

## شکوه عبادت و بندگی نزد شیعیان واقعی

آیت‌الله علامه محمدتقی مصباح

### چکیده

این مقاله شرحی است بر کلام امیرمؤمنان علی علیه السلام در خصوص عبادت و بندگی شیعیان در روایت نوف بکالی. عبادت دو کاربرد عام و خاص دارد؛ مناسک و تکالیفی همچون نماز، روزه، حج که برای اظهار عبودیت در پیشگاه ربوبی است، عبادت خاص و هرکاری که انسان را به خدا نزدیک کند، اطاعت و بندگی به معنای عام است.

از جمله اوصاف شیعیان، اطاعت خالصانه خداوند و عبادت خاشعانه و خاضعانه به درگاه ربوبی است. در این عرصه، نقش چشم و گوش در توجه کامل به خدا بی‌بدیل است. امیرمؤمنان علیه السلام، تسلیم محض و کامل در مقام اطاعت از خدا و خضوع کامل در مقام عبادت را از جمله ویژگی و اوصاف شیعیان واقعی برمی‌شمارند. اگر انسان بخواهد مالک اراده خویش باشد، باید مالک ذهن خویش باشد و آنها را کنترل کند. مهار چشم و بازداشتن آنها از گناه به حرام، از جمله اوصاف شیعیان واقعی است.

ساده‌ترین راه برای مهار ذهنی، و نیل به تمرکز و تقویت اراده، مهار چشم و گوش است.

کلیدواژه‌ها: عبادت، شیعیان، عبادت خاشعین.

نابود ساختن است. در قرآن واژه «باخع» به صورت متعدی به کار رفته است. خداوند خطاب به پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ که از ایمان نیاوردن مشرکان به شدت اندوهگین و ناراحت بود، فرمود: ﴿فَلَعَلَّكَ بَاخِعٌ نَّفْسَكَ عَلَى آثَارِهِمْ إِنْ لَمْ يُؤْمِنُوا بِهَذَا الْحَدِيثِ أَسَفًا﴾ (کهف: ۶)؛ شاید اگر به این سخن (قرآن) ایمان نیاورند، از اندوه بخواهی خود را هلاک کنی. اما آن‌گاه که واژه به شکل لازم به کار می‌رود، به معنای گردن نهادن و تسلیم مطلق خواهد بود. وقتی انسان در برابر خواسته و نظر دیگری با همه وجود تسلیم شود و با آن هیچ‌گونه مخالفتی نکند، می‌گویند: در برابر آن فرمان و خواسته به‌طور کامل تسلیم است. یکی از ویژگی‌های شیعیان واقعی که حضرت در کلام نورانی خود معرفی کرده‌اند این است که کاملاً مطیع و تسلیم دستورها و تکالیف خداوندند و با همه وجود می‌کوشند به آنچه خداوند خواسته عمل کنند و هیچ‌گونه مخالفت و مقاومت و حتی ناراضماندی قلبی در برابر دستورهای خداوند ندارند. آنان همچنین هنگام عبادت خدا خاشع و خاضع‌اند. عبادت دو کاربرد خاص و عام دارد: عبادت به معنای خاص عبارت است از: مناسک و تکالیفی همچون نماز، روزه و حج که برای اظهار عبودیت در پیشگاه الهی وضع شده‌اند. عبادت به معنای عام، عبادات خاص و هر کاری را دربر می‌گیرد که انسان با هدف اطاعت خداوند انجام می‌دهد. پس حتی خوردن و آشامیدن، اگر با قصد قربت و برای جلب رضای خداوند انجام شود، عبادت به‌شمار می‌آید. پس در کاربرد عام تنها نماز و روزه عبادت به‌شمار نمی‌آید، بلکه هر کاری که برای خداوند و با هدف اطاعت او انجام شود، عبادت است. اما در سخن حضرت، عبادت در کنار اطاعت آمده و استعمال آن دو در پی هم نشان آن است که برای هر یک معنایی خاص و مستقل از معنای دیگری در نظر گرفته شده است؛ یعنی اطاعت در سخن آن

«بَخَعُوا لِلَّهِ تَعَالَى بِطَاعَتِهِ وَخَضَعُوا لَهُ بِعِبَادَتِهِ فَمَضُوا غَاضِينَ أَبْصَارَهُمْ عَمَّا حَرَّمَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَاقْفَيْنَ أَسْمَاعَهُمْ عَلَى الْعِلْمِ بَدِينِهِمْ»؛ برای طاعت خداوند سر فرود آورده‌اند و برای عبادت او خاضع شده‌اند. از آنچه خداوند حرام کرده است دیده بر هم نهاده‌اند و گوش‌های خود را برای شنیدن علم سودمندی گشایند و علوم دینی را به گوش جان می‌نیوشند. در **نهج البلاغه**، به جای عبارت یادشده در روایت نوف بکالی، عبارتی کوتاه‌تر آمده که مضمون آن با بخش دوم عبارت موجود در روایت نوف یکسان است. در **نهج البلاغه** چنین آمده است: «عَضُّوا أَبْصَارَهُمْ عَمَّا حَرَّمَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَوَقَفُوا أَسْمَاعَهُمْ عَلَى الْعِلْمِ النَّافِعِ لَهُمْ» (نهج البلاغه، خ متقین). با توجه به اینکه سخن امیرمؤمنان عَلَيْهِ السَّلَام در روایت نوف طولانی‌تر و با محتوایی فزون‌تر از عبارتی است که در **نهج البلاغه** آمده، این احتمال که در روایت نوف خطایی رخ داده و او چیزی به روایت افزوده، مردود است؛ چون نوف موثق و معتمد است. پس احتمال موجه آن است که در **نهج البلاغه** تقطیع شده و بخشی از عبارت نیامده است؛ زیرا سبک و روش مرحوم سیدرضی در تألیف **نهج البلاغه**، گردآوری گزینشی خطبه‌ها و نامه‌ها و سخنان امیرمؤمنان عَلَيْهِ السَّلَام بوده است. با توجه به اینکه خطبه امیرمؤمنان در روایت نوف کامل‌تر و پرمحتواتر از خطبه متقین **نهج البلاغه** است، ما روایت نوف را محور بحث قرار داده‌ایم. در بخشی از روایت نوف، که در طلیعه سخن آوردیم، امیرمؤمنان عَلَيْهِ السَّلَام تسلیم بودن کامل در مقام اطاعت از خدا و خضوع کامل در مقام عبادت را از جمله ویژگی‌های شیعیان واقعی برمی‌شمارند.

### مقام بندگی و عبادت خاشعانه شیعیان واقعی

واژه «بخع» هم متعدی استعمال می‌شود، هم لازم. وقتی به صورت متعدی به کار می‌رود، به معنای تلف کردن و

### تشکیکی و ذمراتب بودن عبادت و اطاعت خدا

وقتی در اسلام ارزش‌هایی به جامعه معرفی می‌شود، آن ارزش‌ها حدی خاص و سطحی معین ندارند تا کمتر یا بیشتر از آنها پذیرفته نباشد، بلکه آن ارزش‌ها تشکیکی و دارای مراتب‌اند. برای مثال، وقتی به ما فرمان می‌دهند که نماز بخوانیم، بدان معنا نیست که به خواندن نمازهای واجب بسنده کنیم و تنها آن را مطلوب بدانیم، بلکه اصل نماز مطلوب است و بهتر است انسان نمازهای نافله را نیز بخواند و خواندن نمازهای نافله به همراه نمازهای واجب مطلوب‌تر خواهد بود. اما اگر انسان به نمازهای واجب بسنده کند، به وظیفه خود عمل کرده و تارک الصلاة نیست. پس تکلیف واجب، حد نصاب وظیفه و کمترین تکلیفی است که باید انجام پذیرد. ولی با توجه به آنکه نماز از جهت کمیت و کیفیت مراتبی دارد، نماز فردی عادی با نماز سلمان هم‌سنگ نخواهد بود. همچنین نماز ما با نماز امیرمؤمنان علیه السلام قیاس پذیر نیست؛ گرچه در ظاهر به یکدیگر شباهتی داشته باشند. ما چگونه می‌توانیم نماز خود را با نماز آن حضرت مقایسه کنیم، درحالی که یک تکبیر آن بر همه عبادت‌های جن و انس برتری داشت. در برابر، نمازهای ما چنان است که به فرموده مرحوم میرزا جواد آقا تبریزی باید از آنها نزد خداوند استغفار کنیم. نماز ما در حد فهم و معرفت و ایمان ماست و ما باید معرفت و ایمانمان را گسترش بخشیم تا نمازمان خالصانه‌تر و ارزشمندتر گردد. اما هر قدر ما در این جهت ترقی کنیم، نمازمان به مرتبه نماز اولیای خاص خداوند نمی‌رسد.

وقتی امیرمؤمنان علیه السلام در توصیف شیعیان واقعی می‌فرمایند: «خضعوا له بعبادته»، نباید بپنداریم که اگر ما در نماز سر به زیر افکنیم، مصداق سخن آن حضرتیم؛ بلکه اگر در نمازمان خالصانه و صادقانه خضوع داشتیم، به نخستین مرتبه مطلوب در نماز دست یافته‌ایم. این

حضرت به معنای انجام تکالیف توصلی است که ملاک در آنها انجام دادن خود تکالیف است و قصد قربت لازم ندارد؛ مانند وجوب نجات غریق که در انجام این تکلیف قصد قربت لازم نیست. اما عبادت، ناظر به تکالیف تعبدی است؛ یعنی تکالیفی که تشریح شده‌اند تا به عنوان عبادت و با هدف بندگی خدا انجام شوند؛ مانند نماز و روزه.

بنابر توصیفی که امیرمؤمنان علیه السلام از شیعیان واقعی ارائه می‌دهند، آنان در مقام بندگی و اطاعت خداوند کاملاً تسلیم و مطیع‌اند و بی‌درنگ به تکالیف الهی عمل می‌کنند. برای نمونه، وقتی مکلف می‌شوند که خمس مالشان را بدهند، بدون مقاومت و تردید آن را می‌دهند. همچنین در انجام دادن دیگر وظایف و تکالیف کاملاً در برابر خداوند تسلیم‌اند. آنان شاگردان راستین مکتب رسول خدا صلی الله علیه و آله هستند که با همه وجود تسلیم اوامر خداوند بود و پروردگار به او فرمود که در مقام احتجاج با اهل کتاب بگوید: «أَسْلَمْتُ وَجْهِي لِلَّهِ وَمَنِ اتَّبَعَنِي» (آل عمران: ۲۰)؛ من خود را تسلیم خدا کرده‌ام و پیروانم نیز [چنین کرده‌اند]. در آیه‌ای دیگر، دین‌دارترین مردم کسی معرفی شده که تسلیم خداوند گشته است: «وَمَنْ أَحْسَنُ دِينًا مِّمَّنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ وَاتَّبَعَ مِلَّةَ إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا وَاتَّخَذَ اللَّهُ إِبْرَاهِيمَ خَلِيلًا» (نساء: ۱۲۵)؛ و دین چه کسی بهتر است از آن کسی که خود را تسلیم خدا کرده؛ درحالی که نیکوکار باشد و از آیین ابراهیم حق‌گرا پیروی کند؟ و خدا ابراهیم را دوست گرفت.

آن شیعیان واقعی و دل‌باخته حق، هنگام عبادت نیز تنها آهنگ پرستش دارند و با خضوع کامل همه توجهشان معطوف به خداوند است و در حال عبادت خداوند، فکر و ذهنشان به غیر خدا توجه ندارد. عبادت آنها پرستش واقعی است، نه عبادت‌های ظاهری که هنگام انجام دادن آنها ذهن آشفته باشد و فرد نتواند آن را از دل بستگی‌های غیرالهی بازدارد.

رفتار، بلکه در دل نیز با دستورهای خداوند مخالفتی نداشته باشیم؛ چه کنیم که نماز و عبادت‌مان با حضور قلب و خشوع و خضوع همراه باشد؟ بی‌تردید برای انسان بسیار دشوار است که خود به آن مرتبه متعالی از اطاعت خدا و عبادت برسد؛ به گونه‌ای که کاملاً در برابر تکالیف و دستورهای خداوند تسلیم محض باشد و عبادات خود را با خشوع و خضوع و حضور قلب کامل انجام دهد. پس باید لابه‌لای روایات و گزاره‌های دینی در جست‌وجوی راهی به سوی آن مرتبه متعالی از اطاعت و عبادت خدا باشیم. بنابر روایت *بحارالانوار* حضرت در ادامه سخن خود، راه رسیدن به آن مرتبه متعالی را چنین معرفی می‌کند: «فَمَضُوا غَاظِينَ أَبْصَارَهُمْ عَمَّا حَرَّمَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَاقْفَيْنِ أَسْمَاعَهُمْ عَلَى الْعِلْمِ بِدِينِهِمْ». از آنجاکه این دو جمله با «فای تفریع» آغاز می‌شوند، درمی‌یابیم که توصیه حضرت در این دو جمله، مقدمه و راه رسیدن به آن مرتبه متعالی از عبادت و اطاعت است که در عبارت پیشین حضرت خواندیم. البته آشکار شدن نوع ارتباط این سخن با سخن پیشین حضرت و روشن شدن طریق و مقدمه بودن محتوای این سخن برای آن مرتبه متعالی از عبادت و اطاعت نیاز به توضیح دارد.

#### الف. نقش چشم و گوش در رفتار و شناخت

انسان در پی شناختش از فواید یک رفتار و زیان‌های ترکش، آن را انجام می‌دهد. پس از تصور فایده که لذت ناشی از کار است و زیان ترک آن و تصدیق به سود و زیان ناشی از ترک کار، اراده انجام آن در ما پدید می‌آید. در هر کار اختیاری این فرایند وجود دارد: تصور سود و لذت کار و زیان ناشی از ترک، تصدیق به آن و سپس اراده انجام دادن کار و درنهایت انجام دادن آن. پس فعل اختیاری ما ناشی از اراده و اراده ناشی از شناخت است و عمده

مرتبه از خضوع با عالی‌ترین مرتبه آن که امیرمؤمنان علیه السلام بدان آراسته بود - چنان‌که اگر در نماز تیر از پای آن حضرت بیرون می‌کشیدند متوجه نمی‌شد - بسیار فاصله دارد. درهرحال، ویژگی‌ها و ارزش‌هایی که در این خطبه و دیگر آموزه‌های دینی مطرح شده‌اند، تشکیکی‌اند و از نظر کمی و کیفی مراتبی دارند. ما همواره باید بکوشیم به مراتب والاتری از این ارزش‌ها دست یابیم و بیشتر نماز بخوانیم؛ نمازی که با خضوع و خشوع بیشتر همراه باشد. ازسوی دیگر، برای اینکه به عجب و غرور دچار نگردیم، به یاد داشته باشیم که هر قدر نماز بخوانیم، نمی‌توانیم چون امیرمؤمنان علیه السلام در شبانه‌روز هزار رکعت بخوانیم، و خضوع و خشوع ما در نماز به مرتبه خضوع و خشوع اولیای خدا نمی‌رسد. ازسوی دیگر، نباید چون کمیت و کیفیت نمازمان به مرتبه نماز اولیای خدا نمی‌رسد، ناامید باشیم و نماز نخوانیم؛ چون اگر انسان نتواند عالی‌ترین مرتبه نماز را به جای آورد، نباید از مرتبه پایین‌تر آن دست بکشد. مهم آن است که در حد توان خود بکوشیم به توفیق‌هایی بیشتر دست یابیم و به یاد داشته باشیم که عبادت و نیایش ما به درگاه خداوند هیچ‌گاه به مرتبه نیایش و عبادت اولیای خاص خداوند نمی‌رسد.

#### تبیین علمی نقش مهار چشم و گوش در بندگی خالصانه خدا

تا اینجا دو ویژگی شیعیان واقعی تبیین شد: نخست اطاعت خالصانه آنان از خداوند و دیگری عبادت خاشعانه و خاضعانه‌شان به درگاه او. هریک از این دو ویژگی نیز مراتبی دارند؛ چه آنکه شیعیان و پرهیزگاران نیز مراتبی دارند. اکنون این پرسش مطرح می‌شود که ما چه راهی را پیش گیریم تا مطیع محض خداوند شویم و با همه وجود در برابر تکالیف الهی تسلیم گردیم و نه تنها با

وقتی انسان در پی تمرین تمرکز فکر و حضور قلب در نماز برمی آید که فواید خضوع و خشوع و حضور قلب در نماز را بداند؛ بداند که ارزش و ثواب دو رکعت نماز با حضور قلب بیش از هزار رکعت نماز بدون آن است؛ بداند که روح عبادت همان توجه به خداست و نماز بدون حضور قلب و توجه به خداوند چون بدن مرده ای است که هیچ ارزشی ندارد و خداوند از سر فضل و لطفش آن را می پذیرد. انسان یا خود مستقیم به این شناخت دست می یابد، یا به وسیله اطلاعات درستی که دیگران در اختیارش می نهند به این شناخت می رسد. پایه و اساس انجام دادن هر کار نیک و خداپسندانه، شناخت منافع آن و نیز زیان ناشی از ترک آن است. در دست یافتن به این شناخت، چشم و گوش بیشترین دخالت را دارند و نقش عقل، تجزیه و تحلیل ادراکات چشم و گوش و سپس استنتاج از آن ادراکات است. این فرایندی است که در رسیدن به شناخت طی می شود.

### ب. آفات کنترل نکردن چشم و گوش

سخن دیگر آن است که ما چگونه از چشم و گوشمان استفاده می کنیم. برخی چشم خود را آزاد می گذارند که به هر چیزی نظر کند، و آن را محدود نمی سازند. وقتی در خیابان حرکت می کنند، به هر چیزی که در برابر چشمشان قرار می گیرد نگاه می کنند و ماشین ها، ساختمان ها و آدم هایی را که در رفت و آمدند از نظر می گذرانند. همچنین به هر صدا و سخنی گوش فرامی دهند: هم به آوای قرآن و اذان گوش می سپارند و هم به صدای موسیقی، و بر گوش خود کنترلی ندارند. اگر انسان چشم خود را آزاد بگذارد که به هر چه خواست نگاه کند، سرانجام گرفتار جهنم می شود. از آفات هرزه نگری و کنترل نداشتن بر نگاه، دلهره و از دست دادن آرامش و تمرکز فکر و نیز افتادن در

شناخت های ما از مجرای چشم و گوش یا پس از تجزیه و تعمیم و تجزیه و تحلیل دریافت های چشم و گوش به وسیله قلب حاصل می شود. از این رو، خداوند در آیه های بسیار به نعمت گوش و چشم و دل اشاره می کند. از جمله می فرماید: ﴿وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِّن بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئاً وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾ (نحل: ۷۸)؛ و خدا شما را از شکم مادرانتان بیرون آورد؛ درحالی که هیچ نمی دانستید، و برای شما گوش ها و چشم ها و دل ها قرار داد تا شاید سپاس گزارید. منظور از فواید در این آیه، همان قلب و قوه ای است که تعقل می کند و به تحلیل ادراکات و استنتاج آنها می پردازد. معمولاً پیش از آنکه برای انسان ادراک قلبی حاصل شود، به وسیله چشم و گوش ادراک می کند؛ یا انسان خود چیزی را می بیند و یا با شنیدن از اشخاص موثق و مطمئن، به شناخت می رسد. پس انسان یا خود چیزی را ادراک می کند و با تجربه به منافع آن پی می برد، یا با اخبار کسانی که حجت و مطمئن اند، به منافع چیزی پی می برد و این شناخت منشأ اراده می شود. برای اینکه انسان اراده اطاعت محض از خداوند را بیابد یا عبادت خود را با خشوع، خضوع و حضور قلب انجام دهد، باید بر فکر و خیال خویش چیره شود و با کنترل فکر و خیال، قدرت و توان کافی را برای اراده اطاعت و عبادت خالصانه بیابد. این تمرکز بر افکار و خیالات با تمرین فراوان به دست می آید. این گونه انسان می تواند فکرش را بر کاری خاص متمرکز کند و آن را از انصراف و توجه به این سو و آن سو بازدارد. ما معمولاً در نماز تمرکز نداریم و فکرمان به امور گوناگون و بیگانه با نماز جلب می شود. چه بسا چیزی را فراموش کرده بودیم، هنگام نماز به یاد می آوریم و به دلیل آشفته گی فکر و نداشتن حضور قلب هنگام نماز، ذهن ما کارها و امور گوناگون را مرور می کند.

نماز به یاد نمی‌آورد، در نماز به یادش می‌آید. در نماز به دلیل سرگرم نبودن انسان به کارهای روزمره، ذهن فرصت می‌یابد که به محفوظات خود بپردازد و بسیاری از امور فراموش شده را به یاد آورد. همچنین کسی که بر ذهن خود کنترلی ندارد، هنگام مطالعه متمرکز نیست و به امور بیگانه با مطالعه توجه می‌کند. در نتیجه از آن مطالعه نتیجه‌ای نمی‌گیرد و توفیقی به دست نمی‌آورد.

انسان هنگامی می‌تواند بر ذهن خود تسلط یابد که در تصمیم خود سست‌اراده نباشد و جدیت ورزد. گاهی انسان دوست دارد کاری را انجام دهد، اما آن را به تأخیر می‌اندازد. برای مثال، نیمه‌شب برای نماز بیدار می‌شود، اما با خود می‌گوید: می‌خوابم و چند دقیقه دیگر بیدار می‌شوم و نماز شب می‌خوانم. بارها بیدار می‌شود و می‌خواهد و نماز شب را به تأخیر می‌اندازد، تا سرانجام زمانی از خواب برمی‌خیزد که زمان خواندن نماز شب گذشته و چه بسا نماز صبحش نیز قضا شده است. این مسامحه و به تأخیر انداختن کار از آن‌روست که انسان مالک اراده خود نیست و در تصمیم و اراده‌اش جدیت به خرج نمی‌دهد. اگر انسان بخواهد مالک اراده خود باشد، باید مالک ذهن خویش باشد. آدمی وقتی می‌تواند بر ذهنش چیره شود که چشم و گوش خود را مهار کند، و آسان‌ترین و عمومی‌ترین راه برای کنترل ذهن و یافتن حضور قلب و تمرکز فکر در نماز و عبادت، مهار چشم و گوش است. از این‌روست که امیرمؤمنان علیه السلام یکی از ویژگی‌های شیعیان و دوستان واقعی اهل بیت علیهم السلام را مهار چشم و بازداشتن آن از نگاه کردن به حرام برمی‌شمارند. آنان وقتی می‌خواهند به چیزی نظر کنند، نخست می‌اندیشند که آیا خداوند اجازه داده بدان نگاه کنند، و آن نگاه حلال است یا حرام. اگر آنان اخلاص بیشتری داشته باشند و از مراتب بالاتر تقوا بهره‌مند باشند،

دام شیطان و ورطه گناه و همچنین سست شدن روابط خانوادگی است. پس نگاه، هم آسیب‌های فراوان دنیوی در پی دارد و هم موجب ارتکاب گناهان و در نتیجه سقوط در جهنم می‌شود. همچنین مهار نکردن گوش، آفت‌های فراوان دنیوی و اخروی را در پی دارد. چه بسا بر اثر شنیدن یک سخن نابجا و حتی شنیدن یک مزاح و شوخی، فکر نادرستی در ذهن انسان پدید می‌آید، و در پی آن فکر، رفتاری ناصواب یا گناه از او سر می‌زند. پس یک سخن و حتی یک شوخی می‌تواند مبدأ و منشأ دچار شدن انسان به گناه گردد. اینجاست که اهمیت مهار کردن چشم و گوش آشکار می‌شود و انسان به این حقیقت پی می‌برد که برای سالم رسیدن به منزل مقصود و نجات از انحراف، باید چشم و گوش خود را مهار کند که به هر منظره‌ای چشم ندوزد و به هر صدایی گوش نسپارد. وقتی انسان قدرت و توان کافی برای مهار چشم و گوش خود می‌یابد که به ملکه تقوا مسلح شود و البته زیور یافتن به ملکه تقوا، زحمت و تلاش فراوان می‌طلبد. اما اگر انسان بخواهد سعادت‌مند شود، از دست یافتن به تقوا ناگزیر است.

### ج. نقش مهار چشم و گوش در چیرگی بر ذهن و حضور قلب

اگر انسان بخواهد به‌طور کامل مطیع خداوند باشد و در همه رفتارهایش او را اطاعت کند و اگر بخواهد در نماز حضور قلب و خضوع داشته باشد و از وقتی اللّه اکبر نماز را می‌گوید جز یاد و ذکر خدا به ذهنش راه نیابد، باید بتواند ذهنش را مهار کند. وقتی انسان مالک ذهن خود نباشد و بر آن کنترلی نداشته باشد، ادراکات و خاطرات پیشین در فرصت‌های خاص، به‌ویژه هنگام نماز که از سرگرمی‌های دیگر فارغ است، در ذهن انسان جولان می‌دهند. بی‌سبب نیست که گاهی آنچه انسان فراموش کرده بود و پیش از

تصمیم خود خواهد بود. وقتی آدمی سرگرم مطالعه می‌شود، فکر و ذهنش به این سو و آن سو پرمی‌کشد؛ به گونه‌ای که گاهی پس از یک ساعت متوجه می‌شود هنوز چند سطر بیشتر نخوانده و آنچه را خوانده نیز به یاد نسپرده است. یا نماز می‌خواند، اما پس از گفتن سلام پی می‌برد که نماز می‌خوانده است و از فیض و فضیلت نمازی که در برابر هر واژه‌اش درجه‌ای در بهشت به انسان عنایت می‌کنند، محروم می‌ماند؛ نمازی که اکسیر است و چنان‌که از روایات برداشت می‌شود، نقشی بی‌بدیل در سعادت و قرب به خداوند دارد. برخی از استادان ما که قله‌های تعالی و کمال را فتح کرده بودند و عمر خود را به بندگی خدا و تحصیل علم گذرانده بودند، چنان از نماز لذت می‌بردند که می‌فرمودند: اگر سلاطینی که در پی لذت‌های دنیا هستند می‌فهمیدند که نماز چه لذتی دارد، از سلطنت دنیا و لذت آن چشم می‌پوشیدند و نماز می‌خواندند تا از لذت بی‌بدیل آن بهره‌مند شوند. اما نماز با این عظمت و اهمیت برای ما باری سنگین است و با زحمت و مشقت چند رکعت نماز واجب خود را می‌خوانیم: «وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ» (بقره: ۴۵)؛ از شکیبایی و نماز یاری جوید؛ به راستی این [کار]، گران است، مگر به فروشکستگان.

روشن شد که ساده‌ترین راه برای مهار ذهن و رسیدن به تمرکز در فکر و تقویت اراده که به دست آوردن آن نیز زحمت چندانی ندارد، مهار گوش و چشم است؛ اینکه انسان به هر چیز، به‌ویژه منظره‌های حرام نگاه نکند و نیز سخنان حرام نشنود و به موسیقی حرام، غیبت و تهمت و دیگر سخنان حرام گوش ندهد. اما اگر انسان به هر منظره‌ای، به‌ویژه مناظر حرام نگریست و نیز گوش خود را مهار نکرد و از شنیدن صداها و سخنان حرام پرهیز نکرد، نمی‌تواند بر ذهن خود چیره شود. در نتیجه، هنگام عبادت و نماز فکرش آشفته می‌شود و حضور قلب و خضوع نخواهد داشت؛ همچنین به اطاعت کامل و خالصانه خداوند موفق نخواهد شد.

نه تنها به منظره‌های حرام نگاه نمی‌کنند، بلکه به چیزهای مباح، اما بی‌فایده نیز نمی‌نگرند. به چیزی نگاه می‌کنند که افزون بر آنکه نگاه به آن حلال و مباح است، فایده‌ای نیز داشته باشد. برای مثال، به قرآن و روایات نظر می‌افکنند یا به تماشای فیلمی می‌نشینند که درباره زندگی مجاهدان، شهدا و علما باشد، نه فیلم‌هایی که ثمره و فایده‌ای ندارند. ویژگی دیگر شیعیان واقعی که بدان پرداختیم این است که آنان گوش خود را برای شنیدن علم سودمند می‌گشایند. اگر بدانند سخنی بی‌فایده یا حرام، و شنیدن آن گناه است، بدان گوش نمی‌دهند. البته این سخن حضرت بدان معنا نیست که هر جا سخن عادی گفته می‌شود و سخن از علم در میان نیست، انسان گوش نکند و جز به مباحث علمی گوش فراندهد؛ چون گاهی انسان ناچار است به سخنانی که برای زندگی‌اش مفید است گوش فرادهد یا ناچار است اطلاعاتی را به دست آورد که گرچه علم نافع به‌شمار نمی‌آید، مقدمه تحصیل علم نافع است. پس شنیدن و دست یافتن به اطلاعاتی که مقدمه علم به‌شمار می‌آیند نیز مطلوب است، گرچه آنچه انسان می‌شنود علم به‌شمار نمی‌آید. از فرمایش امیرمؤمنان علیه السلام چنین برداشت می‌شود که شیعیان واقعی به صداها و سخنان حرام، مانند موسیقی حرام یا غیبت گوش نمی‌کنند و نیز به سخنانی که علم یا مقدمه تحصیل آن به‌شمار نمی‌آیند، گوش فرانمی‌دهند. آنان به سخنانی گوش می‌سپارند که پند و اندرز یا علم نافع به‌شمار می‌آید یا شنیدن آنها برای زندگی لازم است، و در مجموع، در سعادت و کمال انسان نقش دارند.

پس تا هنگامی که انسان چشم و گوش خود را کنترل کند، بر ذهن خود چیره می‌شود و خالصانه و صادقانه و با حضور قلب، خدا را عبادت می‌کند و از دستورهایش پیروی می‌کند. اما اگر چشم و گوش انسان پله و رها باشد و به هرچه خواست، بنگرد، و به هرچه خواست، گوش کند، نه بر ذهن خویش چیره خواهد شد، نه مالک اراده و