

نظری تازه بر عرفان و تصوف

مجلس سیزدهم

سؤال و جوابی است بین یک جوینده و یک عارف

فرمود : همانطور که وعده کردم در این جلسه می‌خواهم راجع به تزکیه اخلاق صحبت کنم . برای اینکه بتوانیم خود را متصف به اخلاق پسندیده کنیم باید اول برای ازاله‌ی رذائل جهاد نماییم و سپس به نیرومند ساختن صفات پسندیده همت گماریم . قسمت اول مجاهده منفی است و قسمت دوم کوشش مثبت .
اما رذائل بسیار است . من آنچه را مهم است شرح میدهم و خود به تدریج به باقی
پی میبری :

غضب ، انتقام ، کینه ، آز ، بخل ، شهوت ، غرور ، دروغ ، تهمت ، ناموسی ، عیب جوئی ، لغو ، ریا ، حب جاه .

غضب یکی از غرائزی است که ما از حیوان به ارث برده‌ایم و همانطور که در اوایل گفتم این غریزه برای بقا نوع در حیوانات لازم است که در موقع حمله از خود دفاع نمایند . ولی در انسان این غریزه از حد اعتدال خارج شده و به پر خاشگری ، ماجراجوئی ، ظلم و ستم نسبت به دیگران منجر شده است . غضب یا خشم علاوه بر اینکه فی نفسه یکی از رذائل است از نظر خود خواهی هم که شده برای انسان مضر است . زیرا سلسله‌ی اعصاب ما را از اعتدال خارج می‌سازد و کلیه اعمال فیزیولوژیک بدن را مختل میکند و بسا به مایخولیا و جنون و امثال آن منتهی میشود . در تاریخ نمونه‌ی اشخاص نامداری که در نتیجه‌ی خشم کارشان به دیوانگی رسیده بسیار است . آدمی که زندگی خود را به دست خشم سپارد سختگیر و انتقام جو میشود و سببیت بر حس بخشش و عفو او غلبه میکند و از او عنصری مضر برای جامعه می‌سازد و بهمین جهت خدا در قرآن فرموده :

الكاظمين الغیظ والعافین عن الناس . آن‌که خشم خود را فروخورند بر مردم بخشاینده

خواهند بود .

ضرب المثل ، " در عفو لذتی است که در انتقام نیست " حقیقتی بسیار شیرین است و واقعا " مردی که خطای دیگری را میبخشد درک لذتی میکند که به وصف در نیاید . میگویند ببخش و فراموش کن . . عفو وقتی به معنای حقیقی است که گذشته را فراموش کنی نه اینکه باز خاطره‌ای در دل نگاه داری چه در آن صورت آن آرامش راستین در باطن تو پدید نمیآید و مانند سمی که در بدن باقی مانده باشد جانگاہ خواهد بود .

کینه نیز از مشتقات خشم است . زیرا اگر ما بر خشم غلبه کنیم کینه از کسی در دل نمیگیریم . کینه هم مانند خشم برای سلامت انسان بسیار ضرر دارد . زیرا هر کس از دیگری کینه در دل گیرد آرامش را از خود سلب کرده است و مدام در فکر کینه توزی است . خلاصه میکنم اگر بر خشم غلبه کردیم خود به خود بر حس انتقام و کینه توزی فائق خواهیم شد . عزیز من در این موضوع بسیار نوشته‌اند و پند و اندرز داده‌اند . متأسفانه کوهوش شنوا؟ تو نمیدانی اگر بر خشم غلبه کنی در پاک کردن آئینه‌ی باطن چقدر پیشرفت کرده‌ای . یکی از زهر آلودترین غریزه‌ها که در حیوانات کمتر و در انسان به حد اعلا رسیده است حسد است . شاید حسد از پست‌ترین رذائل بشری باشد و عجا که تمام ضرر متوجه حاسد میشود نه محسود . اگر توفی المثل خانه نداری و به یکی از آشنایان که خانه دارد حسد میورزی تمام غم و غصه از آن توست . آنکه خانه دارد در فکر تو نیست که ناراحت باشد . حسود را چکنم کوز خود به رنج در است . من در زندگی حسودانی دیده‌ام که واقعا " بحال آنها رنج برده‌ام و بعضی جان خود را روی این کار گذارده‌اند .

حسد هم در جاتی دارد . یک نفر از اینکه دیگری چیزی دارد و او ندارد حسد میبرد دیگری اگر به کسی چیزی بدهند حسد میبرد که چرا به او نداده‌اند . میگویند حسودی گفته من به حدی حسود هستم که اگر به خود من هم چیزی بدهند به آن حسد میبرم . خدا ما را از چنین مصیبتی محفوظ دارد . در یک ترانه شعری است که در باب حسد مبالغه نموده چون به یاد آمد برایت میگویم

دلادیشب چه میکردی تو در کوی حبیب من الهی خون شوی ای دل تو هم گشتی رقیب من؟
حالا این عاشق بیچاره به دل خود حسد برده که در کوی حبیب او بوده . کسی که به مال و منال و یا جاه و مقام دیگری حسد میبرد اگر واقعا مرد میدان مبارزه است چرا کوشش نمیکند آنچه را که طالب آن است از راه درست به دست بیاورد؟ و اگر مرد قناعت است با آنچه دارد بساز و به خود رنج ندهد . پس غبطه و حسادت بیجا چه فایده دارد و چرا درد دل می‌خواهد آن دیگری را که دارد به حال ناداری خود در آورد؟ در زندگانی اجتماعی حسادت نقش بزرگی بازی کرده و یکی از عوامل نقار و اختلافات طبقاتی همین حسادت است که امروز دنیا را آشفته ساخته است . حالا اگر اکثریت مردم در راه تصوف سیر میکردند

خود بخود اعتدال عامه به وجود می‌آید و بر پایه‌ی خدمت به جامعه و خود داری از افزون طلبی و زیاده روی همگی در صراط مستقیم طی طریق می‌گردند . تو اگر توفیق یابی که حس حسادت را در خود بکشی چنان آرامش روحی خواهی یافت که فقط در کش بعد از شدن میسر است .

یکی دیگر از رذائل آز و طمع است که میان حیوان و انسان مشترک است . حیوانات نیز طما عند و به بیش از آنچه برای خوردن احتیاج دارند طمع می‌ورزند . این پرض در حیوانات محدود به خوردن است در صورتیکه در آدم در تمام شئون سلطه دارد . اگر در سر سفره باشد که غذیه گوناگون بر آن چیده باشند و لو اینکه سیر شده باشد می‌خواهد از همه بخورد تا آنجا که از دهانش برآید . در افزون طلبی راه افراط می‌پیماید ، اگر یک خانه دارد که احتیاجات او را برآورده میکند در فکر بدست آوردن خانه‌های دیگر است . به جمع مال می‌پردازد بی آنکه فرصت استفاده‌ی از آنرا داشته باشد . این غریزه به صورت مرضی مزمن در می‌آید که دیگر حدی بر آن متصور نیست . نفس اندوختن برای اولذت بخش است نه استفاده از آن . آرزمنده هم بخود ظلم میکند هم به جامعه . ظالم به نفس خود است چون آرامش و راحت را از خود سلب میکند . دشمن جامعه است چون با احتکار حق دیگران را از بین می‌برد و بر آنها ستم میکند . آشفتنگی اجتماعی ما و ایجاد نارضایتی‌ها تا حد زیادی نتیجه‌ی آزمندیهای افسار گسیخته است . علاج درد طماع قناعت است .

گفت چشم تنگ دنیا دار را یا قناعت پر کند یا خاک گور

بخل نیز از صفات ناپسندیده ایست که دنبال روی آزمندی است . بخیل تنگ نظر و بی شفقت است . اگر بخواهد بکسی چیزی دهد گوئی می‌خواهند جانش را بگیرند . فکر بخشش و رزمیض میکند . از خوشبختی دیگران مسرور نمیشود و فاقد حس همدردی است . به طور خلاصه بخیل ددی است در لباس انسان .

معمولا " اشخاص بخیل تا آنجا که بتوانند سایرین را هم از کار خیر باز می‌دارند . مثلا " به عنوان نصیحت می‌گویند رفیق چرا پولت را باین و آن میدهی چرا فکر خجود و خانواده‌ات نیستی ؟ و از این نصایح ظاهر فریب کوتاهی نمی‌کنند و مناع‌الخیر هستند . هرکه قدم در راه تصوف می‌گذارد باید از بخل همچون مرضی مسری فرار نماید . بخیل به درجه‌ای از لثامت می‌رسد که اگر دیگران سخاوتمند و دست و دل باز باشند چونانکه از مال او میدهند آشفته و پریشان میشود . اما فراموش مکن که اسراف و اتلاف هم جائز نیست . یکی دیگر از ارکان رذائل نفس شهوت است . شهوت به معنای اعم آنست که آدم برای به دست آوردن چیزی دیوانه وار خود را به آب و آتش زند و کورکورانه دنبال هوس خود شتابد و در فکر قباح و مضار آن نباشد . مثل شهوت جاه و مقام و ماه و منال . دیگر شهوت

جنسی است که مشترک بین انسان و حیوان است. منتها انسان با عقل و شعوری که دارد آن را به حد اعلای لجام گسیختگی و بی بند و باری رسانده است و با جامعه‌ی مجاز امروزه دیگر حدود و ثغوری برای آن نمانده است. جهاد در برابر شهوت جنسی یکی از وظائف مهم تصوف است که با کمال دقت اعتدال را رعایت نماید. کشتن شهوت جنسی محال است و نتیجه‌ی آن امراض مختلف روانی است. رهبانیت در اسلام مذموم است. پس متصوف را وظیفه آنست که مثل همه‌ی کارهای راه اعتدال پیماید. عصمت را که از صفات ملکوتی است ارج نهاده تقویت نماید و قیود و انضباطی برای خود معین کند. راه را باید پیدا کنی و اندازه نگاه داری که فلاح صوفی در آن است.

دیگر از غرائزی که مخصوص انسان است غرور است. در معنی غرور باید دقت کرد. امروز غرور را اغلب به معنای انگیزه‌ای نیکو به کار می‌برند. مثل غرور ملی و غرور به پیشرفت‌های کشور. کاشوازه‌ی دیگری برای این نوع غرور داشتیم. غروری که مقصود من از آنست شاید بتوان آنرا زیاده از خود راضی بودن، خود بزرگ بینی نام نهاد. این همان خودپسندی منیت، کبر، عجب و زیاده روی است. مرد مغرور به نصایح دیگران گوش نمیدهد خود را اعقل ناس میپندارد تا جایی که از جاده‌ی اعتدال خارج میشود. در دوران نزدیک به ما دو نمونه‌ی بارز از این غرور نامحدود داریم که در هیتلر و موسولینی عجین بود. این دو مرد که در عالم خود نایغه بودند و برای کشورهای خویش خدمات بزرگی انجام دادند ولی چون به تدریج غرور بر آنها مستولی شد عقل خود را از دست دادند و عاقبت گیار را به تباهی دو کشور خود کشاندند. مثل گاوی است که میگویند نه من شیر میداد و عاقبت گاو دوش ممتلی از شیر را با لگدی واژگون میساخت. مولوی (رح) چه خوب میفرماید:

نردبان خلق این ما و منست عاقبت زین نردبان افتادنت

هر که بالا تر رود ابله تر است کاستخوان اوبتر خواهد شکست

دیگر از ذائل بشر دروغگوئی است. دروغگو زود یا دیر آبروی خود را نزد دیگران میبرد و از خود سلب اطمینان میکند. کسی به گفته‌هایش ارج ننهد و به حرفهایش اعتماد نکند. دروغ قلب حقیقت است خاصه وقتی که برای عمل ضروری متصور باشد. بنا بر این افسانه نویسی را اگر چه نوشته‌هایش با حقیقت تطبیق نمیکند دروغگو نمیتوان گفت. صوفی ولو اینکه به ضرر جانش باشد حقیقت را کتمان نمیکند. اما اینکه سعدی فرموده " دروغ مصلحت آمیز به از راست فتنه انگیز " و بسیاری بر این عقیده خرده گرفته‌اند ایرادشان وارد نیست. به طور قطع حرف راستی که موجب خطری برای دیگران باشد کتمان آن بهتر است. فرض کن چند دزد آدم‌کش شخصی را تعقیب کنند و آن شخص به خانه‌ی تو پناه آورد و تو او را مخفی کنی. دزدان از مخفی گاه آن مرد فراری از تو سئوال کنند اگر تو راست

بگوئی قطعا" موجب قتل آن مرد میشوی. هر عقل سلیمی فتوی میدهد که در این مورد نگفتن حقیقت بهتر از ابراز آن است. اما در زندگانی روزانه از دروغ باید پرهیز کرد و بهترین دستور آن است که برای مدافعه و تملق دروغ نگوئی. گاه اتفاق میافتد که شخصی دروغ میگوید و تو دروغ او را میدانی، در میان جمع از تو تصدیق میخواهد و تو را در وضع مشکلی قرار میدهد. در چنین موردی راه بهتر آن است که سکوت اختیار کنی.

تهمت و افترا هم از صفات قبیح بشر است هیچ چیز موجب نمیشود که تهمت را مصاد سازد. کسی که تهمت میزند مسلما "مفرض است. غرض او یا این است که شخص ثالثی را راضی کند و یا با تهمت زدن برای خود نفعی به دست آورد که در هر دو صورت از اعمال قبیح است. هیچ عذری برای مفتی در هیچ صورتی مسموع نیست. پس سعی کن که خود را از تهمت زدن به دیگران و حتی فکر این کار منزه سازی.

نمایی هم نوع دیگری از رذائل نفس است که بی شباهت به تهمت نیست. نام با فکرهاقیص خود برای خود سودی میبندارد و گمان میبرد با نمایی خود را نزد شخص ثالثی خدمتگذار جلوه میدهد. غافل از اینکه شخص نام بالاخره مشتت باز میشود، اعتبار و اعتماد نسبت به خود را از دست میدهد و آبرویش میریزد.

آنکه عیب دیگران نزد تو آورد و شمرد به یقین عیب تو نزد دیگران خواهد برد نام در انظار بی مایه و حقیر است. اگر مرد میدانی دلی به دست آور اگر روابط بین دوستان آشفته است سعی در اصلاح کن نه اینکه هیزم کش آتش غیبت و بدگوئی و دو بهم زنی باشی.

عیب جوئی هم از معایبی است که باید از آن پرهیز کرد. عیب جو خود را از دیگران برتر میداند که به خود اجازه میدهد عیب آنان را بشمارد. غافل از اینکه خود از عیب مبرا نیست. متصرف ستار العیوب است راه خود میرود و در اصلاح خویش میکوشد.

لغو گوئی هم از صفات ناپسندیده است. اگر چه ضررش مانند سایر معایب نیست ولی لغو گو در انظار خفیف میشود از حیثیت و مقام خود میکاهد و همگنان او را به جد نمیگیرند. خوشبختانه جلوگیری از این عیب چندان مشکل نیست و بر این ضعف نفس به سهولت میتوان فائق آمد.

لجاج هم که از صفات ناپسندیده است و مشتق از غرور است. شخص لجوج فهم خود را مافوق سایرین میبندارد و به نصیحت دیگران گوش نمیدهد و تصور میکند که لجاجت نشانه اراده ای قوی است در صورتیکه لجاج دلیل ضعف اراده است. مردی که اراده ای قوی دارد اطراف و جوانب کار را میسنجد و خوب را از بد تمیز میدهد. همینکه فهمید اشتباهی کرده به آن اشتباه اذعان میکند و در صدد تصحیح آن بر میآید نه اینکه در سهو خود

اصرار ورزد. لجبازی کار کودکان است نه رویه‌ی پختگان.

اما ریا این مرض متوجه بزرگان است نه تازه کاران. زیرا نوآموز ادعائی ندارد که ریا به خرج دهد. ریا آن است که شخص خود را غیر از آنچه هست جلوه دهد. به آنچه میگوید خود عمل نکند ولی تظاهر به صحت عمل نماید. ریا کار درصدد گول زدن مردم است. مایل است که طرف توجه مردم واقع شود و در گرد خود اصحاب جمع نماید. گاهی ریاکار خود متوجه عیب خود نیست. تشخیص ریا بسیار مشکل است و هر فردی باید سخت کوشش کند تا بفهمد که مبادا ریاکار باشد. گفته‌اند ریا در نفس مانند حرکت مورچه ایست در شب تاریک بر روی سنگی سیاه بطوریکه تشخیص آن بسیار دشوار است. صوفی باید دائما "مواظب باشد هر عملی که انجام میدهد در آن ریا نباشد. اگر کار خیری انجام میدهد جنبه‌ی نمایش نداشته باشد. اگر حرفی میزند بوی فضل فروشی از آن نیاید. اگر عبادت میکند برای جلب نظر خلق نباشد. خلاصه کارش دکان داری نباشد. فرقه‌ای از درویشان که آنان را ملامتی مینامند به خیال خود برای اینکه از ریا جلوگیری کنند در مقابل خلق به اعمالی که ظاهرا "برخلاف شریعت و طریقت است دست میزنند تا مورد طعن و شنع بینندگان قرارگیرند. این هم راه مبالغه است. صوفی صافی راه خود زامیرود وظائف خود را انجام میدهد و به اینکه خلق چه میگویند توجهی ندارد. عبادت را هر جا پیش آمد چه در خلوت و چه در انجمن به جامی آورد. به اصطلاح امروز نه میخواهد وجیه‌المله شود و نه از طعن مردم باکی دارد. کار خود نیک انجام میدهد و به داوری دیگران وقتی نمیگذارد.

اناجب‌جاه. عرفا میگویند آخرین چیزی که از دل مؤمن بیرون میرود حب جاه است. بسیار بوده‌اند اشخاصی که با تمرین و ریاضت رذائل نفسانی را از خود دور کرده‌اند ولی رهائی از حب جاه. برایشان دشوار بوده است. مقصود از حب جاه این نیست که کسی بخواهد در زندگی خود ترقی کند و به مقامات بالا برسد. زیرا این انگیزه اگر توام با خدمتگزاری به خلق باشد عیب نیست چه اگر مرد لایقی در کار خود ترقی کند در مقامهای بالاتر خدمات ارزنده‌تری میتواند انجام دهد. ما آنچه را حب جاه میگوئیم آن هوسی است که آمیخته با عجب و کبر است. جاه طلب میخواهد که به مردم رعونت فروشد و عده‌ای گرد خود جمع کند که در گوشه و کنار از او تعریف و تمجید کنند و او را بیش از آنچه هست جلوه دهند و او از روی ریا خود را فروتن جلوه دهد. متأسفانه چه در شریعت و چه در طریقت پیشوایانی هستند که بر حب جاه فائق نیامده‌اند و بالاخره پیروان به این قصور آنها پی برده‌اند و از مقام آنها کاسته شده است. خداوند این حب‌جاه را از دل ما بیرون برد!

این‌ها بود امهات رذائل نفس که ما به آن اشاره کردیم و اگر در مجاهده‌ی منفی بر

آنها استیلا یافته آنها مهار نمائیم تقویت صفات حسنه که به ذکر آن میپردازیم چندان مشکل نخواهد بود .

باید دانست که صفات حسنه زیاد است و تمام آنها نمیتوان شماره کرد . هر انسان عاقلی با خواندن کتب پند و اندرز با بسیاری از آنها آشناست . (گفتم آشنا ولی افسوس که به آن عمل نمیکنند) . من اینجا برای تو آنچه برجسته و مهم است ذکر میکنم و آنرا به دو طبقه منقسم میسازم . اول آن کارهایی که برای تصفیه اخلاق متصوف باید از آن احتراز نماید . دوم آن دسته که باید در انجام آن سعی و کوشش کند .

کارهایی که احتراز از آن لازم است :

در هیچ فردی به چشم حقارت نظر مکن و خود را بهتر از دیگران ندان . به کار دیگران بی جهت خرده مگیر . خود خواه مباش و حق دیگران را پایمال مکن . ترش رو و عبوس مباش و سخن به درستی و نخوت مگو .

از جدال و مشاجره احتراز کن . در انجمن به ضد حضار سخن مگو و برای خود نمائی سعی مکن حرف خود را به کرسی نشانی . اگر طرف در جدال اصرار داشت سکوت کن . از حرکاتی که مخالف آداب و عرف است پرهیز کن . سائل را محروم مکن . اگر کسی ترک ادب کرد بر او سخت مگیر . اگر در زندگی گرفتاری در برابر خلق اظهار بیچارگی مکن و جلب ترحم نمنا . توقع کمک و نیکی از مردم مدار . اگر کمکی کردی توقع پاداش مدار . اگر چیزی از دست دادی یابه مقصود نرسیدی تأسف مخور . اگر چیزی بدون انتظار به تو رسید خوشحال شو . از مصاحبت اغنیاء و بزرگان شاد شو و حتی المقدور از آنان کناره گیر . اگر خدمتی کردی طرف را رهین منت خود مساز . خاطر کسی مرنجان . حاجت جز نزد خدا میر . بار آلام خود بردوش دیگران منه . خلف وعده و نقض عهد مکن . کسی را از خود مأیوس مساز . سرکسی را فاش مکن . ظالم و فاسق را مدح مگو . از تملق خودداری کن . کسی که عملی از روی گستاخی کند به رویش مخند

اما اعمالی که برای متصف شدن به اخلاق پسندیده لازم است :

در مصائب صبور باش . در مقابله با نایبکاران حلیم باش . با دشمن مدارا کن . راز مردم مستور دار . دل مردم به دست آور . یتیم را نوازش کن . کار خیری که میکنی یا احسانی که به دیگران مینمائی محض رضای خدا کن . با دوستان خوشرو و موافق باش . با خلق مشفق باش . از بیماران عیادت کن . با همسایگان مهربانی کن . درماندگان را بی منت دستگیری کن . تا میتوانی حاجات خلق را بی توقع برآورده کن . بازپرستان رثوف باش . زحمات خلق را متحمل شو . عفو را بر انتقام چنانکه گفته شد مقدم دار . احسان مردم را در حق خود بزرگ پندار و کمک خود را به دیگران کوچک شمار . در ایثار مال

سخت‌نمند باش. در حق دوست و دشمن انصاف ده. ادب و محبت را پیشه خود ساز. زهد و تقوی را مراعات کن. زهد آنست که آنچه را نفس به آن راغب است ترک کنی و تقوی پرهیز از چیزهاییست که منافعی عرف و قرآن و شریعت باشد که خداوند میفرماید ان اگر مکرم عندالله اتقیکم.

در این صحبت طولانی گمان دارم آنچه را که لازمه تزکیه نفس و صیقلی ساختن آئینه‌ی باطن است برایت گفتم. عرفا میگویند قبل از مردن بمیر و آن را موت ارادی میگویند که شاید بعدها مفصلتر درباره‌ی آن گفتگو کنیم. مقدمه‌ی این موت را به چهار موت تقسیم کرده‌اند.

اول موت احمر که همان جهاد اکبر است با رذائل نفس. دوم موت ابیض است که کم خوردن باشد. سوم موت اخضر است که به ظواهر مانند لباس و امثال آن نباید اهمیت داد. چهارم موت اسود است که درویش از ایزای خلق، متأثر نشود و کلوخ انداز را پاداش سنگ ندهد، دلش از شامت و اهانت دیگران نلرزد و اعمال آنها را ندیده گیرد و با چشم عفو و بخشایش در حقشان نظر کند.

در جلسه‌ی آینده انشاء الله خواهیم دید که جوینده برای تزکیه‌ی نفس چگونه باید عمل نماید تا در مدت بالنسبه کوتاهی به مراد رسد.

دنباله دارد.

بقیه از صفحه ۹۰۵

بآن اطلاق شود و نه متضمن معانی و مقاصد اصل است که ترجمه بآن اطلاق گردد و اگر بمردم چنین بنمایند که این ترجمه اصراست باید دانست که در این امر نویسنده مرتکب قصور و یا تقصیر گردیده است.

اگر قصور نماید دلیل جهالت اوست و اگر عالما "و عامدا" باین امر مهم روی نمایند مقصراست و منظورش گمراهی مردم است. و آن ترجمه محسوب نمیشود بلکه خیانت بمردم است.

۱- کتاب الدرر المعجم ۴ ص ۷۲ س ۲۳

۲- کتاب دیوان دین تألیف آقای حبیب اله نوبخت صفحه ۲۶ سطر هفتم

۳- از آن است که گذشتگان همیشه ترجمه را توأم با تفسیر نموده‌اند مانند ترجمه طبری کشف الاسرار - تفسیر ابوالفتح رازی و غیره.