

## انس با خدا و پرهیز از غفلت\*

آیت‌الله علامه محمدتقی مصباح

### چکیده

این متن شرح و بررسی صفات و نشانه‌های مؤمن راستین و شیعه واقعی و پرهیزکار در کلام امیرمؤمنان علی علیه السلام است. آن حضرت یکی دیگر از نشانه‌های مؤمنان را این‌گونه معرفی می‌کنند: «إِنَّ كَانَ بَيْنَ الْعَافِلِينَ كُنْبَ فِي الذَّاكِرِينَ وَإِنْ كَانَ مَعَ الذَّاكِرِينَ لَمْ يُكْتَبْ مِنَ الْعَافِلِينَ»؛ اگر در جمع غافلان قرار گیرد، نامش در گروه یادآوران خدا ثبت می‌شود و اگر در جمع یادآوران خدا باشد، راه غفلت نبود و نامش در گروه غافلان نوشته نمی‌شود. این ویژگی در فرازهای پیشین خطبه با تعبیر دیگری نیز بیان شده است. اینها همگی دلالت می‌کنند که شیعه واقعی، همواره به یاد خداست و بر آن تأکید می‌کنند.

از جمله راه‌کارهای یادکرد خدا، ارتباط با او و آخرت و نیز توجه پیوسته و مستمر مؤمنان راستین به خدای متعال است.

کلیدواژه‌ها: انس با خدا، آخرت، ارتباط با خدا، پرهیز از غفلت.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## نقش محیط در شخصیت و رفتار انسان

را می‌شناسیم. همچنین ما به‌وسیلهٔ عقل و شرع حدومرز استفاده از غریزهٔ جنسی را می‌شناسیم. در ما غریزهٔ تقلید از دیگران نیز وجود دارد و این غریزه ما را وامی‌دارد که خود را به دیگران شبیه، و برخی رفتارها و خصلت‌های آنان را کسب کنیم.

البته تأثیر این عامل در سنین گوناگون متفاوت است. در بچگی و نوجوانی، انسان بیشتر از افراد هم‌تراز و هم‌سالش تقلید می‌کند؛ اما وقتی انسان به رشد عقلی رسید، بیشتر می‌خواهد از شخصیت‌های برجستهٔ جامعه تقلید کند. این خصلت غریزی حکمتی الهی دارد و سهل‌ترین وسیله برای فراگیری، بخصوص فراگیری رفتار خوب است. اما باید با مدیریت و هدایت از دیگران تقلید نمود. همهٔ رفتار دیگران خوب نیست و گاهی رفتار آنان متضاد یا متناقض است. فردی رفتاری را بروز می‌دهد و دیگری ضد آن رفتار را، یکی رنگ سفید را می‌پسندد و دیگری رنگ سیاه را، و نمی‌توان از هر دو رفتار تقلید کرد. پس ما برای تقلید از دیگران نیازمند ملاک و معیاریم تا با آن، موضوع تقلید و حدواندازهٔ آن مشخص شود و در نتیجه شخصیت عقلانی و انسانی ما ظهور یابد. اصل تقلید، غریزی و خصلتی حیوانی است و این غریزه در حیوانات بسیار فعال است؛ مثلاً طوطی حتی صدای انسان را نیز تقلید می‌کند و همچنین غریزهٔ تقلید در میمون بسیار قوی است و بسیار سریع رفتار دیگران را تقلید می‌کند؛ از این رو گفته می‌شود که تقلید کار میمون است. این غریزه در حد اعتدالش مطلوب و لازم است و خاستگاه الهی دارد، اما چون غرایز حیوانی مرزناشناس‌اند و اگر مهار انسان در اختیار غریزه قرار گیرد، همچون اسب چموش، او را بیچاره و بدبخت می‌کند، از این رو باید آن را تحت تدبیر و حاکمیت عقل قرار داد. همان‌طور که حاکمیت غریزهٔ جنسی یا غریزهٔ قدرت‌طلبی بدون دخالت عقل منشأ برخی ردایل است، اگر غریزهٔ تقلید نیز با دخالت و هدایت عقل کنترل نشود، باعث انحراف و انحطاط انسان می‌شود. زمانی انسان شخصیت و ارزش خویش را بازمی‌یابد و محبوب خدا و اولیای خدا می‌شود که در پرتو عقل و شرع از اسوه‌های فضیلت و کمال الگوبرداری و تقلید کند.

سزاوار است انسان در وضعیت سازنده و با هدایت عقل و شرع از رفتار مطلوب و صحیح دیگران تقلید کند و با اراده‌ای قوی در برابر ناهنجاری‌های محیط بایستد. اگر نیک بنگریم درمی‌یابیم بسیاری از

یکی از نشانه‌های شیعهٔ واقعی این است که بیشتر افراد بسیار سریع تحت تأثیر محیط، دوستان و اطرافیان‌شان قرار می‌گیرند و از آنان رنگ می‌پذیرند؛ یعنی در برابر محیط پیرامونشان منفعل‌اند. عامل اصلی این انفعال و تأثیرپذیری طبیعی و غریزی است و در دانش‌های گوناگون، از جمله روان‌شناسی، فراوان دربارهٔ این عامل سخن گفته‌اند. حتی برخی تا آنجا پیش رفته‌اند که تقلید و تأثیرپذیری از محیط را اساس فرهنگ‌پذیری و اجتماعی‌بودن انسان دانسته‌اند و به‌صورت مبالغه‌آمیز آن را عامل رشد و تکامل انسان به‌حساب آورده‌اند.

به‌دور از مبالغه‌هایی دربارهٔ تأثیرپذیری، این مسئله پذیرفتنی است که تأثیرپذیری و تقلید از دوستان، همسالان، اعضای خانواده و شخصیت‌های معروف امری فطری و طبیعی است؛ زیرا انسان در پی کمال خود است و وقتی کمالی را در دیگران می‌بیند، می‌کوشد آن را در خود پدید آورد. اگر ما به آنچه در طول زندگی‌مان آموخته‌ایم و به عادت و منش‌هایمان بنگریم، درمی‌یابیم که بیشتر آنها را از پدر و مادر، هم‌بازی‌های دوران بچگی، هم‌کلاسی‌ها و شخصیت‌های برجستهٔ محیط خود فراگرفته‌ایم. بخصوص امروزه که عصر ارتباطات و گسترش رسانه‌های دیداری و شنیداری است، به‌وضوح می‌نگریم که چگونه مردم و بخصوص جوانان و کودکان تحت تأثیر شخصیت‌های فیلم‌های تلویزیونی و قهرمانان ورزشی قرار دارند و می‌کوشند در انتخاب نوع، فرم و رنگ لباس، آرایش سروصورت و رفتارشان از ستاره‌های سینما و قهرمانان ورزشی تقلید کنند.

## عقل و شرع؛ معیار تقلید و اثرپذیری از دیگران

بی‌شک تقلید، عامل مؤثر و مهمی در یادگیری و شکل‌گیری شخصیت و منش انسان است، این عامل که مانند غریزهٔ خوردن، غریزهٔ شهوت جنسی و دیگر غرایز خاستگاه طبیعی دارد خودبه‌خود ارزشی برای انسان به‌حساب نمی‌آید. ارزش انسان به سبب برخورداری از نیروی عقل است که حدومرز غرایز را مشخص، و به ما کمک می‌کند که به تعدیل غرایز خود بپردازیم. غریزه حدومرز نمی‌شناسد؛ مثلاً غریزهٔ خوردن مشخص نمی‌کند ما چه چیزی را چه زمانی و به چه اندازه بخوریم. غریزهٔ خوردن فقط میل به خوردن را در ما برمی‌انگیزاند و ما با عقلمان تشخیص می‌دهیم چه غذایی برایمان مفید است و با شرع، حلال یا حرام‌بودن غذا

فراهم آورد. اسوه و الگوی ایشان در ایجاد این تحول بزرگ و کم‌نظیر، شهید مدرس بود و در مرتبه برتر، ایشان از ائمه اطهار<sup>علیهم‌السلام</sup> سرمشق می‌گرفتند. پس ایشان نیز تقلید و تبعیت داشت، منتها تقلید از اولیای خدا و در راستای هدایت و سعادت جامعه و حاکمیت دین خدا. هیچ‌کس از تقلید بی‌نیاز نیست؛ از این رو خداوند پیامبرش را به تقلید از پیامبران پیشین دعوت می‌کند و می‌فرماید: «أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَى اللَّهُ فَبِهِدَاهُمْ أَقْتَدِهِ...» (انعام: ۹)؛ اینان کسانی‌اند که خداوند آنها را راه نمود؛ پس راه راست ایشان را پی‌گیر.

### تقلید سازنده و همراهی با نیکان، عامل تعالی و کمال

روشن شد در مسیر تعالی و کمال، تقلید از الگوی سازنده و مناسب، مطلوب و نیکو، و هموارترین راه برای هدایت است. چنین تقلیدی با معیار عقل و شرع و با شناخت مصادیق الگوگیری سازنده و در شرایط صحیح انجام می‌پذیرد. در مقابل، تقلید به دور از تفکر و تعقل و از روی هوا و هوس از افراد منحرف، سبب انحطاط و انحراف می‌باشد و فرجام خسارت‌باری در پی دارد؛ فرجامی که خداوند این‌گونه از آن پرده برمی‌دارد: «فِي جَنَّاتٍ يَسْتَأْذِنُونَ عَنِ الْمُجْرِمِينَ مَا سَلَكَكُمْ فِي سَقَرٍ قَالُوا لِمَ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ وَلَمْ نَكُ نَطْعِمُ الْمَسْكِينِ وَكُنَّا نَحْوُضُ مَعَ الْخَائِضِينَ» (مدثر: ۴۵-۴۰)؛ اهل سعادت در بهشت‌ها از گناهکاران می‌پرسند، چه چیز شما را به دوزخ درآورد؟ گویند ما از نمازگزاران نبودیم و بینوا را طعام نمی‌دادیم و با یاهوگویان یاهو می‌گفتیم.

انسان باید بکوشد که از هرکسی پیروی نکند و هنگام ورودش در هر محیط، رفتار افراد حاضر در آنجا را مطالعه و ارزیابی کند و با میزان عقل و شرع درستی یا نادرستی رفتارشان را بازشناسد و اگر خودش قادر به ارزیابی نبود، به افراد عالم و آگاه مراجعه، و با مشورت آنها ارزیابی خود را کامل کند. آن‌گاه اگر رفتار آنان را سازنده و درست یافت، خود نیز آن رفتار را به کار بندد و ترویج کند و اگر رفتارشان را نادرست و ناپسند یافت، از آن رفتار پیروی نکند و جلوی آن را بگیرد. درکل کسی که خود را پیرو و عاشق امام زمان<sup>علیه‌السلام</sup> می‌داند باید به‌گونه‌ای رفتار کند که اگر توفیق درک محضر آن حضرت را یافت، آن حضرت رفتار او را تأیید کند و از او خشنود باشد و در قیامت هنگام ملاقات با خداوند به سعادت ابدی و رضوان الهی دست یابد.

چنان که گفتیم انسان به سرعت تحت تأثیر محیط قرار می‌گیرد؛

رفتارهای صحیح ما حاصل الگوگیری و تقلید صحیح در وضعیت سازنده اجتماعی است. رفتارهایی که گاهی به مرور زمان به عادت تبدیل شده‌اند؛ مانند نمازخواندن. ما ابتدا از پدر و مادرم‌ان الگو گرفتیم؛ زیرا نمازخواندن آنان را دیده بودیم و به خواندن نماز مشتاق شدیم، اما به مرور خواندن نماز برای ما عادت و هنجاری همیشگی شد. بنابراین شکی نیست تقلید از الگوی سازنده و مناسب در مسیر تعالی و کمال، مطلوب و نیکو می‌باشد و هموارترین راه برای هدایت است؛ اما باید با معیار عقل و شرع، شرایط و مصادیق الگوگیری درست و مطلوب را بشناسیم و چنین نباشد که به دور از تفکر و تعقل و از روی هوا و هوس دنباله‌رو افراد منحرف باشیم و از رفتار زشت آنان که فرجام خسارت‌باری در پی دارد، پیروی کنیم.

فرد ضعیف بسیار سریع تحت تأثیر محیط قرار می‌گیرد و هرگاه در جمع باشد، هر کاری که دیگران انجام دهند، او نیز انجام می‌دهد. چنین شخصی بخصوص در نوجوانی وقتی به مجلسی وارد می‌شود که دیگران به پایکوبی و کف‌زدن مشغول‌اند، او نیز چنان می‌کند و به درستی یا نادرستی آن نمی‌اندیشد و حتی خودداری از آن کار را ناپسند می‌داند، یا وقتی می‌نگرد که لباسی مد شده است و دیگران می‌پوشند، او نیز همان لباس را می‌پوشد و اگر از او پرسیده شود چرا این لباس را می‌پوشی؟ خواهد گفت که وقتی دیگران پوشیدند من هم باید بپوشم. هرگاه شخص ضعیف و غیرخودساخته در مجلس غیبت وارد می‌شود، با دیگران در غیبت کردن همراهی می‌کند یا برای شادکردن دوستانش دیگران را مسخره می‌کند، یا مطالب بیهوده و خنده‌آور می‌گوید.

کسی که مؤمن و بنده خداست، هنگام تقلید و همراهی با دیگران از هدایت شرع و نیروی عقلش استفاده می‌کند و از رفتار صحیح و سازنده تقلید، و در برابر رفتار ناصحیح مقاومت می‌کند و منفعلانه رفتار نمی‌کند، بلکه می‌کوشد رفتار دیگران را اصلاح کند و این‌گونه تغییر مثبتی در محیط پدید آورد. در سطوح گوناگون جامعه، افراد برجسته و مؤمن با فساد و بی‌عدالتی مبارزه می‌کنند؛ در عصر ما نمونه بارز این افراد حضرت امام خمینی<sup>علیه‌السلام</sup> بود که به‌حق تجسم‌کننده رفتار انبیا و اولیای خدا و بزرگ‌ترین نعمت و موهبت خدا برای ما بود. وی یک تنه در برابر همه قدرتهای داخلی و خارجی و حکومت فاسد پهلوی ایستاد و زمینه اجرای دستورهای الهی را در کشور ما

می‌شوند، اما بسیار زود و بخصوص هنگام نماز از غفلت خارج می‌شوند و از گناهان پرهیز می‌کنند و به نماز و یاد خدا مشغول می‌شوند؛ اما برخی در حضيض غفلت از خدا قرار دارند و به کلی خدا را فراموش کرده‌اند، به‌گونه‌ای که اگر پیش آنها خدا نام برده شود، ناراحت و منزجر می‌گردند: «وَإِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَحْدَهُ اشْمَأَزَّتْ قُلُوبُ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ وَإِذَا ذُكِرَ الَّذِينَ مِنْ دُونِهِ إِذَا هُمْ يَسْتَبْشِرُونَ» (زمر: ۴۵)؛ و چون خداوند به یگانگی یاد شود، دل‌های کسانی که به آن جهان ایمان ندارند، برمد و چون آنان که جز او هستند [معبودهایشان] یاد شوند، ناگاه شادمان می‌گردند.

### راهکار یادکرد و ارتباط با خدا و آخرت

از دیدگاه امیرمؤمنان علی<sup>ع</sup>، مؤمن و شیعه<sup>ع</sup> راستین همواره دل خود را با یاد خدا زنده می‌دارد و چون به غفلت آلوده نشده است، هرگاه میان ذاکران قرار گیرد، همراه آنها خدا و صفات جمال و جلال او را یاد می‌کند. همچنین هرگاه چنین شخصی میان غافلان از خدا و در جمع گناه کاران وارد می‌شود، مهار دلش را در اختیار دارد، از این‌رو آنان بر او اثر نمی‌گذارند و در چنین جمعی به یاد خداست و با تمرکز بر یاد خدا خود را از گناه و غفلت حفظ می‌کند.

اکنون این پرسش مطرح می‌شود که چه کنیم تا محیط و جمع آلوده به گناه بر ما اثر نگذارند و همواره به یاد خدا باشیم و در معاشرت با غافلان به غفلت دچار نشویم؟ یا به عبارت دیگر چگونه دلمان را در اختیار داشته باشیم تا وقتی دل‌ها متوجه دنیا و شیطان می‌شوند و به شهوات و سخنان لغو و بیهوده می‌پردازند، ما بتوانیم دلمان را کنترل، و توجه آن را به خداوند و امور نیک معطوف کنیم؟

در پاسخ می‌گوییم کسب هر صفت خوب و رسوخ آن در دل و ملکه شدنش نیاز به ممارست و تمرین دارد. کسب هر کمالی نیازمند برنامه‌ریزی و تمرین مستمر و فراوان است و هیچ کمالی به‌سرعت و بدون کوشش و تمرین حاصل نمی‌شود. وقتی نوجوانی در تلویزیون قهرمان وزنه‌برداری را می‌بیند که وزنه<sup>ع</sup> چندصد کیلویی را با دستان خود بلند می‌کند، و رکورد می‌شکند و یک شخصیت برجسته و قهرمان معرفی می‌شود، می‌خواهد او نیز قهرمان وزنه‌برداری شود، اما باید درنظر داشته باشد که کسب رتبه<sup>ع</sup> قهرمانی در هر رشته<sup>ع</sup> ورزشی، به‌آسانی و با چند روز تمرین حاصل نمی‌شود. او باید نزد استاد تمرین

از این‌رو اگر فردی مذهبی در مجلس دعا و مناجات یا بیان فضایل اهل بیت<sup>ع</sup> یا عزاداری برای اهل بیت<sup>ع</sup> حاضر شود، بسیار سریع به جرگه<sup>ع</sup> حاضران می‌پیوندد و حالات حاکم بر مجلس بر او اثر می‌گذارد. بنابراین اشتیاق او به خواندن دعا و عزاداری در جمع، بیشتر از انجام دادن آن امور در تنهایی است. در مقابل اگر کسی در مجلس معصیت، مانند مجلس غیبت وارد شود، به‌زودی تحت تأثیر قرار می‌گیرد و وی نیز در انجام دادن گناه با جمع همراهی می‌کند. مشخصه<sup>ع</sup> مجلس نخست، یعنی مجلس دعا، مناجات، عزاداری یا ریزنی و هماهنگی برای خدمت به مردم و رسیدگی به فقرا، توجه به خدا و انجام دادن اعمال خداپسندانه است. کسی که به چنین مجلسی وارد می‌شود، آگاهانه یا حتی ناآگاهانه محور رفتار و افکارش خداوند، و جلب رضای او خواهد بود. اما مشخصه<sup>ع</sup> مجلس دوم، یعنی مجلس غیبت و سخنان بیهوده و حتی گاهی سخن گفتن علیه نظام اسلامی و مصالح آن، غفلت از خداست که ریشه<sup>ع</sup> همه<sup>ع</sup> مفاسد و گناهان می‌باشد. خداوند غفلت از خود و آخرت را ریشه<sup>ع</sup> مفاسد، و سبب تباهی انسان معرفی می‌کند و می‌فرماید: «وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْإِطْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ» (اعراف: ۱۷۹)؛ و هرآینه سرانجام بسیاری از پریان و آدمیان را دوزخ قرار دادیم؛ [زیرا] دل‌هایی دارند که با آن [حق را] در نمی‌یابند و چشم‌هایی دارند که با آن [حق را] نمی‌بینند و گوش‌هایی دارند که با آن [حق را] نمی‌شنوند. اینان بسان چارپایان، بلکه گمراه‌ترند؛ آنان همان غافلان‌اند.

در مقابل، خداوند درباره<sup>ع</sup> کسانی که دل را به غفلت نیالوده‌اند و همواره به یاد اویند می‌فرماید: «الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ» (آل عمران: ۱۹۱)؛ [خردمندان] همان کسانی‌اند که ایستاده و نشسته و بر پهلوها خفته خدا را یاد می‌کنند و در آفرینش آسمان‌ها و زمین می‌اندیشند [و گویند]: پروردگارا، این را به‌گراف و بیهوده نیافریدی، تو منزهی [از اینکه کاری به‌گراف و بیهوده کنی]؛ پس ما را از عذاب آتش دوزخ نگاه دار.

البته اهل ذکر، یعنی آنان که در اجتماع و در خلوت به یاد خدایند، و نیز غافلان از یاد خدا مراتبی دارند. برخی گاهی به غفلت دچار

برای انسان ملکه و نهادینه شود و در هیچ کاری از خداوند غافل نشود. بنده در گذشته توفیق داشتم با بزرگانی معاشرت کنم که پیوسته به یاد خدا بودند، و هرگاه حاضران در محضر ایشان از هر دری سخن می‌گفتند، مثلاً یکی از خانواده‌اش می‌گفت، دیگری از کسب و کارش و یکی از سیاست، آن بزرگان سخن را ادامه می‌دادند و در نهایت آن را به خداوند منتهی می‌ساختند.

مثلاً وقتی در حضور ایشان از خوشمزه بودن غذایی سخن گفته می‌شد، ایشان می‌فرمودند که خداوند متعال چه مزه‌های خوبی برای غذاها و نعمت‌های خود قرار داده است. درهرحال ایشان هر کار و هر چیزی را به خداوند و صفات او ارتباط می‌دادند و به یاد ندارم در مدت معاشرت با ایشان، سخنی در حضور ایشان گفته شده باشد و ایشان آن را به خداوند ارتباط نداده باشند. این‌گونه منش و رفتار، ناشی از آن بود که خدا و آخرت برای آن شخصیت‌های بزرگ اصالت داشت و امور دیگر عرضی و غیراصیل بودند؛ ازاین‌رو هم خودشان همواره به یاد خدا بودند و هم می‌کوشیدند دیگران را از غفلت خارج، و آنان را متوجه خدا کنند.

آری، خداوند بندگانی دارد که در سراسر زندگی خود با خدا ارتباط دارند. اگر با کسی سخن می‌گویند، دلشان با خداست و سخنی را بر زبان می‌آورند که خدا دوست دارد. صبح با یاد و نام خدا از خواب برمی‌خیزند و شب با نام و یاد خدا به بستر می‌روند. چنان به یاد و عبادت خدا عادت کرده‌اند که هنگام رسیدن وقت نماز از جا کنده می‌شوند و نمازشان را در اول وقت می‌خوانند. به برکت انقلاب اسلامی امروزه مسئولان و دولت‌مردان ما تقید خاصی به نماز اول وقت دارند. در معاشرت‌ها و جلسات بنده با برخی از ایشان، هنگام نزدیک شدن وقت نماز، چه بسا ما به بحث و گفت‌وگو ادامه می‌دادیم و متوجه وقت نماز نبودیم، اما آنان به ناگاه از جا بلند می‌شدند و آماده نماز اول وقت می‌شدند.

یاد و توجه به خدا هم فرد را از غفلت خارج می‌سازد و اجازه نمی‌دهد در دام شیطان بیفتد و به او آرامش و سکینه می‌بخشد و هم سبب برکت و هدایت برای دیگران است. اگر ما نیز بخواهیم شیعه واقعی علی<sup>علیه السلام</sup> شویم و آن حضرت از ما خشنود باشد، باید برای خودسازی و یادکرد و توجه به خدا تمرین داشته باشیم. همچنین باید برای وقتمان برنامه‌ریزی داشته باشیم و بخشی از آن را به عبادت و

کند و با تنظیم برنامه غذایی خاص و داشتن تمرینات خاص و ارتقای آن تمرینات، پس از چندین سال می‌تواند قهرمان وزنه‌برداری شود. مسائل و ابعاد معنوی نیز چنین است و رسیدن به مراتب معنوی نیازمند کوشش مستمر و تمرینات فراوان است. علما و دانشمندانی چون شیخ انصاری<sup>رحمته الله علیه</sup> و برتر از آنان ائمه اطهار<sup>علیهم السلام</sup> با خودسازی و تمرینات فراوان به مقامات عالی معنوی رسیدند و به آسانی حالات و مراتب معنوی برای آنان حاصل نشده است. امام صادق<sup>علیه السلام</sup> درباره مرتبه و مقام بندگی امام باقر<sup>علیه السلام</sup> و توجه مستمر آن حضرت به خداوند فرمودند: «وَكَانَ أَبِي كَثِيرَ الذِّكْرِ، لَقَدْ كُنْتُ أَمْشِي مَعَهُ وَإِنَّهُ لَيَذْكُرُ اللَّهَ، وَأَكُلُ مَعَهُ الطَّعَامَ وَإِنَّهُ لَيَذْكُرُ اللَّهَ، وَلَوْ كَانَ يُحَدِّثُ لِقَوْمٍ مَا يَشْغَلُهُ ذَلِكَ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ، وَكُنْتُ أَرَى لِسَانَهُ لَأَصِيقاً بِحَنَكِهِ يَقُولُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ» (مجلسی، بی‌تا، ج ۹۳، ص ۱۶۱، ب ۱، ح ۴۲)؛ پدرم پیوسته و فراوان خدا را یاد می‌کرد. من با او راه می‌رفتم و او خدا را یاد می‌کرد، و با او غذا می‌خوردم و او خدا را یاد می‌کرد و اگر با مردم سخن می‌گفت، معاشرت و هم‌سخنی با مردم او را از ذکر خدا باز نمی‌داشت و پیوسته می‌دیدم که زبانش به کامش چسبیده بود و لا اله الا الله می‌گفت.

مسلماً ما نمی‌توانیم به مقام و مرتبه امام معصوم<sup>علیه السلام</sup> برسیم و برای رسیدن به مقامات فروتر که دستیابی به آن برای غیرمعصوم هم ممکن است، باید کوشش و تمرین داشته باشیم. البته به یکباره این حالت و ویژگی در انسان پدید نمی‌آید. انسان باید پیوسته به یاد خدا باشد و یاد خدا را بر زبان آورد و از خدا و آخرت غافل نباشد تا مصداق آن سخن خداوند قرار گیرد که فرمود: «رِجَالٌ لَا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ» (نور: ۳۷)؛ مردانی که بازرگانی و خریدوفروش ایشان را از یاد خدا و برپاداشتن نماز و دادن زکات باز ندارد. آنان از روزی می‌ترسند که دل‌ها و دیدگان در آن روز دگرگون [سرگشته و پریشان] شود.

## توجه همیشگی مؤمنان راستین به خدا و انس پیوسته با او

برای رسیدن به این مرحله عالی بندگی باید برنامه‌ریزی و تمرین داشت و همانند تمرین وزنه‌برداری نخست باید از تمرینات ساده شروع کرد و به‌مرور تمرینات سخت‌تر را انجام داد تا توجه به خداوند

منابع.....

صدوق، محمدبن علی، ۱۳۶۲، *اصالی*، ترجمه محمدباقر کمره‌ای، تهران، اسلامیه.

مجلسی، محمدباقر، بی‌تا، *بحارالانوار*، تهران، اسلامیه.

خواندن قرآن و احادیث اختصاص دهیم و پیوسته با ذکر خدا دلمان را متوجه او گردانیم و از غفلت و کوتاهی‌هایمان استغفار کنیم. در منابع روایی شیعه و اهل سنت آمده است که رسول خدا ﷺ فرمود: «إِنَّهُ لَيَعَانُ عَلَيَّ قَلْبِي وَإِنِّي لَأَسْتَغْفِرُ بِالنَّهَارِ سَبْعِينَ مَرَّةً» (مجلسی، بی‌تا، ج ۲۵، ب ۵، ح ۱۶)؛ به درستی که گاهی کدورت‌ها و غبارهایی به دل من می‌نشیند و همانا من هر روز هفتاد مرتبه استغفار می‌کنم. ظاهراً منظور آن نیست که حضرت در هر روز هفتاد بار ذکر استغفار را تکرار می‌کردند، بلکه آن حضرت هر روز هفتاد مرتبه به تنوابع استغفار می‌کردند. البته درک مرتبه استغفار آن حضرت برای ما میسر نیست و حقیقت معنای آن را نمی‌توانیم درک کنیم، اما باید به آن حضرت تاسی جوییم و به اندازه مرتبه فهم و درک خودمان بکوشیم در هر روز، چندین بار استغفار کنیم. اگر همت داشته باشیم، استغفار کردن و ذکر خدا در فواصل گوناگون روز و شب برایمان آسان می‌شود و هر قدر در این جهت بکوشیم، خدا به ما کمک می‌کند تا توان و اراده بالاتری برای این مهم بیابیم؛ چنان که رسول خدا ﷺ نقل می‌کنند که خداوند فرمود: «إِذَا تَقَرَّبَ إِلَى شَيْءٍ تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا، وَإِذَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا» (صدوق، ۱۳۶۲، ج ۱، ص ۳۲۴)؛ اگر بندهام یک وجب به من نزدیک شود، من یک ذراع به او نزدیک می‌شوم و اگر یک ذراع به من نزدیک شود، من به اندازه دو بازوی گشاده انسان به او نزدیک می‌شوم. پس هر قدر ما همت کنیم و به خدا تقرب جوییم، خداوند چندبرابر به ما نزدیک می‌شود و نور هدایت خود را بر دلمان می‌تاباند و سرانجام عنایت و لطف خدا در حق بنده مؤمن و وارسته و ذاکر خدا به مرتبه‌ای می‌رسد که خداوند در حدیث قدسی درباره آن مرتبه می‌فرماید: «وَأُنَاجِيهِ فِي ظِلِّ اللَّيْلِ وَنُورِ النَّهَارِ حَتَّى يَنْقَطِعَ حَدِيثُهُ مَعَ الْمَخْلُوقِينَ وَمُجَالَسَتُهُ مَعَهُمْ» (مجلسی، بی‌تا، ج ۷۷، ص ۲۹، ب ۲، ح ۶)؛ در تاریکی‌های شب و روشنی روز به گفت‌وگوی با او می‌پردازم تا صحبت و همنشینی او با آفریدگانم قطع شود. برترین لذت برای اولیای خدا آن است که خداوند یاد و ذکر خود را در دلشان قرار دهد و در خلوت با آنان گفت‌وگو کند.