

اخلاق و عرفان اسلامی

بررسی مفهوم «اخلاص»، علت وجوب نیت در عبادت، اقسام نیت در عبادات، عبادت برتر، جایگاه اولیای خدا در عبادت، عبادت، شاکران، و گام اول برای نیت در عبادت، عناوین مطالبی بودند که طی جلسه قبل درس حضرت استاد به محضر اهل عرفان تقدیم گردید.



بررسی مفهوم «اخلاص»؛ علت وجوب نیت در عبادت، اقسام نیت در عبادات، عبادت برتر، جایگاه اولیای خدا در عبادت، عبادت، شاکران، و گام اول برای نیت در عبادت، عناوین مطالبی بودند که طی جلسه قبل درس حضرت استاد به محضر اهل عرفان تقدیم گردید. در این جلسه، ایشان در خصوص حضور قلب در نماز و راه کارهای به دست آوردن آن مطالبی ارائه فرموده اند.

نماز؛ مهم ترین فرمان خداوند

بحث ما در جلسات گذشته درباره نماز بود. گفته شد که از یک سو، ما در دستورات دینی، چیزی مهم تر از نماز نمی شناسیم. در قرآن کریم و در روایات شریفه ویژگی هایی برای نماز ذکر شده اند که اهمیت نماز را در عالی ترین مرتبه بیان می کنند. در نقل آمده است که «#171؛ الصلاة معراج المؤمن»؛ نماز به منزله معراج برای مؤمن است. از سوی دیگر، می بینیم ما از نمازهایی که می خوانیم چندان بهره ای نمی ببریم؛ نه آثار معنوی اش را در خودمان احساس می کنیم، نه لذتی از نماز خواندن عایدمان می شود، بلکه غالباً نماز را با سنگینی و زحمت بجا می آوریم؛ گویا بار سنگینی بر دوش می کشیم و با اینکه نمازهای ما چند دقیقه ای بیشتر طول نمی کشند و معمولاً می توانیم نمازهایمان را بین چهار، پنج دقیقه بخوانیم، ولی همین چند دقیقه برای ما سنگین و سخت است. همانند آدمی که ساعت ها در یک جایی محبوس شده، وقتی سلام گفتیم و از نماز خارج شدیم، به سرعت این طرف و آن طرف را نگاه می کنیم و بلند می شویم دنبال کارمان می رویم؛ چونان مرغی که از قفس پرواز می کند. اتفاقاً به این نکته در قرآن هم اشاره شده است؛ می فرماید: (وَأَنهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ) (بقره: 45)؛ نماز یک امر بزرگ و سنگینی است، مگر بر کسانی که اهل خشوع هستند.

نماز - هر قدر هم کم رنگ و کم خاصیت باشد - در مقابل بی نمازی بسیار ارزنده است، حتی نماز باطل. همین که آدم یک لحظه به عنوان انجام وظیفه در پیشگاه الهی بایستد، خیلی قیمت دارد. ولی نسبت به آن آثاری که باید داشته باشد، نمازهایی که ما می خوانیم یک چیزی بین صفر تا بی نهایت فاصله دارد. متأسفانه ما از نماز مطلوب و برکاتی که باید از آن ببریم محرومیم. سرّش هم همین است که ما نماز را همین حرکات و سکّات و گفتنی هایی می دانیم که بجا می آوریم. خواندن نماز برای بسیاری از ما، که به معنایش توجه نداریم یا معنایش را هم بلد نیستیم، افسون خواندن ساحرهاست که چیزهایی می خوانند؛ نه اثری از آن می بینند و نه معنای آن را می فهمند. ما هیچ نمی دانیم این سخنان خطاب به کیست و چه معنایی دارند. در نماز، الفاظی می خوانیم که حاصلشان فقط لقلقه زبان است و خم و راست شدن بدن. از این هم نمی توان انتظار داشت که آدم را به معراج ببرد. اما اگر این نماز روح داشته باشد، اگر نماز واقعی باشد - نه ادای نمازخوان ها را در آوردن - می تواند ما را به معراج ببرد. ولی متأسفانه ما ادای نمازخوان ها را درمی آوریم. گاهی کسانی که حرکت های نمایشی انجام می دهند کارشان چندان فرقی با کار ما ندارد. اگر این نماز هر قدر کوتاه هم باشد، اما روح داشته باشد می تواند معجزه کند؛ می تواند آدم را از پست ترین مراحل به اوج شرف برساند. مهم این است که با وجود احترامی که باید برای نماز قایل باشیم، درصدد برآییم در این نماز روح بدمیم و به نمازخوان های واقعی شباهت پیدا کنیم.

راه کارهای تأثیر بخشی نماز

اگر خدا توفیق داد و چنین علاقه ای در ما پیدا شد که بخواهیم نمازمان را تغییر دهیم - یعنی واقعاً نمازخوان شویم، نه ادای نمازخوان ها را در بیاوریم - چه باید بکنیم که نماز ما یک نماز مؤثری باشد؛ همان آثاری که در قرآن کریم و روایات بیان شده است برایش مترتب شوند؟ (إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ) (عنکبوت: 45)؛ نماز طوری است که آدم را از کار زشت باز می دارد. ولی ما بسیاری از نمازخوان ها را می بینیم، از مسجد که در می آیند دنبال گناه می روند، نماز تأثیری در روحشان نمی بخشد؛ از مسجد که بیرون می آیند نمی توانند چشمشان را کنترل کنند، نگاهشان به هر جا افتاد نگاه می کنند، گوششان هر صدایی را شنید گوش می دهند؛ پس این نماز چگونه آن ها را از گناه بازداشت؟! برخی هنوز از نماز فارغ نشده مرتکب گناه می شوند، چشمشان به نامحرم می افتد، گوششان با صدای گناه آشنا می شود. گاهی در مسجد هم که نشسته اند غیبت می کنند، دیگران را استهزا می کنند. چطور این نماز آن ها را از گناه باز نداشت، با اینکه قرآن می فرماید: (إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ)؛ به فرمایش پیامبر اکرم (صلی الله علیه وآله)، انسان که در شبانه روز پنج مرتبه نماز می خواند، مثل این است که پنج مرتبه به حمام برود. اگر انسان در روز پنج مرتبه به حمام برود، دیگر چرکی در بدنش باقی می ماند؟ ولی ما می بینیم که پنج مرتبه نماز می خوانیم، باز هم چرک آلوده و متعفن هستیم. این به خاطر آن است که نماز ما نماز نیست، ادای نمازخوان ها را درمی آوریم. اگر بخواهیم نمازمان واقعی شود چه کنیم؟

اول. حضور قلب

اولین مرحله این است که در نماز حضور قلب داشته باشیم. برایمان زیاد اتفاق می افتد که وقتی - مثلاً - سوره حمد را تمام کردیم،

وارد سوره توحید که می شویم اصلاً یادمان نیست چه خوانده ایم. بالاتر اینکه وقتی سلام می دهیم یادمان نمی آید که داشتیم نماز می خواندیم؛ یعنی در نماز هیچ توجه آگاهانه ای به عمل خودمان نداشته ایم - البته نه اینکه هیچ توجهی نبوده، آدم عاقل کار اختیاری را بدون هیچ مرتبه ای از توجه انجام نمی دهد، ولی - اگر از ما بپرسند چه می کنی، به خود می آییم که بله، دارم نماز می خوانم؛ اما ممکن است بعضی از چیزهایی که خوانده ایم به یادمان نیاید. اولین مرتبه برای حضور قلب این است که توجه کنیم چه می کنیم. از ابتدا که می ایستیم، توجه کنیم برای چه در محل نماز ایستاده ایم. اولین لفظی که ادا می کنیم، تکبیر که می گوئیم، یا قبل از آن، در اذان و اقامه، توجه کنیم که چه می گوئیم؛ دست کم مثل کسی که چیزی را حفظ کرده است، وقتی می خواهد برای دیگری تکرار کند، توجه داشته باشیم که چه می خوانیم؛ درست می خوانیم یا غلط. لازمه این کار آن است که پیش از همه به قرائت نماز توجه داشته باشیم، آن را درست بخوانیم، حروفش را درست ادا کنیم. البته ممکن است کسی قرائت نمازش را درست بخواند، ولی باز هم توجه نداشته باشد؛ چون وقتی قرائت ملکه شد، کلمات را درست ادا می کند؛ مثل شخص عربی که عربی حرف می زند. ولی اگر به هر کلمه ای که ادا می کند عنایت داشته باشد و ببیند درست ادا می کند یا نه، مثل اینکه کسی فکر کند کسی حرف او را گوش می کند ببیند درست می خواند یا نه، توجهش بیشتر می شود. این اولین مرتبه است که توجه کنیم که چه می کنیم، هر چه را می خوانیم و هر حرکتی را که انجام می دهیم، این طور فرض کنیم که کسی آن را از ما تحویل می گیرد؛ مواظب باشیم آن را درست انجام دهیم. ولی با وجود این، اگر این مرتبه از توجه را هم از اول تا آخر نماز درست حفظ کنیم، نسبت به آنچه باید باشد، چیزی به حساب نمی آید.

دوم. توجه به معنا

مرحله دوم این است که سعی کنیم به معنای آنچه می خوانیم و انجام می دهیم توجه کنیم. مرحله قبل توجه به لفظ و توجه به خود حرکت بود. مرتبه بالاتر این است که هر جمله ای را می خواهیم ادا کنیم به معنایش توجه داشته باشیم و برای اینکه بتوانیم ذهن خودمان را قدری کنترل کنیم، لازم است به معنای جمله ای که می خواهیم بخوانیم توجه کنیم؛ برای اینکه سعی کنیم هر جمله ای را می خوانیم به معنایش توجه داشته باشیم، ابتدا معنای جمله بعدی را تصور کنیم، بعد آن را ادا کنیم؛ مثلاً، اگر می خواهیم بگوئیم «الله اکبر«، اول معنایش را در ذهن تصور کنیم، بعد بگوئیم: «الله اکبر«. یا اگر می خواهیم بگوئیم «بسم الله الرحمن الرحیم«، اول معنای آن را تصور کنیم، بعد آن را بگوئیم. اگر این کار را تمرین کنیم تا حدی قدرت پیدا می کنیم که در نماز توجه داشته باشیم.

در اینجا، اولین مرحله توجه به الفاظ و حرکات نماز است و دومین مرحله توجه به معنا و مفهوم اذکار. اگر بتوانیم این دو مرحله را پشت سر بگذاریم کار مهمی انجام داده ایم. خیلی وقت ها جملاتی از نماز را که می خوانیم اصلاً توجهی به معنایشان نداریم. اگر آدم این قدرت را پیدا کند که ذهن خود را کنترل کند و هیچ جمله ای را بدون توجه به معنا نخواند، خودش خیلی مهم است؛ قدم بلندی برداشته است. ولی آیا توجه به اینکه لفظ چه معنایی دارد توجه در نماز است؟ هنوز نماز نیست. ممکن است شما کتابی بخوانید، هر جمله ای از آن را که می خوانید توجه به معنایش دارید، بخصوص اگر کتاب عربی می خوانید باید به معنایش توجه داشته باشید؛ اینکه لفظی را که می خوانید باید بدانید معنایش چیست تا آن را متوجه شوید. اما اینکه موقع خواندن لفظ، به معنای آن توجه کنیم عبادت نیست؛ همان گونه که چیزهای زیادی می خوانیم و به معنای آن ها توجه پیدا می کنیم.

سوم. تناسب حال با مفاد معنا

مرحله سوم این است که سعی کنیم حال ما با مفاد معنای لفظ متناسب باشد؛ یعنی وقتی می گوئیم: (اَيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِينُ) (حمد: 5) (خدایا، تنها تو را می پرستیم و تنها از تو یاری می خواهیم) درست است که در اینجا باید قصد حکایت کنیم و قرآن بخوانیم، اما حال ما باید جوری باشد که با این الفاظ تناسب داشته باشد؛ واقعاً از هیچ کس دیگر یاری نخواهیم، کس دیگری را مورد اعتماد قرار ندهیم، امیدمان به غیر خدا نباشد. حتی وقتی می گوئیم «الله اکبر«، حال ما طوری باشد که واقعاً خدا را بزرگ ترین بدانیم. (اگر - ان شاء الله - خدا توفیق داد، بعدها عرض خواهیم کرد لازمه اینکه خدا را بزرگ ترین بدانیم چیست.) واقعاً وقتی می گوئیم: «الله اکبر«، خدا را بزرگ ترین می دانیم؟ در معنا، بله، او را بزرگ ترین می دانیم، اما آیا واقعاً در دلمان هم همین طور است؟ قلب ما هم گواهی می دهد که خدا را بزرگ ترین می دانیم؟ یا نه، اگر حساب کنیم، خدا را از یک بچه هم کمتر می دانیم؟! پناه بر خدا!!

این مرحله که آدم حالش با لفظی که می گوید متناسب باشد، مراتب بسیار متفاوتی دارد. به یک مرتبه اش کم و بیش هر کسی می تواند برسد، البته اگر تمرین کند، اگر دقت کند و خودش را آماده کند، این حال را برای خودش ایجاد کند. ولی یک مرتبه اش هم مخصوص اولیای خداست؛ مخصوص افرادی مثل امیرالمؤمنین (علیه السلام) که وقتی به نماز می ایستادند دیگر توجهی به هیچ چیز نداشتند.

تیری در پای امیرالمؤمنین (علیه السلام) مانده بود که بیرون آوردنش برای آن حضرت بسیار سخت و دردناک بود. آن وقت ها هم مثل حالا وسایل جراحی و بی هوشی نبود. فکر کردند چه کنند؟ گفتند: بهترین وقتی که می شود این تیر را از پای ایشان بیرون کشید در حال نماز است؛ چون ایشان در آن حال به هیچ چیز دیگری توجه ندارد. و همین کار را کردند. شاید تصور این ها برای ما مشکل باشد. اما خوب است در مادون شخصیت امام معصوم هم شبیهش را ببینیم تا باورمان بشود:

من از ناقلان موثق متعدد شنیدم که مرحوم آیه الله العظمی آقای سیداحمد خوانساری کسالتی داشتند؛ معده شان را باید عمل جراحی می کردند و بخشی از آن را می بریدند و در می آوردند. ایشان اکراه داشتند از اینکه بی هوش شوند. دکترها هم می خواستند ایشان

را بی هوش کنند تا عمل جراحی را انجام دهند. کسانی هستند که حتی از بی هوش شدن هم می ترسند، اما ایشان فرموده بود: احتیاجی به بی هوشی نیست، شما کارتان را انجام دهید. گفتند: آقا جراحی است! شکم را پاره می کنند، می دوزند! فرموده بود: شما کاری نداشته باشید، کارتان را انجام دهید. ایشان توجهش را به ساحت قدس الهی معطوف می کند و آن ها شکمش را پاره می کنند و می برند و می دوزند و ایشان هیچ واکنش ناراحت کننده ای نشان نمی دهد. دکترها باور نمی کردند که چنین چیزی امکان داشته باشد. اول که چاقو را گذاشتند فکر کردند که ایشان دست و پا می زند، حرکت می کند نمی گذارد که کار انجام بگیرد، ولی دیدند ایشان هیچ واکنشی نشان نمی دهد. عالمی که در مکتب اهل بیت (علیهم السلام) تربیت شده این جور می شود. طبیعی است کسی که در حال عمل جراحی که شکمش را پاره می کنند توجهش را معطوف به جایی دیگر می کند که درد را احساس نکند، در نماز هم می تواند توجهش را به خدا معطوف کند. این کار شدنی است، منتها همت می خواهد؛ باید از خدا بخواهیم که چنین همتی به ما بدهد.

ضرورت ورود ایمان به قلب

به هر حال، اگر بخواهیم از این کیمیایی که خدا در اختیار ما قرار داده است و قدرش را نمی دانیم، استفاده کنیم، باید سعی کنیم نماز بخوانیم، نه اینکه ادای نمازخوان ها را در بیاوریم. اگر این مراحل را درست یکی پس از دیگری تمرین کنیم - اول توجه به خود لفظ که هر کلمه را می خوانیم با توجه بخوانیم و بعد توجه به مفهوم - به تدریج، آمادگی پیدا می کنیم که به تعبیر حضرت امام خمینی (قدس سره) در کتاب هایشان و سایر علمای اخلاق، آن را داخل در قلب کنیم. مفهوم «؛ داخل در قلب کنیم» درست برای ما روشن نیست؛ یعنی چه چیزی را داخل قلب کنیم. جای معنا در ذهن است. لفظ دارای معنایی است که کافر هم می تواند آن را تصور کند؛ مثلاً، معنای «؛ لا اله الا الله» را کافر هم می تواند در ذهن خود تصور کند، اما این معنا در قلبش وارد نشده است. او وقتی مؤمن حقیقی می گردد که «؛ لا اله الا الله» که می گوید به قلبش هم وارد شود.

به نظر می رسد ایشان این اصطلاح را از قرآن کریم اخذ کرده اند؛ در آیه 14 سوره حجرات می فرماید: (قَالَتِ الْأَعْرَابُ آمَنَّا قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ). گروهی از عرب ها آمدند، گفتند: ما ایمان آورده ایم. خداوند به پیامبر می فرماید: به این ها بگو: شما هنوز ایمان نیاورده اید، بلکه بگویید اسلام آورده ایم. سپس اضافه می کند: هنوز ایمان در دل هایتان داخل نشده است. با اینکه تسلیم شده اند و شهادتین را هم می گویند و اظهار می دارند ما مسلمانیم و به وظایفمان عمل می کنیم، اما می فرماید: هنوز ایمان در دل هایتان داخل نشده است. اگر چیزی در دل وارد شده باشد، آثارش خود به خود در عمل ظاهر می شود. باید تمرین کنیم که حقایق نماز هم به تدریج در دل ما وارد شوند، آن هم نه به صورت حال، بلکه در دل ثابت بمانند. این کار شدنی است، باید هم بشود. متأسفانه ما آن قدر از حقایق اسلام و از برکاتی که بر دستورات دین مترتب می شوند دور هستیم که این ها برایمان افسانه می نمایند.

اثر ورود ایمان به قلب

در آیه دیگری خداوند به گونه ای عجیب در وصف مؤمنان می فرماید: (وَيَخْرُجُونَ لِلدُّقَانِ يَجْنُونَ وَيَزِيدُهُمْ خُشُوعًا). (اسراء: 109) وقتی قرآن برایشان خوانده می شود به رو بر زمین می افتند. کسی به آن ها یاد نداده است که این کار را بکنند، اما تأثیر طبیعی که قرآن بر آن ها دارد این است که به رو بر زمین می افتند، صورتشان را روی زمین می گذارند و در این حال، می گریند و هر چه قرآن بیشتر برایشان خوانده می شود، بر خشوعشان افزوده می گردد. حقیقتاً من در طول مدت 67 سال که از عمرم می گذرد، هنوز یک نفر را هم ندیده ام که این جور موقع شنیدن قرآن از چشمانش اشک جاری شود؛ به این حالتی که قرآن می فرماید روی زمین بیفتد و صورتش را به خاک بمالد و بی اختیار شروع به گریه کند؛ یا به آن صورت که در آیه ای دیگر می فرماید: (إِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُ الرِّحْمَنِ حَرُّوا سُجَّدًا وَبُكِيًا) (مریم: 58) به حال سجده بر روی زمین بیفتند و اشک بریزند. بنده چنین چیزی ندیده ام. قرآن برای چه کسی نازل شده است؟ این قرآن، که اوصاف مؤمنان را این چنین ذکر می کند و از آن ها ستایش می نماید، از کسانی که چنین حالی دارند، دست کم نباید در دارالایمانمان یک نفر ببینیم؟ این نمونه ای است بر آنکه جامعه ما چقدر از دستورات و معارف قرآن دور افتاده است. در گذشته، افرادی این چنین کم نبودند، اما در این دوران که زرق و برق های دنیا چشم ها را خیره کرده، این حالات کمتر دیده می شوند. گاهی کار به جایی می رسد که اگر کسی در حال قرائت نماز گریه کند یا در حال شنیدن قرآن اشک بریزد، می گویند این بدعت است؛ اشک ریختن دیگر چیست؟ قرآن در مقام اینکه به مردم بفهماند چه واکنشی باید در مقابل قرآن نشان داد، می فرماید: (لَوْ أَنزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَى جَبَلٍ لَّرَأَيْنَاهُ خَاشِعًا مُّتَصَدِّعًا مِّنْ خَشْيَةِ اللَّهِ... (حشر: 21) یعنی: مردم! شما از سنگ بدترید، بی احساس ترید! ما اگر این قرآن را بر کوهی نازل کرده بودیم، از هم می شکافت؛ بر شما نازل کرده ایم، هیچ اثری در شما پیدا نمی شود! (أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَن تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ وَلَا يَكُونُوا كَالَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِن قَبْلُ فَطَالَ عَلَيْهِمُ الْأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَكَثِيرٌ مِّنْهُمْ فَاسِقُونَ) (حدید: 16) هنوز وقت این نرسیده است که مؤمنان حالت خشوع پیدا کنند؟ و مثل کسانی نباشند که در اثر مرور زمان سنگ دل شدند و دیگر نمی از چشمشان ظاهر نمی شود؟ آیا هنوز وقت آن نشده است که مؤمنان از حالت سنگ دلی خارج شوند؟ فضیل بن عیاض نیمه شب به دزدی رفته بود. صاحب خانه داشت این آیه قرآن را تلاوت می کرد. فضیل شنید و گفت: بله، وقت آن شده است. از همین جا شروع کرد. از دیوار مردم بالا رفته بود که دزدی کند، صاحب خانه داشت این آیه را می خواند: (أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَن تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ)؛ آیا وقتش نشده است که مؤمنان دل هایشان در مقابل یاد خدا نرم شود و خشوع پیدا کنند؟ دزد بود، ولی جواب داد: چرا، وقتش شده. از همان جا توبه کرد و از اولیاءالله شد.

سوره حمد، که هر روز چندین بار در نماز می خوانیم، قرآن است، کلام خداست. اگر قرآنی را که می خوانیم و می شنویم به دل ما وارد

شود، باید چنین اثرهایی ظاهر گردند. ولی ما حمد را تا آخر می خوانیم به گونه ای که گویی اصلاً نفهمیده ایم چه می خوانیم! برای اینکه در حال نماز، حضور قلب بیشتری پیدا کنیم، دستوراتی هم داده شده است. روایاتی هم وارد شده، بزرگان هم تجربه هایی داشته اند و آن ها را بیان کرده اند. ان شاء الله در جلسات آینده، بعضی از آنچه را از روایات و دستورات بزرگان استفاده می شود، عرض خواهیم کرد. وفقنا الله و ایاکم ان شاء الله.

منبع: / ماهنامه / معرفت / شماره 90، ویژه نامه علوم سیاسی
نویسنده: محمد تقی مصباح