورد و اطراف چشم دل را احاطه می کند و مانع دید عقل می شود. غلبه شهوت بر انسان، در حکم همین مثال است و چشم دل و گوش جان را کور و کر می کند و آدمی را به ناکجاآباد می کشاند.

دل هر جایی

دل را باید پای بند یک حقیقت و محبت کرد و بر سر همان ایستاد و وفا نشان داد. شاید هیچ گوهری نفیس تر از عشق و محبت نیست که خانه دل را به تصرف خویش در می آورد و فرمانروای دل می شود؛ به شرط آن که این فرماندهی، از خدا و عقل فرمان بگیرد و راه ورود بیگانه به این خلوت سرا را ببندد.

چه زیبا فرمود رسول خدا صلی الله علیه و آله که دل، همچون گنجشک می ماند که هر لحظه در جایی و بر شاخه ای است؛ اما دل های با ایمان، چنین نیست. مؤمن، می گوید «خدا» و تا آخر می ایستد و ثمره این ایستادگی مؤمنانه را هم با نزول فرشتگان و مژده بهشت دادن می بیند؛ «الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا...» (۱).

در کلام پیامبر صلی الله علیه و آله آمده است: «دل، پادشاه است و سپاهیان دارد. اگر این فرمانروا صالح و شایسته باشد، سپاهیان هم صالح خواهند بود و اگر پادشاه، خراب باشد، لشکریان هم خراب و فاسد می شوند» (۲).

ص: ۹۲

۱- (۱) فَصَّلَتْ (۴۱)، آیه ۳۰

۲- (۲) الْقَلْبُ مَلِكٌ وَ لَهُ جُنُودٌ فَإِذَا صَلَحَ الْمَلِكُ صَلَحَتْ جُنُودُهُ وَ إِذَا فَسَدَ الْمَلِكُ فَسَدَتْ جُنُودُهُ؛ (میزان الحکمه، ح ۱۶۹۱۲، به نقل از کنز العمال)

نباید گذاشت این دل، هرجایی شود و هر روز به کسی و چیزی دل ببندد. محبت‌ها را باید کنترل کرد. چه علاقه‌هایی وارد دل می‌شود؟ کدام جاذبه‌ها دل ما را تسخیر می‌کند و ما را به دنبال خود می‌کشاند؟ محبت چه کسانی بر زندگی ما چه تأثیراتی می‌گذارد؟ آیا نباید به دروازه بانی دل پرداخت؟

خواهی نخوری ز تیم ابلیس، شکست

اگر بخواهیم دل، هوس‌های بیجا نکند، باید بر دیده، کنترل و نظارت داشته باشیم؛ وگرنه باید همچون باباطاهر عریان، هم از دست دل، نالان باشیم و هم از دست دیده، گریان و فریادزنان؛ زیرا «هر آن چه دیده بیند، دل کند یاد»!

دل هرجایی، دچار عشقی سطحی، زودگذر و سرراهی می‌شود؛ عشقی که بر درک، عقل و فهم او تأثیر می‌گذارد و ساده لوحانه، به هر چیز، از نگاه دوستی و عشق می‌نگرد و فریب ظاهری آراسته را می‌خورد و از باطن‌های مسموم، غفلت می‌ورزد.

این کلام علوی در نهج البلاغه، اشاره به این گونه عشق‌های مجازی است که کار دل‌های هرجایی است:

«هر کس عاشق چیزی شود، آن عشق، ناینایش می‌کند و دلش را

بیمار می سازد؛ پس او می نگرده؛ اما با چشمی عیناک و می شنود؛ اما با گوشی ناشنوا. شهوت ها پرده عقلش را می درد و دنیا، دلش را می میراند».(۱)

با این حساب، آیا بهتر نیست که قیمت خانه دل را بدانیم و اگر اجاره می دهیم، به کسی و چیزی اجاره و اختصاص دهیم که شایستگی حضور و اقامت در این «حرم الله» را داشته باشد؟

شناخته را محرم هر راز مکن

چنین پس انداز محبت، هم دل را قیمتی تر می کند، هم در روز مبادا، به کار می آید!

ص: ۹۴

۱- (۱) من عشق شیئا اعشى بصره و امراض قلبه...؛ نهج البلاغه، خطبه ۱۰۹

از زبان تا دل

ص: ۹۵

سخن گفتن، کلید ارتباط با دیگران و تأثیر بر دل‌ها است.

با مردم چگونه «رابطه کلامی» برقرار کنیم؟ آغاز سخنان چگونه باشد که جذاب باشد؟ لحن گفتار، چه تأثیری بر مخاطب ما می‌گذارد؟ کلام، در چه صورت بر دل‌ها می‌نشیند و مقبول طبع قرار می‌گیرد؟ اصلاً درباره چه چیزهایی باید سخن گفت و از چه گفتاری و چگونه گفتاری باید پرهیز کرد؟ چه روشی بر محبت و محبوبیت می‌افزاید و چه شیوه‌ای ایجاد تنفر می‌کند؟

اینها همه، سؤال‌هایی است که به «ادب و آداب گفتار» مربوط می‌شود و شیوه‌های کامیابی در کلام را باید آموخت، تا از طریق رابطه گفتاری، هم دانسته‌ها و خواسته‌های خویش را بهتر بیان کرد، هم بر دیگران تأثیر مثبت گذاشت و هم کلام را پل ارتباطی با دیگران ساخت.

برخی «پرحرف» اند.

«حرفی»، گاهی هم سر از «وراجی» در می‌آورد. اگر از پرحرفی دیگران خسته می‌شوید، لابد دیگران هم از پرحرفی شما دچار خستگی

می شوند و به ستوه می آیند. پس، باید از تکرار ملال آور و پرحرفی آزار دهنده پرهیز کرد و ظرفیت طرف و اشتیاقش را برای شنیدن در نظر گرفت.

برخی «بد دهان» اند.

بد حرف زدن، زشت گویی، تندى در گفتار، هتاکى و بی حرمتى، از آفات کلام به شمار می آید. بسیاری از دوستى های دیرین و روابط صمیمی، گاهی به خاطر کلامی نسنجیده و اهانت آمیز و تحقیر کننده یا دل آزار، بر هم می خورد.

اگر جواب «های»، «هوی» است، جواب سخن مؤدبانه هم پاسخ احترام آمیز است.

حضرت علی (علیه السلام) فرموده است:

«أَجْمِلُوا فِي الْخِطَابِ تَسْمَعُوا جَمِيلَ الْجَوَابِ» (۱)

زیبا سخن بگویید و خطاب کنید، تا جواب زیبا هم بشنوید.

گروهی «دهن لَقَّ» اند.

قدرت رازداری و حفظ اسرار، نشانه کمال است.

آنان که هیچ حرفی را نمی توانند نگاه دارند و حتی آنچه را نیز که سفارش شده «به کسی نگویند»، در اولین فرصت «لو» می دهند، قابل اعتماد نیستند و از «محرّم راز» بودن درمی آیند و وجهه خودشان را از دست می دهند.

خیلی «حرف های مگو» وجود دارد که باید در صندوق سینه محبوس باشد و به بیرون درز نکند، چه رازهای شخصی، چه امور مربوط به

ص: ۹۷

حیثیت و آبروی دیگران، چه اسناد طبقه بندی شده، چه اسرار محرمانه یک نظام و تشکیلات، چه پرونده های قضایی و....

پس، باید تمرین کرد که هر حرفی را نزد. تازه، بعضی از حرف ها هم بی اساس و شایعه است و بازگو کردن آنها، نوعی دامن زدن به شایعات دروغ است و این گناه به شمار می رود و به آلوده شدن فضای جامعه می انجامد.

باز هم کلامی از حضرت امیر (علیه السلام) که فرموده:

«لَا تُحَدِّثِ النَّاسَ بِكُلِّ مَا تَسْمَعُ»^(۱)

هر چه را می شنوی، برای مردم بازگو مکن.

بعضی «خام گفتار» اند.

حرف هم مثل غذا، باید بپزد، دم بکشد، وقتی پخته شد «عرضه» گردد.

پختگی سخن به آن است که در ورای آن، اندیشه و درنگ و مصلحت اندیشی و عاقبت نگری باشد.

وقتی حرفی نسنجیده از دهان بیرون پرید، دیگر نمی توان عوارض و عواقب و پیامدهای آن را جمع کرد.

مزن بی تأمل به گفتار، دمنکو گو، اگر دیر گویی چه غم؟

خیلی ها پشیمان می شوند که فلان سخن را چرا گفتند، یا با فلانی چرا آنگونه حرف زدند. آرزو می کنند که کاش کمی فکر کرده بودند. ولی، این «حسرت بعدی»، هرگز جای آن «اندیشه قبلی» را نمی گیرد. در حالی که با لحظه ای تدبیر، می توان جلوی بسیاری از پشیمانی ها را گرفت.

ص: ۹۸

پس، «اَوّل اندیشه، و آنکھی گفتار» را از یاد نبریم.

تیر سخت، به آب شلیک مکن

برخی «دشوار گوی» اند.

اگر قلمبه گویی، سخت گفتاری، پیچیده سخن گفتن و سنگین حرف زدن، سبب شود که گوینده با شنونده نتواند «رابطه» برقرار کند، از این سخن گویی چه سود؟ تازه، بعضی ها به این شیوه می بالند!

راحت و روان حرف زدن، یک هنر است، به خصوص آنجا که مخاطبان عام و عوام اند، یا کودکان، یا کم سوادان پای کلام به گوش نشسته اند.

پس، باید تمرین کرد که روان و آسان حرف زد، سخنرانی کرد، تدریس نمود، سؤال کرد، جواب سؤال داد، خاطره گفت و مقاله نوشت.

یعنی این سهولت در گفتار، در کار معلّم و نویسنده و خطیب و واعظ و پرسشگر و جوابگو، یک «هنر» به حساب می آید. البته با تمرین هم می توان به این مرحله رسید، مثل هنرمند شدن و مهارت در هر رشته و حرفه دیگر.

کسانی «موقع شناس» اند.

مگر هر حرف را، در هر جا، با هر گروه و در هر شرایط باید گفت؟

شناخت این نکته و رمز و راز که در کجا و با که، چه سخنی و با چه لحنی و به چه مقدار باید گفت، چیزی است که در علوم ادبی به آن «بلاغت» گفته می شود، یعنی مراعات مقتضای حال!

مثلاً- در مجلس عزا و ختم، شوخی کردن، یا در محفل جشن، سفره دل و غم و غصه را باز کردن، یا با کسی که کم حوصله است به جز و بحث نشستن، یا نزد دانای فرزانه ای، پرحرفی کردن و توضیح واضحات دادن، یا با آدم ناشناس و غریبه، اسرار را در میان گذاشتن و... همه اینها البته هر کدام به نوعی نشانه «موقع شناسی» است و این، یعنی پاشیدن بذر در زمین شوره زار، یا آب دادن به درخت خشکیده.

باز هم کلام امام علی (علیه السلام):

«لَا تَتَكَلَّمَنَّ إِذَا لَمْ تَجِدْ لِلْكَلامِ مَوْعِياً» (۱)

اگر زمینه و جای سخن نیافتی، حرف مزن.

گروهی «خجالتی» اند.

شرم و حیا نسبت به کارهای زشت و گناه، بسیار مقدس و خوب است. اما در مورد کارهای شایسته و حرف های خوب و سؤال های مفید و پاسخ های لازم و اعتراض های تکلیفی، نه تنها خوب نیست، بلکه عامل عقب ماندن و مانع خیر و سبب محرومیت است.

ریشه این خجالت، یا تربیت خانوادگی و نوع تربیت است، یا احساس حقارت و کمبود است، یا ترس از ریخته شدن آبروست، یا نداشتن تمرین قبلی است، یا هر عامل دیگر.

باید این مشکل را به نحوی حل کرد. داشتن اعتماد به نفس و دل به دریا زدن و سد را شکستن، موفقیت های بعدی را در پی دارد. سختی در همان «نوبت اول» است.

پس، باید تمرین کرد. هر چند سخت است، ولی با اقدام، آن هراس

ص: ۱۰۰

درونی فرو می ریزد و تمرین، سبب می شود که مثلاً حرف زدن در جمع یا سؤال در کلاس یا خواندن متنی در یک مراسم یا کنفرانس دادن در حضور دیگران و... برای انسان عادی شود.

آنچه گذشت، نکاتی چند درباره «کلام» بود.

یقیناً اینها همه مطالب نیست. نه همه مشکلات مطرح شد، نه همه راه حل ها.

خوب است کتابهایی که در زمینه «فنّ خطابه» و «آیین سخنرانی» و «روش سخنوری» و... نگاشته شده است، بیشتر و دقیق تر مطالعه شود، چرا که در آنها رهنمودهای عملی بیشتری برای موفقیت در این زمینه وجود دارد.

حرف زدن، این کار به ظاهر ساده که همگان با آن سر و کار داریم، آن هم از صبح تا شب، در خانه و بیرون، با آشنا و ناآشنا، برای خود فوت و فنّ خاص دارد. آموختنش هم لازم و مفید نیست. بی جهت نیست که غربی ها درباره «آیین سخنرانی» کتاب می نویسند و شرقی ها در زمینه «فنّ خطابه» دست به تألیف می زنند.

از این روش سود بجوئیم تا کلام، پل ارتباطی ما و دیگران شود.

ص: ۱۰۱

برای کسی بمیر که برایت تب کند

ص: ۱۰۳

برای کسی بمیر که برایت تب کند

اگر «دوست یابی» و «نفوذ در دل ها» را هنر به شمار آورده اند، چندان هم بی حساب نیست.

مهرورزی به دیگران، آمیخته به ایثار و از خودگذشتگی و ندیدن «خود» و برگزیدن «دیگری» است.

آنکه اسیر «خودخواهی» است، نمی تواند دوست دار دیگران باشد. در نتیجه، خودخواهان مغرور و خودپسندان متکبر، از راه یابی به دل مردم محروم اند و از چشیدن شهد محبوییت، ناکام.

«صحبت یاران یکدل، کیمیایی دیگر است.»

این کیمیای محبت، صفا بخش زندگی نیز می شود و آنان که از آن بی بهره اند، دچار زندگی های سرد و بی روح اند.

دوست گزینی

اگر کسی از رذیله خودخواهی دور باشد، نیاز زندگی جمعی او را به «دوست گزینی» و معاشرت با دیگران می کشاند. گامی از او و گامی از

ص: ۱۰۴

دیگری، رابطه‌ها را کمتر می‌کند و دو روح با هم الفت می‌گیرند و پیوند دوستی صورت می‌گیرد.

ولی... چه کسی شایسته دوستی است؟

برای دوست‌گزینی، چه ملاک‌هایی را باید در نظر گرفت؟

دوست خوب کیست و چه شرایطی دارد؟

این‌ها نکاتی است که در شکل‌گیری یک «مودت صالح» و «دوستی ارزشمند» و «رفاقت پایدار»، نقش ایفا می‌کنند.

بدون آزمایش، نباید دوستی برگزید و طرح رفاقت و صمیمیت با کسی ریخت.

به قول پروین اعتصامی:

پروین! نخست زیور یاران، صداقت استباری، نیازموده کسی را مدار دوست

پس صداقت یک معیار است. این نکته در رهنمودهای پیشوایان دینی هم فراوان به چشم می‌خورد. از رفاقت با انسان‌های دروغگو، لاف‌زن، ریاکار، دورو و نفاق‌پیشه، که در برابر به‌گونه‌ای سخن می‌گویند و عمل می‌کنند، ولی پشت سر، گفتار و رفتارشان به‌گونه دیگری است، نهی شده‌ایم. خوشا آنان که این حکمت ژرف را به کار می‌بینند.

ای جان فدای آن که دلش با زبان یکی است.

معیار دیگر، حفظ دوستی در شداید و گرفتاری‌ها است. دوستی که در حال رفاه و راحت و برخورداری دم از دوستی می‌زند، اما هنگام نیاز و گرفتاری، بی‌اعتنایی می‌کند و راه خود را کج می‌کند و صورت خویش را به طرف دیگر می‌گیرد، شایسته رفاقت نیست.

«برای کسی بمیر که برایت تب کند.»

از سخنان امام علی (علیه السلام) چنین بر می آید که باید با کسی دوست شد که دانا باشد، اهل خرد و منطق باشد، خدا ترس و پروا پیشه باشد، نیکی و احسان را خصلت خویش قرار دهد، صادق و امین باشد، در سختی ها رهایت نکند، پشت سرت حافظ آبرویت باشد، آنچه را برای خود می پسندد برای تو هم بیسندد.

این معیارها، ملاک های ارزشمندی از «دوست گزینی» است، به شرط آن که به کار بسته شود.

تقویت محبت

همه دوست دارند که رابطه های دوستانه، دوام یابد، ریشه دارتر شود و دچار گسست نگردد. ولی چگونه؟ راه تقویت علاقه و محبت و دوستی چیست؟

«ابراز محبت» یکی از روش هاست. به فرموده امام صادق (علیه السلام): وقتی کسی را دوست داری، دوستی ات را به او بگو، چرا که این کار موجب ثبات و تقویت محبت می شود.»

«احترام و ادب»، گام دیگری است. حیثیت برای همه مهم است و هر کس دوست دارد نزد دیگران موقعیت و احترام داشته باشد و از بی حرمتی و تحقیر ناراحت می شود.

برخوردهای احترام آمیز و مؤدبانه، مایه افزایش پیوندهای قلبی و تقویت دوستی هاست.

این ادب، میدان های گسترده ای دارد: در حرف زدن، صدا کردن، جواب دادن، سؤال کردن، هم غذا و همسفر شدن، نشست و برخاست و معاشرت و... خود را نشان می دهد. آن را دست کم نگیریم.

«گوش دادن» و آمادگی و علاقه نشان دادن برای شنیدن حرف های طرف، توجه و محبت او را هم جلب می کند. گاهی باید سنگ صبور حرف های دوست و درد دل های دیگری شد. کم طاقتی و بی حوصلگی در گوش دادن به حرف های دیگران، مایه کاهش علاقه آنان می گردد و نشانه نوعی خودپسندی است.

«هدیه دادن» عامل دیگری برای تقویت دوستی است. سوغات سفر و ارمغان و هدیه، دل ها را نسبت به هم مهربان تر می کند، چه رابطه های دوستانه باشد، چه ارتباط خانوادگی و فامیلی.

طبعاً هر چه مهر و علاقه بیشتر باشد، هدیه هم ارزشمندتر خواهد شد، چون سمبلی از همان دوستی و علاقه است. دیگران هم هدایا و تحفه ها را به حساب دوستی می گذارند و نشانه محبت می شمارند.

«زبان تشکر»، روشی دیگر در تقویت دوستی است.

بعضی تنها زبانشان به انتقاد و عیبجویی می چرخد. برخی هم خوب می توانند زبان سپاس و تشکر به کار گیرند و از خوبی ها و ارزش ها و خدمات و محبت های دیگران تشکر و قدردانی کنند. آن که زبان شاکر دارد، محبوبیت می یابد، هم نزد خدا، هم نزد خلق خدا.

بر زبان آوردن خوبی های دیگران، نوعی سپاس است.

به فرموده حضرت رسول: «بهترین برادران تو کسی است که خوبی و نیکی تو را نسبت به خودش بر زبان آورد.»

البته باید مواظب بود که ستایشگری و قدرشناسی، به «تملق و چاپلوسی» کشیده نشود، که بسی زشت و نکوهیده است.

عوامل دیگری هم هست که دوستی ها را می افزاید، مثل: سازگاری و تحمل، پوزش پذیری، پاسخ خوب برای رفتار بد، خیرخواهی و

دلسوزی، مهمانی و ضیافت، دید و بازدید و تفقد و احوال‌پرسی، خوشحال کردن دوست، احترام به آراء و نظرات او، خوش‌زبانی و تواضع و... که شرح و تفصیل آن‌ها از حوصله این گفتار بیرون است.

بر هم زنده دوستی‌ها

برای تقویت و ثبات و استمرار دوستی‌ها، هم باید به عوامل تقویت‌کننده توجه داشت، هم عوامل قطع‌کننده یا سست‌کننده این پیوند را شناخت و از آن پرهیز کرد.

چه کنیم که با سست شدن محبت‌ها روبه‌رو نشویم؟

بدگویی و عیبجویی، سبب می‌شود دوستان خود را از دست بدهیم.

تندخویی و بداخلاقی نیز، دیگران را از دور و بر ما پراکنده می‌سازد.

توقعات زیاد و گله‌مندی به خاطر هر چیز کوچک و کم‌اهمیت نیز، صفای دل‌ها را از میان می‌برد.

کم‌ظرفیتی، دروغ‌گویی، صداقت‌نداشتن، ریاکار بودن، تفاوت‌ظاهر و باطن و گفتار و کردار، محبت دیگران را زایل می‌کند.

ناسپاسی و قدر‌نشناسی نیز رشته محبت را می‌گسلد.

ترک کردن دوستان در شداید و گرفتاریها، شکست خوردن در «امتحان دوستی» است.

کسی مریض شد و مدتی بستری بود. می‌گفت: خدا را شکر، خوب شد که مریض شدم و روی تخت بیمارستان افتادم. گفتند: چرا؟ گفت:

برای این که در این مدت، دوستان واقعی خود را شناختم. بعضی با همه ادعاهایی که داشتند، حتی یک بار هم نشد به دیدنم آیند، یا حال مرا پرسند!

بدبینی و سوء ظن، از مهمترین عوامل گسست رفاقت هاست. تا می توان خوشبین بود، چرا زهر تلخ بدبینی را در جام دوستی ها بریزیم و رابطه ها را تلخ سازیم و دل ها را نسبت به هم، چرکین؟

در روابط خانوادگی، گاهی یک سوء ظن، رشته خانواده را از هم می گسلد و تا مرز طلاق یا دعوا و مناقشات هم پیش می رود.

«حسد»، عامل دیگر قطع دوستی هاست.

حسودان از چشم ها می افتند و رشک ورزی به داشته ها و موفقیت های دیگران، چه بسا دوستی ها را به دشمنی تبدیل می کند.

«حُلف وعده» که نوعی «بی وفایی» است، عامل دیگری در به هم خوردن رفاقت هاست. «برخورد متکبرانه» نیز یکی از این عوامل است.

باری... دوست داشتن یک «هنر» است و حفظ دوستی، هنری مهم تر.

امام علی (علیه السلام) فرمود: ناتوان ترین افراد کسی است که نتواند برای خود دوستی فراهم آورد، و ناتوان تر از او کسی است که نتواند دوستان خود را نگه دارد!^(۱)

ص: ۱۰۹

حضور «جسم» و غیبت «جان»، چرا؟

ص: ۱۱۱

حضور «جسم» و غیبت «جان»، چرا؟

«مبند دل به کسی، جز به مهر آن معبود

ز «خلق» و «خود» بگذر، رو به آستان «خدا» کن

تویی که بنده آن آفریدگار کریمی

دل از تباهی و غفلت، زدام و دانه جدا کن

به اشک نیمه شبی، ناله سحرگاهی

و یا به سجده شکر

سپاس نعمت بی منتهاش، ادا کن...» (۱)

این که چگونه باید خود را در «محضر» یافت و از «احساس حضور» در نماز لذت برد، سؤال بسیاری از جوانان خدا باور و حق جوست.

ارزش و تأثیرگذاری نماز هم به عنوان معراج مؤمن و سکوی پرواز، در همین «حضور قلب» نهفته است.

ص: ۱۱۲

۱- (۱) برگ و بار، ص ۲۴

توجه به «چرایی نماز»، خود به خود این حالت را پدید می آورد.

خضوع در برابر «عظمت»، در سرشت انسان نهفته است و «نیایش» در پیشگاه معبود، برای بشر فطری است و لذت روحی و آرامش روانی در سایه نیایش و نجوا و دعاست.

«نماز»، رمزی از این افتادگی و خضوع است و فروتنی و نیازخواهی و سپاس در برابر عظیم ترین سرچشمه قدرت و دانایی و حکمت و بینایی یعنی «خدا»، نشانه شعور بالا و ادراک و معرفت والای انسان است.

خاصیت نماز، پیوند «بنده» و «خالق» است.

اگر حضور قلب نباشد، این پیوند گسسته است و نه نیایش بنده به خالق می رسد و نه فیض آن محبوب ازلی به بنده نیاشکر.

شرط بهره وری از این ارتباط، حاضر بودن در نماز است. آن هم با دل و جان، نه با تن و زبان.

مهم، آن گونه که گذشت، توجه داشتن نماز گزار به معنای کار خود و فلسفه نماز خویش است و اگر از این غفلت شود، حضوری هم نخواهد بود.

اگر قرآن کریم هم فرمان داده است که از «صبر» و «نماز» نیرو و یاری بجوید «وَ اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَ الصَّلَاةِ» (۱)، نمازی است که از دل آگاه و قلب عارف و نماز گزار حاضر در نماز سربر آورد.

آنچه در برابر سختی ها، فشارها، بحران ها و مصیبت ها می ایستد، نیروی درونی و خدا باوری انسان نماز گزار است. آنچه پیش و بیش از «پا» می ایستد، «دل» است و اگر این دل در سایه نماز و انس با معبود و

ص: ۱۱۳

نیرو گرفتن از معنویت و نیایش قوت یابد، صاحب دل را هم قدرت و نستوهی می بخشد.

باری... چگونه می توان دل را در نماز، حاضر داشت؟

توجه به اصل نماز، دقت در مفاهیم ذکرها و دعاهای نماز، شناخت رمز و راز و پیام ها و نکته های افعال نماز، می تواند به پیدایش «حضور قلب» کمک کند.

کسی که «وضو» می گیرد، همراه شستن دست و روی، دل و جان را هم پاک می کند.

رو به «قبله» که می ایستد، خانه توحید و کعبه مقدس، دل او را جذب می کند و او را به عمق تاریخ موحدان و یکتاپرستان می برد.

«تکبیره الاحرام» نماز گزار، ورود به محضر دوست و حرام کردن یاد هر چیز دیگر بر خویشتن است.

«حمد و سوره»، ستایشی آگاهانه از ولی نعمتی است که در پیشگاهش می ایستیم و زبان به حمد و ثنا می گشاییم و از او راهنمایی به «صراط راست» می طلبیم.

«رکوع»، رمز خضوع در برابر آفریدگار است.

«سجود»، نزدیک ترین حالت یک بنده به خدای خویش است، خاکی بودن، کرنش در برابر آن معبود بزرگ، رسیدن به عظمت روحی از راه کوچک شدن در برابر آن بزرگ واقعی.

«الله اکبر» یعنی او را از هر چیز و هر کس و هر جاذبه و هر دل مشغولی و هر قدرت و جمال، بالاتر دیدن.

آیا این «توجه» ها کافی نیست تا در نماز، غافلانه و سرسری به عبادت قالبی و صورتی نپردازیم؟!!

ما، زندگی و هستی خویش را مدیون خداییم. غرق نعمت های اویم، البته اگر دیده «نعمت شناس» و «مولی شناس» ما باز باشد!

نماز، یکی از برنامه های «سپاس نعمت» است. روزی پنج نوبت ما را در آستان صاحب نعمت و عظمت می نشاند، تا شیطان در اسیر ساختن ما طمع نکند و از قلمرو «بندگی خدا» بیرونمان نکشد.

هر کس در زندگی به چیزی دل می بندد و امیدوار می شود و تکیه می کند.

«خدا»، تکیه گاه و امید یک مسلمان نمازگزار است.

آیا رواست که در نماز، «چهره» به سمت قبله داشته باشیم، اما «روی دل» از خدا رویگردان باشد؟

این تعارض ظاهر و باطن چگونه قابل توجیه است؟

گفتیم که شرط نخست حضور قلب، «توجه» داشتن به معنای عملی به نام «نماز» است.

تنها مست شراب نیست که از خود و جهان، «بی خود» می شود. آن که مست از محبت خدا می شود و شراب یاد می نوشد، خود راقطره ای در دریا می یابد و هر چند قطره است، ولی احساس دریایی می کند.

قطره دریاست اگر با دریاستورنه آن قطره و دریا، دریاست

این احساس دریایی داشتن وقتی است که «حضور قلب» است.

دلهای تهی از «آه» و «سوز»، دیرتر این حضور را در می یابند. چنین کسان، حتی در مسجد و معبد هم بدون «دل» حاضر می شوند. تنها جسمشان را می آورند و دلشان «غایب» است.

در نماز «تن» را آوردن و «جان» را وا گذاشتن، نمی گذارد که نماز، معراج گردد و هر رکعتی، بالی شود برای پرواز.

چه می شود کرد؟ اگر عشق به خدا نباشد یا ضعیف باشد، این احساس با کدام نیرو و چاشنی حاصل شود؟ و نماز گزار، با کدام پشتوانه روحی، خود را در «محضر خدا» حس کند و از هم صحبتی با او لذت ببرد و از پیرامون خود غافل شود؟

«حضور قلب»، از همین جاست که به عنوان «روح نماز» ارزش می یابد و همراه «خدا گفتن»، خدا «جستن» هم پدید می آید.

چه موهبتی بالاتر از این که انسان «کلیم خدا» شود و طرف سخنش خدا باشد؟!

نماز یعنی تکلم با او که عزیزترین عزیزان است. آن که به نماز می ایستد، باید ضمیر خداجویش خاشع باشد و در حال نماز، خود را در پیشگاه ربّ جلیل و خدای هستی آفرین بیابد و باور داشته باشد که خدا او را می بیند، سخنش را می شنود، نمازش را شاهد است، دعایش را شنواست، عبادت بنده اش و بنده عابدش را دوست دارد. این باور، کافی است که «حضور قلب» بیافریند.

نماز، وسیله ارتباط باخالق است.

مگر می شود کسی نماز بخواند، اما رشته ارتباطش با معبود، قطع شده باشد؟ لابد یک جای کار خراب است، وگرنه این عبادت، ابزار پیوند و اتصال با اوست.

وقتی می توان با نماز و دعا با خدا انس گرفت، چرا دوری و مهجوری؟

او خواستار «وصل» است، ما چرا «قطع» کنیم؟

بعضی دوست دارند که در یک نیایش اشک آلود، یک «مائده معنوی» را تجربه کنند. می خواهند بغض گلوگیرشان را رها کنند، اما خجالت

می کشند. می خواهند در آستان آن معبود محبوب به سجود افتند، اما تردید رهایشان نمی کند و غرور شیطانی نمی گذارد تا مثل خسته از راه رسیده ای که به چشمه آب می رسد، یا گرما زده بی تابی که پای خسته و پرآبله اش را در سایه سار نوازشی مرهم می نهد، خود را به این «چشمه اشک» اندازد و در «سایه سجود» بیارامد و مرهم یاد خدا را بر دل مجروح خویش بگذارد.

آن که تشنه محبت و محتاج کرامت و نوازش است، باید چراغ «یاد خدا» را در خلوتکده دلش روشن کند و در سایه «ذکرالله» به آرامش روحی برسد.

و آن گاه که به نماز می ایستد، شرط ادب را رعایت کند،

خود را در پیشگاه یک عظیم بیابد و مؤدب بایستد،

بکوشد تاهیچ نامحرمی را به حریم دلش که «حرم خدا» گشته است، راه ندهد.

و هر چه که فکر و حواس او را از محبوبش برمی گرداند، از خود دور سازد.

معرفت، محبت می آورد و محبت هم رابطه می آفریند.

«معرفه الله»، نخستین گام برای رسیدن به «حضور قلب» در نماز است.

آرامش دل، غلبه بر نگرانی

ص: ۱۱۹

آرامش دل، غلبه بر نگرانی

«نگرانی»، گاهی همچون خوره، به جان روح آدم می افتد.

این هم یکی از بیماری های شایع در میان برخی از جوانان است، البته سالخوردگان نیز از نگرانی های خاصی رنج می برند.

چگونه می توان بر این بیماری روحی غلبه کرد؟ روش دست یافتن به روحی آرام و دلی پر امید و خاطری آسوده چیست؟ عوامل نگرانی آور کدامند؟ چرا بعضی ها دچار «افسردگی روحی» می شوند و احساس «دل مردگی» به آنان دست می دهد؟ چگونه می توان «اضطراب» را از خود دور کرد و از زندگی لذت برد؟

«نشاط و شوق زندگی، زچهره ها رمیده است

و جغد دل فسرده گی، به روی بام خانه ها نشسته است

خنده ها تصنعی،

چهره ها، سلام ها، عبوس و سرد

و قلب ها جدا زهم، اسیر غم

و اندرون سینه ها، پرنده های عشق پر نمی زند

ص: ۱۲۰

ریشه ها

راستی چرا چنین است و این همه افسردگی و بی نشاطی و اضطراب و نگرانی از کجا سرچشمه می گیرد؟ بعضی احساس «بی پناهی» می کنند.

از این و آن دورنگی و بی صداقتی می بینند، به هر جا دست می اندازند، دستشان بند نمی شود، به هر جا پا می گذارند، در حفره و گودالی می افتند. چون همدم موافق و یار یکرنگ و همراه صادق نمی یابند، به همه چیز و همه کس بدبین می شوند. این «بدبینی»، در عملکرد روزانه و ارتباطاتشان هم تأثیر منفی می گذارد و فلجشان می کند.

بعضی شناخت روشنی از «فلسفه حیات» ندارند و پاسخی برای این سؤال که «زکجا آمده ام، آمدنم بهر چه بود؟ به کجا می روم آخر؟...» نیافته اند. پیامد این حالت، رسیدن به پوچی و بی هدفی است و زندگی را تکرار لحظه های بی معنی می دانند.

بعضی از آینده بیمناک اند، چه آینده همین دنیایشان، چه آینده آخرتشان. می ترسند روزی پیر و فرتوت و از کار افتاده شوند و از چشم ها و دل ها بیفتند و مورد بی مهری دیگران قرار بگیرند، یا دستخوش عوارض پیری و انزواها و تنهایی های آخر عمر شوند. یا این که از مرگ وحشت دارند، چون از مرحله پس از مرگ، یابی خبرند، یا می دانند که وضعیت خوبی نخواهند داشت.

ص: ۱۲۱

«ترس از مرگ که در مردم هست

و همی پندارند،

مرگ را غول هراس انگیزی

روی این علت هست

که ندارند امیدی روشن

به پس از مردن خویش

زین جهت ترسانند.» (۱)

راستی هم اگر مرگ، نقطه پایان همه چیز باشد، فکر آن وحشت انگیز و اضطراب آور است. اما اگر آن را دریچه ای به روشنایی های ابدی بشناسیم و ره توشه آن راه را هم فراهم ساخته باشیم، چه هراسی از مرگ؟

برخی هم «بدین» به دیگرانند، همه را در حال توطئه و نقشه کشیدن و دشمنی کردن با خویش می پندارند. این هم آرامش را از آنان می گیرد و بر اضطرابشان می افزاید.

بعضی هم چنان دل بسته و وابسته به داشته های خویشند که تصور از دست دادن آنها و جدا شدن از آنچه دارند، به وحشتشان می اندازد. از این رو، هر حادثه، از جمله مرگ را چون قیچی جدا کننده آنان از داشته ها و محبوب هایشان می بینند، برنگرانی آنان می افزاید و ثبات روحی را از آنان سلب می کند.

ریشه های دیگری هم برای نگرانی انسان می توان بر شمرد.

چه کنیم؟

ص: ۱۲۲

درمان این «احساس نگرانی»، گاهی در مسائل فکری و نظری است، گاهی از راه برنامه های عملی و اجرایی. برخی از این عواملِ نگرانی زدا از این قرار است:

۱. «آخرت باوری» می تواند نقطه شروع رسیدن به «امید» باشد. یعنی این که با مرگ، تمام نمی شویم و مردن، نقطه پایان دفتر وجود ما نیست، بلکه آغاز مرحله ای دراز مدت تر، بلکه ابدی است و ما با کیفیت زندگی این دنیایی، می توانیم در ساختن بهتر آن «مرحله جاودانه»، سهم داشته باشیم.

پس، چرا نگران آن باشیم که تمام می شویم و پایان می یابیم؟

۲. «توکل»، عامل دیگری برای غلبه بر نگرانی است. بر چه کس باید تکیه داشت؟ به چه چیز باید امید بست؟ تکیه بر آنچه ناپایدار است، به انسان هم «احساس ناپایداری» می دهد. آن که بر زمین سست ایستاده است، نمی تواند گامهایی استوار داشته باشد. کسی که پشتوانه ای همچون خدا دارد، به این زودی ها دچار خلأ روحی و احساس بی پناهی نمی کند. توصیه قرآن به این که مؤمنان بر خدا توکل کنند (و علی الله فلیتوکل المؤمنون) عامل امیدواری و روحیه و انگیزه داشتن برای اهل ایمان است.

۳. «ذکر» و یاد خدا نیز به انسان آرامش می دهد. در لحظات اضطراب و نگرانی، چه بر زبان آوردن نام خدا و دعا و صلوات و تسبیح الهی و ذکرهای زبانی، چه دل را به «یاد خدا» نیرو و صفا بخشیدن، مایه آرامش دل و نفی اضطراب است.

این آیه مشهور «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (۱) اشاره به همین حقیقت دارد که: «دل آرام گیرد زیاد خدا».

کسی که یاد خدا را بر زبان و در دل دارد، خود را به منبع لایزال قدرت و رحمت و نعمت متصل می سازد و از آن الهام و امید می گیرد. در لحظات بحرانی هم، آنان که قلباً متوجه آن کانون رأفت و رحمت می شوند، آرامش می یابند. حتی یک سرباز اسیر یا در محاصره، می تواند با عامل «ذکر»، روحیه خود را حفظ کند و نه در میدان نبرد، نه در دوران اسارت، نه زیر شکنجه های دشمن خود را نبازد و نترسد و مقاومتش را از دست ندهد.

۴. «کار و تلاش» را به عنوان عامل دیگری برای حفظ روحیه و نفی نگرانی می توان دانست. گرفتاران پوچی و پوچگرایی، گاهی به خاطر بیکاری بیچار می شوند و به سبب نداشتن یک فعالیت مثبت، احساس می کنند وجودی عاطل و باطل و بی ثمرند و چون نقش مثبتی در زندگی خویش نمی بینند، روحاً دچار افسردگی می شوند و از روند گذر عمر خویش به ستوه می آیند. هر کس در هر رتبه و موقعیتی که باشد، می تواند با سرگرم ساختن خود و داشتن فعالیت های روزمره، از بحران روحی نجات یابد و به زندگی امیدوار شود.

۵. «خوش بینی» و داشتن نگاه مثبت و توجه به نیمه پر لیوان، مانع بروز اضطراب و نگرانی است. برخی تنها نقاط ضعف و کاستی ها و

ص: ۱۲۴

نارسایی ها و ناتوانی های خود را می بینند. اگر کسی پیوسته نقاط مثبت و موفقیت های زندگی را ببیند و آنها را در دفتری ثبت کند، یا در برخورد با دیگران از آن نمونه ها بگوید، نه آنکه شکست ها و ضعف ها و ناکامی هایش را بر شمرد، قطعاً کمتر دچار نگرانی می شود.

۶. «همنشینی با انسان های بزرگ». مصاحبت با افراد باروحيه و باانگیزه را می توان عامل دیگری برای آرامش روانی برشمرد. انسان از دوستان خود رنگ می پذیرد. همان طور که رفاقت با افراد ترسو و بخیل، روحیه ترس و بخل را در انسان می پرورد و دوستی با دلاوران بخشنده، صفت شجاعت و سخاوت را تقویت می کند، همدمی و انس با افرادی که از آرامش و امید و انگیزه برخوردارند، چنین روحیه ای در انسان پدید می آورد. برعکس، معاشرت با افراد سست رأی و واخورده و مأیوس و مضطرب، بر نگرانی و دلمردگی های انسان می افزاید.

۷. «تلقین»، عامل دیگری به شمار می رود، چه در کشتن روحیه و خشکاندن امید، چه در امید آفرینی و روحیه بخشی. هم تلقین به دیگری، هم تلقین انسان به خویشتن. آن که همواره توانایی ها و استعداد های خود را برای خود مطرح کند و خویش را انسان امیدوار و نیرومند و با نشاط و شادمانی نشان دهد، قطعاً روحیه اش بالا خواهد رفت. نباید گذاشت اولین شکست و ناکامی انسان را زمین گیر و خلع سلاح کند و خود را بازنده نهایی و ابدی به شمار آورد. می تواند به خود این گونه تلقین کند:

«چون که انسان، با هدف، با انتخاب و برگزیننده است،

وز همین جا، جاودان زنده است و سازنده است،

من هم انسانم،

بودن خود را به دست خویش، می سازم

من، خمیر هستی ام را با دو دست «انتخاب» خویش،

ص: ۱۲۵

۸. توجه به «فرصت امروز»، انسان را از غم گذشته و نگرانی از آینده نیامده می رهااند. وقتی بسیاری از اضطراب ها از آینده ای است که نامعلوم و نیامده است، چرا از بلا و مصیبت و رنجی که هنوز تحقق نیافته و «شاید» در آینده پیش آید، به وحشت و بیم افتیم؟

البته آینده نگری چیز مثبت و نگرش ارزنده ای است، ولی اضطراب نسبت به حوادث پیش نیامده و نگران این بودن که «چه خواهد شد؟»، عامل رکود و سلب انگیزه و نومیدی است.

در توصیه های دینی فراوان آمده است: که آنچه گذشت، گذشت. آنچه هم که نیامده است، کو؟

پس برخیزید و فرصت موجود را مغتنم شمارید:

مَا فَاتَ مَضَىٰ وَ مَا سَيَأْتِيكَ فَأَيْنَ؟ قُمْ، فَاعْتَنِمِ الْفُرْصَةَ بَيْنَ الْعَدَمِينَ

و سعدی چه زیبا این نکته را به فارسی سروده است:

سعدیا دی رفت و فردا همچنان معلوم نیستدر میان این و آن، فرصت شما امروز را

(۲)

باری، روحیه های پرتوان و زندگی های سرشار از امید، در سایه ایمان و توکل و آخرت گرایی و تلاش و همنشینی با صاحبان روح های بزرگ است.

زندگی را غنا بخشیم و اندیشه را وسعت، تا نگرانی و اضطراب، از پایمان نیفکند.

ص: ۱۲۶

۱- (۱) برگ و بار، ص ۲۷۰

۲- (۲) کلیات سعدی، ص ۴۱۵، غزل ۱۲

غنى سازى عمر

ص: ۱۲۷

شتابی که در سپری شدن عمر است،

حسرتی که بسیاری از انسان ها در پایان عمرشان به خاطر هدر دادن «سرمایه عمر» می خورند،

یک بار بودن مجال زندگی و غیر قابل تکرار بودن این فرصت و مهلت زیستن،

مسئولیتی که انسان نسبت به عمر خویش و کیفیت گذران آن دارد،

و... عواملی از این قبیل، یافتن پاسخ برای این سؤال را که «روش بهره گیری از عمر چیست؟» جدی تر مطرح می سازد.

موفق ترین انسان ها هم سرانجام، دچار حسرت و پشیمانی می شوند که کاش بهتر از این از عمرمان استفاده کرده بودیم.

اما می توان از میزان حسرت کاست و بار ندامت را سبک ساخت، به شرط آنکه در پی آن باشیم که بهترین شیوه زیستن و بهره گرفتن از اوقات و به بهره وری رساندن عمر و پر بار ساختن پرونده اعمال و کارنامه زندگی را بشناسیم و به کار بندیم. گذرا به برخی از راه و روش های

غنی تر ساختن درونمایه عمر و زیستن در این «میدان عمل» و «عرصه آزمون» اشاره می کنیم:

۱. توجه به محدود و گذرا بودن عمر: گاهی یادمان می رود که عمر ما، عمر نوح و خضر نیست و برای همیشه پای بر گرده کره خاکی نخواهیم گذاشت و برای ابد، نفس نخواهیم کشید. مثل خیلی ها که با اجل طبیعی یا حوادث و سوانح، جان می بازند، ما نیز باید این جان عاریت را به جان آفرین تسلیم کنیم. دیر و زود دارد، اما سوخت و سوز ندارد. پس، حال که چنین است، عمر را به غفلت نگذرانیم. به قول سعدی:

ای که پنجاه رفت و در خوابمگر این پنج روزه دریابی

شمع وجود عمر ما پیوسته در حال سوختن و کاستن است. پیش از خاموشی، فکری کنیم!

۲. در طول شبانه روز، در ایام هفته و سال، وقت های خورده ریز فراوانی را مفت از دست می دهیم.

برای این وقت های به اصطلاح «دم قیچی» فکری کنیم و برنامه ای داشته باشیم و با دوختن این پاره وقت ها به یکدیگر، وقت و مجال خودمان را توسعه و افزایش دهیم. وقتی از یک شیر آب که هرز شده، آب هدر می رود، اگر ظرفی زیر آن بگذاریم، می بینیم که آن ظرف در مدتی کم پر شد. وقتی قطره قطره است به چشم نمی آید، ولی وقتی جمع می شود، «قابل توجه» می گردد. از اینگونه وقت های خورده ریز هم زیاد از دست ما می رود. برای آنها حسابی باز کنیم!

۳. کارها را در زندگی خود، به تناسب اهمیت و ضرورت، اولویت بندی کنیم و خود را به کاری مشغول سازیم که اولویت درجه یک دارد.

اگر وقت اضافی داشتیم، صرف کارهای مرحله دوم و سوم از نظر اهمیت

بکنیم تا مبادا چنان شود که:

بگذاشته ایم آنچه برداشتنی استبرداشته ایم آنچه بگذاشتنی است

حضرت علی علیه السلام فرموده است: هر کس به کاری که مهم نیست مشغول شود، کار مهمتر از دست او می رود «مَنْ اشْتَغَلَ بِغَيْرِ الْمُهْمِّ فَاتَهُ الْآهَمُّ». می بینیم که اهم و مهم کردن کارها و پرداختن به آنچه لازم تر و مفیدتر است، جلوی حسرت و ندامت را می گیرد و به بهره وری از عمر، کمک می کند.

۴. نظم در امور: آشفته‌گی در هر چیز، زیان آور است. مثل آشفته‌گی ذهن، آشفته‌گی دل و خاطر، به هم ریختگی وسایل و ابزار، آشفته‌گی حساب و کتاب و دخل و خرج و هزینه و درآمد و... بسیاری از این گونه امور.

کارهای ما در «ظرف زمان» صورت می گیرد. نظم دادن به کارها و برنامه‌ها و صرف وقت‌ها و مطالعات و نوشتن‌ها و عبادات و خدمات و تفریحات، سبب بهره‌وری بیشتر از امکانات از جمله «عمر» می شود.

تقسیم زمان بین کارها و نظم دقیق در انجام امور، جلوی ضایعات بسیاری را می گیرد و مایه «توسعه وقت» می شود.

۵. حفظ روحیه و امید: انسان به امید زنده است. داشتن امید و انگیزه، هم به انسان نیرو می بخشد، هم نشاط می آورد، هم مانع خستگی و به ستوه آمدن می شود، هم زندگی را بر خوردار از «خوشبینی به آینده» می سازد، هم ثمره کارها و تلاش‌ها را مضاعف می سازد. آنان که با روحیه خوب زندگی می کنند و به یأس و بدبینی و افسردگی و دل‌سردی مجال ورود به صحنه زندگی شان را نمی دهند، از زندگی خود لذت بیشتری می برند. و اگر جز این باشد، زندگی را «مردن تدریجی» خواهند

دید و گذرانِ عمر را یک «جان‌کندن دراز مدت» خواهند شمرد.

۶. تجربه آموختن: روزگار و فراز و نشیب‌های زندگی، معلّم شایسته‌ای برای انسان است. به شرط آنکه بتواند از تجربه‌های تلخ و شیرین استفاده کند. گشودن دیده‌ی عبرت به روی حوادث، بار تجربه‌ی آدمی را غنی‌تر می‌سازد. بهره‌گیری از تجارب دیگران نیز، «عمر دوباره» به شمار می‌آید.

سالخوردگان مجرب و سرد و گرم‌روزگار چشیدگان، اغلب سعی می‌کنند «حاصل عمر» خویش را در اختیار دیگران قرار دهند، چه به صورت شفاهی و گفتاری، چه کتبی و نوشتاری. حتّی نامه‌ی ۳۱ نهج البلاغه، تجارب غنی حضرت امیر علیه السلام است که در سالهای پایانی عمر پر بارشان به صورت یک «نامه» به فرزندشان امام حسن مجتبی علیه السلام نوشته‌اند، نامه‌ای مفصّل، عمیق، پر نکته و آموزنده. هم باید تجربه آموخت، هم باید تجربه اندوخت. هم آن‌ها را به کار بست، هم به دیگران منتقل کرد.

۷. مشورت: بهره‌گیری از افکار و اندیشه‌های دیگران، هم فکر ما را غنی‌تر می‌سازد، هم از اشتباهات ما می‌کاهد. رایزنی با دیگران، به خصوص صاحب نظران و کارشناسان و صاحبان تجربه، کانال زدن به ذخیره‌ی عظیم و ارزشمندی است که در اختیار دیگران است، هر کس با دیگران مشورت کند، در عقول و خرده‌های آنان شریک شده است.

مشورت می‌تواند زندگی ما را سالمتر و گذر عمر ما را پربارتر سازد.

اما اینکه باچه کسانی باید مشورت کرد؟ صفات مشاور خوب چیست؟ روش نظرخواهی از دیگران چگونه است؟ و... مباحثی است که در این مختصر نمی‌گنجد.

ولی اجمال مسأله، پرهیز از «استبداد به رأی» و تک روی در کارها و تصمیم های فردی و اجتماعی است.

هم در انتخاب رشته، هم در گزینش همسر، هم در دوست یابی، هم در کتاب خوانی و انتخاب معلم و مراجعه به پزشک و خرید یک خانه و تغییر شغل و نام نویسی در یک آموزشگاه و... می توان از اصل «مشورت» بهره گرفت و ضریب خطاها را کاهش داد.

۸. دوستان خوب: نمی توان تأثیر همنشین و دوست را بر اخلاق و افکار و رفتار و نحوه عمل انسان انکار کرد. شخصیت افراد، گاهی تحت تأثیر معاشران و دوستان شکل می گیرد و از خوبی به بدی یا برعکس تغییر حال می یابد. دیگران هم مبنای داوریشان در مورد هر کس، همنشینان اوست.

تو اول بگو باکیان زیستتیس آنکه بگویم که تو کیستی

دوستان، گاهی عمر انسان را بر باد می دهند، گاهی عامل و انگیزه بهره گیری از عمر می شوند. داشتن رفیق شایسته و همدم وارسته، زندگی را در «خط اعتدال» قرار می دهد و نعمتی بزرگ است.

کم نیستند کسانی که عمر خود را باخته و پشت دیوار ندامت نشسته و زانوی غم بغل گرفته اند. چرا؟ به خاطر اینکه همنشین شایسته ای نداشته اند. امان از دوستِ بد! پس از این رهگذر هم می توان به بالنده ساختن زندگی و مفید ساختن عمر دست یافت.

۹. خواندن شرح حال: اینکه گفته اند مطالعه بیوگرافی و سرگذشت انسان ها از ارزنده ترین کارهاست، حرف درستی است. همیشه ما از اسوه و الگوها بهره گرفته ایم. بزرگانی که مایه فخر بشریت اند، می توانند سرمشق ما برای «چگونه زیستن» باشند.

چه پیامبران الهی و امامان معصوم، چه اصحاب و یاران آن معصومین، چه دانشمندان برجسته و نوایغ و مصلحان و رهبران و شهیدان، چه انسان های عارف و وارسته و اخلاقی، هر کدام به نحوی «چراغ راه» به شمار می روند. خواندن شرح حال آنان در ما انگیزه ایجاد می کند، امید می بخشد، راه را نشان می دهد، تأثیر می گذارد.

خیلی ها اگر در زندگی جهش هایی به سوی کمال داشته اند، در مدار جاذبه یک شخصیت قرار گرفته اند و با خواندن زندگینامه بزرگان زیر و رو شده اند. اینگونه مطالعات، هم شیرین است، هم آموزنده، هم سرگرم کننده و هم نمونه ای از انسان های موفق را پیش روی ما قرار می دهد.

۱۰. محاسبه: اگر عمر ما یک «سرمایه» است، باید نسبت به آن «حسابگری» هم داشته باشیم، سودآوری یا زیان دهی عمر را حساب کنیم، راه دست یافتن به بهره های دراز مدت و ابدی را که تا آخرت هم کشیده می شود بشناسیم و به کار بندیم.

عاقلان اهل ذخیره سازی اند و دور اندیشی و آینده نگری. «آخرت» هم یک مرحله است که به آن خواهیم رسید، ولی با چه دستاورد و ذخیره و ره توشه ای؟

عمرها می گذرد، ولی با گذشت عمر، ما چه می اندوزیم؟

ما در حال داد و ستد با زمان هستیم. عمر می دهیم، ولی چه می گیریم؟ آیا با خرج کردن «دنیا»، توانسته ایم «آخرت» خویش را بسازیم و بخریم و آباد کنیم؟

محاسبه، ابعاد مختلفی دارد. عمر و فرصت های زندگی هم یکی از میدان های حسابگری است. کمتر از یک دستفروش دوره گرد نباشیم که در غروب هر روز، می اندیشد که درآمد امروزش چه بود؟ برد یا باخت؟

سود کرد یا زیان؟

باری... به غنی سازی عمرمان بیندیشیم، هم به طول و عرض آن، هم به عمق و محتوای آن.

ص: ۱۳۴

بھاری شویم

ص: ۱۳۵

می خواهیم کمتر از گل و گیاه و عقب تر از زمین و درخت نباشیم.

می خواهیم خود را برویانیم، می خواهیم دلمان بهاری شود، جوانه زنیم، رشد کنیم، ثمر دهیم و کمتر از «بهار» نباشیم.

ولی چگونه؟... بذرمان چیست؟ ریشه مان در کجاست؟ از کجا سیراب و تغذیه می شویم؟

از کدام منبع، نور و حرارت می گیریم؟ در کدام زمین و زمینه قرار گرفته ایم؟ باغمان و میرابمان کیست؟

رویش و پژمردگی، شکفتن و خشک شدن و حیات و مرگمان چیست و ثمر وجودمان برای جامعه کدام است؟

این ها سؤالات ساده و کم اهمیتی نیست.

می خواهیم مثل بهار، بروییم و شاداب شویم و سایه و ثمر داشته باشیم.

از طبیعت باید درس بگیریم.

همان طور که گاهی باغ و بوستان را خزان می زند، ما هم ممکن است

دچار خزان زدگی شویم.

آنگونه که خرمنی آتش می گیرد، یا بذری فاسد می شود، یا محصولی را آفت می گیرد، یا میوه ای دچار کرم زدگی و خرابی می گردد، یا مزرعه ای را سیلاب می برد، یا انبار غله ای در شعله های آتش می سوزد و خاکستر می شود یا محصولاتی مسموم و زیانبار می شود، در «مزرعه وجود» و در «زراعت زندگی» ما نیز چنین آفات و سمومی ممکن است دیده شود.

در زراعت وجودی خود، نباید از یافتن بستر و زمینه مناسب و بذرافشانی به موقع و حفاظت و حراست از عمر و روح و اندیشه و عمل و اخلاق، غافل بود.

«این جهان مزرعه آخرت است...» و ما باغبانی هستیم که مسئولیت بارورسازی باغ زندگی مان را به ما سپرده اند و همه امکانات، تسهیلات و توانایی ها را هم در اختیارمان گذاشته اند.

«عمل» ما بذری است که می کاریم.

رابطه عمل و جزا، رابطه «کشت» و «برداشت» است.

«گندم ندهد بار، چو جو می کاری!» و حدیث شریف «الدنيا مزرعه الآخرة» نیز اشاره به همین بذرافشانی و زراعت وجودی است. خوبی و بدی های ما نیز، دیر یا زود، در این دنیا یا در سرای آخرت ثمر می دهد.

آب و زمین دهر به دست تو داده اند

تخمی چنان بکار، که بتوانی اش درود

مگر می توان در بهار، از کشت و کار و زراعت و محصول، سخن نگفت؟

فرموده حضرت علی علیه السلام در غررالحکم چنین است:

«مَنْ زَرَعَ شَيْئاً حَصَدَهُ»، هر کس چیزی بکارد، همان را درو می کند.

ص: ۱۳۷

و حافظ چه زیبا سروده است:

دهقان سالخورده چه خوش گفت با پسرکای نور چشم من، بجز از کشته، ندروی

رابطه عمل و جزا را فراموش نکنیم، آنکه «تخم بدی» می‌کارد، نباید چشم انتظار «رویش نیکی» باشد. خواجه عبدالله انصاری گوید: هر چه کاری در بهاران، تیرمان بدروی.

به ما گفته اند: گندم از گندم بروید، جو ز جو. و این را تمثیلی برای «مکافات عمل» آورده اند، تا بدانیم که نمی‌توان از درخت بید، میوه خورد و از بوریا شکر. نه می‌توان از سپیدار، کافور گرفت و نه از درخت خار، رطب آبدار و نه سنبل از شوره زار.

باری... بهار است و فصل رویش و حیات مجدد طبیعت.

وقتی دانه می‌روید، چرا انسان نروید؟

به برگ و بار نشستن نهال وجودمان با رسیدن به کمالات اخلاقی و رشد فضایل است. اگر در باغبانی، آبیاری و حراست لازم است. اینجا هم محاسبه و مراقبه ضروری است. محاسبه تیّات و رفتار و کردار و مراقبت از حالات روحی و درونی خویش و خدا را مراقب دیدن و از فرشتگان «رقیب» و «عتید»، حساب بردن و از آفت گرفتگی جان هراسیدن.

به قول ناصر خسرو قبادیانی:

جهان زمین و سخن شخم و جانت دهقان استبه کشت باید مشغول بود، دهقان را

و از داس تیز مرگ هم نباید غافل بود، که گاهی این کشتزار را درو می‌کند، و کلام حضرت علی علیه السلام است که اجل، درو کننده آرزوهاست. و شما هم دروشده داس اجل ها هستید: «الأجل حصارُ الأمل،

ص: ۱۳۸

إِنكُمْ حَصَائِدُ الْآجَالِ».

پس فرصت زودگذر بذر افشانی در بهار زندگی را باید غنیمت شمرد.

باید بذر «عمل صالح» افشاند و نهال «صالحات» نشانند، تا «اجر الهی» پاداش دهد و زراعت زمستانی دنیا، ثمرات تابستانی آخرت به ما ارزانی دارد.

اگر بذر و آب و زمین، خوب و سالم نباشد، حاصلی به دست نمی آید. «نیت» و «عمل» به منزله همان بذر و آب و زمین است. نشاندن خار خشک بر سر دیوار، هرگز به نهالی سرسبز تبدیل نمی شود.

همچنین نیت آلوده، ثمر مفید و عمل صالح نمی آورد. «اصلاح نیت»، شرط نخست در زراعت وجود و برداشت محصول از خرمن عمر است، و گرنه به قول سعدی:

خرما نتوان خورد از این خار که کشتیمدیا نتوان بافت از این پشم که رشتیم

باز گردیم به «زمین» و «زمینه» که شرط اصلی «رشد انسان» و «رویش گیاه» است.

دل آدمی، کشتگاه معارف و باورهای ناب و فضایل و خوبی هاست.

برای رویدن بذر خلوص، باید «قلب خاشع» داشت و اشک جاری!

آنگونه که زمین نرم را شیار و شخم می زنند و تخم می پاشند و آب جاری می سازند، دل های مستعد و متواضع می تواند مزرعه رویش فضایل شود.

نه زمین سفت و سخت و سنگلاخ، مزرعه می شود، نه قلب بی خشوع و با قساوت، ظرف معارف!

از کلمات حکیمانه حضرت عیسی علیه السلام است که:

ص: ۱۳۹

«زراعت در دشت می روید، نه در صخره و سنگ خارا. حکمت نیز در قلب متواضع آباد می شود، نه در دل متکبر و سرکش.

فروتنی کن و بشنو ز من نصیحت و پندیکه شاخه های فتاده، همیشه میوه دهند

وجود کبر و غرور در دل و در سر، زمین جان را به شوره زار تبدیل می کند و «زمین شوره، سنبل بر نیارد!»

بهاری شدن و جلو افتادن از طبیعت در رویش و بالندگی، ممکن است، به شرط آنکه «فنون باغبانی» و روش «زراعت وجود» را بیاموزیم و به کار بندیم.

نیز فراموشمان نشود که «بهار عمر» هم خزانی در پی دارد.

پس، از دنیا باید «استفاده ایزاری» کرد، تا ما را به آن سوی پل، یعنی به آخرت برساند.

بهره وری از دنیا و مواهب آن، برای پاک شدن جان و انباشته شدن سیلوی آخرت از صالحات است و چه زیباست سروده صائب تبریزی:

آن قدر باتن مدارا کن که جان صافی شود گندمت را پاک کردی، پای بر غربال زن

همیشه بیک خزان، آهنگ کوچ بیخ گوش دلباختگان بهار می نوازد، تا باور کنند که «گل همین پنج روز و شش باشد!» و به فکر آباد کردن مزرعه آخرت و سرای ماندگار باشند، نه جلا دادن و برق انداختن به چهره عجزه دنیا که بسی بی وفاست.

درباره عمر و زندگی هم می توان تمثیلی از «چهار فصل» یافت.

اگر جوانی، بهار زندگی باشد، پاییز و زمستانی هم در پیش است.

آخرت، فصلی است بلند مدت که کشاورزان زندگی و بذر افشانان

ایمان و عمل، دستی پر از اجر و پاداش الهی خواهند داشت و در سایه سار درختان خرم بهشت، که جلوۀ اخروی نیکوکاری ها و پاکی ها و خدا ترسی های این دنیاست، در لذتی ابدی خواهند آرمید.

ص: ۱۴۱

برنامه ای برای رسیدن به خودِ برتر

ص: ۱۴۳

برنامه ای برای رسیدن به خود برتر

اینکه گفته اند: «شناخت درد، نیمی از درمان است»، سخنی است درست و حکیمانه.

با احساس نکردن درد، هرگز راهی برای «درمان روح» و «رشد معنوی» پیدا نمی شود.

چون نداری درد، درمان هم نخواهد درد پیدا کن که درمانت کنند

شیوه ابلیس، پنهان کردن درد و سرپوش گذاشتن روی مرض روحی و کتمان بیماری اخلاقی بشر است، تا به فکر اصلاح نفس نیفتد و پیوسته به عنوان طعمه ای در اختیار شیطان بماند.

در وادی «خودسازی»، نخستین گام، «خودشناسی» است.

زدودن رذایل و به عبارتی «تخلیه» و آراسته شدن به فضایل که همان «تحلیه» است، گام بعدی است.

راه آن پیراستن و این آراستن نیز، راهی عملی است، نه صرفاً نظری و دانستی، این راه را باید رفت و در این «طی طریق»، باید جهاد با نفس، آن ملکات اخلاقی را بر صفحه جان نوشت و بر لوح دل نقش زد.

ص: ۱۴۴

بخشی از برنامه های عملی برای رسیدن به این «خود برتر» از این قرار است:

۱. محاسبه

ارزیابی عمل های روزانه و هفتگی، ما را در رسیدن به «شناخت از خویش»، کمک می کند. اینکه بدانیم امروز چه کردیم و اوقاتمان صرف چه کاری شد و خوب و بد عملکرد روزانه را مرور و ارزیابی کرده و از خود حساب بکشیم. از توصیه های رسول خدا صلی الله علیه و آله به ابوذر غفاری این بود:

«حَاسِبْ نَفْسَكَ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبَ، فَإِنَّهُ أَهْوَنُ لِحِسَابِكَ غَدًا» (۱)

از خودت حساب بکش، پیش از آنکه از تو حساب بکشند. که این کار، حسابرسی فردای تو را آسانتر می سازد.

در دستورالعمل های اخلاقی عارفان بزرگ هم سفارش به «محاسبه نفس»، جایگه ویژه ای دارد و بازخوانی پرونده اعمال، کمک مؤثری برای خودسازی است.

۲. از خود برای خود

وجود ما با همه استعدادهایی که در آن نهفته است، سرمایه ماست.

این سرمایه را باید به سود دهی رساند. چه کسی سزاوارتر از خودمان برای نفع بردن از این سرمایه؟

راه آن نیز این است که آینده و آخرت و مراحل دشوار بعدی در

ص: ۱۴۵

۱- (۱) وسائل الشیعه، ج ۱۱، ص ۳۷۹.

«حیات» را در نظر آوریم و برای غنا و آسایش و تنعم در آن مراحل، کار کنیم و «حالا» ی خود را صرف «آینده» خویش و «جسم» خود را خرج «روح» خود و «توان مادی» خود را در راه «اعتلای روحی» خویش به کار گیریم.

توصیه حضرت صادق علیه السلام چنین است:

«خُذْ مِنْ نَفْسِكَ لِنَفْسِكَ...» (۱)

از خود، برای خودت توشه بگیر. از خودت در دوران تندرستی پیش از بیمار شدن و در دوران نیرومندی قبل از ضعف و در حال زندگی قبل از مرگ، توشه بگیر.

از خود گرفتن و خرج خود کردن و خود را ساختن و بالنده نمودن، عاقلانه ترین شیوه بهره گیری از مواهب و استعدادهای الهی است و غفلت از آن به حسرت می انجامد.

۳. تقویت اراده

بستر این عمل، همه زندگی و همه حالات و همه روحیات ماست.

مهم آن است که «عنان نفس» را در اختیار داشته باشیم و «امیر نفس» باشیم نه «اسیر نفس». ما باشیم که خواسته های نفس و کشش های غرایز را مهار بزنیم و کنترل کنیم. نه آن که مشتیها و خواسته های دل و هواهای نفسانی، ما را به این سو و آن سو بکشد.

گاهی در حالت «خشم»، مهار سخن و عمل از دست می رود.

گاهی هنگام رسیدن به «قدرت»، ستم و کین توزی و زیر پا گذاشتن

ص: ۱۴۶

حق و زورگویی به دیگران عادی می شود. اگر کسی قدرت و غضب را مهار بزند و در چهارچوب عقل و شرع و رضای خالق آنها را به کار گیرد، فرد خودساخته ای است.

روزی حضرت رسول، در بیرون از خانه عبورش به گروهی افتاد که سنگی را به نشانه زور آزمایی جابه جا می کردند و آن «وزنه برداری» را میزان قدرت و زور خویش می دانستند. حضرت خطاب به آنها فرمود:

«أَشَدُّكُمْ مَنْ مَلَكَ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ وَ أَحْمَلُكُمْ مَنْ عَفَى بَعْدَ الْمَقْدِرَةِ» (۱)

قوی ترین شما کسی است که هنگام خشم، خویشن داری کند و تواناترین شما کسی است که پس از قدرت یافتن، عفو کند. این نیازمند تقویت اراده است.

بسیاری از صاحبان عضلات قوی و بازوهای پرتوان، حریف «نفس» خویش نیستند و اسیر یک «عادت» اند.

آن نیست شجاعت که گلو چاک کنی

۴. هر روز بهتر از دیروز

«در جا زدن»، چه در کسب علم و مهارت های مختلف، چه در رشد اخلاقی و رسیدن به ملکات انسانی، چه در سطح زندگی و وضع معیشتی و چه در طاعت و عبادت، مطلوب نیست.

هر روز باید یک پله بالاتر رفت، هر روز باید نکته ای تازه آموخت، هر روز باید یک قدم در «راه معینی» پیش رفت. زیان کار، کسی است که دو

ص: ۱۴۷

روزش برابر باشد.

زیان کارتر، کسی است که امروزش بدتر از دیروز باشد. یعنی کسی که نه تنها رشدی نداشته، بلکه واپس رفته است.

سخن زیبایی از حضرت صادق علیه السلام:

هر کس دو روزش یکسان باشد، او زیان کرده است.

هر کس امروزش بهتر از دیروزش باشد، مورد غبطهٔ دیگران قرار می‌گیرد (آرزو می‌کنند که مثل او باشند).

هر کس امروزش بدتر از دیروزش باشد، محروم از رحمت خداست.

هر کس در وجود خود، افزایش و کمال را نبیند و حس نکند، رو به کاستی و نقصان است.

و... هر کس رو به نقصان و کاهش باشد، مرگ برای او بهتر از زندگی است.

«مَنْ اسْتَوَى يَوْمًا فَهُوَ مَغْبُونٌ...»^(۱)

می‌بینیم که از این دیدگاه، رشد نکردن و جلو نرفتن، در جا زدن نیست، بلکه «عقب گرد» است!

آن «محاسبه» که در آغاز اشاره شد، در همین جا به کار می‌آید، که سالک این مسیر، وضع خود را در پیشرفت یا پس رفت می‌فهمد و به دست می‌آورد که در حال رشد است یا در وضع خسران!

۵. مراقبت از «دل»

دنیای تو در تو و شگفت «دل»، سرشار از اسرار است.

ص: ۱۴۸

جهت دهنده «اعمال برونی» ما نیز، اغلب همان «حالاتِ درونی» است.

بزرگان اخلاق، همیشه مراقب اوضاع قلب خویش بوده و «دربانیِ دل» می کرده اند، تا گناه و رذیله و حالت نکوهیده ای در آن پیدا نشود.

بی شک، گناه دل را تیره می کند. تکرار گناه بر تیرگی دل می افزاید. توبه و اصلاح، بار دیگر دل را روشنی می بخشد.

نباید گذاشت گناهان پیوسته، صفحه دل را چنان سیاه کند که هیچ روزنه ای برای تابش نور هدایت و حق باقی نماند.

باز هم حدیثی از امام صادق و صادق امامان علیه السلام:

«إِذَا أَذْنَبَ الرَّجُلُ، خَرَجَ فِي قَلْبِهِ نُكْتَةٌ سَوْدَاءٌ...»^(۱)

هر گاه کسی گناه کند، در دل او نقطه سیاهی پیدا می شود. اگر توبه کرد، آن سیاهی برطرف می شود و اگر بیشتر گناه کرد، آن سیاهی دل بیشتر می شود تا آن که همه دلش را می گیرد. دیگر پس از آن هرگز رستگار نمی شود.

آیا سزاوار نیست که به عنوان گامی در خودسازی، «مراقبت از دل» را در دستور کار خویش قرار دهیم و نگذاریم سپاه مهاجم ابلیس از این مرز بگذرد و قلعه وجود ما را تسخیر کند؟

عصیان و گناه، پرتگاه دل ماست

ص: ۱۴۹

احساس اینکه چشمی مراقب ماست، گوش‌های ما را می‌شنود، کسی ما را زیر نظر دارد، تحت تعقیب و مراقبت هستیم و روزی باید در یک «دادگاه»، پاسخگوی اعمال خویش باشیم، احساس سازنده‌ای است که مانع در افتادن به وادی گناه و عصیان می‌شود.

آنچه بزرگان اخلاق به عنوان «مراقبت» در دستوره‌های اخلاقی و عرفانی می‌آموزند، برای زنده ساختن همین حس در وجود آدمی است.

«حیا»، زیر بنای این حالت روحی است.

شرم از خدا، شرم از خویش، شرم از فرشتگانی که پیوسته با ما و مراقب ما و مأمور ثبت اعمال خوب و بد ما هستند. شرم از پیامبر و امام زمان، که از حال و وضع ما بی‌خبر نیست.

امام باقر علیه السلام می‌فرماید: کارهای بندگان، شامگاه هر پنج‌شنبه بر پیامبران عرضه می‌شود، پس شرم کنید که کار زشت از شما به پیامبران گزارش شود:

«إِنَّ أَعْمَالَ الْعِبَادِ تُعْرَضُ عَلَى نَبِيِّكُمْ كُلِّ عَشِيَّةٍ خَمِيسٍ، فَلْيَسْتَحِ أَحَدُكُمْ أَنْ يُعْرَضَ عَلَى نَبِيِّهِ الْعَمَلُ الْقَبِيحُ» (۱)

نام این را می‌گذاریم «شرم حضور».

همان‌که در روایات است و امام امت هم فرمود: عالم محضر خداست، در محضر خدا گناه نکنید!

این باور و احساس، نوعی «مراقبت دائمی» را برای انسان پدید می‌آورد.

ص: ۱۵۰

کسی که احساس کند دوربینی از همهٔ حرکات او فیلم برداری می کند، آیا حاضر است حرکات زشتی از خود بروز دهد؟ کسی که بداند دستگاه گیرنده ای همهٔ حرف های آهسته و بلند و پنهان و آشکار و خوب و بد او را ضبط می کند و باید پاسخ گوی حرف های ضبط شده بر نوار باشد، آیا بهتر عمل نمی کند؟

اینها برخی از گام ها در مسیر «خودسازی» است.

و... این میدان، وسیع و این راه طولانی است!

ص: ۱۵۱

چگونه دربان دل باشیم؟

ص: ۱۵۳

چگونه دربان دل باشیم؟

دنیای شگفت و تو در توی دل، شناختنی است.

از برکت همین شناخت، می توان آن را در مسیر درست، هدایت کرد.

گرچه دل، هادی ماست، اما ما هم می توانیم هادی دل شویم. دل ما را به این سمت و سو می کشاند، ما هم می توانیم آن را در بستر کشش های مطلوب و حق قرار دهیم. آن را به عنوان یک «ظرف» بشناسیم که محتوای آن، با تصمیم و اراده و انتخاب ما تأمین و پُر می شود.

قلبِ پیشوا، قلبِ پیرو

کسی به پیشوایی می رسد که پیروی هم کرده باشد.

در روایات ما، از دل به عنوان پیشوا و هادی یاد شده است. امام صادق علیه السلام فرمود:

«إِنَّ مَنْزِلَةَ الْقَلْبِ مِنَ الْجَسَدِ، بِمَنْزِلَةِ الْإِمَامِ مِنَ النَّاسِ»^(۱)

ص: ۱۵۴

جایگاه دل از تن، همچون جایگاه و موقعیت امام از مردم است.

یعنی، اعضا و اندام انسان از مرکزیت دل فرمان می‌برند و قلب، فرمانده بدن است (البته قلب در اینجا، مرکز ادراک و تصمیم‌گیری است، نه تلمبه‌خانه خون بدن).

دل، گاهی یقین دارد، گاهی شک. گاهی جای محبت است، گاهی جای کینه و نفرت.

گاهی حالت ایمان و قبول دارد، گاهی در موضع انکار و نفی و ناباوری است. گاهی از حالت اطمینان و عزم و ثبات برخوردار است، گاهی وضعیت متزلزل، بی‌ثبات و در حال تغییر دارد.

این حالت‌ها در نحوه اقدام و عمل و تصمیم و رفتار صاحب دل اثر می‌گذارد.

پس بجاست که به امور و حالات و شرایط و اوصاف این دل برسیم و از آن غافل نباشیم.

اگر پیشوایی دل، سبب شود که اعضا و جوارح، در مسیر شیطانی به کار افتند، این می‌رساند که پایگاه ابلیس شده و خود او که فرمان می‌دهد، از شیطان فرمان می‌برد.

اینجاست که باید دل را مورد نظارت قرار داد و به شاگردی به حضور عقل و دین فرستاد و راه ورود فرشتگان را به این خانه باز کرد و نوچه‌های شیطان را از آن بیرون کرد و مواظب حالات دل بود، به تعبیر دیگر کار «دربانی دل» را به عقل و دین سپرد، تا از ورود نامحرم و بیگانه و دزد و غارتگر به آن جلوگیری کنند.

دل نیز مانند بدن بیمار می شود، اما بیماری آن، گاهی پنهان و نامحسوس است و «بیمار دل» چون خود را بیمار حس نمی کند، به فکر درمان هم نمی افتد.

دل نیز گاهی می میرد. دل‌های مردگان، از آثار حیات که شور و سوز و احساس و حرکت است، بی بهره می شوند. اینجاست که باید دمی مسیحایی آن را زنده کند. گاهی هم دل تاریک می شود، و باید چراغی در آن افروخت. ولی چگونه؟ راه درمان بیماری دل یا حیات بخشی به دل های فسرده و مرده چیست؟

و تیره دلی چگونه زدوده می شود؟

توصیه حضرت امیر (علیه السلام) به فرزندش امام مجتبی (علیه السلام) چنین است:

«أَخِي قَلْبِكَ بِالْمَوْعِظَةِ... وَ نَوَّزُهُ بِالْحِكْمَةِ»^(۱)

دلت را با «موعظه» زنده کن و آن را با «حکمت» روشنی بخش.

بعضی ها از هر پندی گریزانند و سخنان موعظه آمیز را بر نمی تابند، بادست خود راه خیر و بیدرایی و روشنائی را به روی خویش می بندند.

دل، نیازمند موعظه است، و گرنه زنگار غفلت آن را می گیرد، یا واعظ درونی، یا بیرونی. و البته واعظ درونی مؤثرتر است و به تعبیر روایات، اگر کسی از درون خود واعظ و پند دهنده ای نداشته باشد، مواعظ دیگران چندان بر او کارساز نیست.

دل را باید با «پندپذیری» نرم کرد و با «موعظه» شیار زد، تا «بذر حکمت» در آن افشانده شود و بروید.

ص: ۱۵۶

دل‌های سنگی و «قلوب قاسیه»، نه نور حکمتی را به درون نفوذ می‌دهد، نه چشمه بیداری از آن‌ها می‌جوشد.

قرآن کریم، از «قساوت دل» به عنوان یک بیماری یاد می‌کند و چنین دل‌هایی را سخت‌تر از صخره و سنگ می‌داند، با این تفاوت که گاهی از دل سنگ، چشمه می‌جوشد و صخره‌ها می‌شکافند و نهرها جاری می‌گردند، ولی چنین دل‌هایی از این سنگ‌ها هم بی‌خاصیت‌ترند. (۱)

چرا چنین؟

سینه سنگی ما

از چه از شور و شررها خالی است؟

دیده و این همه خشک؟

نفس و این همه سرد؟

تو و این سنگدلی؟

من و این بی‌دردی؟... (۲)

این بیماری را باید درمان کرد، ولی چگونه؟ چه چیزی دل را سخت می‌کند؟ و عامل نرمش و خشوع آن چیست؟

در بیان حضرت علی (علیه السلام)، رابطه‌ای میان «اشک چشم» و «قساوت دل» و «فزون‌گناه» ترسیم شده است، و چه زیبا!

می‌فرماید:

«مَا جَفَّتِ الدَّمُوعُ إِلَّا لِقَسْوَةِ الْقُلُوبِ، وَ مَا قَسَتْ الْقُلُوبُ إِلَّا لِكَثْرَةِ الذُّنُوبِ» (۳)

اشک‌ها خشک نمی‌شود، مگر به خاطر قساوت دل، و دل‌ها قساوت نمی‌یابد مگر به خاطر گناهان بسیار!

ص: ۱۵۷

۱- (۱) بقره (۲): ۷۴

۲- (۲) برگ و بار، ص ۳۶

۳- (۳) میزان الحکمه، ج ۵، ص ۲۳۹

کنترل دل همین جاها به درد می خورد. وقتی قلب، لانهٔ «نفس اماره» و آلت دست آن شد، نفس، این دلِ پیشوا را پیرو خود می سازد و مسیری را که پیش پای آن می گذارد، جز به «ناکجا آباد»، منتهی نمی شود.

عصیان و گناه، پرتگاه دل ماست

اینکه حضرت علی (علیه السلام) می فرماید: دلها را با موعظه زنده کنید، برای آن است که دل زنده و بیدار، اسیر سپاه ابلیس و جنود شیطان نمی شود.

دلهای مرده و تیره و بیمار، با شیطان همکاری می کنند و نقش «عامل نفوذی» برای او برعهده می گیرند، آنگاه پی درپی باید شاهد تلفات و ضایعات باشیم.

دلها اگر از «موعظه»، آدم می شد

انسان های چهار چشمی

گاهی آنچه بر دل ها نقش می بندد، از روزنهٔ دل وارد می شود. دل، کتابی است که با قلم نگاه نگاشته می شود. به تعبیر امیرمؤمنان علیه السلام:

«الْقَلْبُ مُصَحَّفُ الْبَصَرِ» (۱)

حال، اگر بخواهیم دربان دل شویم و از حالات آن مراقبت کنیم، مراقبتی هم از «دیده» باید داشته باشیم، چرا که چشم به هر چه بیفتد، دل هم همان را هوس می کند و می طلبد. به قول باباطاهر عریان:

ز دست دیده و دل هر دو فریادهر آنچه دیده بیند دل کند یاد

ص: ۱۵۸

بسازم خنجری نیشش ز فولاد زخم بردیده، تا دل گردد آزاد

ولی... نیازی به خنجر فولادین برای کور کردن چشم نیست، مهم آن است که نگاهت در اختیار تو باشد، تو هم در اختیار دین.

توصیه هاتف اصفهانی این است که:

چشم دل باز کن که جان بینا آنچه نادیدنی است، آن بینی

پس، دو چشم در سر داریم و دو چشم در دل. نباید آن را گشود و این را بست. چه زیباست کلام حضرت رسول (صلی الله علیه و آله) درباره انسان های چهارچشمی! می فرماید:

«ما مِنْ عَعْدٍ إِلَّا وَ فِي وَجْهِهِ عَيْنَانِ يُبْصِرُ بِهِمَا أَمْرَ الدُّنْيَا، وَ عَيْنَانِ فِي قَلْبِهِ يُبْصِرُ بِهِمَا أَمْرَ الْآخِرَةِ، فَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِعَعْدٍ خَيْرًا فَتَحَّ عَيْنَيْهِ اللَّتَيْنِ فِي قَلْبِهِ فَأَبْصَرَ بِهِمَا مَا وَعَدَهُ بِالْغَيْبِ...» (۱)

هیچ بنده ای نیست مگر آنکه دو چشم در سردارد که با آنها کار دنیا را می بیند و دو چشم در دلش دارد که با آنها کار آخرت را می بیند. پس هر گاه خداوند نسبت به بنده ای اراده خیر و نیکی کند، آن دو چشم دل را در او می گشاید، تا با آنها آنچه را که خدا براساس غیب وعده داده است ببیند.

و شگفتا از آنان که نابینا می شوند و خود را بینا می پندارند، چرا که چشم درون چیزی از حکمت ها و حقایق ندیده تا لذت آن را دریابد. به قول مولانا:

چشم باز و گوش باز و این عمیدر شگفت از چشم بندی خدا

اگر قلب، قلب سالمی باشد، «چشم دل» هم خوب می بیند.

ص: ۱۵۹

و اگر دل، نمرده باشد، «چشمه پند» از آن می جوشد.

و اگر قساوت قلب، که ثمره گناهان بسیار است، انسان را به بیماری قلبی مبتلا نساخته باشد، دل می تواند آینه ای باشد که حکمت بر آن بتابد و حقیقت از آن بترآود.

دربان دل خویش باشیم، تا به پایگاه شیطان تبدیل نشود.

ص: ۱۶۰

همدلی، هنر معاشرت

ص: ۱۶۱

با مردم چگونه برخورد کنیم؟ معاشرت درست و نادرست کدام است؟ هم نشینی مفید و زیان بار چیست؟ عوامل تحکیم رابطه ها یا گسست رابطه ها کدام است؟

حکمت هایی را برگرفته از اولیای الهی برمی شمیریم، که توجه به آنها و کاربردشان در بهینه سازی روابط ما با دیگران سودمند است.

هنر همزیستی

روحیه سازگاری با دیگران و کنار آمدن با توقع ها، سلیقه ها، خواسته ها و حرف ها، به تدریج برای انسان «جا» باز می کند. این روحیه هم وقتی فراهم می آید که انسان هم «حقوق» دیگران را بشناسد، هم تصمیم به مراعات آنها داشته باشد و تنها «خود» برایش مطرح نباشد.

چون چنین خصلتی ایجاد تنش می کند و دیگران را از پیرامون فرد، فراری می دهد.

حضرت علی علیه السلام می فرماید: «رَأْسُ الْحِكْمَةِ مُدَارَةُ النَّاسِ»؛ (۱) سر آغاز حکمت، مدارا کردن با مردم است».

باید پذیرفت که سلیقه ها و روحیه های همه یکسان نیست و همه ذوق و پسند و راه و روش ما را ندارند. ما هم چاره ای از زیستن با آنان نداریم، پس باید «مدارا» کنیم. این همان هم زیستی است که هر که ندارد، مطرود و مأیوس و تنها می شود.

سلوک شایسته

برخورداری از اخلاق کریمانه و آراستگی به صفات خوب و رفتارهای انسانی، محبوبیت آور است. کیست که نخواهد محبوب دل ها شود و مورد توجه و محبت دیگران قرار گیرد و «قلعه دل ها» را بگشاید؟ اما راه و روش آن چیست و کلید گشودن قلوب کدام است؟

مگر می توان با زور، دلی را به دست آورد، یا در خانه دلی جای گرفت؟ اگر تواضع و خاک ساری عاملی برای محبوبیت است، احسان و نیکی و بخشندگی عامل دیگری است و «حسن خلق» و سلوک والا و اخلاق متعالی، عامل سوم.

ما بی نیاز از دوست نیستیم. نداشتن دوست، نوعی غربت و تنهایی است. به فرموده حضرت امیر علیه السلام، غریب، کسی است که «دوست» نداشته باشد: «الْغَرِيبُ مَنْ لَمْ يَكُنْ لَهُ حَبِيبٌ» (۲)

خیلی ها ما را اسیر اخلاق خوب خودشان می کنند. چرا ما از این ابزار بهره نگیریم؟

ص: ۱۶۳

۱- (۱) غرر الحکم، ج ۴، ص ۵۲

۲- (۲) نهج البلاغه، حکمت ۶۵

درختی که نه میوه داشته باشد، نه شاخ و برگ و سایه، نه حتی چوب آن برای تهیه تخته و ساختن در و پنجره مفید باشد، شایسته سوختن و خاکستر شدن است و تنها لایق عنوان «هیزم» است.

انسان ها تا چه حد برای دیگران مفیدند؟

ارزش هر کس به اندازه خدمت و خوبی و نفعی است که از او به دیگران می رسد. میزان محبوبیت مردم در دل ها نیز بستگی به اندازه خیری دارد که از آنها عاید دیگران شود. سرور، کسی است که خدمتی به دیگران کند. این مضمون کلام حضرت علی علیه السلام است که فرمود: «بِالْجُودِ تَسُوذُ الرَّجَالُ»^(۱)؛ مردان با جود و سخاوت به سیادت و آقایی می رسند».

این نیز نوعی کمال در رفتار و سلوک با دیگران است که بر محور داد و دهش انجام می گیرد.

فریدون فرّخ فرشته نبود

به قول سعدی در گلستان: مردم تا نان کسی را نخورند، نامش را به نکویی نبرند.

در سخنان امام علی علیه السلام چنین آمده است: «خَيْرُ النَّاسِ مَنْ نَفَعَ النَّاسَ»^(۲) بهترین مردم کسی است که به مردم سود برساند».

پیامد چنین رفتارهایی چیست؟ جز آن که محیطی سرشار از صفا و گرمی برای انسان و جامعه پدید می آورد و الفت ها را می افزاید و زندگی ها را صفا می بخشد؟ چه لذت بخش است زیستن در کنار افرادی

ص: ۱۶۴

۱- (۱) غرر الحکم، ج ۳، ص ۲۱۲

۲- (۲) . همان، ص ۴۳۰

که نیکوکاری، خوش رفتاری، نوع دوستی، خیررسانی، مهرورزی و خیرخواهی جزو سرشت و خصلتِ همیشگی آنان است.

امام علی علیه السلام می فرماید: با مردم چنان زیست و معاشرت داشته باشید که اگر از دنیا رفتید، در فقدان شما سوگوار و گریان باشند و اگر ماندید، نسبت به شما عاطفه و مهرورزی داشته باشند: «خَالَطُوا النَّاسَ مُخَالَطَةً أَنْ تُمُتَّ مَعَهَا بَكُوا عَلَيْكُمْ وَأَنْ عَشْتُمْ حَتَّوْا عَلَيْكُمْ»^(۱).

مردم جوشی

روحیه انزواطلبی و فردگرایی و خودخواهی، فرد را از چشم‌ها و دل‌ها می‌اندازد. برعکس، انس و الفت و جوشیدن و گرم گرفتن با مردم، عواطف و محبت‌های آنان را فراهم می‌آورد. خداوند، از نعمت‌های خویش، ایجاد الفت بین دل‌های مردم را یاد می‌کند.^(۲) حضرت رسول صلی الله علیه و آله نیز می‌فرماید: «خَيْرُ الْمُؤْمِنِينَ مَنْ كَانَ مَأْلَفَةً لِلْمُؤْمِنِينَ، وَلَا خَيْرَ فِي مَنْ لَا يُؤْلَفُ وَلَا يَأْلَفُ»^(۳). بهترین مؤمنان کسی است که مایه الفت مؤمنان باشد، و کسی که نه دیگران با او انس و الفت بگیرند، نه او با دیگران الفت داشته باشد، خیری در او نیست».

کسی که با مردم نمی‌جوشد و همیشه با دامن تنهایی و گوشه‌انزوا و خودگرایی پناه می‌برد، یا دچار غرور و تکبر است، یا از آثار و برکات «الفت» بی‌خبر است، یا مشکلی در تربیت خانوادگی داشته که او را «جمعی» بار نیاورده‌اند و میدان برای «مردم جوشی» برایش فراهم نساخته‌اند.

ص: ۱۶۵

۱- (۱) نهج البلاغه، حکمت ۱۰

۲- (۲). انفال (۸) آیه ۶۳ و آل عمران (۳) آیه ۱۰۳

۳- (۳). میزان الحکمه، ج ۱ ص ۱۲۹ ح ۶۵۵

صاحبان روحیه سرد و خود گرا و مردم گریز، اغلب در کارهای عمومی شرکت نمی کنند و برنامه های مشترک نمی تواند آنان را جذب کند.

ابراز عاطفه به مردم و مشارکت و همراهی و هم دردی با آنان در امور و یاری رسانی در هنگامه نیاز، پشتوانه ای برای روزهای «مبادا» فراهم می آورد. اگر گفته اند: «برای کسی بمیر که برایت تب کند»، اشاره به همین تعامل روحی و رفتاری میان افراد جامعه است.

عیب پوشی

حفظ «آبرو» ی دیگران، مهم ترین نشانه دوستی و احترام و ارزش گذاری برای آنان است. آبرو، سرمایه ای است که به این راحتی به دست نمی آید و گوهر نفیسی است که اگر شکست، به این آسانی قابل جبران نیست.

به همین اندازه که «عیب جویی» نکوهیده و نارواست، «عیب پوشی» نسبت به یک برادر مسلمان و آبروداری نسبت به یک مؤمن، ضروری و فضیلت است.

وقتی از لغزش و عیبی از دیگری باخبر می شوید، جوان مردی ایجاب می کند که پرده پوشی کنید و اگر نیاز به تذکر است، به خودش بگویید تا اصلاح کند.

دوست آن باشد که معایب دوست

در کلام امیرمؤمنان است که: ثمره اخوت و برادری آن است که پشت سرش آبرویش را حفظ کنی و عیب هایش را به عنوان هدیه به خودش

پرده دری و آشکار ساختن عیب های دیگران، بذر دشمنی و اختلاف می پراکند و کینه و جدایی ثمر می دهد و اعتماد عمومی را در جامعه، خدشه دار می سازد.

گاهی هم عیب جویی، نتیجه عیب ناکی خود افرادی است که می خواهند با نشر و گسترش بدی های دیگران برای خود شریک جرم و همراه و هم شکل پیدا کنند، تا زشتی عیب هایشان کمتر آشکار شود و بهانه ای برای معیوب بودن خود داشته باشند. این حقیقت و نکته مهم در سخن حضرت علی علیه السلام به این صورت آمده است: «ذَوُّ الْعُيُوبِ يُجْبُونَ اشَاعَةَ مَعَايِبِ النَّاسِ لِتَتَسَّخَّرَ لَهُمُ الْعُذْرُ فِي مَعَايِبِهِمْ» (۲) صاحبان عیب و کاستی دوست دارند که عیوب مردم را پخش کنند، تا برای خودشان عذر و بهانه ای در عیب ها داشته باشند».

به هر حال، هرچه بیشتر در جامعه باشیم، بیشتر نیازمند مراعات «اخلاق معاشرت» و آراستگی به هم زیستی و تحمل و مدارا ایم.

سلوک شایسته با دیگران، رمز محبوبیت و سروری و خوش نامی است. با «حسن خلق»، می توان فاتح قلعه دل ها شد.

مهرورزی و خیررسانی و سودمندی، گوهر وجودمان را نفیس تر و نزد خدا و خلق خدا محبوب تر می سازد.

ص: ۱۶۷

۱- (۱) غرر الحکم، ج ۳ ص ۳۳۰

۲- (۲) . همان، ج ۴ ص ۱۷۶

بسمه تعالی

هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می‌دانند و کسانی که نمی‌دانند یکسانند؟

سوره زمر / ۹

مقدمه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال ۱۳۸۵ هـ. ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفاً علمی و به دور از تعصبات و جریانات اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب «مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:

۱. بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)
۲. تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی
۳. جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه، تبلت ها، رایانه ها و ...
۴. سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو
۵. گسترش فرهنگ عمومی مطالعه
۶. زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:

۱. عمل بر مبنای مجوز های قانونی
۲. ارتباط با مراکز هم سو
۳. پرهیز از موازی کاری

۴. صرفا ارائه محتوای علمی

۵. ذکر منابع نشر

بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :

۱. چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه

۲. برگزاری مسابقات کتابخوانی

۳. تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...

۴. تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...

۵. ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: www.ghaemiyeh.com

۶. تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...

۷. راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی

۸. طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...

۹. برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)

۱۰. برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)

۱۱. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در ۸ فرمت جهانی:

JAVA.۱

ANDROID.۲

EPUB.۳

CHM.۴

PDF.۵

HTML.۶

CHM.۷

GHB.۸

و ۴ عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :

ANDROID.۱

IOS.۲

WINDOWS PHONE.۳

WINDOWS.۴

به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .

در پایان :

از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه

بزرگوارانی که ما را در دستیابی به این هدف یاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادند تقدیر و تشکر می
نماییم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان - خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آواده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی - پلاک ۱۲۹/۳۴ - طبقه
اول

وب سایت: www.ghbook.ir

ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۴۴۹۰۱۲۵

دفتر تهران: ۰۲۱ - ۸۸۳۱۸۷۲۲

بازرگانی و فروش: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور کاربران: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹



مرکز تحقیقات رایانگی

اصفهان

گامی

WWW



برای داشتن کتابخانه های تخصصی
دیگر به سایت این مرکز به نشانی

www.Ghaemiyeh.com

www.Ghaemiyeh.net

www.Ghaemiyeh.org

www.Ghaemiyeh.ir

مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.

۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹

