



یاد خدا، آرامش‌دهنده عقل است/ علاج وساوس و خطورات نفسانی و شیطانی

آیت الله قرهی گفت: علمای اخلاق و عرفای عظیم‌الشان، علاج وساوس و خطورات شیطانی و نفسانی را در چند مورد تبیین فرمودند. یکی از آن‌ها،

آیت الله قرهی گفت: علمای اخلاق و عرفای عظیم‌الشان، علاج وساوس و خطورات شیطانی و نفسانی را در چند مورد تبیین فرمودند. یکی از آن‌ها، این است که انسان در حضور قلبش، راه را برای نفوذ شیطان ببندد

به گزارش خبرگزاری مهر، سیصد و پنجاه و هفتمین جلسه درس اخلاق آیت‌الله قرهی با موضوع خطورات و مراقبه (علاج وساوس و خطورات نفسانی و شیطانی) دهم شهریور ماه در محل مهدیه القائم المنتظر(عج) برگزار شد. متن زیر مشروح سخنرانی این استاد اخلاق است.

علاج وساوس: بستن راه نفوذ و انجام ضد آن

بیان کردیم: علمای اخلاق و عرفای عظیم‌الشان، علاج وساوس و خطورات شیطانی و نفسانی را در چند مورد تبیین فرمودند. یکی از آن‌ها، این است که انسان در حضور قلبش، راه را برای نفوذ شیطان ببندد. راجع به این موضوع که نفوذ شیطان چیست و راه بستن نفوذ آن، چگونه است، برخی از نکات را بیان کردیم.

یکی این است که مراقب باشد، گاهی حسادت پیش می‌آید، اجازه ندهد که حسادت بر او غلبه پیدا کند. چون فجوری که پروردگار عالم فرمود: **فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا** [1]، حال انسان را عوض می‌کند. یا اگر شهوت می‌خواهد بر او غلبه پیدا کند، اجازه‌ی این غلبه را ندهد و راه را ببندد.

اولیاء خدا فرمودند: یکی از راه‌های بستن نفوذ این فجور، این است که ضد آن‌ها را انجام بدهد. یعنی اگر مطلبی، عامل حسادت می‌شود، برعکس آن را کار کند. به آن کسی که نستجیر بالله حسادت می‌ورزد، بیشتر محبت کند و به سمتش برود، نفس خودش را بکوبد و ... این منکوب کردن نفس، خیلی مهم است.

لذا مراقبه‌ی بستن راه نفوذ، این است. یعنی نگذارد حسادت در او رخنه کند. تا به ذهنش خطور کرد، برعکس عمل کند و اجازه ندهد حسد بورزد. تا به ذهنش خطور کرد، او را تمجید و تعریف کند که گیر نیافتد.

علاج خشم

علاج وساوس، در همان لحظه‌ی خطور است. ضمن استغفار، همان لحظه، در ذهنش یک برنامه‌ریزی کند که خلاف آن را انجام دهد. نگذارد به حسادت کشیده شود. یعنی تفکر حسادت را در همان جا خاموش کند.

تا می‌آید خشم بورزد، بلافاصله استغفار کند. یک راهی هم دارد که اجازه‌ی ورود خشم را ندهد و آن، این که اولیاء خدا فرمودند: بلافاصله یاد خشم خدا بیافتد و بگوید: اگر من خشم کنم، چه خواهد شد. یاد این بیافتد که با خشم، احتمال این است که آبروی خودش را ببرد - کما این که در روایات شریفه داریم، اما بحثم، این نیست و فعلاً می‌خواهم علاج وساوس را بیان کنم - چون با خشم، دشمن‌تراشی می‌کند. وقتی نسبت به کسی خشم پیدا می‌کند، او را دشمن خود می‌کند.

البته این‌هایی که بیان می‌کنم غیر از عدو الله است، برای انسان‌هایی است که با هم ارتباط دارند. این که انسان به دشمن خدا خشم کند که خشم مقدس است و طبیعی است که باید باشد. اما اگر نسبت به برادر دینی، همسر، همسایه، همکار، رفیق و ... خشم کند، بداند که گرفتار می‌شود و این، عامل دشمنی خواهد شد.

لذا قبل از ورود به خشم، این مطلب را در ذهن خود بگذرانند که با این کار خود، دشمن‌تراشی می‌کند. چون اگر من بر او خشم کردم، طبیعی است که ای بسا او هم آرام ننشیند و طور دیگری جبران کند و خشمش را این‌گونه قرار بدهد که بخواهد آبرو و حیثیت من را ببرد. وقتی انسان به بی‌تقوایی گرفتار شود، دیگر نعوذ بالله همه کاری می‌کند.

علاج حرص

اولیاء خدا فرمودند: یک راه علاج وسوسه این است که تا آمد، راه نفوذش را ببند و نگذار به عمل کشیده شود.

اگر خشم است، راه خشم را همان لحظه ببند و اجازه نده.

اگر حرص است، یاد این بیفت که هر چه انسان، حریص شود، دیگر نهایت، انتها و تمامی ندارد. این طور نیست که اگر انسان الآن نسبت به این موضوع، حرص پیدا کرد، دیگر تمام شود، بلکه تازه باب حرص باز می شود. وقتی باب حرص بر روی انسان باز شد، یکی از خصایصش این است که در روایات شریفه بیان می فرمایند: آرامش همین دنیا را از او می گیرد، حالا بحث اخروی هیچ. چون انسان حریص می شود، مدام می خواهد و جلو می رود. لذا انسان قبل از ورود به حرص، باید این مطالب را در ذهن خود مرور کند که حرص، این خصوصیت را دارد و راه را ببندد.

مورد دیگر درباره ی علاج حرص، این است که باید بداند حرص، عامل می شود که حتی از آنچه هم که دارد، استفاده نکند. یعنی از آن چیزهایی که در دست اوست، لذت نمی برد؛ چون حریص می شود، دنبال بعدی است و از این که الآن دارد، لذت نمی برد، این، یک قاعده است. از آنچه در دستش موجود است، استفاده نمی کند. حریص است، مدام می خواهد.

پس همین که دارد حرص به ذهنم خطور می کند، راهش را ببندم که مبتلای به حرص نشوم و این را در ذهنم بگذرانم که اگر من مبتلای به حرص شدم؛ دیگر از آنچه پروردگار عالم به من مرحمت فرموده هم لذتی نخواهم برد. چون دائم دنبال بیشتر هستم، لذا از آنچه در دستم هست، بهره و لذتی نمی برم.

یکی از خصایص حرص همین می شود که انسان، لذت از داشته ها نمی برد. حتی می بینی ثروتش، غوغاست، اما چون حریص است، مدام می خواهد دو تا را چهار تا، چهار تا را شش تا کند، این کارخانه را دو تا کند، این شرکت را توسعه دهد و ...؛ دائم حرص می زند و معلوم است از آنچه که دارد، بهره و لذت نمی برد.

انسان باید این مطالب را در همان جا، در ذهنش خطور دهد و همان جا، اجازه ندهد که مبتلای به فعل حرص شود. اگر مبتلا شد، دیگر خیلی سخت است که بتواند از آن، جدا شود. فکر می کنید حریصان عالم به راحتی می توانند از حرص جدا شوند؟ خیر، دیگر تمام است. پیامبر عظیم الشان (صلی الله علیه و آله و سلم) فرمودند: «یشیب ابن آدم و تشب فیه خصلتان: الحرص، و طول الأمل»، بنی آدم، پیر می شود، اما دو چیز در او، جوان می شود: حرص و آرزوهای طول و دراز. مدام حریص می ورزد و بیشتر می خواهد. لذا اصلاً از زندگی خود بهره نمی برد. یک موقعی به خودش می آید می بیند دارد می رود ولی اموالش را خیلی زیاد کرده است، بدون این که از آن ها بهره ای ببرد و حالا هم به دست فرزندانش می سپارد که آن ها بخورند و ببرند. این، نهایت حرص است که انسان را این چنین گرفتار می کند و باید به سرعت جلوی آن را گرفت.

علاج کبر / علاج واقعه قبل از وقوع باید کرد

این مطالب را از باب تمثیل بیان می کنیم تا بدانیم این که می فرمایند: در همان لحظه ی ورود جلوی این صفات ناپسند و وسوسه را بگیرد، یعنی چه. چون اگر همان جا در ب های نفوذ را نبندیم، مبتلا به عمل آن می شویم. مگر چقدر انسان قوی است؟! دو بار که این وسوسه بیاید، سومین بار دیگر جواب مثبت می دهیم و مبتلا می شویم.

یکی دیگر از این فجور، کبر است که تصوّر کند کسی شده است. اما تا می خواهد این فکر در ذهن او خطور کند، باید یاد این بیفتد که من هیچم، هیچ بودم و هیچ هستم.

اولیاء خدا می فرمایند: اگر می خواهی کبر در وجودت رخنه نکند، تویی که آرزوهای طول و دراز داری و مدام می گویی: من چنین و چنان می شوم، آقا می شوم و به کبر گرفتار می شوی، یاد آن زمانی باش که ضعف در وجودت هست، مانند طفولیت چهار تا دست و پا می شوی و عذر می خواهم باید پوشک شوی و پس متکبر هستی که چه شود؟!

یا من بدنیا اشتغل قد غره طول الأمل

الموت یأتی بغتة و القبر صندوق العمل

اولیاء خدا فرمودند: یک قسم از بحث «لا حياء فی الدین» این هاست، مدام انسان ها باید تذکار بدهند و به همدیگر بگویند: وقتی طعام می خوردی، بهترین ها را می خوری، اما وقتی در بیت الخلاء برای تخلیه می روی، خبیث دفع می کنی، کما این که در

روایت داریم پشت سر انسان می‌زنند تا ببینند طعام طیب را خورد و الآن خبیث دفع کرد. دعا هم دارد که بگویید: «اللهم أطعمني طيباً في عافية و أخرجه مني خبيثاً في عافية». خدایا! تو این طیب را در عافیت به من دادی و من خوردم، اما خبیث خروج پیدا کرد، دیگر این چه تکبری است؟! به جای این که یادمان بیفتد که یک روز احتمال دارد من را هم بخواهند بشویند، تا دیروز اصلاً کسی نمی‌توانست من را ببیند، اما امروز دیگر حتی آن‌جایی را هم که آبروی انسان هست، می‌بینند و باید من را بشویند. اگر نشویند، بو می‌گیرد.

پس این دیگر چه تکبر و اظهار بزرگی و خودبرتربینی است؟! از همان ابتدا، این مطلب را مجسم کند و اجازه ورود کبر را ندهد و جلوی نفوذ آن را بگیرد. اگر مدام این‌ها را یاد بیاورد، وسوسه‌ی کبر خود را علاج خواهد کرد. دو مرحله برای علاج وسوسه را بیان کردیم، اما مرحله‌ی سوم یعنی ذکر را که بیان کردیم، همین است. من حیقم آمد در این دو مرحله توقفی نکنیم، لذا سعی کردیم مطالب بیشتری در این دو زمینه بیان کنیم و بعد وارد بحث ذکر شویم.

لذا در همان لحظه ورود وسوسه‌ی کبر، این درب را ببندد، یاد این مطالب بیفتد و ببیند متکبرین، سلاطین و دیکتاتورهای عالم به کجا کشیده شدند! شاه با آن به ظاهر عظمتش چه شد؟! صدام ملعون چه شد؟! قذافی چه شد؟! هیتلر چه شد؟! مغول چه شد؟! فرعون که قرآن می‌فرماید: کارش به این‌جا کشیده شده بود که می‌گفت: «أنا ربکم الأعلى»، چه شد؟! «فَاعْتَبِرُوا يَا أُولِی الْأَبْصَارِ» [2].

علاج واقعه قبل از وقوع باید کرد. وقتی این تفکر و وسوسه آمد که بعد از این که دو نفر به تو بگویند کسی شدی، نعوذ بالله تو هم احساس کنی کسی شدی، باید سریع راه را ببندی. در بحثی بیان کردم که یکی از اولیاء خدا می‌فرمودند: وقتی کسی به تو می‌گوید تو کسی شدی و ...، خودت به خودت بگو: غلط کردی، تو کسی نیستی.

به داستان آن عارف بالله، ملا هادی سبزواری هم که اشاره کردم. آن فقیه، منطقی، فیلسوف، اصولی و مرد اخلاقی بزرگوار، منطق و فلسفه را به شعر تبدیل کرد و هنوز که هنوز است بعضی‌ها برخی از مطالب آن را متوجه نشدند. ما إن شاء الله در درس خارج فلسفه‌مان برخی از نکات آن را بیان می‌کنیم که هنوز عده‌ای متوجه نشدند. ولی آمده که وقتی از آن عارف بالله تعریف می‌کردند، سرشان را پایین می‌بردند و دستشان را زیر قبایشان می‌بردند. آن شاگرد بزرگوارشان دید و پرسید: آقا! چرا هر وقت از شما تعریف می‌کنند، این‌چنین می‌کنید؟! آقا بعد از اصرار شاگرداشان فرمودند: من کلاه مقتی پدرم را در جیبم گذاشتم، درمی‌آورم و می‌گویم: هادی! تو پسر همان مقتی‌گر هستی. البته نه این که بخواهد بگوید این کار، کار بدی است، اشتباه نشود. می‌خواهد بگوید: این تعریف و تمجیدها را به خودت نگیر.

همان‌طور که می‌دانید منظومه‌ی ایشان در زمان حیات خودشان تدریس می‌شد. چون اکثر بزرگان بعد از حیاتشان، کتاب‌هایشان نمو پیدا می‌کند، اما منظومه‌ی ایشان در همان زمان حیات خودشان در سطح حوزه‌های علمیّه و ... مطرح شد و جلوه پیدا کرد.

لذا ایشان در موقع تعریف کردن، به خودشان می‌گفتند: تو مقتی زاده هستی. یعنی در همان لحظه، راه نفوذ خطورات را می‌بندد. چون دیگر وقتی متکبر شدی، بعید است برگردی. متکبرین عالم را ببینید، تازه ناراحت هم می‌شوند که چرا دیگران خلاف بحث آنان حرف می‌زنند و می‌گویند: بالای چشمتان، ابروست! متکبر شوی، همین می‌شود، خودت را برتر از دیگران و در درجه‌ی اعلی می‌بینی. در حالی که کبريایی مختصّ به ذوالجلال و الاکرام است.

متکبرین اصلاً اجازه نمی‌دهند که کسی بخواهد به آن‌ها نصیحت کند. خدا نیاورد انسان متکبر شود، این‌ها نصیحت به خودشان را مانند یک تیر می‌دانند که از سمت دشمن به آنان نشانه رفته است. در صورتی که همه‌ی ما به هم نیاز داریم که به یکدیگر تذکار بدهیم.

علاج تجمل پرستی

در مورد تجمل پرستی هم فرمودند: برای این که گرفتار این مطلب نشوید، اتفاقاً باید گاهی در سطح پایین زندگی کنی. اگر ماشین خوب داری، برای این که گرفتار نشوی، چون نفس، انسان را به بیچارگی می‌کشاند، گاهی باید بروی و اتوبوس و مترو سوار شوی. گاهی یک ماشین که به ظاهر برای سطح تو، پایین است، سوار شو. بعد بین حالت با آن زمانی که سوار فلان ماشین می‌شوی، چطور است. اگر دیدی نمی‌توانی و با خود می‌گویی: این در شأن من نیست و ...، بدان که گرفتار تجمل پرستی شدی. این شأن‌تراشی‌هایی است که ما برای خودمان راه می‌اندازیم و مثلاً می‌گوییم: من مدیر کل فلان جا هستم، من فلان تاجر و وزیر و وکیل هستم، با یک پراید این طرف و آن طرف بروم؟!

یکی از راه‌هایش هم این است که بروید و دیگری را که هیچ ندارند و ای بسا برای نان شبشان هم مانند، ببینید. آن وقت باید همه چیز من، یکسان و فقط از فلان مارک باشد.

لذا این‌ها را مراقبه کنید و اجازه ندهید به این‌جا برسد. چون روح یک چیز است، نفس دون چیز دیگری است که پیامبر عظیم‌الشأن فرمودند: «أَعْدَى عَدُوِّكَ تَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنْبَيْكَ» [3]. دشمن‌ترین دشمنان تو، همان نفس، هوی و هوس است که خواستار این موارد است و مدام می‌طلبد. پس از خواهش‌های نفسانی چون تکبر، تجمل و ... جدا شوید.

باز شدن یک درب برای نفوذ شیطان و ورود تمام صفات ناپسند!

تا این‌جا من چند مورد از این رذائل را بیان کردم، تو خود حدیث مفصل بخوان از این مجمل. حضرات معصومین، اولیاء خدا، اعظم و عرفای عظیم‌الشأن فرمودند: این‌ها، درب‌هایی است که شیطان، هر کدامش را درون شما، گشوده شده بیابد، بلافاصله نفوذ پیدا می‌کند و حالا اگر ورود پیدا کرد، زرنج است و دیگر می‌داند چه کند.

معلوم است درب‌ها زیاد است، اما می‌گویند: اگر یکی باز شود، همان برای شیطان کفایت پیدا می‌کند که از آن درب، نفوذ خود را آغاز کند. بعد می‌بینی که دیگر بقیه رذائل هم در وجودت می‌آید. اگر متکبر شدی، بدان که تجمل‌گرا هم می‌شوی، حریص هم می‌شوی، زود خشم می‌کنی و نمی‌توانی بر خشم غلبه کنی، حاضر نیستی کسی به تو نصیحت کند و ... برای بقیه موارد هم همین است، اگر حریص شدی، بدان که آرام آرام بقیه صفات ناپسند هم در وجودت رخنه می‌کند.

پس اگر شیطان شما را به یکی از این‌ها، وسوسه کرد و شما هم راهش را نبستید و توانست ورود پیدا کند، دیگر بدانید که در موارد دیگر هم به راحتی نفوذ می‌کند. آن وقت دیگر تمام است.

لذا این نفوذی که در مباحث سیاسی از امام‌المسلمین می‌شنویم، در مباحث اخلاقی هم وجود دارد و شیطان نفوذ می‌کند. اگر از یک درب نفوذ پیدا کند و با یک روزنه به فکر و قلب من وارد شود، دیگر مابقی‌اش تمام است. لذا می‌فرمایند از همان ابتدا درب را ببندید.

علاج وسوس با آباد ساختن قلب و روح به اضداد آن‌ها

مطلب دیگر برای علاج وسوس همان آباد ساختن قلب و روح به اضداد آن‌ها است که بیان کردم: یعنی مخالف و ضد آن وسوس را انجام دهید. کارهایی را انجام دهد که او را از تکبر بیاندازد، تواضع داشته باشد و ...

خدا آیت‌الله حاج شیخ عبدالعلی قرهی را رحمت کند، از ایشان پرسیدند: آقا! چرا هر چه به شما اصرار می‌کنند که در بالای مجلس و کنار بزرگان بنشینید، باز فرار می‌کنید و در وسط مجلس می‌نشینید؟ ایشان فرمودند: یک دلیل دارد، وقتی آیت‌الله العظمی بروجردی، متوجه شدند که من برای قهی هستم، من را خیلی تحویل می‌گرفتند و به نزد خودشان برای نشستن دعوت می‌کردند. چون حاج آخوند که اصولی قوی و هم‌مباحث ایشان در مدرسه‌ی صدر اصفهان بودند نیز، برای قهی بودند. یک روز که به محضر آقا رفتم، آقا متوجه نشدند و من همان جلوی در نشستم، جوان بودم، یک لحظه احساس کردم که چرا آقا به من تعارف نزدند که بالا بروم، از آن به بعد دیگر با خودم عهد بستم و با خودم گفتم: عجب! داری چه می‌کنی.

لذا دیگر تمام شد و جایی نبود که بروم و تکیه بدهم. گفتم: باید حتماً وسط بنشینم که دیگر چنین تصویری نداشته باشم. آقا برای کس دیگری (مرحوم حاج آخوند که هم‌مباحثش بود) من را تحویل می‌گرفت، نه برای خودم. آن وقت من باید این‌طور حسی داشته باشم. دیگر عهد بستم.

ایشان تا آخر عمر شریفشان این‌گونه بودند. در اواخر هم که دیگر افتاده شدند و ... بحثش جدا بود. مجلسی نبود که ایشان بروند و در صدر مجلس تکیه بدهند و ... همیشه وسط می‌نشستند. چرا؟ چون گرفتار نشود. پس انسان باید ضد این وسوس را انجام بدهد.

انسان باید در درون خودش اخلاق فاضله را تقویت کند و برعکس رذائل و وسوس؛ یعنی فضائل و صفات شریفه را در درون خودش زنده کند، مانند ورع، تقوا و ... اگر این‌طور شود، حال و وضعیت تغییر می‌کند. به هر حال شاید انسان در قبل خطاهایی کرده، اما باز هم می‌تواند خودش را عوض کند.

اتفاقاً یکی از مطالبی که بعدها به طور مفصل بیان خواهم کرد، این است: یکی از وسوس شیطان، این است که می‌گوید:

نمی‌شود، تو که دیگر مبتلایی، تو که دیگر متکبری، تو که دیگر حریصی و ...، لذا این‌گونه اجازه‌ی تغییر را نمی‌دهد. البته تغییر کردن و عوض کردن آنچه که انسان به آن، گرفتار شده، سخت و صعب هست، اما شدنی است. انسان باید کاری کند که آن‌ها را تغییر دهد. علاجش هم این است که ضدّ آن‌ها را انجام بدهد.

لذا همان‌طور که بیان کردیم راه درمان این خطورات نفسانی و شیطانی این است که تا در ذهنش می‌آید، بلافاصله راه نفوذ را ببندد و اجازه ندهد این فکر رشد و نمو پیدا کند و به عمل برسد. بعد هم این که خلاف و ضدّ آن را انجام بدهد و دنبال صفات شریفه و اعمال و فضایل برود.

خیلی عجیب است، یکی از آقایان تعریف می‌کرد: من یک بار در مجلس آقای فلسفی بودم، آقا آن روز بیشتر منبر را به تعریف و تمجید یک فرد پرداختند و باعث تعجب من شدند.

بعد از مجلس آقا به من گفتند: وقتی من از فلانی روی منبر تعریف کردم، تو یک طوری نگاه می‌کردی. بعد هم خودشان فرمودند: برای این نبود که من در مجلس او بودم، من ده‌ها منبر و دهه در مسجد او رفتم، اما یک بار وقتی اظهار محبت مردم را به او دیدم، مطلبی به ذهنم آمد، گفتم: او، مرجع تقلید و ... نیست که مردم این‌قدر او را تحویل می‌گیرند، گویی مردم، عالم دیده نیستند و لذا به خودم گفتم: محمدتقی! تو بیخود کردی، این چه تصویری است که به ذهن تو آمد. لذا گفتم: من باید یک منبر بروم و از او تعریف و تمجید کنم.

حالا این مطلب فقط در ذهن ایشان گذشته بود که مگر این فرد، مرجع تقلید و ... است که مردم این‌چنین، این فرد را تکریم می‌کنند، این فرد شایستگی چنین تکریمی را ندارد. اما به همین دلیل یک منبر رفتند و از او تجلیل کردند. همین می‌شود که مردان خدا این‌طور می‌مانند. اگر انسان این‌طور شود که خلاف وساوس را انجام دهد، غوغا می‌شود.

خطورات نفسانی و شیطانی، بی‌عقلی و یاد خدا، آرامش‌دهنده عقل است

سوم مطلبی که برای علاج وساوس بیان کردیم، کثرت ذکر و یاد است. بیان کردیم: یکی از آن‌ها، ذکر با زبان است. اما مهم ذکر با دل است. یاد پروردگار عالم، شیطان را زمین‌گیر می‌کند.

اولاً یاد خدا، عقل را آرامش می‌دهد؛ چون همه‌ی این خطورات نفسانی و شیطانی، ضدّ عقل است و این، یک کد است. به تعبیر دیگر خطورات نفسانی و شیطانی، بی‌عقلی است. لذا وقتی انسان به یاد خدا بیافند، مجدداً به عقل سلیم خودش برمی‌گردد.

امیرالمؤمنین می‌فرمایند: «الذِّكْرُ يُؤْنِسُ اللَّيْلَ وَ يُبَيِّرُ الْقَلْبَ وَ يَسْتَنْزِلُ الرَّحْمَةُ» [4]، یاد خدا، عقل را آرامش می‌دهد. دل را روشن می‌کند و از این تاریکی و جهل بیرون می‌برد. رحمت را برای او فرو می‌ریزد.

پس یاد پروردگار عالم باعث می‌شود انسان این خطورات نفسانی و شیطانی دور شود. چون این‌ها وساوسی هستند که انسان را گیر می‌اندازند و خدای ناکرده عامل برای عمل می‌شوند و سبب می‌شوند کارهایی از انسان سر بزند که نباید انجام بدهد و در شأن انسانیت نیست، «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ» [5]. من انسانم، حیوان که نیستم، من متعلق به خدا هستم، من که ابزار دست شیطان نباید باشم که هر چه شیطان و نفس دون گفت، انجام بدهم. پس باید به یاد خدا باشم تا از این وساوس دور شوم.

لذا اولیاء خدا فرمودند: همین یاد خدا، جلوی شیطان را می‌گیرد و عقل دو مرتبه برمی‌گردد.

وجود مقدّس حضرت جواد الائمه - که شهادتشان نزدیک است و برای تبرک و تیمّن از ایشان یاد می‌کنیم - می‌فرمایند: «الْقَصْدُ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى بِالْقُلُوبِ أَوْلَى مِنْ إِنْتِغَابِ الْجَوَارِحِ بِالْأَعْمَالِ» [6]، رو آوردن به پروردگار عالم به واسطه‌ی این دل (یعنی در دل، یاد خدا باشد)، بهتر از این است که زیاد اعمال انجام بدهید و این اعضاء و جوارحتان را به تعب و سختی بباندازدید، ولی قلبتان جای دیگری باشد. مثلاً نماز می‌خواند، اما قلب یک جای دیگر است. روزه می‌گیرد، اما قلب یک جای دیگر است.

خدای متعالی به جوانی عنایتی کرده بود، ایشان در اواسط ماه مبارک رمضان با بنده تماس گرفت و زار زار گریه می‌کرد و اصلاً نمی‌توانست صحبت کند. گفتم: خبری شده؟ کسی از دنیا رفته؟ گفت: نه، من خودم از دنیا رفتم. من فهمیدم که خبری نیست و دارد مطالب دیگری می‌گوید. گفت: آقا! من روزه می‌گیرم و در طی روز خودم را کنترل می‌کنم، اما به مطلبی گرفتار شدم و آن، این که تا بعدازظهر می‌شود، با خودم می‌گویم: حالا دیگر غروب می‌شود و افطار می‌کنم و دیگر راحت می‌توانم نعوذبالله به

کانال‌های مستهجن بروم. یک‌باره به خودم آمدم و می‌بینم پانزده روز از ماه مبارک رمضان گذشته و عجب غلطی دارم می‌کنم! روز را دارم به ظاهر با روزه طی می‌کنم، اما این، چه روزه‌ای است؟! بعدازظهر که می‌شود، منتظر ساعات بگذرد و بعد از افطار بروم! من خاک بر سر شدم، حالا باید چه کار کنم؟!

علاج وسوسه با یاد دائمی خدا در قلب

لذا این لطف خدا بود که او را بیدار کرده بود. امام جواد هم می‌فرمایند: گاهی اعضاء و جوارحت را به تعب می‌اندازی، اما قلبیت، جای دیگر است. لذا سومین مطلبی که اولیاء خدا روی آن، خیلی تأکید می‌کنند، این است: اگر می‌خواهی وسوس و خطورات نفسانی و شیطانی علاج شوند، باید یاد پروردگار عالم دائم در قلب باشد.

انواع ذکر و یاد خدا

یکی از راه‌های یاد خدا، همین ذکر زبانی است که همین هم اثر دارد. اما ذکر، چهار مرتبه دارد:

1. یکی همین ذکر زبانی است.

2. ذکر زبانی و قلبی توأمان با هم است. خدا کند قلب و زبان یکی دربیاید که اولیاء خدا می‌فرمایند: آن کس که قلب و زبانش، یکی باشد، دیگر از حال نفاق بیرون می‌رود. وقتی مشغول به استغفرالله ربی و اتوب الیه شد، بالجد قلبش هم دارد این ذکر را می‌گوید. وقتی لا اله الا الله می‌گوید، در اصل این قلب است که دارد می‌گوید و به زبان جاری می‌شود. پس قلب و زبان، یکی شده است. اگر بشود، غوغا و محشر می‌شود.

3. ذکر قلبی چنان در دل انسان، جاگیر شود که بر همه‌ی وجود انسان، مستولی شود و بر ذکر زبانی هم مستولی شود. یعنی وقتی انسان دارد ذکر می‌گوید، به جای این که توجه کند در زبان چه دارد می‌گوید، در قلب توجه می‌کند چقدر قلبش با این ذکر، وجودش را تصرف کرده است. چقدر وجودش، الهی قبول نکرده، إلا الله؟! لا اله الا الله! چقدر وجودش تسبیح ذوالجلال و الاکرام را دارد به حقیقت بیان می‌کند؟! نه فقط زبان که بگوید: سبحان الله! چقدر وجودش، این اعضاء و جوارحش، در مقام حمودیت قرار گرفته، قبل از این که به زبان، الحمدلله بگوید؟! چقدر حمد خدا مستولی در وجودش است؟! لذا این ذکر دیگر فراتر از خود زبان می‌شود و اصلاً زبانی نمی‌بیند. دیگر ذکر قلبی و زبانی نیست، قلب چنان توجهی به آن ذکر دارد، کأنّ تمام اعضاء و جوارح دارند آن ذکر را می‌گویند.

البته این ذکر مباحثی در عرفان و ... هم دارد که گذرا رد شدم و الآن به آن مباحث ورود پیدا نمی‌کنم.

4. ذکر قلبی که در آن مذکور، یعنی پروردگار عالم، در دل باشد و لا غیر. هر کسی را که داری ذکر او را می‌گویی، فقط او همه‌ی وجودت را تصرف کرده باشد. غیر از او تصرف نکرده باشد. واقعاً وجودت را، الله جلّ جلاله، بگیرد. ذات اقدس احدیت، وجودت را بگیرد و جز او نبینی.

اولیاء خدا می‌گویند: طوری باشد که هنگام ذکر، خود ذکر در نزدش محو شده باشد و دیگر نباشد. برخی از مطالب شنیدنی و خواندنی نیست، رسیدنی است. این مطلب هم از آن رسیدنی‌هاست. ذکر را می‌گوید، اما ذکر، محو است و اصلاً ذکر نیست. عجب! پس چه دارد می‌گوید؟! تا انسان به این مقام نرسد، ادراک نسبت به این مطلب را پیدا نمی‌کند. برخی از مطالب، ادراکی است، گفتنی نیست، این‌طور نیست که بگوییم: اولیاء خدا می‌رسند و ما وصف العیش کنیم، بلکه رسیدنی است.

لذا ذکر، محو می‌شود و قلب انسان به خود ذکر و آن التفاتات ذکر به مشغول نیست، بلکه با تمامی وجود مستغرق در مذکور، یعنی متعلق ذکر شود. ذکر و ذاکر و مذکور.

این حالت، طوری است که دیگر در متعلق ذکر، محو شود و به خود ذکر، التفات پیدا نکند. حتی به حالاتی که ذکر بر روی انسان هم می‌گذرد (چون عالم، عالم اثر و مؤثر است و ذکر بر روی انسان اثر می‌گذارد) توجه نمی‌کند، فقط به مذکور و متعلق به ذکر توجه می‌کند.

غرق شدن در یاد آقا جان

این که یاد آقا جان چه اثری در وجود من می‌گذارد، دیگر توجه نمی‌کند. گرچه اثر دارد. اما دیگر به خود آقا جان توجه می‌شود.

دیگر لفظ حجّت بن الحسن، مهدی(صلوات الله و سلامه علیه و عجّل الله تعالی فرجه الشریف) و ... نیست. حتی این هم که این ذکر چه اثراتی بر وجود می‌گذارد، مطرح نیست. اوایل این‌ها را می‌گوییم تا اثر بگذارد و در صراط او برویم و سربازش شویم، اما بعدها دیگر دنبال اثر نیست و متعلق به ذکر بر وجود می‌آید. آن وقت دیگر معلوم است کسی که این‌طور شود، چه زمانی خطورات نفسانی و شیطانی بر او حاکم می‌گردد؟! تمام شد.

حاصل اوییم و خود اوییم آن

خویش را خوانیم فرعون زمان

خود نه آن فرعون کو بی عون و فر

شد در آب و کرد در آتش مقر

بلکه آن فرعون با فر و شکوه

همچو موسی دید آتش را زکوه

سوی آتش رفت و آب لطف یافت

ای خوش آن کو سوی این آتش شتافت

هر کجا جانیست جای عشق باد

جمله جانم فدای عشق باد

دیگر آتش نبود و نور دید. برسد به آن‌جا که هیچ نبیند و فقط «او» شود. چیزی مافوق اثر است. دیگر به آن کار نداریم که اگر آقا جان بیاید، این‌چنین و آن‌چنان شوم. البته معمولاً هم این اثرات هست، اما من دیگر با آن اثرات کار ندارم. معلوم است که کسی که یاد آقا جان باشد و ذکر ایشان را داشته باشد، دیگر گناه نمی‌کند. اما کسی که با گناه باشد، بارها بیان کردم که چشم گناه‌بین، امام‌زمان‌بین نمی‌شود. اما دیگر از این‌ها فراتر می‌رود و خود او می‌شود. کاری با اثر ندارد. قلبش در تسخیر مهدی موعود است و وجودش لحظه به لحظه متعلق به ذکر است. آن مذکور، نه خود ذکر. این، حال است.

لذا عندالاولیاء می‌فرمایند: آخر این، بالذات مطلوب است و برای انسان باید باشد. «إِنَّ ذَاتًا ذَاتًا لِمَطْلُوبٍ بِالشَّيْءِ ذَاتٍ»، آن چیزی که خودش مطلوب است، نه موصوفش، نه وصفش، بل هو ذاته ذاته. امثال من بیچاره چه می‌فهمیم؟!

اگر کسی غرق در وجود مقدّس آقا شد، دیگر اسم نمی‌بیند. اسماء، همه ابزار بود و از ابزار، عبور کرد. یابن الحسن، یا مهدی و ... ابزار بود و او از آن‌ها عبور کرد. ابوالعرفا می‌فرمودند: اسمائی که در دعای جوشن کبیر است، همه اسمائی است که می‌خواهد به تو بگوید: از این‌ها عبور کن، اگر از این‌ها عبور کردی، برنده‌ای. بالای هزار اسم است که باید از این اسماء به خود خدا برسی و توقف در اسم نداشته باشی و إلا العلم حجاب الاکبر می‌شود. عبور کن.

راه مبارزه‌ی با خطورات نفسانی و شیطانی و علاج وسوسش، مراحلی است که داریم بیان می‌کنیم. خدایا! همه‌ی این‌ها را گفتیم، اما هیچ نمی‌توانیم، خودمان را به خودت می‌سپاریم، «أَفُوْضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ» [7]. چه می‌دانیم چه خبر است؟!

تو طبیب دل بیمار منی ...

«السلام عليك يا مولاي يا بقيّة الله»

وقتی در خود ذکر و یاد آقا جان غرق شوی، دیگر اصلاً تبیین به صورت ظاهر و خال هاشمی و ... نیست. دیگر خود آقااست و وجودش ما را تسخیر خواهد کرد. اگر این‌طور شود، غوغاست. اسم، بهانه است. اسم، ابزار است، چیز دیگری نیاز است که برسد.

آقا جان! قلبم سنگین است، ذنوب، گرفتارم کرده، من را چه به این حرف‌ها؟! آقا دستم را بگیر. آقا پاکم کن. آقا نگاهم کن. عنایت کن. آقا طوری نشود که دیگر به اسمی عادت کنم و بگویم، اما ندانم که چه دارم می‌گویم. اگر این‌طور شود که شیطان خیلی خوشش می‌آید. شیطان می‌گوید: یابن الحسنت را بگو، این اثری ندارد. مانند نمازی که وهابیت می‌خوانند، اثری ندارد و شیطان هم خوشش می‌آید. من هم نعوذ بالله بگویم، اما اثر نداشته باشد. آقا! کاری کن دیگر برای خودت شوم، از دنیا بریده شوم، دنیا و مافیها جلوی چشمم هیچ بیاید.

تا بوده، دنبال این بودم که مشکلاتم را بگویم، این‌جا این‌طوری شد، پسر من این شد، دختر من این شد، آن‌جا این مشکل را پیدا کردم و ... چه زمانی شد که اگر به تو هم توسل جست، بگویم: آقا جان! خودت را می‌خواهم. آقا جان! دیگر دنیا نمی‌خواهم. نه یان که بگویم بچه بد است. اما نباید مدام بگویم: بچه‌ام و همسر و ... از دنیا حرف زنم، اگر هم می‌خواهم این‌ها را برای تو بخواهم. آن‌ها هم برای تو شوند. من هم برای تو شوم. قربانت بروم.

آقا! گیجم، ماتم، مبهوتم، وضعم خراب است. دلم می‌خواهد بیابان بروم و داد بزنم. آقا خودم از خودم خسته‌ام. ناله و فغان بزنم. کاری کن از خودم بزم. من تا از خودم نبرم، از دنیا هم نمی‌برم. آقا جان! می‌خواهم به جایی بروم، تو عنایتی کنی و من از خودم بزم. از خودم بیرون بیایم.

آقا! گناه، انانیت، سیادت و آقایی، مانند یک پيله به دورم پیچیده، گرفتار شدم. تکبر من را بیچاره کرده است. آقا من خودم بیچاره شدم. خودم، خودم را بدبخت کردم، دنیا هم که دیگر بر روی آن اضافه شد. من را نجات بده. دیگر عمرم دارد تمام می‌شود و وضعم هم خراب است. نفسم دیگر بالا نمی‌آید. با این وضع کجا بروم؟!

اگر خودت دلت می‌خواهد که این‌طور بروم و ترک دنیا کنم و تو را نشناسم و وجودت من را نگیرد، بروم. تا به حال فقط به یک اسم دلم خوش بوده و وجودم را تصرف نکردی. آقا! ممنونم که اجازه دادی با این زبان پر از گناه، اسمت را بگویم. بازم کرم هست. قربان کرم بروم! تو که کریمی، بیشتر کرامت کن. از کریم که کم نمی‌شود، دستم را بگیر، حالم را عوض کن.

به جان مادرت نرجس خاتون حالم را عوض کن. چاره‌ای ندارم، پای مادرت را وسط می‌آورم و به ایشان قسمت می‌دهم. آقا جان! به حق آن مادری که بسیار تو را دوست داشت، به حق نرجس خاتونی که خیلی دوستش داری. آقا جان! عنایت و محبتی بیشتر به من کن. وضعم خیلی خراب شده، تا قبل تا اسمت می‌آمد دلم می‌لرزید، اشکم جاری می‌شد. با خودم چه کردم؟! شاید بفرمایی: چرا به من می‌گویی؟! خودت با خودت کردی. می‌گویم: بله، خودم با خودم کردم. اما می‌دانم خودم طبیب نیستم، طبیب تویی، قربانت بروم، من خودم را مریض کردم، اما تو طبیبی. تو طبیب دل بیمار منی. سید و سرور و سالار منی. یابن الحسن.

ای نگار نازنین فاطمه، یادگار آخرین فاطمه، آقا جان! به مادرت زهرا کمکم کن

«يا وَصِيَّ الْحَسَنِ وَالْخَلْفَ الْحُجَّةَ اِيَّهَا الْقَائِمُ الْمُنتَظَرُ الْمَهْدِيُّ يَا بَنَ رَسُولِ اللَّهِ يَا حُجَّةَ اللَّهِ عَلَى خَلْقِهِ يَا سَيِّدَتَا وَ مَوْلَاتَا إِنَّا تَوَجَّهْنَا وَ اسْتَشْفَعْنَا وَ تَوَسَّلْنَا بِكَ إِلَى اللَّهِ وَ قَدَمْنَاكَ بَيْنَ يَدَيِ حَاجَاتِنَا يَا وَجِيهًا عِنْدَ اللَّهِ إِشْفَعْ لَنَا عِنْدَ اللَّهِ»

[1]. الشمس : 8

[2]. الحشر : 2

[3]. مجموعة ورام، ج: 1، ص: 59.

[4]. عيون الحكم و المواعظ، ص: 55.

[5]. التين : 4.

[6]. نزهة الناظر و تنبيه الخاطر، ص: 134.

[7]. غافر : 44.