

تاریخ دریافت: ۹۷/۱۱/۴

فصلنامه علمی عرفان اسلامی

تاریخ پذیرش: ۹۸/۵/۲۲

سال هفدهم، شماره ۶۶، زمستان ۹۹

DOR: [20.1001.1.2008.0514.1399.17.66.17.9](https://doi.org/10.1.1.2008.0514.1399.17.66.17.9)

مقاله پژوهشی

خودشناسی، ضرورت و راه‌های دستیابی به آن از منظر علامه طباطبایی (ره)

اکرم رضایی^۱

مریم بختیار^۲

سیدجاسم پژوهنده^۳

چکیده

«خودشناسی» عبارت است از نوعی درون نگری و کنکاش در وجود خویشتن، جهت شناخت استعدادها، تمایلات و کشش‌های باطنی و در نهایت دستیابی انسان به کمال حقیقی خود. در خودشناسی، شناخت «خود» حقیقی و ملکوتی انسان، مد نظر است که، حقیقتی غیر مادی، غیر متکثر، ثابت و باقی در جمیع حالات و عوارض است؛ به گونه ای که انسان برای اثبات آن در درون خویش نیاز به هیچ برهان و استدلالی ندارد و با علم حضوری آن را شهود می‌کند. دانشمندان بسیاری در حوزه‌های مختلف معرفتی به طور مستوفی در این زمینه سخن گفته اند لیکن نوع نگرش عارف سالک علامه طباطبایی (ره) در این باب (خودشناسی)، بسیار دقیق و پرمحتوا است. این مقاله به روش توصیفی-تحلیلی در آثار ایشان درصدد دست یابی به موضوع فوق الذکر به این نتایج دست یافته است: ایشان طریق معرفت نفس را نزدیک ترین راه به سوی خداشناسی می‌داند و بر این باور است که برای ورود و دستیابی به این طریق، باید از اسباب مذکور در شرع از قبیل: محاسبه، مراقبه، صمت، جوع، خلوت، شب زنده داری و دیگر اسباب یاد شده در منابع شرعی مدد گرفت و بر اعمال عبادی مجاهدت نمود. بدین ترتیب در اثر توجه به نفس به تدریج چهار عالم توحید افعال، توحید صفات، توحید اسماء و در پایان توحید در ذات بر شخص سالک منکشف خواهد شد.

کلید واژه‌ها:

خودشناسی، خود، شناخت، علامه طباطبایی (ره)، سیر و سلوک.

^۱- دانشجوی دکتری گروه عرفان اسلامی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.

^۲- استادیار گروه عرفان اسلامی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران. نویسنده مسئول:

Bakhtyarmaryam@yahoo.com

^۳- استادیار گروه ادبیات عرب، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.

پیشگفتار

یکی از مهم‌ترین مسائلی که بشر از دیرباز، تاکنون با آن روبرو بوده، «شناخت خویشتن» است که از آن در عرف عالمان دینی به «خودشناسی» یاد می‌شود. البته این مقوله از جهات مختلف و با تعبیر متفاوت، موضوع علوم گوناگون قرار گرفته است. روانشناسی، جامعه‌شناسی، تاریخ، اخلاق، طب، فلسفه، عرفان و دیگر دانش‌ها، هر یک علمی هستند که نسبت به موضوع خودشناسی حساس بوده و با نوع نگرش مرتبط با علوم خود، مباحث و مسائلی را به این مهم اختصاص داده‌اند. در دانش‌های حکمی همچون عرفان و فلسفه، نیز قبل از سقراط تا به امروز فیلسوفان اسلامی، همچون: ابن سینا، ملاصدرا، شیخ اشراق، ... و از متاخران علامه طباطبایی (ره)، امام خمینی (ره)، علامه حسن زاده آملی که آثار منظوم و منثور ارزشمندی در این زمینه نگاشته‌اند و... همگی در تالیفاتشان به صورت مبسوط به موضوع نفس آدمی و خودشناسی پرداخته‌اند لکن نقطه اشتراک همه علوم تلاشی است که آنها در جهت شناخت هویت انسانی و از این شناخت نسبت به «خود» انجام داده‌اند. اما بُعد مورد نظر ما در این مقاله، شناخت «خودانسانی» یا به تعبیری «نفس‌شناسی»، «جان‌شناسی» و در تعبیر شایع و فراگیر امروزی که از آن بهره خواهیم برد، «خودشناسی» است. خودشناسی در این پژوهش به معنای، شناخت حقیقت انسان و پی بردن به گنج‌های عظیم پنهان در وجود خویشتن است. با دستیابی به معرفت نفس، انسان به عوامل موثر در رشد و تکامل روحی و معنوی خویش آگاهی می‌یابد و نیز موانع موجود در مسیر نیل به سعادت و ترقی خویش را خواهد شناخت. حضرت علی (ع) در این باره می‌فرماید: به والاترین رستگاری دست یافته، آن کسی که بر شناخت نفس خود پیروز گشته است^۱ (آمدی، ۱۳۶۶، ح ۲۳۲: ۴۶۴).

انسان با دستیابی به خودشناسی، نیازمندی‌های دنیوی و اخروی «خود» را بهتر شناخته و می‌کوشد که در این راستا حالات و احساسات، حرکات و کارهای خود را با دین سازگار کند تا خوشبختی و سعادت هر دو جهان را برای خویش فراهم سازد. همان‌طور که اشاره شد، دانشمندان، حکما و فلاسفه بسیاری در این زمینه سخن‌ها گفته‌اند لکن در این میان علامه طباطبایی (ره) و شیوه نگرش ایشان به مسئله مدنظر و ارتباطی که با بحث خداشناسی مطرح می‌کند، مفاهیم بدیع و عمیقی را پیش روی خواننده روشن می‌نماید.

به طور طبیعی در مقام بیان هر پژوهش علمی، واژگان اساسی و پربسامدی وجود دارد که بر

۱- نَالَ الْفَوْزَ الْأَكْبَرَ مَنْ ظَفِرَ بِمَعْرِفَةِ النَّفْسِ

محقق لازم است، منظور خود را که طبیعتاً همان معنای مقصود در زبان اهل فن نیز است؛ را بیان دارد. براین اساس در آغاز به بیان مفهوم خودشناسی می‌پردازیم.

۱- خودشناسی

خودشناسی واژه‌ای مرکب از دو کلمه «خود» و «شناسی» است. برای فهم بهتر این تعبیر مرکب در زبان عرف و اصطلاح این دو واژه را مورد بررسی قرار می‌دهیم.

۱-۱- مفهوم «خود»

واژه «خود» که در ترکیب خودشناسی از اصالت ویژه‌ای برخوردار است در لغت به معنای «شخص»، «ذات»، «وجود»، «نفس»، «خویش» و «خویشتن» به کار رفته است و صاحبان فرهنگ آن را ضمیر مشترکی میان متکلم، مخاطب و غایب می‌دانند که همیشه به صورت مفرد به کار می‌رود: من خود آمدم، ما خود آمدیم و... (دهخدا، ۱۳۸۵، ج ۶: ۸۸۲۹-۸۸۲۸). بدون تردید ما در «خود» معنایی و حقیقتی می‌یابیم که از آن معنا و حقیقت تعبیر به «من» می‌کنیم و باز هیچ جای تردیدی نیست که همگان در این درک مساوی هستند و حتی یک لحظه از لحظات زندگی از آن غافل نیستیم و هرگز نمی‌شود که خود را از یاد ببریم، قطعاً این «من» یا «خود» در هیچ جای ظاهری محسوس و اعضای باطنی و حواس بدن ما قرار گرفته است زیرا بارها می‌شود که ما از بدن و حواس ظاهری و باطنیمان به کلی غافل می‌شویم. لیکن حتی برای یک لحظه از هستی خود غافل نیستیم و یا اینکه اگر «من» عبارت باشد از بدن و یا عضوی از آن و یا خاصیتی (مانند حرارت) از خواص موجود در آن، که همه و همه مادی است (از احکام ماده، تغییر و قابلیت اقسام و تجزیه است) پس «من» باید قابلیت انقسام و دگرگونی بپذیرد؛ حال آنکه می‌بینیم من امروز و دیروز هیچ تفاوتی با یکدیگر ندارد، یک «من» است و کوچکترین دگرگونی و تعددی به خود نگرفته است. ای بسا در حادثه‌ای شخص نیمی از بدنش قطع شود ولی «خود» او نصف نشده بلکه همان شخص و «خود» قبل از حادثه است. بنابراین آن حقیقتی که در «خود» درک و مشاهده می‌کنیم امری واحد و بسیط که کثرت، اجزاء و مخلوطی از خارج ندارد بلکه واحد صرف است (یک نفر است دو کس نیست و دو جزء ندارد بلکه یک حقیقت است). آن جوهری، مجرد از ماده است که یک نوع تعلق و ارتباط (تدبیر و تصرف) با بدن دارد و همین رابطه یک نحوه اتحاد را میان آن دو به وجود می‌آورد و بدن را اداره می‌کند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱: ۵۵۱-۵۴۹).

۱-۲- مفهوم «شناسی» / «شناخت»

۱- رجوع شود به (طباطبایی، ۱۳۷۸: ۱۶۱-۱۶۰) و یا (شمس، ۱۳۸۴، ج ۱: ۷۶۵-۷۶۴)

«شناسی» واژه ای مرکب از «شناس» بن امر از مصدر شناختن و «ی» حاصل مصدری^۱ است. در زبان و ادبیات فارسی این واژه به صورت ترکیب به کار می رود و به معنای معرفت، درک، علم و آگاهی می باشد (دهخدا، ۱۳۸۵، ج ۲: ۱۸۴۳). از آن جا که واژه «شناسی» ریشه در مصدر «شناختن» دارد؛ بحث را بر روی واژه «شناخت» متمرکز می کنیم. در مفردات الفاظ قرآن ذیل عبارت «عَرَفَ» آمده است: «معرفت، شناختن شیء است با تفکر و تدبّر در آثار آن شیء و آن اخص از علم است؛ لذا می گویند: فلانی به خدا معرفت دارد و نمی گویند به خدا علم دارد زیرا شناخت خدا با تفکر در آثار اوست»^۲ (راغب اصفهانی، بی تا: ۵۶۰). برخی معتقدند «شناخت» از قبیل امور عامه است و حالتی وجدانی و نفسانی است که هر انسان زنده ای بدون هیچ ابهام و تردیدی آن را ابتدا در خود می یابد و وجود آن را تصدیق می کند (همچون مفاهیم تشنگی، غم، شادی و ...) و چنین چیزی را هرگز نمی توان با مفهومی که از وضوح و ظهور بیشتری برخوردار باشد تعریف نمود (صدرالمتالهین، ۱۴۱۰، ج ۳: ۲۷۸).

از نگاه فلسفی شناخت و معرفت به دو نوع حصولی و حضوری تقسیم می شود. علم حصولی عبارت است از «علم به ماهیت اشیاء». در برابر علم حضوری که عبارت است از «علم به وجود اشیاء» (طباطبایی، ۱۳۸۸: ۲۶). به عبارت دیگر در علم حصولی تنها تصویری از معلوم (شیء) نزد عالم حاضر است نه خود معلوم^۳. لکن در علم حضوری، عین واقعیت معلوم (شیء) بدون واسطه نزد عالم حاضر است یکی از موارد علم حضوری همان آگاهی ما به ذات خویش است که با کلمه «من» به آن اشاره می کنیم (ابن سینا، ۱۳۶۳: ۱۶۰). در تفاوت علم حصولی با علم حضوری باید گفت: علم و معرفت حصولی در تحققش، نیازمند به استعمال برهان، استدلال و قیاس است؛ به گونه ای که قوام آن (معرفت حصولی) به این مقدمات بوده و در صورت ایجاد کوچکترین غفلت و شبهه ای (در این مقدمات)، تار و پود علم حصولی متلاشی خواهد شد. لکن از آن جا که معرفت و علم حضوری از جمله امور شهودی و عینی است دیگر در تصدیق آن نیازی به استدلال و برهان و مقدمات نیست (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۶: ۲۵۲).

دستیابی به معرفت نفس از هر دو طریق علم حضوری و حصولی امکان پذیر است. بهترین روش برای شناخت حصولی انسان، بررسی سخنان خداوند متعال در قرآن و سنت است؛ زیرا

^۱ - یکی از اقسام «ی» به نام حاصل مصدری موسوم است که نتیجه مصدر را می رساند در اینجا نیز نتیجه مصدر «شناختن» با کلمه «شناسی» ارائه می شود.

^۲ - المعرفة و العرفان ادراك الشيء بتفكير وتدبر لآثره، وهو أخص من العلم، و يُضادّه أأ الانكار.

^۳ - مانند علم نفس به موجودات خارجی نظیر: زمین، آسمان، انسان های دیگر. در این نوع علم صورتی از زمین، آسمان و ... در حافظه و نزد معلوم حاضر است.

حقیقت انسان کتابی است که نیازمند شرح و توضیح می‌باشد و بهترین شارح آن نیز کسی جز مصنف آن (خالق هستی) نمی‌تواند باشد. خداوند متعال حقیقت انسان را به وسیله انبیاء و اولیاء و فرشتگان شرح کرده و با بیان اینکه آدمی از کجا آمده، به کجا می‌رود و در چه راهی گام بر می‌دارد، او را هم با خودش، هم با خالقش و هم با گذشته و حال و آینده اش آشنا می‌سازد (جوادی آملی، ۱۳۸۵: ۱۲۰). لکن حضرت علی (ع) در باب افضلیت معرفت و سیر انفسی (حضور) بر سیر آفاقی (حصولی) می‌فرماید: «المعرفة بالنفس انفع للمعرفتین» (آقا جمال خوانساری، ۱۳۶۶، ج ۲: ۲۵). در بیان علت کلام معصوم (ع) علامه طباطبایی (ره) می‌فرماید: شاید از این جهت معرفت نفس سودمندتر است که آن معرفت عادتاً از اطلاع بر ذات نفس، قوا، ادوات روحی و جسمی و عوارض آن از اعتدال، افراط و تفریط و همچنین ملکات فاضله و رذیله و احوال پسندیده و ناپسندی که مقارن با آن است خالی نیست، برخلاف سیر آفاقی؛ اگرچه این سیر هم در اصلاح نفس و تهذیب آن از اخلاق رذیله و آراستش به فضایل معنوی موثر است لکن این معانی را در مقایسه با معرفت انفسی به مراتب ضعیف‌تر و به اصطلاح از راه دورتری به گوش دل انسان می‌رساند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۶: ۲۵۲). ذکر این نکته ضروری است که اگرچه معرفت حقیقی تنها و تنها ثمره سیر انفسی است^۱. لکن امام علیه السلام سیر انفسی را تنها راه به سوی حقیقت نمی‌داند زیرا عامه مردم از لحاظ سطح فکری نمی‌توانند این معانی دقیق را درک کنند و اکثریت به تناسب استعدادشان از سیر در آفاق به سطوحی از معرفت و حقیقت دست خواهند یافت و قرآن کریم و سنت رسول خدا (ص) نیز ایشان را در این طریق تخطئه نکرده است (همان: ۲۵۴). در نتیجه هر دو طریق در شناخت حق و حقیقت نافع اند لیکن دومی نافع‌تر و ارزشمندتر است. بدین منظور لازم است با بررسی خودشناسی براساس علم حصولی، ابتدا به یک سری شناخت درباره‌ی خویشتن دست یابیم، شناخت‌هایی که مقدمات این طریق را فراهم می‌آورند و انسان با به کارگیری آن‌ها (سیر عملی) چشم دلش گشوده شده و می‌تواند با درون خویش به شهود عالم ماوراء دست یابد.

۲- ضرورت خودشناسی

یکی از مهم‌ترین دلایل و ضرورت‌های خودشناسی؛ ارتباطی است که این موضوع با بحث خداشناسی دارد؛ به نحوی که معرفت نفس نزدیک‌ترین، کامل‌ترین و قوی‌ترین راه دستیابی به خداشناسی است. بر این اساس قرآن و سنت با هر زبان ممکن بر این موضوع تاکید داشته و به این قصد دعوت می‌نمایند. خداوند سبحان در قرآن کریم می‌فرماید: **وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ**

^۱ - مطالعه بیشتر رجوع شود به: (جوادی آملی، ۱۳۸۵: ۱۰۸)

أَنْفُسَهُمْ (حشر: ۱۹) وقتی انسان خدا را فراموش کرد، اسمای حسنی و صفات عالیّه او را که با صفات ذاتی انسان ارتباط مستقیم دارد را نیز فراموش خواهد کرد یعنی دیگر فقر و حاجت ذاتی خود را از یاد می‌برد؛ در این حال است که خود و سایر اسباب طبیعی عالم رامستقل و صاحب اثر می‌پندارد. چنین کسی پروردگار خود و بازگشتش به سوی او را فراموش می‌کند. از توجه به خدا اعراض کرده، به غیر او توجه می‌کند؛ حاصل آن که خودش را نیز فراموش می‌کند زیرا (شخص) از خودش تصویری دارد که آن نیست (خود را موجودی مستقل در تدبیر امور خویش می‌داند حال آن که چنین نیست) پس علت فراموش کردن خود، فراموش کردن خداست (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۹: ۳۷۸). در غررالحکم و دررالکلم آمدی ۲۲ روایت با موضوع مذکور (معرفت نفس) به نقل از امام علی (ع) ذکر شده است. یکی از این روایات مشهور، حدیث شریف «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ»^۱ (آقا جمال خوانساری، ۱۳۶۶، ج ۵: ۱۹۴) است. طبق این حدیث سالک طریق معرفت نفس، به اعتبار شناخت خود، پی به وجود پروردگار خویش (علم او، قدرت و...) خواهد برد. و با روایات دیگری که با همین مضمون از حضرت رسول اکرم (ص) نقل شده است: «عَرَفْتُكُمْ بِنَفْسِهِ، أَعْرَفْتُكُمْ بِرَبِّهِ»^۲ (فتال نیشابوری، ۱۳۷۵، ج ۱: ۲۰). همگی بر ضرورت خودشناسی و دستیابی به آن از طریق خداشناسی توافق و تاکید دارند.

۳- راه‌های دستیابی به معرفت نفس

راه معرفت نفس همان راه انقطاع از غیرخدا و توجه به خداوند سبحان است. برای شروع این طریق و رسیدن به انقطاع باید از اسبابی که در شرع وارد شده است از قبیل: توبه، انابه، محاسبه، مراقبه، صمت، جوع، خلوت، شب زنده داری و ... مدد گرفت و برای تحقق آنها بر اعمال و عبادات مجاهدت و مداومت نمود. به دنبال آن نفحات الهی و جذبه‌های ربّانی نمودار شده و موجب محبت و صعود سالک خواهد شد (طباطبایی، ۱۳۸۳: ۱۰۶). بنابراین طریق معرفت نفس، طریقی عملی است که سالک با انجام مراحل بر طبق موازین شرع و دستور قرآن و سنت به تهذیب و اصلاح درون خویش می‌پردازد تا از این طریق چشم، دل و گوش او به سوی عالم ماوراء گشوده شود و بتواند به حقایق و معارفی که تاکنون به دلیل حجب تن و مادیت از آنها محروم بوده است دست یابد. علامه طباطبایی نیز بر این نکته تاکید دارد که «مساله عرفان نفس، مساله ای فکری و نظری نیست، بلکه مقصدی است عملی که جز از راه عمل نمی‌توان به معرفت تام و کامل درباره آن دست

^۱ - هر که نفس خود را بشناسد، به تحقیق پروردگار خود را شناخته است.

^۲ - نفس شناس ترین شما، خداشناس ترین شما است (شعیری، بی تا: ۴) و (محمدی ری شهری، ۱۳۸۶، ج ۴: ۱۳۶).

یافت» (همان، ۱۳۷۴، ج: ۶، ۱۵۵). این طریق نزد مشایخ و بزرگان حکمت و عرفان دارای مراحل و مقامات بسیاری است لکن در این مقاله برآنیم، به طرق و اسبابی بپردازیم که از منظر علامه طباطبایی (ره) عمل به آنها موجب قطع علاقه روح از بدن و نیل به شهود و معرفت حقیقی سالک خواهد شد.

۳-۱- ترک عادات و رسوم

علامه طباطبایی اولین قدم در طریق سیر و سلوک را ترک عادات، رسوم، تعارفات و کنار گذاشتن امور اعتباریه ای می‌داند که توجه و پرداختن به هر یک مانعی بر سر راه سالک خواهند بود. وی باید از افراط در این مرحله که تابع بودن محض در برابر اراده اجتماع است و نیز تفریط که گوشه نشینی و کنج خلوت برگزیدن را به دنبال خواهد داشت، بپرهیزد. این معنا حاصل نخواهد شد مگر در سایه اعتدال و اینکه سالک معاشرت و مراوده با مردم را تا حدی که اقتضاء ضرورت زندگی اجتماعی است رعایت کند. او در هر امری از امور اجتماعی ابتدا باید نفع و ضرر آن را بسنجد و بی جهت خود را تابع آراء و عقاید توده مردم قرار ندهد (طهرانی، بی تا: ۱۰۸-۱۰۷). قرآن کریم می‌فرماید: **وَلَا يَخَافُونَ كَوْمَةً لَّائِمًا**^۱ (مائده: ۵۴).

۳-۲- عزم

شروع جدی سالک، بر اثر دیدن نور و جرقه مکاشفه و حالی که براساس آن، وی از علم آموزی امتناع می‌کند و طالب نور دائمی انس می‌باشد را «عزم» گویند^۲ (کاشی، ۱۲۴: ۱۴۲۶). به عبارت دیگر سیر حقیقی سالک از نقطه عزم آغاز خواهد شد و پس از آن او دیگر در طلب علم و معرفت حصولی نیست بلکه، طالب مکاشفه و مشاهده حضوری است. این طریق نیز همچون طرق دیگر دارای مصائب و مشکلات بسیاری است به نحوی که سالک از همان ابتدای راه با ناملازمات و سرزنش‌های اطرافیان که با هدف انحراف از مسیر و یا باز ماندن از ادامه راه است روبرو خواهد شد؛ حال اگر سالک صبر و عزم کافی در این طریق نداشته باشد و در برابر مشکلات ایستادگی ننماید، دفع این مصائب امری محال خواهد بود. در نتیجه وی با توکل و توجه به عظمت مقصد باید از موانع پیش رو نهراسد و به خود هیچ بیمی راه ندهد (طهرانی، بی تا: ۱۰۹). همانگونه که خداوند متعال می‌فرماید: **وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ**^۳ (تغابن: ۱۳).

^۱- (و در راه دین) از نكوهش و ملامت احدی باک ندارند.

^۲- الشروع فی السیر لثبیم برق الكشف و اباء الحال علی العلم و استدامه نورالانس

^۳- و تنها بر خدا اهل ایمان توکل باید کنند.

۳-۳- رفیق و مدارا

از امام صادق (ع) نقل شده است: **إِنَّ هَذَا الدِّينَ مَتِينٌ فَأَوْغِلْ فِيهِ بِرَفِقٍ وَلَا تُبَعْضْ إِلَى نَفْسِكَ عِبَادَةَ اللَّهِ فَإِنَّ الْمُؤْتَبَرَ لَا أَرْضًا قَطَعَ وَلَا ظَهْرًا أَبْقَى**^۱ (مجلسی، ۱۳۶۴، ج ۲: ۲۲۸). طبق این روایت توصیه شده است که انسان با صبر و حوصله وارد امور دینی شده و مراتب و درجات آن را تدریجاً طی کند تا بتواند مشکلات و وظایف سنگین را تحمل نماید و با تمرین مداوم توفیق انجام کارها و عبادت‌های صعب و دشوار را به دست آورد. سالک در ابتدای سفر در اثر ظهور تجلیات صوریه جمالیه، شور و شوق زاید الوصفی را در خویشتن احساس می‌کند لذا اکثر اوقات خود را صرف دعا و عبادات می‌نماید حال آنکه این روند باعث تحمیل فشاری بیش از حد توان نفس، بر آن خواهد شد. بنابراین سالک بار سفر را در ابتدای و یا نیمه راه زمین گذاشته و از ادامه سفر و معذات آن بیزاری می‌جوید. بر این اساس سالک باید با نظری دقیق، استعداد، خصوصیات روحی، وضع کار و قابلیت تحمل خود را سنجیده و اعمالی که می‌تواند بر آنها مداومت کند را برگزیده و به آن مقدار اکتفا کند. سالک طریق باید آن زمان که هنوز میل و رغبتی نسبت به عبادت دارد دست از عمل بکشد تا این میل و رغبت در او باقی بماند و همیشه خود را تشنه عبادت بیابد و این معنای رفیق و مدارا است (طهرانی، بی تا: ۱۱۲-۱۱۰). **عن ابی عبدالله (ع) قال: لَا تُكْرَهُوا إِلَى أَنْفُسِكُمُ الْعِبَادَةَ**^۲ (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲: ۸۶).

۳-۴- وفا

وفا در مسیر سیر و سلوک عبارت است از آنچه سالک نسبت به انجامش توبه کرده و دیگر مرتکب آن اشتباه نشود؛ در واقع هر آنچه را با شیخ و یا استاد خویش مواعده و معاهده نموده است، بجا آورد و تا آخر مسیر به آن وفادار باشد (طهرانی، بی تا: ۱۱۲).

۳-۵- ثبات و دوام

مراد از ثبات آن است که هر آنچه را سالک بر آن عزم و وفا نموده، بر آن مداومت ورزد و از آن تخلف ننماید تا آن حال تبدیل به مقام شود (بحرالعلوم، ۱۴۲۵: ۱۵۰). در تاکید این مطلب آمده است **«أحب الأعمال إلى الله ماداوم عليه العبد و ان قل»**^۳ (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲: ۸۲). علامه طباطبایی در تعبیر

^۱ - این دین مقدس استوار و دقیق و محکم است پس باید با ملایمت و حوصله وارد شد و خیلی به خود فشار نیاورد که عبادت را در منظر خویش مبعوض و منفور قرار دهی، زیرا رهرو عجزول نه راهی سپرده و نه مرکوب خود را حفظ کرده است.

^۲ - عبادت را بر نفس‌های خود تحمیل نکنید.

^۳ - محبوب‌ترین اعمال نزد خدا، مداوم‌ترین آنهاست، هرچند اندک باشد.

دیگری می‌فرماید: ذوات و افعالی که در جهان خارج تحقق دارند، دارای حقایق عالی مرتبه و ماوراء این ظواهر و محسوسات مادی هستند و این حقایق عالی چون از وجه ای ملکوتی و مجرد برخوردارند جز ثبات و دوام و کلیت چیزی بر آنها مترتب نیست (برخلاف صور خارجی که دستخوش فنا و نیستی خواهند بود). از طرفی سالک طریق حق می‌تواند با قدم سلوک و مجاهده حجاب نفس و عقل را کنار زده و این حقایق مجرده را در همین نشئه مادی مشاهده کند و نیز در مرتبه ای بالاتر به واسطه اعمال مترتبه و مداوم خویش، خواهد توانست آن صور ملکوتیه را در نفس خود تثبیت کند تا از حال به مقام ملکه ارتقاء یابند. در نتیجه سالک به واسطه تکرار (ثبات و دوام) هر عملی می‌تواند حظّ روحانی و ایمانی خود را از آن عمل دریافت کند تا آن که جنبه ملکوتی ثابت عمل، برای وی حاصل شود (طهرانی، بی تا: ۱۱۷-۱۱۳).

۳-۶- مراقبه

مراقبه آن است که «عبدسالک در سیر الی الله و در قلب خود به طور دائم مراقب حق تعالی باشد»^۱ (کاشی، ۱۴۲۶: ۱۰۹). بسیاری از مشایخ عظام این مرحله را از لوازم حتمیه و اهم شرایط سلوک می‌دانند و معتقدند تا مراقبه صورت نگیرد ذکر و فکر نیز بدون اثر خواهد بود. از منظر علامه طباطبایی مراقبه عبارت است از آن که سالک در جمیع احوال مراقبت و مواظبت نموده تا از وظایف خویش تخطی ننماید و از آنچه که بر آن عزم کرده تخلف نکند. مراقبه در هر مقام و منزل متفاوت است برای مثال در ابتدای سلوک به معنای دوری گزیدن از هر آنچه در قول و فعل خلاف رضای حق تعالی است در منازل و مقامات بالاتر که مراقبه شدت یافت شامل توجه به سکوت و یا نفس خویش و حتی توجه به حقیقت اسماء و صفات الهیه نیز خواهد شد (طهرانی، بی تا: ۱۱۹-۱۱۸). لکن برخی آن را (مراقبه) بر سه قسم می‌دانند: الف) آن چنان حق را بزرگ و خود یا دیگران را کوچک بدانند که به تدریج از نظر کردن و توجه به خود یا دیگران غافل شود. ب) آن چنان حق را نزدیک بدانند که این احساس قرب موجب تعظیم او باشد. ج) به طور دائم مراقب نشاط خویش باشد، تا اینکه او را به ادامه سیر و ادار کند^۲ (انصاری، ۱۳۸۵: ۲۹۰).

۳-۷- محاسبه

منظور از محاسبه، حسابرسی مداوم اعمال، رفتار و گفتار و «موازنه بین نیکی‌ها و بدی‌هاست»^۳ (کاشی، ۱۴۲۶: ۹۳) و آن عبارت است از اینکه سالک اوقات معینی را در طول شبانه

^۱ - مراقبه الحق تعالی بالقلب علی الدوام فی السیر الیه.

^۲ - مراقبه الحق فی السیر الیه علی الدوام، بین تعظیم مذهب، و مدانه حامله و سرور باعث.

^۳ - الموازنه بین الحسنات و السيئات.

روز به مرور اعمال و افعال خود اختصاص دهد و طبق این بررسی و محاسبه از هر آنچه، از وظایفی که بر عهده اش بوده است لکن تخلف ورزیده باید استغفار کند و در صورت عدم تخلف، شکر حق تعالی را به جا آورد (طهرانی، بی تا: ۱۲۰-۱۱۹). در روایت نیز بر این امر تاکید شده است؛ کسی که هر روز خود را به محاسبه نکشد، از ما نیست، تا ببیند اگر کار شایسته ای به انجام رسانده است، بر آن بیافزاید و اگر کار ناشایستی مرتکب شده است، از آن توبه کند^۱ (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲: ۴۵۳).

۳-۸- مواخذه

آن گاه که سالک به محاسبه اعمال خود پرداخت و دریافت که از جانب وی تخلف و تعرضی صورت گرفته است باید به مواخذه خویشتن پردازد و آن عبارت است از تادیب و تنبیه نفس به نحو مقتضی (عتاب، زجر، عذاب و...) پس از مشاهده تخلف و خیانت (طهرانی، بی تا: ۱۲۰). آن چنان که در شرح حال یکی از اکابر ماثور است که در مصلاهی خویش تازیانه ای داشت و پس از محاسبه نفس و ظهور خیانت، خود را با آن تادیب می کرد. اگر سالک دریابد که در ازای تخلف صادر شده از وی در شرع، مکفاتی تعیین شده است باید هر چه سریعتر به اجرای آن پردازد (بحرالعلوم، ۱۴۲۵: ۱۵۲).

۳-۹- مسارعت

مسارعت به معنای سرعت بخشیدن در آنچه سالک بر آن عزم نموده است. زیرا در این مسیر آفت‌ها و موانع بسیاری متناسب با هر مقام و یا مرتبه ای برای سالک پدیدار می گردد در نتیجه او باید قبل از آنکه شیطان مجال و سوسه بیابد وظیفه خود را انجام داده و در راه وصول به مقصد لحظه ای اهمال و سستی نرزد (طهرانی، بی تا: ۱۲۰).

۳-۱۰- ارادت

در این جا ارادت عبارت است از اظهار دوستی و محبت خالصانه نسبت به صاحب شریعت و خلفای حقّه آن بزرگوار تا سر حد کمال؛ زیرا هر چه ارادت بیشتر باشد اثر اعمال در نفس سالک خالص تر و نیکوتر خواهد بود (همان). از تنمه آن نیز ارادت و اخلاص به ولایت حضرت رسول اکرم (ص) (و آنچه امر شده در ردّ اعمال بدون ولایت ایشان دال بر این مطلب است^۲) و ذریّه، منسوبان و شعائر ایشان (قبور، کتب جامعه کلمات و...) است. چون اصل قوانین و قواعد از جانب

۱- لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يُحَاسِبْ نَفْسَهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ فَإِنَّ يَوْمَ عَمَلٍ حَسَنًا اسْتَرَادَ اللَّهَ وَ إِنِّ عَمَلٍ سَيِّئًا اسْتَعْفَرَ اللَّهَ مِنْهُ وَ تَابَ إِلَيْهِ.

۲- النَّبِيُّ أَوْلَىٰ بِالْمُؤْمِنِينَ مِنْ أَنفُسِهِمْ (احزاب: ۶)، إِنَّمَا وَلِيُّكُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ (مائدة: ۵۵).

پروردگار است، ملازمت آثار محبت و شفقت و مهربانی نسبت به جمیع منسوبان پروردگار نیز که همان مخلوقات هستند (به حیوان و غیر آن) لازم است (بحرالعلوم، ۱۴۲۵: ۱۵۳-۱۵۲). **أَسْأَلُكَ حُبَّكَ** و **حُبَّ مَنْ يُحِبُّكَ**.^۱

۳-۱۱- ادب نگه داشتن

رعایت ادب نسبت به حضرت رب العزه و خلفای ایشان (که با مرحله ارادت و محبت مغایرت دارد) عبارت است از توجه به خویشتن از آن جهت که خلاف آنچه مقتضای عبودیت است از وی (سالک) سر نزند و از حریم خود تجاوز نکند. موجود ممکن (سالک) در برابر واجب الوجود (حق تعالی) حد و حریمی دارد و لازمه این ادب رعایت مقتضیات عالم کثرت است ولی ارادت و محبت انجذاب به حضرت احدیت است که لازمه اش توجه به وحدت است. نسبت ارادت و ادب مانند نسبت واجب است به حرام در احکام شرعی، چنان که سالک در ایتان واجب توجه به سوی محبوب دارد لکن در اجتناب از حرام توجه به حریم خویش دارد تا مبادا از حدود امکانی و مقتضیات عبودیت خود خارج شود. کمال ادب سالک آن است که در جمیع احوال (تکلم، سکوت، خوردن، آشامیدن، خوابیدن، حرکت و ...) خود را در محضر حضرت حق سبحانه و تعالی بیابد. در تمامی حرکات و سکنتات پیوسته توجه به اسماء و صفات الهی را محفوظ داشته تا اینکه ادب و خاکساری بر وی مشهود شود (طهرانی، بی تا: ۱۲۳-۱۲۱).

۳-۱۲- نیت

نیت عبارت است از «خالص ساختن قصد در سیر و سلوک و جمیع اعمال از برای خداوند متعال و قطع طمع از اغراض دنیویه و اخروییه بلکه از جمیع آنچه به خود راجع شود» (همان). علامه طباطبایی (ره) نیز در ذیل همین بحث آورده است: سالک در سلوکش نباید هدفی جز نفس سلوک و فناء در ذات احدیت داشته باشد و به عبارت دیگر باید سیرش خالصانه باشد (طهرانی، بی تا: ۱۲۳). **فَاعْبُدِ اللَّهَ مُخْلِصًا لَهُ الدِّينَ** (زمر: ۲). در روایات بسیاری نیز وارد شده است که نیت سه مرتبه دارد: **الْعِبَادَةُ ثَلَاثَةٌ قَوْمٌ عَبَدُوا اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ خَوْفًا فِتْلِكَ عِبَادَةُ الْعَبِيدِ وَ قَوْمٌ عَبَدُوا اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى طَلَبَ الثَّوَابِ فِتْلِكَ عِبَادَةُ الْأَجْرَاءِ وَ قَوْمٌ عَبَدُوا اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ حُبًّا لَكَ فِتْلِكَ عِبَادَةُ الْأَحْرَارِ وَ هِيَ أَفْضَلُ**

^۱ - پروردگارا محبت خود را روزیم گردان و محبت کسی را که تو را دوست دارد (فیض کاشانی، ۱۳۸۷: ۹۴).

^۲ - خدا را پرستش کن در حالی که دین را برای او خالص گردانیده باشی (و روی دل از غیر برگردانی)

الْعِبَادَةُ (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲: ۸۴). با اندک تاملی در این روایت در می‌یابیم که رجوع دو گروه اول در عبادتشان نه تنها خداوند نیست بلکه ایشان علائق و مشتبهات نفسانی را با حق تعالی شریک قرار داده‌اند و این همان معنای شرک است. إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَنْ يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَنْ يَشَاءُ^۲ (نساء: ۴۸) بنابراین طبق این آیه، عبادت آنها ابداً ثمری نداشته و ایشان را به خدای متعال نزدیک نخواهد کرد. اما دسته سوم گروهی هستند که پایه عبادت و پرستش خود را بر اصل محبت و انجذاب به سوی خداوند قرار داده‌اند و جز تقرب به او هیچ مقصود و منظور دیگری ندارند. سالک در ابتدای سفر با قدم محبت گام بر می‌دارد اما پس از کسب کمالاتی در خواهد یافت این عبادت نیز خالی از شائبه شرک نیست زیرا محبت صفت است و محبوب موصوف و تا هنگامی که صفت باقی است سالک از تعینات نگذشته و به مطلوب که فناء، در ذات است نخواهد رسید. شرط سلوک در محبت کامله آن است که سالک محبوب را نیز فراموش کند پس در این مرحله باید عنوان محبت و محب و محبوب از بین برود و صفت نابود گردد تا وی به کلی از عالم کثرت گذشته و قدم در عالم وحدت بنهد. پس از این مرحله است که نیت از سالک منتفی می‌گردد زیرا دیگر شخصیت و خودیتی در میان نیست تا نیتی از او صادر شود (طهرانی، بی تا: ۱۲۸-۱۲۳).

۳-۱۳- صمت

صمت عبارت از سکوت است و در این جا منظور، حفظ زبان از سخنان لغو و بیهوده است که از فضائل و کمالات انسانی به شمار می‌رود (امام خمینی (ره)، ۱۳۹۳: ۳۸۵-۳۸۶). در اکثر رساله‌های سیرو سلوک، صمت بر دو قسم عام (مضاف) و خاص (مطلق) است. علامه طباطبایی (ره) سکوت عام را عبارت از حفظ زبان از تکلم زائد بر ضرورت با مردمان می‌داند و معتقد است سالک باید در تمام مراحل و اوقات سلوک به قدر ضرورت با دیگران سخن بگوید (طهرانی، بی تا: ۱۳۲). و آنچه در اخبار وارد شده اشاره به این قسم از صمت است. قَالَ الصَّادِقُ (ع): الصَّمْتُ شِعَارُ الْمُجِيبِينَ، وَ فِيهِ رِضَا الرَّبِّ^۳ (مصباح الشریعه، بی تا، ج ۱، باب ۴۶: ۱۰۱). قَالَ اَبَا جَعْفَرٍ (ع): اِنَّمَا شِيعَتُنَا الْخُرْسُ^۴ و قَالَ

۱- امام صادق علیه السلام می‌فرماید: عبادت‌کنندگان سه دسته‌اند: ۱- گروهی خدا عزوجل را از ترس عبادت می‌کنند و این عبادت بردگان است. ۲- مردمی که خدای تبارک و تعالی را به طمع ثواب عبادت می‌کنند که این عبادت مزدوران است. ۳- دسته‌ای که خداوند عزوجل را برای دوستی اش عبادت می‌کنند که این عبادت آزادگان و بهترین عبادات است.

۲- محققا خدا گناه شرک را نخواهد بخشید و سواى شرک را برای هر که می‌خواهد، می‌بخشد.

۳- امام صادق (ع) فرمود: سکوت شعار مجتبان است، و خشنودی خدا در آن است.

۴- امام محمد باقر (ع) فرمود: شیعیان ما بی زبانند. و امام رضا (ع): سکوت دری است از درهای حکمت.

ابوالحسن الرضا(ع): *إِنَّ الصَّوْمَ بَابٌ مِنْ أَبْوَابِ الْحِكْمَةِ*^۱ (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲: ۱۱۳). «سکوت خاص نیز عبارت است از حفظ لسان از تکلم در حین اشتغال به اذکار حصریه کلامیه و در غیر آن غیر مستحسن است» (طهرانی، بی تا: ۱۳۳). در رساله تحفه الملوک ذیل این بخش آمده است: «شاید مراد آن باشد که انسان در درون خود نیز ساکت باشد و از گفتگوی خود با ملک و از توجه به آرزوی خود، خودداری نموده و بالمره از گفتگوی با غیر حق چشم بپوشد» (بحرالعلوم، ۱۴۲۵: ۱۵۹). از فواید صمت می‌توان به تفکر و اشتغال به باطن، تصفیه و تنزیه درون از کدورت‌ها، تقرب به مبدا کمال و برطرف کردن موانع طریق اشاره کرد (امام خمینی (ره)، ۱۳۹۳: ۳۹۶).

۳-۱۴- جوع

با مطالعه و مقایسه متون عرفانی و صوفیه در می‌یابیم که اگرچه سفارش به جوع بیشتر به یک عمل صوفیانه مشهور است لکن دستور شرع در این زمینه شامل همه مسلمانان می‌شود^۲. در قرآن کریم گاهی آن را معادل با «صوم»^۳ و یا به معنای نوعی تعادل بین خوردن و عدم زیاده روی^۴ و یا به معنای کم خوردن و حفظ سد جوع^۵ (نخوردن تا حد ضرورت) می‌داند. در این میان علامه طباطبایی (ره) ضمن پذیرش جوع به عنوان اصل اساسی در سیر و سلوک آن را تا حدی که موجب ضعف سالک از سلوک نشود مجاز دانسته و آن را مقابل «کثرة الاکل» قرار می‌دهد نه امتناع از اکل؛ افزون بر اینکه مهمترین نوع آن را «صوم» می‌داند و در بیان فواید جوع و کم خوری آن را موجب سبکی و نورانیت نفس و طیران فکر سالک می‌داند^۶ (طهرانی، بی تا: ۱۳۳). با این مضمون از امام جعفر صادق(ع) نیز روایت شده است: اعتدال در خوردن آن است که (سالک) به قدری چیزی بخورد که ثقل معده و الم گرسنگی هیچ یک را نفهمد. بلکه از یاد شکم بیرون رود و از آن متأثر نگردد، زیرا که مقصود از خوردن زنده بودن و قوت عبادت است. ثقل طعام آدمی را کسل و مانع عبادت او می‌شود و الم گرسنگی نیز دل او را مشغول می‌کند و از کار باز می‌دارد پس شایسته است چنان

۱- گرسنگی نان خورش مومن، غذای روح و خوراک قلب است.

۲- *يَا بَنِي آدَمَ... كُلُوا وَاشْرَبُوا وَكُلُوا تَسْرَفُوا* (اعراف: ۳۱) خطاب در ابتدای آیه، خطاب عام است و با لفظ «یا بنی آدم» شروع می‌شود (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۸، ص ۹۸).

۳- *يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ* (بقره: ۱۵۳) برخی از مفسران صبر را در این آیه به صوم (روزه) معنا کرده اند (بروجردی، ۱۳۶۶، ج ۱: ۲۷۱).

۴- *يَا بَنِي آدَمَ... كُلُوا وَاشْرَبُوا وَكُلُوا تَسْرَفُوا* (اعراف: ۳۱).

۵- *وَلْيَبْلُغْكُمْ بَشِيرٌ مِنْ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِيرٌ الصَّابِرِينَ* (بقره: ۱۵۵) و خداوند شما را به چیزی از گرسنگی و ترس و نقص در اموال و جان‌ها و ثمرات می‌آزماید و صابرين را بشارت ده.

۶- *الْجُوعُ إِدَامٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَغِذَاءٌ لِلرُّوحِ وَطَعَامٌ لِلْقَلْبِ* (مصباح الشریعه، بی تا، ج ۱، باب ۳۲: ۷۷). گرسنگی نان خورش مومن و غذای روح و خوراک قلب است.

چیزی بخورد که اثری از اکل در او نباشد تا شبیه به ملائکه گردد که ایشان نه از ثقل معده متاثر اند و نه از گرسنگی متضرر می‌گردند. (نراقی، ۱۳۷۸: ۳۲۲).

۳-۱۵- خلوت

خلوت به معنای انزوا و جای خالی و در اصطلاح متصوفه «خلوت، محاذثه سرّ است با حق تعالی که غیری در آن مجال نبود» (گوهرین، ۱۳۶۸، ج ۵: ۱۵۲). برخی آن را به معنای عزلت و گوشه نشینی و عده ای دیگر به معنای خلوت از اغیار و اعراض از نفس و هر آنچه که سالک را به سوی خود می‌طلبد و به غیر از حق تعالی مشغول می‌دارد، معنا کرده‌اند. بنابراین مقام خلوت از عزلت بالاتر است (همان: ۱۵۳). به تعبیری دیگر عزلت، عزلت از خلق و اغیار است در حالی که خلوت، عزلت از نفس است^۱ (سهروردی، ۲۰۰۶، ج ۲: ۶۶۸). علامه طهرانی به نقل از علامه طباطبایی خلوت را بردو قسم: عام و خاص دانسته‌اند. منظور از خلوت عام (که آن را عزلت نیز گویند) کناره گیری از غیر اهل الله خصوصاً از صاحبان عقول ضعیفه از عوام مردم است مگر به قدر ضرورت. البته باید گفت مصاحبت و مجالست با اهل طاعت منافاتی با این قسم از خلوت ندارد و برگزیدن مکان خاصی در آن شرط نیست. خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: وَذَرِ الَّذِينَ اتَّخَذُوا دِينَهُمْ لَعِبًا وَلَهْوًا وَعَرَّتْهُمْ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا (انعام: ۷۰). اما خلوت خاص عبارت است از دوری از جمیع مردم و این قسم از خلوت اگرچه در جمیع عبادات و اذکار خالی از فضیلت نیست لکن در طائفه ای از اذکار کلامیه بلکه در جمیع مشایخ طریقت از شروط اصلی سلوک است و برخی از شرایط محل خلوت در ایشان، وحدت و دوری از ازدحام و غوغا و استماع صوت مشوئش و حلیت مکان و... (طهرانی، بی تا: ۱۳۵).

۳-۱۶- سهر

سهر یکی از آداب سلوک و به معنای بیداری و شب بیداری است؛ از شروط سهر بیداری توامان دل و دیده (نه تنها بیداری دیده) و انجام آدابی خاص برای رسیدن به هدف سلوک است زیرا در غیر این صورت این بیداری نتیجه ای جز خستگی تن و کاهش جان ندارد (گوهرین، ۱۳۶۸، ج ۶: ۳۶۷). در رساله لب اللباب ذیل این بحث به نقل از علامه طباطبایی آمده است: منظور از سهر، بیداری سحر، مقداری است که با طبیعت و طاقت سالک سازگار باشد (طهرانی، بی تا: ۱۳۶). و در مذمت خواب سحرگاه و مدح عادت به بیداری قرآن کریم می‌فرماید: كَانُوا قَلِيلًا مِّنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ

^۱ - الخلوه غیرالعزله، فالخلوه من الاغيار، و العزله من النفس.

^۲ - و آنان که دین خود را بازیچه و سرگرمی گرفتند و زندگانی دنیا آنها را فریب داد به حال خود واگذار.

وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَعْفِرُونَ^۱ (ذاریات: ۱۸-۱۷).

۳-۱۷- دوام طهارت

«طهارت» در لغت به معنی «پاک گردیدن و در اصطلاح شرع عبارت است از شستشوی اعضای مخصوص به صفتی خاص و آن نظافت مخصوص و متنوعی است از قبیل وضو، غسل بدن و جامه، تیمم و غیره و در اصطلاح صوفیه پاکی دل را از آرایش اغیار، طهارت گویند» (گوهرین، ۱۳۶۸، ج ۷: ۳۹۶). علامه طباطبایی نیز دوام طهارت را یکی از مراحل سیر و سلوک می‌داند و آن عبارت است از دائم الوضو بودن و انجام غسل‌های واجب و غسل جمعه و حتی الامکان سایر غسل‌های مستحب (طهرانی، بی تا: ۱۳۶). بزرگان طریق طهارت را بر دو قسم، طهارت ظاهر و طهارت دل می‌دانند. ایشان معتقدند همان گونه که بدون طهارت بدن، نماز صحت ندارد، بدون طهارت دل نیز معرفت حاصل نمی‌شود و همان طور که طهارت تن باید با آب مطلق (نه آب مضاف) باشد، طهارت دل و باطن نیز با اعتقاد به توحید محض صورت خواهد گرفت بنابراین این طایفه پیوسته در ظاهر طهارت و در باطن از هرچه غیر اوست بریده و به توحید حقیقی پایبند هستند (گوهرین، ۱۳۶۸، ج ۷: ۳۲۸). در تاکید این مطلب قرآن کریم می‌فرماید: لَا يَمَسُّهُ إِلَّا الْمُطَهَّرُونَ (واقع: ۷۹).

۳-۱۸- مبالغه در تضرع

منظور از مبالغه در تضرع «اظهار مسکنت، خاکساری و بکاء در افعال و اعمال است» (طهرانی، بی تا: ۱۳۷). برخی از بزرگان و مشایخ اهل طریقت اولین گام ورود به باطن نفس را مقام «حزن» می‌دانند که به لحاظ معنایی تطابق بسیاری با بحث مذکور دارد؛ از نظر ایشان مقام حزن عبارت است از اندوه سالک بر کوتاهی در اطاعت از خداوند و فرو افتادن در مهلکه گناه و تباه کردن ایام زندگی اش^۲ (کاشی، ۱۴۲۶: ۱۰۰).

۳-۱۹- احتراز از لذائذ

علامه طباطبایی ذیل معنای احتراز از لذائذ آورده است: «و آن دوری جستن از مشتهیات به اندازه استطاعت سالک و اکتفا نمودن به آنچه که قوام حیات و بدن وی به آن است» (طهرانی، بی تا: ۱۳۷). راه جلوگیری از شهوات و رسیدن به صفای باطن انجام عبادات است. هریک از عبادات به منزله نردبان ترقی و راه وصول به کمالاتی است. برای مثال نماز، قلب انسان را متوجه یاد خداوند

^۱ - آنان (پرهیزگاران) اندکی از شب را می‌خوابیدند (و بیشتر آن را به عبادت و بندگی می‌گذرانند) و سحرگاهان از درگاه خدا طلب آمرزش و مغفرت می‌کردند.

^۲ - الحزن علی التقصیر فی الصاعه، والتورط فی الجفاء و ضیاع الایام.

می‌کند. وضو علاوه بر طهارت و پاکی ظاهری موجب صفا و انبساط روحی خواهد شد، انفاق و یا خمس، گذشتن و انقطاع از اموال دنیوی است. انجام هر یک از عبادات و مداومت بر آنها، فضائل و صفات عالیه کم نظیری را در انسان ایجاد خواهد کرد و بر صفای نفس و تجرد آن می‌افزاید بنابراین به همان نسبت که نفس تجرد می‌یابد ایمان و یقین بیشتر و در مقابل پرداختن به مشتهیات نفسانی و آرزوهای پست حیوانی کمتر خواهد شد (انصاریان، ۱۳۸۶، ج ۷: ۹۰-۸۹).

۳-۲۰- کتمان سر

بزرگان طریقت «کتمان سر» را یکی از شرایط بسیار مهم سلوک دانسته اند و توصیه‌های بسیاری مبنی بر کتمان سر در اذکار، اوراد، حالات، واردات و مکاشفات نموده اند. از آثار و نتایج تقیه و کتمان سر می‌توان به کاهش مصائب و شدائد اشاره کرد که در مقابل ترک آن موجب کثرت فتن و بلاها و مصیبت‌ها خواهد بود؛ بر این اساس کلیه ائمه اطهار صلوات الله علیه ترک آن را، از جمله گناهان بزرگ به شمار آورده اند (طهرانی، بی تا: ۱۳۸-۱۳۷). امام سجاد (ع) می‌فرماید: چه بسیار از آن علوم جوهریه اصلیه که در من است و اگر بدان لب بگشایم تحقیقاً مرا بت پرست می‌نامند و جمعی از مردان مسلمان به این جرم، خون مرا حلال می‌شمارند؛ آنان زشت ترین کردار خود را نیک می‌دانند (همان، ۱۴۲۷: ۳۷۷).

۳-۲۱- شیخ و استاد

در آیات^۲ و احادیث بسیاری و به تبعیت از آنها، اکثریت عرفا بر ضرورت پیر و یا مرشد در طی طریق عرفان تاکید ورزیده و آن را از مسائل اساسی سیر و سلوک عرفانی دانسته اند. رجوع به پیر و قطب از باب رجوع جاهل به عالم و غیر خُبره به خبره است. علامه طباطبایی استاد و پیران طریقت را بر دو قسم، استاد عام و استاد خاص می‌داند و می‌فرماید: استاد عام آن است که اختصاصاً مامور به هدایت نباشد لکن ایشان داخل در عموم هستند «فَأَسْأَلُوا أَهْلَ الذِّكْرِ إِنْ كُنْتُمْ لَّا تَعْلَمُونَ» (نحل: ۴۳) پس اگر نمی‌دانید از آنان که می‌دانند و به یاد دارند پرسید. مراجعت به استاد عام تنها در ابتدای سلوک لازم است؛ لکن وقتی سالک مشرف به مشاهدات و تجلیات صفاتیه و ذاتیه شد دیگر همراهی او (استاد عام) ضرورتی ندارد. استاد خاص نیز آن است که اختصاصاً تصریح به

^۱ - وَ رَبِّ جَوْهَرٍ عِلْمٍ لَوْ أَبْوَحُ بِهِ / لَقَبِيلَ لِي أَنْتَ مِمَّنْ يَعْْبُدُ الْوَتْنَا
وَلَا سَتَحَلَّ رَجَالٌ مُّسْلِمُونَ دَمِي / يَرُونَ أَقْبَحَ مَا يَأْتُونَهُ حَسَنًا

^۲ - هَلْ أَتَيْتُكَ عَلَىٰ أَنْ تُعَلِّمَنِي مِمَّا عُلِّمْتَ رُشْدًا (طه: ۴۱). در داستان حضرت موسی (ع) و حضرت خضر (ع) حضرت موسی (ع) با کمال احترام و ادب به حضرت خضر (ع) می‌گوید: آیا اجازه می‌دهی تا از آنچه که به تو یاد داده شده است از تو پیروی کنم.

هدایت و ارشاد وی شده است و آن رسول خدا(ص) و خلفای خاصه او هستند که سالک هیچ گاه از مرافقت و همراهی ایشان بی نیاز نخواهد بود حتی آن زمان که به مقصود خود رسیده باشد. زیرا آداب کشور لاهوت را نیز باید امام به سالک بیاموزد^۱ (طهرانی، بی تا: ۱۴۱-۱۳۹) بنابراین از دیدگاه عرفان، پیران واقعی پیامبران الهی و در راس آنها رسول اکرم(ص) و ائمه عظام(ع) هستند که به هدایت خداوند سبحان سیر و سلوک عرفانی را به پایان رسانده و سپس به امر خدا به راهنمایی مردم پرداخته اند.

۳-۲۲- ورد

«ورد» عبارت است از آن که «سالک با دوام حضور قلب با حق تعالی، از فراموشی پروردگار خلاصی یابد»^۲ (کاشی، ۱۴۲۶: ۱۲۷). کیفیت و کمیت این ادکار و اوراد لسانیه را استاد طریقت مشخص می‌کند زیرا ذکر همانند یک دارویی است که نمی‌توان برای هر شخص بیماری، آن را تجویز کرد. برای اساس هر ذکری نیز مختص حال و مقامی مشخص است یکی سالک را به کثرت و دیگری وی را به وحدت متوجه می‌کند و در صورت اجتماع هر دو ذکر در یک حال و یا مقام نتیجه هر دو خنتی می‌گردد و بهره ای برای سالک نخواهد داشت (طهرانی، بی تا: ۱۴۶-۱۴۵). قرآن کریم نیز در موارد متعددی مسلمانان را به این امر مهم فرا می‌خواند. فَادْكُرُوا اللَّهَ كَذِكْرِكُمْ آبَاءَكُمْ أَوْ أَشَدَّ ذِكْرًا^۳ (بقره: ۲۰۰) و همچنین ایشان را از آفت فراموشی خدا و غفلت از ذکر الهی سخت برحذر می‌دارد. فَأَعْرِضْ عَنْ مَنْ تَوَلَّى عَنْ ذِكْرِنَا وَلَمْ يُرِدْ إِلَّا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا. ذَلِكَ مَبْلَغُهُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ اهْتَدَى^۴ (نجم: ۳۰-۲۹). علامه طباطبایی در ذیل این آیه، دست یافتن به حقائق ماوراء درباره مبدا و معاد را از مهمترین نتایج و ثمرات ذکر و یاد خداوند می‌داند (طباطبایی، ۱۳۷۰، ج ۱۹: ۷۸). در روایات نیز یاد خدا سرمایه هر مومن و موجب رهایی از شیطان دانسته شده است: ذِكْرُ اللَّهِ رَأْسُ مَالِ كُلِّ مُؤْمِنٍ، وَرَبِخُهُ السَّلَامَةُ مِنَ الشَّيْطَانِ (آمدی، ۱۳۶۶، ج ۳: ۳۶۲۱). ۱۸۸.

۳-۲۳- نفی خواطر، ذکر و فکر

این سه مرحله از مهمات وصول به مقصد است و اکثر افرادی که از سیر بازمانده و یا نتوانسته

^۱ - در این جا منظور از همراهی و مصاحبت امام، همان مراقبت باطنی ایشان بر سالک است زیرا واقعیت و حقیقت امام همان مقام نورانیت اوست که سلطه بر جهان و جهانیان دارد.

^۲ - الخلاص من النسيان بدوام حضورالقلب مع الحق.

^۳ - همانگونه که پدران خود را یاد می‌کنید، بلکه بیش از یاد کردن ایشان، خدا را یاد کنید.

^۴ - پس از هر کس از یاد ما روی برتافته، و جز زندگی دنیا را خواستار نبوده است، روی برتاب، این متهای دانش آنان است. پروردگار تو، خود به حال کسی که از راه او منحرف شده داناتر و او به کسی که راه یافته نیز آگاه تر است.

اند به مقصد برسند، توفیقشان در یکی از این سه مرحله بوده است. نفی خواطر عبارت است از تسخیر قلب و حکومت بر آن به نحوی که فقط به اذن و اختیار صاحب آن بتواند عملی انجام دهد و یا تصویر و خاطره ای به ذهن متبادر سازد. دستیابی به چنین حالی بسیار صعب و دشوار است زیرا آن هنگام که سالک در مقام نفی خواطر می‌کوشد ناگهان در مقابل سیل بنیان کن خواطر، اوهام و خیالات قرار می‌گیرد که دائماً او را مشغول خود می‌سازند (طهرانی، بی تا: ۱۴۷). برخی از بزرگان و مشایخ طریقت معتقدند سالک می‌تواند به وسیله «ذکر» افکار و خواطر را از خانه دل بیرون کند لکن برخی دیگر بهترین طریق در نفی خواطر را همان توجه به نفس می‌دانند (همان: ۱۵۳). به باور ایشان انسان تنها مظهر اسم جامع الله است که در برگیرنده تمام اسماء و صفات الهی می‌باشد، بنابراین انسان با سیر و سفر در باطن خویش می‌تواند بر اسرار الهی وقوف یابد و در نهایت تجلی گاه کامل حضرت حق شود و این اوج معرفت به خداوند سبحان است. علامه طباطبایی (ره) نیز در بیان دیگری، کمال حقیقی هر موجود ممکن را چیزی می‌داند که موجود با دست یافتن به آن در آن فانی شود؛ بنابراین کمال حقیقی انسان به فنای وی در مقام ذات، صفات، اسماء و افعال الهی می‌باشد و انسان به این جایگاه نخواهد رسید مگر پس از آن که نسبت به خویشتن (که مظهر جامع اسماء و صفات الهی است) معرفت کامل بیاید (طباطبایی، ۱۳۸۷، ج ۲: ۶۲). به عبارت دیگر هرگاه انسان از خود فانی شد و دیگر هیچ تعینی (حتی خود را) ندید و جز حق نیافت (خداشناسی) آن گاه انسان به خودشناسی واقعی دست یافته است.

۴- نتیجه گیری:

- ۱- خودشناسی به معنای شناخت حقیقت انسانی و پی بردن به استعدادها و درونی خویش است و با حصول چنین معرفتی انسان به عوامل موثر و موانع موجود در مسیر رشد و تکامل روحی و معنوی خویش آگاهی می‌یابد.
- ۲- «خود» انسانی، موجودی مجرد واحد، متشخص، ثابت و باقی در جمیع حالات و عوارض است که قابل تعدد و تکرر و تفاسد نیست.
- ۳- انسان سالک در جهت تقویت عوامل خودشناسی و رفع موانع موجود بر سر راه آن موظف است که براساس دستور شرع کوشش نماید تا مراحل خودشناسی را در حد وسع شخصی خود طی کند.
- ۴- خودشناسی براساس ماهیت خود، از طریق علم حضوری امکان پذیر است و تعالیم قرآن

خودشناسی، ضرورت و راه‌های دستیابی به آن از منظر علامه طباطبایی (ره) / ۳۴۳

کریم و سنت انبیاء الهی بر ضرورت خودشناسی در جهت رسیدن به کمال حقیقی انسان که در واقع دستیابی به «خداشناسی» است تاکید بسیار دارند.

۵- برپایه باورهای علامه طباطبایی (ره) خودشناسی جز در سایه سیر و سلوک و مجاهده نفس و به دنبال پابندی به اصول شریعت حقه حاصل نخواهد شد.

۶- علامه طباطبایی (ره) این طریق (خودشناسی) را همان طریق توجه به خداوند سبحان و عدم نسیان غایت و اعراض از غیر حق متعال معرفی می‌کند و معتقد است که در اثر مراقبه تام و توجه به نفس، چهار عالم: توحید افعال، توحید صفات، توحید اسماء و در نهایت توحید در ذات بر سالک منکشف خواهد شد.

۷- انکشاف عوالم توحیدی فوق به معنای فنای در افعال، اسماء و صفات است که سالک در هر مرحله، مقداری از اثر وجودی خود را از دست می‌دهد تا بالاخره اصل وجود و هستی خود را گم می‌کند و با رسیدن به فنای ذاتی دیگر ابداً خود را نمی‌یابد و تنها ذات مقدس حق، هستی ملحوظ او خواهد بود.



منابع و مأخذ:

- ۱- قرآن کریم
- ۲- ابن سینا، ابوعلی حسین بن عبدالله، (۱۳۶۳)، اشارات و تنبیها، ترجمه: ملکشاهی، حسن، تهران: سروش.
- ۳- آقا جمال خوانساری، محمد بن حسین، (۱۳۶۶)، غررالحکم و دررالکلم، شرح جمال الدین محمد خوانساری، تصحیح: حسینی ارمویی محدث، جلال الدین، ۷ جلدی، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- ۴- امام خمینی، سید روح الله مصطفوی، (۱۳۹۳)، شرح حدیث جنود عقل و جهل، قم: موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ره) عروج.
- ۵- -----، (۱۴۱۰ه.ق)، تعلیقات علی شرح فصوص الحکم و مصباح الانس، قم: موسسه پاسدار اسلام.
- ۶- آمدی، عبدالواحد بن محمد، (۱۳۶۶)، تصنیف غررالحکم و دررالکلم، تحقیق: درایتی، مصطفی، قم: مرکز النشر التابع لمکتب الاعلام الاسلامی.
- ۷- انصاری، عبدالله بن محمد، (۱۳۸۵)، منازل السائرین، شارح: کاشی، عبدالرزاق بن جلال الدین، تصحیح: بیدارفر، محسن، قم: نشر بیدار.
- ۸- انصاریان حسین، (۱۳۸۶)، عرفان اسلامی، تحقیق: صابریان، محمد جواد، ۱۵ جلدی، قم: دارالعرفان.
- ۹- بحرالعلوم، سید محمد مهدی بن مرتضی، (۱۴۲۵ه.ق)، رساله سیر و سلوک منسوب به بحرالعلوم، مشهد: ملکوت نور قرآن .
- ۱۰- بروجردی، محمد ابراهیم، (۱۳۶۶)، تفسیر جامع، تهران: کتابخانه صدر.
- ۱۱- جعفر بن محمد(ع)، (بی تا)، مصباح الشریعه، بیروت: موسسه الاعلمی للمطبوعات.
- ۱۲- جوادی آملی، عبدالله، (۱۳۸۵)، تفسیر انسان به انسان، تحقیق: الهی زاده، محمد حسین، قم: نشر اسراء .
- ۱۳- حسینی طهرانی، سید محمد حسین، (۱۴۲۷ه.ق)، روح مجرد (یاد نامه موحد عظیم و عارف کبیر حاج حسین هاشم موسوی حداد)، مشهد: نشر علامه طباطبایی(ره).
- ۱۴- -----، (بی تا)، رساله لب اللباب، تهران: انتشارات حکمت.
- ۱۵- دهخدا، علی اکبر، (۱۳۸۵)، لغتنامه دهخدا، زیر نظر: شهیدی، سید جعفر، ۱۴ جلدی، تهران: موسسه انتشارات دانشگاه تهران.
- ۱۶- راغب اصفهانی، حسین بن محمد، (بی تا)، مفردات الفاظ القرآن، تصحیح: داوودی، صفوان عدنان، بیروت: دارالشامیه.
- ۱۷- سهروردی، عمر بن محمد، (۲۰۰۶م)، عوارف المعارف، تحقیق: وهبه، توفیق علی، ۲ جلدی، قاهره: مکتبه الثقافه الدینیّه.

- ۱۸- شعیری، محمد بن محمد، (بی تا)، جامع الاخبار، نجف اشرف: المطبعة الحیدریه.
- ۱۹- شمس، مرادعلی، (۱۳۸۴)، با علامه درالمیزان، ۲جلدی، قم: اسوه .
- ۲۰- صدرالدین شیرازی، محمد بن ابراهیم، (۱۴۱۰ه.ق)، الحکمه المتعالیه فی اسفار العقلیه الاربعه، حاشیه نویس: سبزواری، هادی بن مهدی، طباطبایی، محمد حسین، ۹ جلدی، بیروت: داراحیاء التراث العربی.
- ۲۱- طباطبایی، سید محمد حسین، (۱۳۷۰)، تفسیر المیزان، ترجمه: مکارم شیرازی، ناصر، ۲۰ جلدی، تهران: نشر بنیاد علمی و فکری علامه طباطبایی(ره) با همکاری مرکز نشر فرهنگی و انتشارات امیرکبیر.
- ۲۲- -----، (۱۳۷۴). تفسیر المیزان، ترجمه: موسوی همدانی، محمد باقر، ۲۰ جلدی، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم (دفتر انتشارات اسلامی ایران).
- ۲۳- -----، (۱۳۷۸)، شیعہ در اسلام (طبع قدیم)، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم (دفتر انتشارات اسلامی ایران).
- ۲۴- -----، (۱۳۸۳)، طریق عرفان، ترجمه: حسن زاده، صادق، مقدمه و تفریظ: حسن زاده آملی، قم: مطبوعات دینی.
- ۲۵- -----، (۱۳۸۷)، مجموعه رسائل علامه طباطبایی(ره)، به کوشش: خسرو شاهی، هادی، ۳ جلدی، قم: موسسه بوستان کتاب .
- ۲۶- -----، (۱۳۸۸)، ترجمه و شرح بدایه الحکمه، ترجمه: شیروانی، علی، قم: موسسه بوستان کتاب.
- ۲۷- فتال نیشابوری، محمد بن احمد، (۱۳۷۵)، روضه الواعظین، خراسان، محمد مهدی، ۲ جلدی، قم: الشریف الرضی.
- ۲۸- فیض کاشانی، محمد بن شاه مرتضی، (۱۳۸۷)، ذریعه الضراعه فی جمع الادعیه المتضمنه للمناجاة مع الله تعالی، تصحیح: نقیبی، فاطمه، تهران: مدرسه عالی شهید مطهری.
- ۲۹- کاشی، عبدالرزاق بن جلال الدین، (۱۴۲۶ه.ق)، اصطلاحات الصوفیه، تصحیح: عاصم، ابراهیم، بیروت: دارالکتب العلمیه.
- ۳۰- کلینی، محمد بن یعقوب، (۱۴۰۷ه.ق)، الکافی، تصحیح: غفاری، اکبر، ۸جلدی، تهران: دارالکتب الاسلامیه .
- ۳۱- گوهرین، صادق، (۱۳۶۸)، شرح اصطلاحات تصوف، ۸جلدی، تهران: زوار.
- ۳۲- مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی، (۱۳۶۴)، ترجمه بحار الانوار قسمت سوم از جلد پانزدهم، مترجم: موسوی همدانی، ابوالحسن، ۲جلدی، تهران: کتابخانه مسجد ولی عصر .
- ۳۳- محمدی ری شهری، محمد، (۱۳۸۶)، دانشنامه عقاید اسلامی، مترجم: مهریزی، محمد، ۱۰ جلدی، قم: موسسه علمی و فرهنگی دارالحديث.
- ۳۴- نراقی، احمد بن محمد مهدی، (۱۳۷۸)، معراج السعاده، قم: موسسه انتشارات هجرت.

Received: 2019/1/24

Accepted: 2019/8/13

Self-knowledge: Necessity and Means of Achievement From Allameh Tabatabaei's Viewpoint

Akram Rezaei¹, Maryam Bakhtyar,² Seyed Jasem Pajouhandeh³

Abstract

“Self-knowledge” is a kind of introspection and deliberation in the existence of self for recognizing the inner talents, desires and aspirations, and ultimately for achieving one’s true perfection. The aim of self-knowledge is the recognition of the true and celestial “self” of the human being, which is an immaterial, fixed, and remaining truth in all states and effects, in such a way that the human being does not need any proof or reasoning to prove it within themselves and he/she witnesses it with intuitive knowledge. Many scholars have had speeches about elaborating on this important subject in various epistemic areas, but the theory and attitude of mystic Allameh Tabatabaei in this respect (self-knowledge) are very precise and rich. This paper aims to achieve the above-mentioned subject through a descriptive-analytic way in his works. In this paper, we have achieved the following results: He believes that in order to enter and reach this path, one must use religious ways mentioned in religious sources such as self-judgment, meditation, silence, hunger, solitude, night vigil and so on in addition to diligence in worship. This way, because of self-attention gradually the four worlds of monotheism of actions, monotheism of attributes, monotheism of names and at the end monotheism in essence, will be revealed to the mystic.

Keywords: *Self-knowledge, Self, Recognition, Allameh Tabatabaei, Spiritual Journey.*

¹. PhD Student, Islamic Mysticism Department, Islamic Azad University, Ahvaz Branch, Ahvaz, Iran

². Assistant Professor, Islamic Mysticism Department, Islamic Azad University, Ahvaz Branch, Ahvaz, Iran, Corresponding Author.

Bakhtyarmaryam@yahoo.com

³. Assistant Professor, Arabic Literature Department, Islamic Azad University, Ahvaz Branch, Ahvaz, Iran .