درنگى در خود

قسمت چهارم‏

محمد رضا ايزدپور

عامل ششم «راز و نياز»

ششمين عاملى كه براى ساختن نفس و آراستن آن، بسيار مورد نياز است و هيچ انسانى بدون بهره جويى از آن نمى‏تواند به سير و سلوك موفق شود، داشتن ارتباط هميشگى با پروردگار متعال و به ياد داشتن وى در آينه دل و زبان است.

بى‏گمان آدمى از ابتداى پانهادن به عرصه وجود تا انتهاى عمر زودگذر خود، احتياج به برقرارى رابطه با قادر بى مانندى است كه او را از نيستى به وجود آورده و راهى بس طولانى، نامتناهى و پر از وحشت و اضطراب پس از مرگ را فراروى او نهاده و تنها ضامن روشنايى مسير طولانى آينده و نورانيت در عوالم تنهايى و وحشت را، اكتساب نور و نيرو از ذات اقدس خويش دانسته است. قرآن كريم به روشنى در اين باره مى‏فرمايد:

«او كظلمات فى بحر لُجى يغشاها موج من فوقه موج من فوقه سحاب ظلمات بعضها فوق بعض اذا أخرج يده لم يكد يراها و من لم يجعل الله له نورا فما له من نور»(1)

«همانند تاريكى هايى است كه در درياى ژرف، داراى امواج خروشان و ابرهاى تيره وتار در آسمان باشد، ظلمت‏هايى است يكى بر فراز ديگرى به گونه‏اى كه اگر دست خود را بيرون بياورد، نمى‏تواند آن را مشاهده كند، و كسى كه خداوند براى او نور قرار نداده باشد، هيچ نورى را فرا روى خويش نخواهد يافت.»

بى‏گمان دريافت نور از خداوندى كه نور مطلق است در اين آيه شريفه و آيات مشابه، به عنوان تنها راه سعادت و نجات از درياى مواج و بسيار تاريك زندگى دنيا و سپس برزخ و قيامت معرفى شده است. انسان به عنوان موجودى داراى شعور و تعقل، پيوسته در تمام صحنه‏هاى زندگى، موظف به حفظ رابطه با خالق حيات بخش خود بوده و مى‏بايست او را به فراموشى نسپارد؛ زيرا از ديدگاه قرآن نقطه رشد و تعالى او تنها در حفظ همين رابطه است. به قول يكى از بزرگان، اصلاً آدمى به دنيا آمده است تا خدا خدا كند، اگر در دنيا به اين كار موفق نشود، در سراى ابدى، خدا خدا مى‏كند. به اين آيه توجه كنيد:

«يا ايها الذين آمنوا اذكروا الله ذكراً كثيراً و سبحوه بكرةً و اصيلاً»(2)

«اى كسانى كه ايمان آورده‏ايد! خداوند را پيوسته به ياد داشته باشيد و هر صبح و شام او را تسبيح نماييد.»

به يادآوردن پروردگار و راز و نياز با او در قالب‏هاى گوناگونى امكان‏پذير است و هر كسى به فراخور حال، توان و سليقه خود در هر مكان و زمانى قادر به نجوا كردن با خالق محبوبش است.

«و لله المشرق و المغرب فاينما تولوا فثم وجه الله»(3)

«شرق و غرب عالم، ملك خداوند است. به هر سو رو كنيد، خدا آنجاست.»

به همين دليل است كه در قرآن و حديث، پيوسته به دعا كردن و برقرارى رابطه با خدا، ترغيب و تشويق شده‏ايم.

دعا اكسير أعظمى است كه بندگى انسانى را به تجلى رسانده و همواره به او مى‏فهماند كه سراپا فقر و نياز در برابر بى نياز مطلقى است كه سراسر وجود او لطف و فيض است. برترين لذت‏ها براى هر عاشقى نجوا كردن با معشوق خود است و دعا در حقيقت، صحبت كردن و عشق ورزيدن عبد با مولاست. بى‏گمان حال واقعى دعا براى هر انسان، زمانى پديد مى‏آيد كه تنها با زبان سر، محبوب خود را مورد خطاب قرار ندهد بلكه با زبان دل نيز مى‏بايستى به ياد او باشد. اگر در زندگى ما بهره جويى از اين اكسير با ارزش وجود نداشته باشد، نمى‏توانيم از يك سو بر مشكلات رنگارنگ زندگى تسلط يابيم، چنان كه قرآن شريف مى‏فرمايد:

«قل ما يعبو بكم لولا دعاءكم»(4)

«اى پيامبر! به مردم بگو اگر دعاى شما نباشد خداوند به شما هيچ اعتنايى ندارد.»

از سوى ديگر داراى عاقبتى بسيار دردناك خواهيم بود:

«ان الذين يستكبرون عن عبادتى سيدخلون جهنم داخرين»(5)

«كسانى كه از عبادت من اعراض مى‏كنند، حتماً با سر افكندگى و خوارى داخل دوزخ خواهند شد.»

چرا ما پيوسته دعا مى‏كنيم ولى به مرحله اجابت نمى‏رسد؟ آيا اين وضعيت نبايد براى ما يأس و نااميدى به بار آورد؟

همه ما در مقام دعا كردن بايد اين را بدانيم كه در هيچ حالى از دعا كردن نااميد نشويم و به اين وعده حتمى خداوند كه «دعاى شما مستجاب است» به ديده ترديد ننگريم؛ ولى توجه به اين نكته نيز لازم است كه دعا به شرطى به درجه اجابت مى‏رسد كه با فطرت او همخوانى داشته باشد، نه با تخيل و خيال بافى او؛ زيرا ما در موارد بسيارى تخيلاتى داريم كه تصور مى‏كنيم وجود آنها براى ما مفيد و لازم است. همانند آن كه فكر مى‏كنيم اگر فلان مبلغ سپرده يا پول يا فلان خودرو را در اختيار داشته باشيم، حتماً برايمان لازم و مفيد است، اما اگر پرده‏ها كنار رود و از حقايق پشت پرده آگاه شويم در خواهيم يافت كه اين خواسته كاملا براى ما مضر بوده و در نتيجه دعا و خواسته ما معكوس شده و از خداوند عدم تحقق آن را مى‏خواهيم. از اين رو، لطف و عنايت بى پايان خداوند است كه اجازه نمى‏دهد هر گونه خواسته ما به مرحله اجابت برسد.

قرآن نيز در اين باره مى‏فرمايد:

«عسى أن تكرهوا شيئاً و هو خير لكم و عسى أن تحبوا شيئاً و هو شر لكم و الله يعلم و أنتم لاتعلمون»(6)

«اى بسا چيزى را كه دوست نداريد اما براى شما خير است. چه بسيار چيزهايى را كه شما آنها را دوست داريد ولى براى شما شر است، خداوند بر تمام امور آگاه و شما ناآگاه هستيد.»

يكى از مصاديق بارز راز و نياز كه جداً در خور توجه و اهميت براى هر انسان شايسته‏اى است به خلوت نشستن با خالق محبوب در دل شب و لحظاتى قبل از اذان صبح است. راز و نياز با پروردگار هستى در تاريكى شب، اكسير ارزنده‏اى است كه مى‏تواند براى دنيا، برزخ و قيامت هر انسانى سازندگى چشمگيرى در برداشته باشد. با نگاهى كوتاه به برخى از آيات قرآن درخواهيم يافت كه از يك طرف تاريكى دل شب در نگاه خداوند داراى اهميت ويژه‏اى است؛ به گونه‏اى كه در پاره‏اى موارد به آن قسم نيز ياد كرده است. به چند نمونه از اين آيات توجه كنيد:

«و الليل اذا عسعس و الصبح اذا تنفس»(7)

«سوگند به شب، چون تاريك شود و سوگند به صبح، زمانى كه بدمد.»

«والليل اذا أدبر و الصبح اذا أسفر»(8)

«سوگند به شب چون روى برگرداند. سوگند به صبح چون پرده افكند.»

از طرف ديگر، نجوا با پروردگار در دل شب از ويژگى خاصى برخوردار است و مى‏تواند انسان را به مقامات والاى معنوى نايل سازد:

«عسى أن يبعثك ربك مقاماً محموداً»(9)

«اى پيامبر! اى بسا پروردگارت تو را به مقام محمود برساند.»

«... أمن هو قانت آناء الليل ساجداً و قائماً يحذر الآخرة و يرجوا رحمة ربه...»(10)

«آيا چنين كسى با ارزش است [كه خدا را به فراموشى سپرده‏] يا كسى كه لحظاتى از شب را در حال سجده و قيام به عبادت مشغول است. از عذاب الهى در هراس بوده و به رحمت او اميدوار است.»

كسانى كه لحظاتى از شب را به خلوت با پروردگار هستى سپرى مى‏كنند از نگاه قرآن چنين توصيف شده‏اند:

«تتجافى جنوبهم عن المضاجع يدعون ربهم خوفاً و طمعاً...»(11)

«كسانى كه پهلوهايشان در دل شب از بسترهايشان فاصله مى‏گيرد، خداى خويش را با بيم و اميد فرا مى‏خوانند.»

اهميت راز و نياز در دل شب، در كلمات معصومان - سلام الله عليهم اجمعين - نيز بسيار مورد توجه و توصيه قرار گرفته است. در اين جا نمونه‏هايى از اين كلمات گهربار را بيان مى‏كنيم:

1 - پيامبر اكرم - صلى الله عليه و آله و سلم - :

«ركعتان يركعهما العبد فى جوف الليل خير له من الدنيا و ما فيها و لولا أن أشق على امتى لفرضتهما عليهم.»(12)

«خواندن دو ركعت نماز در دل شب از تمام دنيا و آن چه در آن است برتر است و اگر بر امت من سخت نبود، خواندن نماز شب را بر آنان واجب مى‏كردم.»

2 - «عليكم بقيام الليل فانه دأب الصالحين قبلكم و ان قيام الليل قربة الى الله تعالى و تكفير للذنوب و مطردة للداء عن الجسد و منهاة عن الاثم.»(13)

«بر شما باد به پا داشتن نماز شب، به درستى كه اين كار عادت صلحاى پيشين به شمار آمده و موجب نزديك شدن انسان به خداى خويش مى‏شود و گناهانش را مى‏پوشاند و مرض را از جسمش دور مى‏كند و از گناه باز مى‏دارد.»

3 - امام سجاد - عليه‏السلام - :

«شبع يحيى بن زكريا عليهما السلام من خبز شعير فنام ورده حتى أصبح فاوحى الله اليه يا يحيى اوجدت داراً خير لك من دارى؟ أوجدت جواراً خيرا من جوارى؟ فو عزتى يا يحيى! لو اطلعت الى الفردوس اطلاعة لذاب شمعك و لزهقت نفسك اشتياقا، و لو اطلعت الى جهنم لذاب شحمك و لبكيت العصديد بعد الدموع...»(14)

«شبى حضرت يحيى از نان جو سير شد و آن شب را در خواب كامل به سر برد، صبح كه از خواب بيدار شد خدا به او وحى كرد اى يحيى! آيا منزلگاهى برتر از منزلگاه من پيدا كرده‏اى؟ اى يحيى! قسم به عزت خودم اگر بر بهشت من آگاهى مى‏يافتى، ذوب مى‏شدى و در اشتياق رسيدن به آن، قالب تهى مى‏كردى و اگر به دوزخ من اطلاع مى‏يافتى نيز ذوب مى‏شدى و مى‏گريستى و صداى بلند ضجه‏ها و ناله‏هايت به هوا بر مى‏خاست...»

تأمل و تفكر در اين دست از آيات و احاديث عميق، مى‏تواند ما را به حقيقتى رهنمون سازد كه آثار مادى و سازنده آن تا آخر عمر و آثار معنوى و پايدار آن هميشه شامل حال ما شود.

آيا جا ندارد در اين جمله كه «دو ركعت نماز در دل شب از تمام ظواهر دنيا و آن چه در آن موجود است برتر و با ارزش‏تر است» به اندازه لازم و كافى دقت كنيم؟

آيا اگر ما بدانيم كه در ساعتى از شبى خاص از رختخواب نرم خود فاصله بگيريم و از خواب بيدار شويم، صاحب سكه طلا يا مبلغى پول مى‏شويم، خواب تمام وجود ما را فرا مى‏گيرد؟ آيا در چنين وضعيتى مكرراً از خواب نپريده و در انتظار لحظه موعود لحظه شمارى نمى‏كنيم؟

بزرگانى كه اهل توجه و راز و نياز بوده‏اند همواره به اين عمل مستحبى در حد كار واجب نگريسته و تا آخر عمر به انجام آن پايبند بوده‏اند. آنان به قدرى براى نماز شب، اهميت قايل بوده‏اند كه اگر حتى يك بار، توفيق خواندن آن را از دست مى‏دادند، به شدت افسرده و پريشان مى‏شدند. نمونه‏هايى از اين دست مى‏تواند به خوبى شاهدى آشكار بر مدعاى ما باشد.

زمانى كه مرحوم ميرزا على آقاى شيرازى - رضوان الله تعالى عليه - استاد بزرگ اخلاق، از حوزه علميه اصفهان به قم مشرف مى‏شدند، وارد حجره استاد شهيد مرتضى مطهرى مى‏شدند. يك بار به دليل آن كه ظاهراً در شبى عده‏اى براى ملاقات ايشان آمده بودند، جلسه شب نشينى ايشان به طول انجاميد و دير وقت توانسته بودند به استراحت بپردازند. آن شب مقارن اذان حرم مطهر حضرت معصومه - سلام الله عليها - از خواب بيدار شدند. سحر آن روز مانند باران اشك مى‏ريخت و گريه مى‏كرد. صداى گريه ايشان به برخى ديگر از حجره‏ها رسيد، كم كم ماجرا براى ديگران معلوم شد. يكى از ساكنان مدرسه به ديدن حاج ميرزا على آقا آمد و براى دلدارى به وى گفت: ما هيچ وقت نماز شب نمى‏خوانيم، شما نماز يك وعده‏تان از دست رفته است، اين كه چيزى نيست! آقاى شيرازى از اين سخن بر آشفته شد و فرمود: مگر مى‏شود؟ من از دوازده سالگى به نماز شب، تقيد كامل داشته‏ام.(15)

نمونه ديگر ماجراى مرحوم مقدس اردبيلى - رضوان الله تعالى عليه - است. زمانى طلبه‏اى از اصفهان به نجف سفر كرده بود و هيچ مكانى براى استراحت نداشت. مقدس اردبيلى تصميم گرفت ايشان را به حجره خود بياورد، مشروط بر آن كه او ميهمان ديگرى را به حجره نياورد. شبى ايشان پس از بازگشت از حرم مطهر اميرالمؤمنين - عليه السلام - مشاهده كرد كه آن طلبه، يكى از آشنايان خود را كه از تاجران معروف بود به همراه خود به حجره آورده است. مقدس اردبيلى از اين كه چرا اين طلبه به عهد خود پايبند نبوده در شگفتى فرو مى‏رود و آن شب فرصت مطالعه خود را از دست مى‏دهد. پس از رفتن ميهمان شام مى‏خورند. ميهمان هنگام رفتن مبلغ يكصد و پنجاه دينار را در حجره گذاشته بود. مرحوم مقدس خطاب به آن طلبه گفته بودند: نصف اين مبلغ را بردار و از حجره خارج شو. آن شب وقتى مقدس اردبيلى از خواب بيدار مى‏شود متوجه احتلام و آلودگى خود شده با گريه و ناراحتى بسيار كه چرا طلبه بايد در خواب مورد هدف شيطان قرار گيرد، تصميم مى‏گيرد به حمام عمومى برود. پشت درِ بسته حمام صداى صاحب حمام را مى‏شنوند كه مى‏گويد: در حمام فقط براى نماز صبح باز مى‏شود. مرحوم مقدس به حمامى مى‏گويد يك دينار براى يك غسل(16) به شما مى‏دهم. باز صاحب حمام قبول نمى‏كند. با اصرار زياد مقدس، مرد حمامى در را باز مى‏كند. مقدس موفق به انجام تكليف مى‏شود. پس سرمست از انجام تكليف و توفيق براى نماز شب تمام هفتاد و پنج دينار را به حمامى تقديم مى‏كند و با خوشحالى و سرور وصف ناپذيرى خود را به حجره مى‏رساند و لحظاتى را با محبوب حقيقى خود به خلوت مى‏نشيند.

در اين جا پاره‏اى از موانع ظاهرى و باطنى را كه از انجام اين تكليف ارزنده پيش‏گيرى مى‏كند مد نظر خويش قرار دهيم، تا بدين سان براى تشنگان طريق وصال، رهنمونى باشد.

1 - ديرخوابى‏

يكى از موانع بسيار مهم كه امروزه در جامعه‏هاى به ظاهر مدرن بشرى، فراگير بوده و با كمال تأسف، بيشتر افراد را نيز در برگرفته، پديده ديرخوابى در شب، است. اين پديده ناميمون كه با گذشت زمان از رشد فزاينده‏اى نيز برخوردار بوده، از چنان جاذبه‏اى بهره‏مند است كه همانند ويروسى مسرى به بيشتر افراد و خانواده‏هايى كه داراى اين عادت نبوده‏اند هم، سرايت كرده است. براى كسانى كه براى بيدارى در دل شب، اهميت قايل‏اند اين نكته در خور توجه است كه يكى از برنامه‏هاى مطلوب اسلام، زود خوابيدن در آغاز شب و پرداختن به ارتباط با پروردگار در دل شب است. اين روش كه از سيره پيامبر اعظم - صلى الله عليه و آله - به خوبى قابل استفاده است پيوسته مورد سفارش بزرگان دين و دانشمندان مسلمان نيز بوده است. تا بدان جا كه با مراجعه به زندگى‏نامه آنان مى‏توان به اين مطلب پى برد كه روش برنامه آنها نيز چنين بوده است.

به عنوان نمونه مرحوم علامه طباطبايى در تفسير الميزان نوشته است:

«اين تفسير، قبل از اذان صبح بيست‏وسوم ماه مبارك رمضان به اتمام رسيد.»

از اين عبارت مى‏توان فهميد كه نه تنها برخى از بزرگان در دل شب به راز و نياز مى‏پرداختند بلكه كارهاى مهم نظير مطالعه يا تأليف را نيز در آن موقع انجام مى‏دادند.

2 - پرخورى‏

بى‏گمان پركردن معده از نوشيدنى‏ها و خوراكى‏ها، موجب غلبه خواب و سنگينى آن در طول شب مى‏شود و به انسان اجازه نخواهد داد كه لحظاتى را با محبوب واقعى‏اش به خلوت بنشيند.

3 - پرهيز از درگيرى اعصاب‏

سالكى كه در صدد به دست آوردن گوهر گرانبهاى راز و نياز در دل شب است، مى‏بايست از پرداختن به كارهايى كه جسم را فوق‏العاده خسته مى‏كند و موجب درگيرى شديد اعصاب مى‏شود، خوددارى ورزد تا در موقع خوابيدن، احساس آرامش داشته و بتواند در وقت مقتضى به راحتى از خواب بيدار شود.

4 - كمبود استراحت‏

مقدارى استراحت در طول روز به خصوص پيش از ظهر مى‏تواند تأثير به سزايى در بيدارى شب داشته باشد.

5 - پرهيز از لغزش و آلودگى‏

جوينده نجوا با پروردگار در تاريكى شب مى‏بايست در طول روز كمتر مرتكب گناه شود تا از زنگار بيشتر صفحه قلب پيش‏گيرى كرده و بدين وسيله زمينه بيدارى او در شب مهيا شود.

امام على - عليه السلام - در پاسخ كسى كه موفق به اداى نماز شب نمى‏شد، فرمود:

«تو شخصى هستى كه در زنجير و غل گناهانت اسيرى.»(17)

از اين حديث و احاديث مشابه پى مى‏بريم كه لغزش هايى كه آدمى در طول روز، مرتكب مى‏شود داراى اثر مستقيم در بيدارى او در نيمه‏هاى شب خواهد بود.

معروف است كه مرحوم شيخ عباس تهرانى - رحمة الله عليه - گفته است:

«هنگامى كه در نجف اشرف بودم ملائكه الهى در دل شب مرا بيدار مى‏كردند - چنان كه مقتضاى برخى از احاديث نيز همين است - منتها در پاره‏اى از شب‏ها مى‏گفتند: آقا شيخ بلند شو. در برخى شب‏ها مى‏گفتند: عباس بلند شو. در برخى شب‏هاى ديگر مى‏گفتند: آهاى بلند شو! من پيوسته در فكر فرو مى‏رفتم كه چرا چنين است كه من گاهى آقا هستم، گاهى عباس و گاهى بدون اسم و مبغوض؟ دقت كردم فهميدم كردار روزانه من تاثير مستقيم خود را در نحوه صدا كردن من در ملكوت بر جا گذاشته و چنين پيامدى را براى من به ارمغان آورده است.»(18)

6 - محبت ناقص و كم رنگ‏

از ديگر عوامل تأثير گذار در بيدارى شب، توجه به محبت خدا و جلب آن به اندازه لازم و كافى است. كسى كه در طول روز به كارهايى كه محبت خداوند را تقويت و جلب رحمت مى‏كند، مداومت مى‏ورزد و همواره به دنبال كردارى مى‏رود كه مورد رضايت پروردگار است، به خوبى مى‏تواند در دل شب توفيق وصال را دريابد.

7 - عدم مطالعه آيات و احاديث مربوطه و حالات ديگران‏

بى توجهى به آيات و احاديث وارده درباره راز و نياز شبانه، اهميت آن، و سرنوشت و تاريخ ديگران مى‏تواند يكى از موانع از دست رفتن نماز شب به شمار آيد. اگر سالك عاشق، در تعابير قرآن و حديث، دقت لازم را به خرج دهد به صورت خواسته يا ناخواسته، در روح او تأثيرهاى شگرفى به جاى خواهد گذاشت و او را به مرور زمان به اين نعمت بزرگ نزديك خواهد كرد. چنان كه مطالعه احوال و سرگذشت اهل دل، مى‏تواند به صورت قهرى در اين امر تاثير مطلوب وانكار ناپذيرى داشته باشد؛ به گونه‏اى كه پس از سپرى شدن زمانى كوتاه، داراى انگيزه شده و براى اين امر مهم و سازنده، آماده شود. ولى آن چه در اين جهت درخور تذكر است استمرار ورزيدن در مطالعه آيات و احاديث مرتبط با موضوع و احوال بزرگان است؛ بدين سان كه جنبه تذكر هميشگى باشد و از بى اهميت شدن مطلب در ذهن پيش‏گيرى كند.

پي نوشت ها:

1) سوره نور (24) آيه 40.

2) سوره احزاب (33) آيه 41 - 42.

3) سوره بقره (2) آيه 115.

4) سوره غافر (40) آيه 6.

5) سوره فرقان (25) آيه 77.

6) سوره بقره (2) آيه 216.

7) سوره تكوير (81) آيه 17 - 18.

8) سوره مدثر (74) آيه 33 - 34.

9) سوره اسراء (17) آيه 79.

10) سوره زمر (39) آيه 9.

11) سوره سجده (32) آيه 16.

12) المحجة البيضاء، ج 2، ص 388.

13) المستدرك، ج 1، ص 308 ؛ صحيح ترمذى، ج 13، ص 64.

14) المحجة البيضاء، ج 2، ص 390

15) نقل از استاد معظم آية الله مظاهرى.

16) يك دينار در آن زمان مبلغ قابل توجهى بوده است.

17) التهذيب، ج 1، ص 196.

18) جهاد با نفس، ج 2، ص 47 - 48.