

آئین تربیتی تابعین

مؤلف:

عبدالحمید بلالی

مترجم:

عبدالله عبداللہی

فهرست مطالب

ش	موضوع	صفحه
۱	پیشگفتار مترجم	۵
۲	مقدمه مؤلف	۹
۳	رستگاران و زیانکاران	۹
۴	اصحاب به روایت تابعین	۱۱
۵	الگوهای عملی	۱۵
۶	مکاتب تربیتی	۱۶
۷	ترس از خدا موجب صفا و پاکی دل است	۱۸
۸	فصل اول: صفات نفس	۲۱
۹	امر به سوء	۲۲
۱۰	سرزنش	۲۲
۱۱	اطمینان و آرامش	۲۴
۱۲	دوگانگی	۲۶
۱۳	تکالیف	۲۷
۱۴	مطیع کردن	۲۸
۱۵	وسوسه	۲۹
۱۶	زیبا جلوه دادن کار قبیح	۲۹
۱۷	فصل دوم: سرنوشت زیانکاران	۳۱
۱۸	۱- زیانکاری در دنیا و آخرت	۳۲
۱۹	الف) ضعف و ناتوانی	۳۲
۲۰	ب) تردید و دودلی	۳۲
۲۱	ج) ذلت و خواری	۳۲
۲۲	د) ترسویی	۳۲
۲۳	هـ) فقدان شرم و حیا	۳۲
۲۴	و) مجادله به هنگام حساب	۳۳

۳۳	۲- حساب نفس	۲۵
۳۵	فصل سوم: شرایط تربیت	۲۶
۳۶	هوشیاری در برابر نفس	۲۷
۳۶	آزادسازی سرزمین عقل و اندیشه	۲۸
۳۷	سفر به سوی دلها	۲۹
۳۷	پاکسازی کامل	۳۰
۳۹	استقامت و پایداری برحق	۳۱
۴۱	ترس از پایان راه	۳۲
۴۲	فصل چهارم: اصول و روش تربیت نفس	۳۳
۴۴	ترس از خدا و مهار نفس	۳۴
۴۶	تمرین نفس بر صبر	۳۵
۴۸	مبارزه با نفس	۳۶
۵۰	پرهیز از بخل	۳۷
۵۲	توکل	۳۸
۵۵	محاسبه نفس	۳۹
۵۹	تقرب بیشتر	۴۰
۶۲	تدبر و تفکر	۴۱
۶۳	مراقبت از اندام و جوارح	۴۲
۶۶	ارتباط دنیا و آخرت	۴۳
۷۰	مدارا با نفس	۴۴
۷۲	برادری	۴۵
۷۵	روش‌های گوناگون	۴۶
۷۹	نیایش و مناجات	۴۷
۸۴	فصل پنجم: بنیانگذاران مکاتب تربیتی	۴۸
۸۵	عمر بن عبدالعزیز	۴۹
۸۹	اویس القرنی	۵۰

۹۱	ربیع بن خثیم	۵۱
۹۶	سلمه بن دینار	۵۲
۱۰۳	محمد بن واسع	۵۳
۱۰۷	ابومسلم خولانی	۵۴
۱۰۹	مطرف بن شخیر	۵۵
۱۱۳	هرم بن حیان	۵۶
۱۱۶	زین العابدین	۵۷
۱۱۹	مسروق بن اجدع	۵۸
۱۲۲	فصل ششم: نتایج تربیت	۵۹
۱۲۳	سعادت دنیا و آخرت	۶۰
۱۲۶	دوستی خداوند	۶۱
۱۲۷	بشارت به هنگام مرگ	۶۲
۱۲۸	بدست آوردن پایگاه اجتماعی و رضایت مردم	۶۳
۱۳۰	رهایی از عذاب	۶۴
۱۳۳	پیروزی بر نفس و توفیق در عبادات	۶۵
۱۳۳	رهایی از تعلقات دنیایی	۶۶
۱۳۴	حرف آخر	۶۷

پیشگفتار مترجم

بسم الله الرحمن الرحيم

دنیايي که ما در آن زندگی می‌کنیم، آکنده از انحرافات و لبریز از فساد است، دیو جهل، قلب‌ها را اشغال و نفس‌ها را به پرتگاه سقوط اخلاقی کشانده است، انسان‌ها در این کرهٔ خاکی سر تا پا گرفتار متاع زودگذر زمان گشته‌اند، و برای پیشبرد اهداف مادی خود از همدیگر سبقت می‌گیرند و جهان را بر خود تنگ کرده‌اند، آنها برای رسیدن به مقصود خود هر راهی را می‌پیمایند و هر فاجری را می‌ستایند، صحنهٔ گیتی را به میدان مسابقه تبدیل کرده‌اند. برای دستیابی به اهداف مادی هر گونه خفت و خواری را تحمل می‌کنند. آنها بیشتر برای زیستن می‌میرند و کمتر برای مردن زندگی می‌کنند. به گفتهٔ یکی از تابعین بزرگوار: «غافلند از این که دنیا دو بخش است؛ گذشته که به جز خواب و رویا چیزی نبوده است و آینده نیز سرابی بیش نیست». بیشتر به جنبهٔ مادی زندگی مشغولند و کمتر به معنویت می‌پردازند، در حالی که باید از تجارب تلخ و شیرین گذشتگان درس بگیرند و آن را چراغی فرا راه خود قرار دهند تا به نسل‌های آینده انتقال دهند.

متأسفانه هیاهوی زندگی مادی تشخیص راستی از ناراستی و دوست از دشمن را مشکل کرده است، در چنین شرایطی دستیابی به انسان‌های وارسته که بتوانند ما را از این گرداب رهایی بخشند، چندان سهل و آسان نیست. قرآن می‌فرماید:

﴿وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يُعْجِبُكَ قَوْلُهُ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَيُشْهَدُ اللَّهُ عَلَىٰ مَا فِي قَلْبِهِ ۖ وَهُوَ أَلَدُّ الْخِصَامِ ﴿٢٤﴾ وَإِذَا تَوَلَّىٰ سَعَىٰ فِي الْأَرْضِ لِيُفْسِدَ فِيهَا وَيُهْلِكَ الْحَرْثَ وَالنَّسْلَ ۗ وَاللَّهُ لَا تُحِبُّ الْفُسَادَ ﴿٢٥﴾ وَإِذَا قِيلَ لَهُ اتَّقِ اللَّهَ أَخَذَتْهُ الْعِزَّةُ بِالْإِثْمِ ۖ فَحَسْبُهُ جَهَنَّمُ وَلَبِئْسَ الْمِهَادُ ﴿٢٦﴾﴾ (بقره: ۲۰۴-۲۰۶).

«در میان مردم کسی یافت می‌شود که سخن او در بارهٔ امور و اسباب زندگی دنیا تو را به شگفت می‌اندازد و فصاحت و بلاغت و حلاوت کلام او مایهٔ اعجاب تو می‌شود، و تو را بر آنچه در دل دارد گواه می‌گیرد و ادعا می‌کند که آنچه می‌گوید، موافق با چیزی است که در درون دارد و گفتار و کردارش یکی است،

حال آن که او سرسخت‌ترین دشمنان است. و هنگامی که پشت می‌کند و می‌رود و یا به ریاست و حکومتی می‌رسد در زمین تلاش می‌کند تا در آن فساد و تباهی ورزد و زرع و نسل و انسان‌ها و حیوانات را نابود کند و با فساد و تباهی خود، قوت‌ها و اموال و ارواح را از میان ببرد و خداوند فساد و تباهی را دوست ندارد. و هنگامی که به او گفته شود از خدا بترس و به جای افساد اصلاح کن، عظمت و نخوت سراپای او را فرا می‌گیرد و غرور گناه او را به بزهکاری وامی‌دارد پس دوزخ او را بسنده است و چه بدجایگاهی است».

این اشخاص ظاهری زیبا دارند و با ادعاهای بزرگ افراد را شیفته خود می‌کنند، در حالی که درون‌شان از معنویات حیاتبخش دینی بی‌بهره است، و بلکه از سرسخت‌ترین دشمنان این ارزش‌ها هستند، آنان برای رسیدن به اهداف پست و پلید حیوانی خود حاضرند همه چیز را فدا کنند و تخم فساد را در زمین بکارند. به همین دلیل است که وارستگی را نمی‌یابی که در این دور دون به گرد آنان جمع شوی و از محضر آنان کسب فیض کنی و آنانی هم که هستند از دست ستم زورمداران و از ترس متهم شدن به تهمت‌های ناروا از صحنه بیرون رفته و توان هرگونه تحرکی از آنان سلب شده است، متأسفانه بسیار اندک اند کسانی که از کمند طاغوت‌ها و دام شیطان رهیده و با خاطری آسوده بتوانند اشعه تابناک این دین حنیف را بر دل‌های پرظلمت نسل حاضر بتابانند. بنابراین، برای نجات از این ورطه خطرناک و به منظور اعاده عزت دینی و سیادت معنویت و روشنی بخشیدن به دل‌های تیره و آگاه کردن جان‌های غافل و کنارزدن حجاب از روی دیدگان و استفاده هرچه بهتر از میراث گرانبهای سلف صالح، ناچاریم از منظری تازه به سیره گذشتگان دینی خود به ویژه نسل تابعین اخیار بنگریم؛ زیرا بعد از نبی اکرم ﷺ و اصحاب اطهار - ﷺ - فقط آنها می‌توانند در برهه‌های تاریک زمان، ابرهای جهل و مه غلیظ غفلت را از دل‌ها زدوده و برای ما و نسل‌های آینده راهنما و راهگشا باشند.

نصایح گهربار و روشن آنان می‌تواند بار دیگر نسیم روح‌بخش و صفای باطنی را برای دل‌های تاریک و نفوس زنگارزده ما به ارمغان آورد و نسل‌های بعدی را

از طوفان‌های خانمان برانداز جهل و فساد و مادیگری رهایی بخشد و از میان دریای متلاطم انحطاط اخلاقی به ساحل امنیت برساند.

کتاب حاضر به نام «منهج التابعین فی تربية النفوس» از جمله کتاب‌های گرانبهایی است که در برگیرنده لطائف و سفارشات ارزشمند گذشتگان قدوه به خصوص نسل تابعین - رحمهم الله - است که با اشاراتی هرچند کوتاه اما پرمحتوی، حیات سرشار از عزت دینی آن سادات را پیش چشم ما مجسم، و گوشه‌هایی از زندگانی ایشان را برایمان بازگو می‌کند. به گفته دانشمندان علم «بدیع»، «عادات السادات سادات العادات». به همین علت باید سیر و سلوک ایشان را چراغ خود قرار دهیم و آن را به جوهر زندگی خود تبدیل کنیم و در مراحل و جنبه‌های زندگی و در خوشی و ناخوشی و ثروتمندی و تنگدستی به آنان تأسی کنیم. نگارنده این کتاب - که خدایش پاداش نیک دهد - گوشه‌هایی از گفتار و رفتار پرافتخار این بزرگان را از متون اسلامی استخراج و به رشته تحریر درآورده است که پس از کتاب و سنت و سیره اصحاب از اهمیت به سزایی برخوردار است و مسلماً رهنمودهای آنان می‌تواند شفابخش دل‌ها باشد؛ زیرا این نسل نزدیکترین نسل به عصر تنزیل و آشناترین مردم بن نص و تأویل بوده اند.

به همین دلیل هنگامی که با این کتاب آشنا شدم، مجذوب آن گشته و بر آن شدم با استعانت از خداوند، آن را به فارسی و تحت عنوان «آئین تربیتی تابعین» ترجمه کنم، و از خداوند سبحان خواستارم موجبات چاپ و نشر این کتاب را فراهم نماید تا در اختیار عموم به خصوص نسل جوان قرار گیرد که استعداد پذیرش نصایح سلف صالح را دارد و از تشنجات روزافزون فکری و انحرافات اخلاقی به ستوه آمده است.

حقیر هرچند در بازار علم و فرهنگ بی‌بضاعتم، اما با توکل بر خدا ترجمه کتاب را از اوایل شهریور/ سنبله سال هفتاد و نه آغاز و در آبان‌ماه/ ماه عقرب همان سال به پایان رساندم. از خواننده عزیز تقاضا دارم به دیده تسامح به آن بنگرد و اینجانب را از دعای خیر خویش محروم نکند. در پایان لازم می‌دانم نکات ذیل را یادآور شوم:

۱- در ترجمه آیات از تفسیرهای نور و خواجه عبدالله انصاری استفاده شده است.

۲- اعراب و ترجمه احادیث بر آن افزوده شده است.

۳- کتاب به روش آزاد ترجمه شده است.

والله المستعان وعليه التكلان.

عبدالله عبداللهی

سردشت - روز جمعه ۱۳ / ۸ / ۱۳۷۹

مطابق با ۶ شعبان ۱۳۲۱ هجری قمری.

مقدمه مؤلف

رستگاران و زیانکاران

خداوند به هنگام آفریدن انسان، در وی نیرویی به ودیعه نهاد تا بتواند آن را بدون هیچگونه مانعی در راه خیر و شر به کار گیرد، لذا او را در انتخاب مسیر از اختیار کامل برخوردار کرد. خداوند می‌فرماید:

﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴿۷﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴿۸﴾﴾ (شمس: ۷-۸).

«و سوگند به نفس آدمی و به آن که او را ساخته و پرداخته است، سپس به او گناه و تقوی را الهام کرد».

پاداش و عقوبت اخروی نیز به دلیل همین آزادی انتخاب است. چنانکه می‌فرماید:

﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ﴿۹﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ﴿۱۰﴾﴾ (شمس: ۹-۱۰).

«کسی رستگار و کامیاب می‌شود که نفس خویش را پاکیزه نگه دارد، و کسی نومید و ناکام می‌شود که نفس خود را (به گناه) بیالاید».

رستگاران کسانی هستند که به هدف آفرینش که همانا عبادت به معنی عام است، آگاه گشته و در این حال موانع رسیدن به آن مقصد را نیز شناخته‌اند. بارزترین این موانع نفسی است که در کالبد ایشان وجود دارد. آنان برای تزکیه آن قیام کرده و آن را از غرور و سرکشی به تواضع درآورده‌اند تا درونشان از حالت وحشت به الفت و از هیجان به آرامش برسد. به همین سبب بر نفس خود چیره شده‌اند و به هر جا که خدایشان خواسته آن را هدایت کرده‌اند.

اما کسانی که در برابر هیجان نفس مرعوب و در برابر کبر آن ذلیل و از وحشت آن نگران شده‌اند، زمام آن را رها کرده و تن به بندگی آن داده‌اند، در حالی که از مادران‌شان آزاد متولد شده‌اند، اما به اطاعت نفس اماره درآمده‌اند. نفسی که به هر جا بخواهد آنها را می‌کشاند. در حقیقت نفس آنان را به تجاوز از حدودی که قرآن و سنت تعیین کرده واداشته است، در نتیجه زیانبار دنیا و آخرت گشته‌اند. چرا؟ چون آنان مواهب و لذایذ دنیوی را که می‌توانست در

خدمت دین قرار گیرد، بر امور دین ترجیح داده و تا حد پرستش به آن اهمیت داده اند:

﴿أَرَأَيْتَ مَنْ أَخَذَ إِلَهَهُ هَوْنَهُ﴾ (فرقان: ۴۳).

«آیا دیدی آن مردی که هوای نفس خویش را خدای خویش قرار داده بود». بنابراین، دوزخ مأوای ایشان و آخرین منزلگه آنان است.

﴿فَأَمَّا مَنْ طَغَى ﴿۳۷﴾ وَءَاثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا ﴿۳۸﴾ فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَى ﴿۳۹﴾﴾ (نازعات: ۳۷ - ۳۹).

«پس آن کس که سرکشی و طغیان ورزد و زندگی این جهان را بر آخرت برتری دهد، همانا دوزخ مأوای او است».

به راستی کودنی و حماقت است کسی تمنای چیزی کند، اما برای به دست آوردن آن وسیله‌ای تهیه ننماید. نیز در حماقت شخصی که برای طلب مال و ثروت دست‌ها را به سوی آسمان بلند کند، ولی در خانه خود نشسته و بخواهد از آسمان بر او طلا و نقره ببارد شکی نیست، اما احمق‌تر شخصی است که بدون تهیه اسباب و وسایل به جستجوی ثروت پردازد. او همانند کسی است که امید رستگاری در آخرت را دارد، ولی برای بدست آوردن اسباب نجات قدمی بر نمی‌دارد.

امام رافعی اینگونه انسان‌ها را چنین توصیف می‌کند: «آنها مانند غریقی نادان هستند که از دور ساحل را می‌بیند، اما انتظار می‌کشد تا ساحل به سوی او به شنا درآید و با این انتظار احمقانه خود را هلاک می‌کند»^(۱).

وای بر تو! شنا کن و خود را نجات بده، زندگی بستگی به حرکت بازوهای تو دارد، هر ضربه‌ای که بازوی تو بر آب می‌زند، تو را گامی به ساحل نزدیکتر می‌کند، ساحل خوشبختی هم از انسان‌های هوشمند می‌خواهد برای رسیدن به آن تلاش کنند.

آنان باید با جدیت و پشتکار و به طور شبانه روز، در این مسیر گام بردارند و خستگی و دشواری‌ها را بر خود هموار کنند، باید لذت و خوشگذرانی را کنار

(۱) - کتاب المساکین: ۶۳.

بگذارند و تلاش را جایگزین آن کنند، چنین انتظار بیهوده‌ای از جانب آن غریق نادان نشانه محو بصیرت و کوری قلب است، هر چند با دو چشم می‌بینید، اما این کافی نیست؛ زیرا دو چشم دیگر در دل وجود دارند که هر گاه کور شوند، انسان از جاده حق منحرف می‌شود. تابعی بزرگوار، خالد بن معدان در این باره می‌گوید: «هر بنده‌ای دارای چهار چشم است، دو چشم ظاهری برای دیدن دنیا، و دو چشم باطنی برای دیدن آخرت. هر گاه خدا خیر بنده‌ای را بخواهد دو چشم باطنی او را باز می‌کند تا آخرت را ببیند و اگر غیر آن را برای بنده خویش خواست، او را به حال خود می‌گذارد». سپس این آیه را خواند:

﴿أَمَرَ عَلَىٰ قُلُوبِ أَقْفَالِهَا﴾ (محمد: ۲۴).

«آیا بر دل‌های ایشان قفل (مهر) است؟».

اصحاب به روایت تابعین

هیچکس نمی‌تواند خود را به صفات فرد یا جمعی متصف کند، مگر این که در میان آنان زندگی نموده و همگام با آنان حرکت کرده باشد.

مسئلاً نزدیکترین و آشناترین مردم به حال اصحاب - رضی الله عنهم - نسل تابعین - رحمهم الله - هستند. به همین دلیل از همه بیشتر تحت تأثیر رفتار ایشان قرار گرفته، و توانسته اند ابعاد مختلف شخصیت آنان را توصیف کنند.

میمون بن مهران تابعی در توصیف یاران رسول خدا ﷺ و مقایسه آنان با نسل زمان خویش می‌گوید: به محضر کسانی شرفیاب شده ام که یا سکوت را برمی‌گزیدند، یا به جز حق کلمه‌ای بر زبان جاری نمی‌کردند، و به خدمت مردانی رسیده‌ام که بعد از ادای نماز صبح تا طلوع خورشید به جز ذکر خدا چیزی نمی‌گفتند، و مردانی را یافته‌ام که از ترس پروردگار، به آسمان نگاه نمی‌کردند، و اگر برخی از آنان زنده شوند و اعمال شما را مشاهده کنند، به جز قبله هیچ چیزی از شما قبول نمی‌کنند»^(۱).

(۱) - صفة الصفة، جلد ۴، صفحه ۱۹۴.

میمون بن مهران در اینجا تنها به برخی از صفات نسل بنیانگذار اشاره می‌کند، او می‌بیند که نسل‌های بعدی از این صفات تهی شده و حتی معتقد است که نسل کنونی چنان از اصحاب - رضی الله عنهم - فاصله گرفته است که اگر آنان زنده شوند و اعمال ایشان را ببینند، به دشواری مسلمان بودنشان را باور خواهند کرد. این نگرانی از حساسیت بسیار ظریف و درمندی شاگردان اصحاب - رضی الله عنهم - حکایت می‌کند و این حاکی از اکرام و احترامی است که تابعین نسبت به اصحاب کرام رضی الله عنهم دارند. ابن مهران بسیار بعید می‌داند که نسل تابعین بتواند جای اصحاب را پر کنند یا حتی به جایگاه آنان نزدیک شوند.

وی دوری گرفتن نسل‌های بعدی از اصول و ارزش‌ها را دلیلی روشن بر این ادعا می‌داند. امام حسن بصری رضی الله عنه یکی از تابعین بزرگ نیز به لحاظ شدت علاقه و دلبستگی به اصحاب - رضی الله عنهم - از تغییراتی که بر سر نسل زمان او آمده است، درد دل می‌کند و به آنان می‌گوید: می‌خندیم و از عملکرد خود غافلیم. خداوند بر اعمال ما نظارت دارد، چنانچه بر مبنای رفتارمان با ما برخورد کند، هیچ چیزی را از ما نمی‌پذیرد. وای بر تو ای بنی آدم! مگر شما توان و نیروی جنگیدن با خدا را دارید؟ من قومی را دیده‌ام که دنیا از منظر آنان از خاکستر زیر پایشان کم ارزشتر بود، و قومی دیگر نیز دیده‌ام که به جز قوت شب چیز دیگری را نداشتند، و با این وجود همه آن را مصرف نمی‌کردند، بلکه بعضی از آن را صدقه می‌دادند، در حالی خود گرسنه‌تر بودند»^(۱).

آنچه امام بصری را وادار می‌کرد، اینگونه از اصحاب یاد کند، حرص و اشتیاق او برای هدایت و راهنمایی نسل معاصر خویش به سوی آن صفات و اخلاق بزرگ بود، زیرا از انقراض نسل اصحاب - رضی الله عنهم - به شدت احساس وحشت و نگرانی می‌کرد.

از بارزترین صفاتی که میمون بن مهران رضی الله عنه از نسل اصحاب نقل می‌کند، عدم اتلاف وقت است، آنها بر این مسأله بسیار حریص بودند که نکند وقت گرانبهای خود را بیهوده سپری کنند. همچنین آنان به شدت از خدای خویش بیم

(۱) - سیر أعلام النبلاء ۴ / ۵۸۵.

داشتند، امام حسن بصری بارزترین صفات اصحاب - رضی الله عنهم - را در تحقیر دنیا و دست کم گرفتن و عدم دلبستگی به آن می‌داند، آنان دلدادۀ آخرت و شیفته صفا و برادری بودند. سوگند به خدا این چهار ویژگی، از بارزترین صفات در میان اصحاب - رضی الله عنهم - بوده است، صفاتی که بسیار مشکل می‌توان آن را در میان نسل‌های بعدی یافت.

آنان به خاطر ضایع شدن لحظه‌ای از وقت، خود را محاسبه می‌کردند و جز در ذکر خدا لب به سخن نمی‌گشودند؛ زیرا کردارشان بر گفتارشان غلبه یافته بود، و بیشتر اوقات سکوت اختیار می‌کردند. آنان بسیار از خدا می‌ترسیدند و همین ترس حالتی برای آنان ایجاد کرده بود که اشک در چشمانشان خشک نمی‌شد. ترس از خدا علت اساسی آراسته شدن آنان به صفات نابی بود که تاریخ مانند آن را در میان هیچ ملتی به خود ندیده است.

آنان حقیقت جهانی را که در آن می‌زیستند درک کرده و در شناخت آن مانند نسل‌های بعدی دچار اشتباه نشدند، آنان می‌دانستند دنیا پلی است که انسان را به آخرت پیوند می‌دهد، نیز معتقد بودند که دنیا خانه فنا است، نه سرای خلود و بقا و عمر در آن محدود است، آنان برای انجام کار نیک از زمان سبقت می‌گرفتند، و توجهی به زرق و برق آن نداشتند، گرچه دنیا برای بسیاری از ایشان خود را جلوه داد، اما آنان خود را اسیر دنیا نکرده و حقیقتاً درک کرده بودند که بدون محبت و برادری از بهشت و رضوان خدا برخوردار نخواهند شد، چون پیامبر ﷺ به آنان فرموده بود:

«وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ لَا تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ حَتَّى تُؤْمِنُوا، وَلَا تُؤْمِنُوا حَتَّى تَحَابُّوا، أَوْلَا أَدُلُّكُمْ عَلَى شَيْءٍ إِذَا فَعَلْتُمُوهُ تَحَابَبْتُمْ، أَفْشُوا السَّلَامَ بَيْنَكُمْ»^(۱).

«سوگند به خدایی که نفس من در دست اوست، داخل بهشت نمی‌شوید تا ایمان نیاورید، و ایمان نیاورده اید تا یکدیگر را دوست ندارید، آیا شما را به چیزی رهنمایی کنم که اگر آن را انجام دهید، یکدیگر را دوست بدارید؟ میان خود سلام کردن را گسترش دهید.»

آنان در میان خود برای ایجاد فضای دوستی و مودت، مسابقه می دادند و یقین داشتند جامعه‌ای که پیامبرشان بنیانگذاری کرده است نمی تواند علیه لشکر باطل، نیرومند باشد، مگر این که از استحکام زیادی برخوردار باشد.

به همین دلیل بر تقویت آن بنا تأکید کرده و تمامی وسایل استحکام بنیان برادری را فراهم کردند تا سدی منیع و استوار در برابر هجوم دشمنان خدا ایجاد کرده باشند، امری که در آغاز تشکیل جامعه ایده آل و مدینه فاضله در اوج خود بود، تا جایی که گروهی از آنان ترجیح می دادند خود گرسنه بمانند، ولی برادر دینی خود را از گرسنگی نجات دهند. این است قَلَّةٌ بَلَدٌ بَرَادِرِي:

﴿وَيُؤْتِرُونَ عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ﴾ (حشر: ۹).

«و ایشان را بر خود ترجیح می دهند، هرچند که خود سخت نیازمند باشند».

آنچه که ذکر شد تمامی صفات اصحاب نبود، بلکه بارزترین اوصاف اصحاب به نقل از شاگردان مکتب ایشان، همچون میمون بن مهران و حسن بصری - رحمهم الله - بود که ایشان با چشم خود آنان را دیده و با تمام وجود لمس کرده بودند.

الگوهای عملی

عبدالله ابن مبارک رحمته بارزترین علت ضعف تربیت نسل زمان خویش را وجود کاستی‌ها در بین دعوتگران می‌داند؛ زیرا پیش از همه آنها باید به تربیت نفس خود اهتمام ورزند. دعوتگرانی که باید وجود خود را در راه نجات غرق‌شدگان دریای انحطاط و انحراف وقف بکنند، اما به دلیل تباین گفتار و کردارشان آن تاثیر لازم را بر جای نمی‌گذارند. به همین جهت ابن مبارک برای این که رعایت ادب را کرده باشد، خود را نیز در زمره اینگونه دعوتگران به حساب آورده و در عبارتی زیبا می‌گوید: «در گفته‌ها و خطابه‌های خود تلاش می‌کنیم که سنجیده سخن بگوییم، اما به اعمالمان که باید از پختگی و خلوص و دقت بیشتری برخوردار باشد، توجهی نداریم». وی می‌افزاید: «ما به هنگام نطق و خطابه، به رعایت قواعد صرف و نحو و تجوید و غیره بسیار توجه می‌کنیم، اما در مقابل قواعدی را رعایت نمی‌کنیم که عدم توجه به آن موجب گرفتاری ما به معصیت می‌شود».

عبدالقادر گیلانی رحمته نیز در این مورد تعبیری دارد و می‌گوید: «اساس آگاهی و تفقه در دین، فقه قلبی است نه فقه زبان. فقه قلب تو را به حق عزّ وجلّ نزدیک می‌کند، ولی فقه زبان به مردم و سلاطین. فقه قلبی تو را به صدر مجلس و قرب حق می‌رساند، صدارت و رفعت به تو می‌بخشد و گام‌هایت را به ربّ عزّ وجلّ نزدیک می‌کند».

وی در این فراز به انتقاد از کسانی می‌پردازد که در فراگیری فقه توجه ویژه دارند، اما به تربیت نفس خود که اساس فراگیری علوم دینی است، توجهی نمی‌کنند. هرچند باید به هردو جنبه توجه کرد و در تکمیل هرکدام کوشید و اهمال هیچکدام جایز نیست، ولی باید دانست که اساس، فقه قلب است. خداوند متعال به تقوی امر کرده و فقه قلب را قبل از فراگیری علوم دیگر قرار داده و می‌فرماید:

﴿وَاتَّقُوا اللَّهَ وَيُعَلِّمُكُمُ اللَّهُ﴾ (بقره: ۲۸۲).

«و از خداوند بترسید، و اوست که به شما می‌آموزد».

مکاتب تربیتی

اهتمام به گفتار و حرص زیاد بر فصاحت و شیوایی کلام و عدم توجه به بینش و بصیرت در میان دعوتگران، مسئله‌ای است که امروزه گریبانگیر مدارس تربیت نفس شده است. تا جایی که با فراموش شدن معرفت قلبی، این مدارس به لبه پرتگاه و به وادی فراموشی و خاموشی نزدیک شده اند و شکافی عمیق در پیکر علوم اسلامی ایجاد شده است، و همین مسئله صحنه را برای شعبده‌بازها و بعضی از متصوفه منحرف فراهم آورده تا به نام دین و تحت لوای دینداری و دین‌پروری به فریب عوام و هواپرستان بی‌خبر از گوهر دین و تربیت دینی پردازند و اوهام، خرافات و افتراهایی را به عامه تزریق کنند، برای این کار نیز جاهلانی از این امت، هدایت و رهبری چنین مدارسی را به عهده گرفته اند که هیچگونه پایه و اساس صحیحی از کتاب و سنت و سیره اصحاب و منهج تابعین ندارند، در نتیجه هم خود و هم دیگران را گمراه کرده اند، در حالی که در عهد تابعین و نسل‌های بعد از آنان نیز تا مدت‌ها مدارس تربیتی و مکاتب پرورشی همدوش با مدارس فقه و قرآن و حدیث و لغت در نشر و ترویج فرهنگ اسلامی با شور و شوق تلاش می‌کردند، بلکه پیشگامان این علوم خود از زاهدان و عابدان بزرگ آن زمان بودند؛ چون خود از همین مدارس تربیتی سر برآورده بودند.

«ابن عبدالرحمان بن ابی حاتم رازی» در مورد بعضی از مدارس دمشق می‌گوید: «در دمشق بر نویسندگان حدیث وارد شدم، و بر حلقه درس قاسم جوعی گذر کردم. دیدم جمعی به دور او نشسته و او برای آنان صحبت می‌کند، دیدن این منظره هیبتی در قلب من ایجاد کرد، خود را به آن جمع نزدیک کردم. شنیدم خطاب به آنان می‌گوید: در این زمان پنج چیز را غنیمت شمارید:

- ۱- هر کجا باشید شناخته نشوید. ۲- هرگاه غایب بودید، کسی سراغ شما را نگیرد. ۳- هر جا حاضر شدید مورد مشورت قرار نگیرید. ۴- اگر چیزی گفتید از شما پذیرفته نشود. ۵- اگر کاری را انجام دادید به شما مزدی داده نشود.
- و پنج چیز دیگر را نیز به شما سفارش می‌کنم:

۱- اگر مورد ستم واقع شدید ستم نکنید. ۲- هرگاه شما را ستایش کردند، خوشحال نشوید. ۳- اگر به شما ناسزا گفتند، دلتنگ نشوید. ۴- اگر مورد تکذیب واقع شدید، خشمگین نشوید.^(۱)

این استفاده‌ای بود که در دمشق کسب کردم^(۲).

یکی از اساسی‌ترین مسائلی که در مدارس تربیتی تابعین مورد تاکید قرار می‌گرفت و از آیات قرآن استنباط شده بود، این بود که خدا از بندگان خود بی‌نیاز است. خدای متعال می‌فرماید:

﴿يَتَأْتِيهَا النَّاسُ أَنْتُمْ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ﴾ (فاطر: ۱۵).

«ای مردم! شما نیازمند خدائید، و خدا بی‌نیاز و ستوده است.»

﴿وَمَنْ جَاهَدَ فَإِنَّمَا يُجَاهِدُ لِنَفْسِهِ﴾ (عنکبوت: ۶).

«هرکس تلاش کند، در حقیقت برای خود کرده است.»

﴿وَمَنْ شَكَرَ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ ۖ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ رَبِّي غَنِيٌّ كَرِيمٌ﴾ (نمل: ۴۰).

«هرکس که سپاسگزاری کند، تنها به سود خود سپاسگزاری می‌کند، و هرکس ناسپاسی کند (تنها به ضرر خود بوده) و پروردگار من بی‌نیاز و صاحب کرم است.»

﴿فَمَنْ أَهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ﴾ (نمل: ۹۲).

«هرکس راهیاب شود برای خود راهیاب شده است.»

﴿وَمَنْ تَزَكَّىٰ فَإِنَّمَا يَتَزَكَّىٰ لِنَفْسِهِ﴾ (فاطر: ۱۸).

«هرکس پاکی پیشه کند، فقط برای خود پاکی پیشه کرده است.»

همه این آیات این مطلب را می‌رسانند که خداوند بی‌نیاز از بندگان است. و آنها هر آنچه انجام می‌دهند، برای نجات خویش از دوزخ و اصلاح و استقامت نفوس خود است، تا بتوانند در این جهان گذرا هم زندگی بدون دغدغه درونی

(۱) - متأسفانه سفارش پنجم ترک و چاپ نشده بود.

(۲) - صفة الصفوة: ۴ / ۲۳۷.

داشته باشند، و هم انسانیت و بندگی خود را در روی زمین تمرین و آزمایش کنند.

یکی از انگیزه‌های اساسی رشد و تکامل نسل تابعین و پیروان ایشان در آماده‌سازی و تزکیه دلها و تربیت ایمانی آن یعنی فقر بندگان و بی‌نیازی خدا است.

ترس از خدا موجب صفا و پاکی دل است

اساسی‌ترین علت در نجات نسل تابعین و پیروزی آنان بر نفس و تربیت آن، همانا خوف از پروردگار بوده است.

خوف از مراقبت دائمی حق تعالی بر اعمال آنان و این که خداوند بر تمامی گفتار و کردار و حتی وسوسه‌های درونی آنان مطلع است، خوف از لحظات آخر حیات، و این که آیا سرنوشت آدمی خیر است یا شر.

خوف از عدم پذیرش اعمال از جانب پروردگار:

﴿يُؤْتُونَ مَاءًا تَوَّأَوْ قُلُوبُهُمْ وَجِلَّةٌ﴾ (مؤمنون: ۶۰).

«و کسانی که در پرستش خداوند عبادت‌ها را انجام می‌دهند و دل‌هایشان (از عدم پذیرش آن) ترسان است».

خوف از نبودن اخلاص و آمیخته‌شدن اعمال‌شان با عجب و ریا. خوف از آنچه در عالم برزخ بر سر ایشان خواهد آمد، خوف از محاسبه روز قیامت:

﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ۖ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ

الْمَأْوَىٰ﴾ (نازعات: ۴۰ - ۴۱).

«آنکس که از ایستادن در پیشگاه خدا می‌ترسد و نفس خویش را از هوی باز می‌دارد همانا بهشت جایگاه آنان است».

خوف یگانه‌عاملی است که آدمی را از اتباع هوای نفس بازداشته و به جنگی مستمر و طولانی با نفس اماره واداشته و سرانجام یا آن را خوار کرده و یا آن را به نفس مطمئنه یا لواحه تبدیل می‌کند.

شکی نیست که اصحاب - رضی الله عنهم - از همه بیشتر از خدا ترس داشتند و در هر کار نیک اسوه‌ای صادق و قله‌ای بلند بوده اند. به همین دلیل است که رسول الله ﷺ در ستایش ایشان می‌فرماید:

«خَيْرُكُمْ قَرْنِي، ثُمَّ الَّذِينَ يَلُونَهُمْ، ثُمَّ الَّذِينَ يَلُونَهُمْ»^(۱).

«بهترین شما کسانی هستند که در قرن من زندگی می‌کنند، سپس مردمانی که بعد از آنان می‌آیند، سپس آنهایی که در قرن بعدی قرار می‌گیرند».

بنابراین، اصحاب شایستگی هستند که راه تربیت نفوس را می‌دانند، آنان گنجینه‌ای بس گرانبها در رابطه با روش‌های تربیت نفس به ارث گذاشتند، البته نه در قالب کتاب‌های ضخیم و قطور بلکه به صورت نمونه‌های زنده. این افراد جملگی به دست اصحاب و مطابق با اصول تربیتی متقی‌ترین و مخلص‌ترین بندگان یعنی رسول خدا ﷺ تربیت یافتند که از آنها به تابعین یاد می‌کنیم. ایشان بدینگونه پاکترین و آراسته‌ترین شکل تربیت را پی‌ریزی کردند، بدون این که در این رهگذر از هیچ دیانتی دیگر یاری گرفته باشند و یا بدعت‌هایی را پایه‌ریزی کنند که از جانب پروردگار سند و سلطانی نداشته باشد، یا این که رهبانیت و گوشه‌نشینی گزینند که خداوند آن را واجب نکرده است.

با این حال به رغم وجود آن همه صفا و پاکیزگی و نیروی عظیم تربیتی در سیره تابعین، بسیاری از کتاب‌هایی که از قدیم تاکنون به مسئله سلوک و اخلاق و تربیت ایمانی پرداخته اند، پیروی از آن سرچشمه گوارا را یا فراموش کرده اند یا آن میراث را با گفته‌های فلاسفه و حکمای یونانی و ریاضت‌های شدید نفس که از روح دین بسیار فاصله دارند آمیخته اند که این هم به دلیل ترجمه بعضی از کتاب‌های یونانی و نیز به واسطه گروهی از بی‌دینان و مجوس آتش‌پرست بوده است؛ آنهایی که بسیاری از مسایل غیر دینی را به نام دین نوشته و داخل کتاب‌های دینی کرده اند. در نتیجه روشی که تابعین برای تزکیه و تهذیب دلها در پیش گرفته بودند، از آسیب چاقوی جراحی اهل جرح و تعدیل در امان نماند،

سرانجام این مدرسه تربیتی پاک و بی‌آلایش در لابلاهای مجلدات ضخیم کتاب‌های علم رجال ضایع شد.

قبل از من پیشوایان و علمای بزرگی به تالیف شرح حال بزرگان دین پرداخته اند از جمله: امام احمد بن حنبل با تالیف کتاب «الزهد» و امام ابو الفرج بن جوزی با نوشتن کتاب «صفة الصفوة» و امام ذهبی با نوشتن کتاب «سیر اعلام النبلاء» و حافظ ابن کثیر با نوشتن کتاب «البدایه و النهایه» و ابن سعد با تالیف کتاب «طبقات» و دیگر امامانی که دانش من به آنها نمی‌رسد، در این خصوص از من سبقت جسته اند، مزیت این اثر نسبت به دیگر آثار این است که تنها به ذکر نصوص اکتفا نشده، بلکه از لابلاهای آن عبرت‌ها و تجاربی استخراج شده و اسباب و علل و قواعد و روش‌های تربیتی ایشان نیز در معرض دید پویندگان این راه قرار داده شده است.

هدف از تالیف این کتاب این است که روش پیشگامان و طلایه‌دارین راه تربیت و اصلاح به نمایش گذاشته شود؛ تا راه را برای کسانی سهل و هموار نمایم که می‌خواهند از این سرچشمه زلال و همیشه جوشان بنوشند و از هرگونه شک و شبهه‌ای که امروزه به صورت وفور یافت می‌شود در امان باشند. من ادعا نمی‌کنم که در این کار حق مطلب را ادا کرده‌ام، بلکه این کوشش ناچیزی است، و از خدای ذوالجلال می‌خواهم که علما و دانشمندان را توفیق عنایت فرماید تا این کار نیمه تمام را تکمیل نموده و این امر عظیم را از لابلاهای کتاب‌های بزرگ علم رجال استخراج کنند، و امت اسلامی معاصر را به سوی شاهرهی بازگردانند که از آن منحرف گشته اند، و مجد و عظمت از دست رفته را برای آنان بازگردانند؛ آن مجد و شکوهی که دشمنان برای نابودی آن همدستی و همیاری نمودند. و خدا یاری‌دهنده خیر و راهنما راه است.

ابوبلال

فصل اول

صفات نفس

نفسی که خدا در وجود ما آفریده است، دارای صفات بسیاری است، در اینجا مقصود این نیست که نفس فقط دارای یک صفت باشد، بلکه گاهی در نفس صفات متعددی و حتی متضادی وجود دارد، آنچه مطلوب و مقصود شرع می باشد این است که مسلمان نفس خود را بر صفات پسندیده تربیت کند. برای این که بتوانیم این صفات پسندیده را به خوبی بشناسیم، لازم است از روش تابعین در امر تربیت بسیار آگاه باشیم. خداوند متعال بارزترین صفات نفس را در قرآن ذکر کرده است: از جمله:

۱- امر به سوء:

خداوند از زبان همسر عزیز مصر می فرماید:

﴿وَمَا أُبْرِيُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ ۗ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ (یوسف: ۵۳).

«من نفس خود را تبرئه نمی کنم، زیرا نفس بشری بسیار مایل به سوی بدی است، مگر نفسی که پروردگارم بدان رحم کند، بی گمان پروردگارم دارای مغفرت و رحمت فراوانی است.»

نفس بشری میل به شهوت دارد، مگر این که آن را تربیت کرده و از امر به زشتی به سوی امر به نیکی هدایت کنیم. بنابراین، می توان با مداومت در تربیت این نفس سرکش، آن را از نافرمانی خدا باز داشت و به نفس لوامه ای تبدیل کنیم که انسان را بر ارتکاب هر عمل ناروایی که او را از خدا دور می سازد، سرزنش کند.

۲- سرزنش:

خداوند می فرماید:

﴿وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾ (قیامت: ۲).

در تفسیر این آیه «قره بن خالد» از حسن بصری چنین نقل می کند: «به خدا سوگند! مؤمن همیشه نفس خود را سرزنش می کند، و می گوید: چرا چنین گفتم؟»

از این خوردنم چه هدفی داشتیم؟ وسوسه‌هایی که از خاطر من گذشت بیانگر چیست؟ ولی شخص فاجر بدون هیچ هراسی به پیش می‌رود و بر هیچ چیزی خود را سرزنش نمی‌کند»^(۱).

مؤمن پیوسته و روز و شب نفس خود را از گفتار و رفتاری بر حذر می‌دارد که مانع داخل شدن به جنت باشد.

امام مجاهد بن جبر رحمته نفس لوامه را اینگونه توصیف می‌کند: «نفس لوامه آن است که بر چیزی که از دست رود، پشیمان شده و به سرزنش می‌پردازد، خود را بر انجام کار ناشایست توبیخ کرده که چرا این کار را انجام دادی؟ و بر انجام کار خیر نیز خود را سرزنش می‌کند که چرا بسیار انجام ندادی؟»^(۲).

نفس لوامه خاطرات دور و نزدیک را به یاد می‌آورد، و از گناهان گذشته به خویش می‌پیچد و بر هدر دادن اوقات در غیر طاعت خدای متعال به شدت پشیمان می‌شود. از این که خوشنودی پروردگار را به دست نیاورده، شرمگین است و از این که در برابر فریبکاری‌های شیطان تسلیم شده است نادم و پشیمان است. او دائماً با نفس لوامه خود در حال نزاع و جدال است، به همین سبب چنین نفسی حساس گشته و زشتی و زیبایی را به خوبی درک می‌کند.

سید قطب رحمته در باره نفس لوامه می‌گوید: «نفس لوامه نفسی است بیدار و پرهیزگار، بیمناک و هشیار که خود را محاسبه می‌کند. پیرامون خود را زیر نظر دارد و حقیقت هواهای نفسانی را درمی‌یابد و از خود فریبی حذر دارد. چنین نفسی در نزد پروردگار آنقدر گرمی است که آن را همراه با مسئله قیامت ذکر می‌کند. نفس لوامه در مقابل نفس فاجره قرار دارد، و آن نفس انسانی است که می‌خواهد نافرمانی کند و به بیراهه برود؛ انسانی که دروغ می‌گوید و به فرمان خدا پشت می‌کند و با کبر و غرور به میان عیال خود برمی‌گردد، بدون این که نفس خود را محاسبه کرده و آن را سرزنش نماید و به آن توجه کند»^(۳).

(۱) - ابن کثیر: ۴ / ۴۴۵ - ۴۴۶.

(۲) - تفسیر قرطبی: ۱۹ / ۶۳.

(۳) - فی ظلال: ۶ / ۳۷۶۸.

نفس لوامه همیشه احساس خطر می کند، به همین خاطر همیشه بیدار و مراقب است که نکند غافلگیر شود. کسی که از نفس لوامه برخوردار است هر صبح و شامی و پیش از این که به بستر خواب رود، این دعا را با خود زمزمه می کند:

«قُلِ اللَّهُمَّ عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكُهُ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ»^(۱).

«بگو: پروردگارا! ای آگاه به نهان و آشکارا، ای آفریدگار آسمانها و زمین و ای پروردگار و مالک همه هستی، گواهی می دهم که جز تو خدایی نیست، از شر نفس و شیطان و دام‌های او به تو پناه می آورم».

چنین کسی اولین چیزی که از خدا طلب می کند، مقاومت در برابر شرور نفس است که اگر بر این وصف و حالت دوام یابد، آنگاه خود را به صفاتی بالاتر و والاتر می آراید و به مرتبه آرامش و اطمینان نایل می شود. این سرنوشت کسی است که نفس لوامه داشته باشد.

۳- اطمینان و آرامش:

خداوند می فرماید:

﴿يَتَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً ﴿٢٨﴾﴾

(فجر: ۲۷ - ۲۸).

«ای انسان آسوده‌خاطر! به سوی پروردگارت باز گرد؛ در حالی که تو خوشنودی و [خدا هم] از تو خوشنود [است]! به میان بندگانم در آی، و به بهشت من داخل شو».

امام قرطبی در تفسیر این آیه می فرماید: نفس مطمئنه نفسی است که به سکون و یقین رسیده و به ربوبیت خدا یقین دارد و در راه این عقیده، اخلاص قلبی داشته باشد.

(۱) - مسند امام احمد.

از مجاهد هم نقل شده است که نفس مطمئنه نفسی است که به قضای الهی راضی بوده و یقین داشته باشد که جز تقدیرات الهی چیزی به وی نخواهد رسید، اما هر آنچه بر او مقدر شود، یقیناً به آن خواهد رسید.

حسن بصری می‌گوید: «هرگاه خداوند اراده قبض جان بنده مؤمن کند، نفس او با آرامش تمام و مشتاقانه به سوی پروردگار خویش می‌رود و خداوند نیز آرزوی ملاقات او را دارد»^(۱).

اگر انسان در مقابل هر گفتار و رفتاری نفس خود را محاسبه نکند، کی و کجا می‌تواند این صفات بزرگ را به دست بیاورد؟ سرزنش همیشگی نفس آن را از کجروی باز داشته و به جاده اصلی و صراط مستقیم بازمی‌گرداند، چون بر جاده اصلی قرار گرفت، تند باد فتنه او را نخواهد لرزاند و زیور و زینت دنیا او را به خود مشغول نمی‌کند و نیرنگ‌های شیطان در او اثر نخواهد کرد، و با آرامشی که زیننده فرد مؤمن و اهل یقین است، تسلیم تقدیرات الهی می‌شود و همه این توطئه‌های شیطانی و مظاهر فریبنده دنیا را به باد تمسخر می‌گیرد.

سید قطب - رحمه الله - در این زمینه می‌گوید: کسی که از نفس لوامه برخوردار است در هنگام شادی و اندوه و گشایش و تنگنا آرامش دارد؛ آرامشی که هیچ شک و تزلزل و گمان و دودلی را برای صاحبش باقی نگذاشته، بلکه با اطمینان خاطر به مسیر خود ادامه می‌دهد و از هیچ چیزی به جز خدا نمی‌هراسد.^(۲)

هرگاه مردم ترسیدند و دچار رعب و وحشت شدند و در وادی هلاکت سقوط کردند و به بیراهه رفتند، او همانند کوهی سر به فلک کشیده ثابت و استوار می‌ایستد و هیچ حادثه‌ای نمی‌تواند او را دگرگون کند. چون آرامش سراسر وجود او را فرا گرفته است.

۴- دوگانگی:

خداوند می‌فرماید:

(۱) - تفسیر قرطبی: ۲۰ / ۵۷؛ ۵۸.

(۲) - فی ظلال: ۶ / ۱۹۰۷.

﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴿۷﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴿۸﴾ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا

﴿۹﴾ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا ﴿۱۰﴾﴾ (شمس: ۷ - ۱۰).

«و سو گند به نفس آدمی و آنچه ساخته و پرداخته کرده است، سپس بدو گناه و تقوی را الهام کرده است، کسی رستگار و کامیاب می گردد که نفس خویش را پاکیزه دارد، و کسی نومید و ناکام می گردد که نفس خویش را به گناه و معاصی آلوده سازد».

اراده و اختیاری که خداوند در وجود انسان به ودیعه گذاشته است او را برانجام کار خیر و شر توانا ساخته است و به خاطر همین اختیار در روز قیامت مورد محاسبه قرار می گیرد. به همین سبب گرایش نفس به طرف خیر یا شر بستگی به مقدار کوششی دارد که انسان در این راه مبذول می دارد. تغییر جهت به سوی نیکی را «تزکیه» و خلاف آن یعنی تظاهر به زهد را «تدلیس» می نامند، همچنانکه خداوند می فرماید:

﴿وَمَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنْ نَفْسِكَ ﴿۷۹﴾﴾ (نساء: ۷۹).

«هر بدی و ناخوشایندی [که] به تو رسید، تقصیر از خودت است».

چون انسان از روی انتخاب و اختیار حق را کنار نهاده و در نتیجه به عواقب آن گرفتار شده است.

سید قطب - رحمته - می گوید: «این موجود [انسان] مخلوقی است دارای طبیعت دو گانه، استعداد دو گانه، راه و روش دو گانه، و مقصود ما از دوگانگی این است که با توجه به آفرینش انسان (که از خاک و نفخه ای از روح خدا خلق شده است) این موجود دارای دو استعداد مساوی برای انجام نیکی و بدی و در پیش گرفتن راه هدایت و گمراهی است، و قدرت تشخیص خیر از شر را دارد، چنانچه قدرت انجام هر یک از آن دو را از روی اختیار دارد و این نیرو در نهان و نهاد انسان وجود دارد که گاهی قرآن آن را الهام تعبیر کرده و می فرماید:

﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴿۷﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴿۸﴾﴾ (شمس: ۷ - ۸).

«و سو گند به نفس آدمی و آنچه ساخته و پرداخته کرده است، سپس بدو گناه و تقوی را الهام کرده است».

و گاهی آن را هدایت نام می‌نهد و می‌فرماید:

﴿وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ﴾ (بلد: ۱۰).

«دو راه خیر و شر را بدو بنموده ایم».

این نیرو به صورت استعداد بالقوه در وجود انسان قرار دارد و فقط عوامل خارجی هستند که این استعداد و توانایی را بیدار کرده و آن را به این سو و آن سو می‌کشانند، این عوامل آن نیروی نهفته را نمی‌آفرینند، چون خود به طور فطری آفریده شده‌اند و در ژرفای طبیعت انسان وجود دارند»^(۱).

بنابراین، اگر کسی ادعا کند که قادر به انجام کار نیک و اجتناب از کار بد نیست دروغ گفته است؛ زیرا خداوند آن استعداد را در وجودی وی آفریده است و تصمیم انسان برای انتخاب خیر یا شر به حال خود باقی است. دوگانگی در نفس بشری اساس خلقت انسان است، ولی با توجه به توضیحی که پیش از این داده شد، فقط نمی‌تواند یک صفت مستقل باشد.

۵- تکالیف:

خداوند می‌فرماید:

﴿لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾ (بقره: ۲۸۶).

«خداوند به هیچکس جز به اندازه توانایی اش تکلیف نمی‌کند».

از هنگامی که خداوند در نفس بشری استعداد انجام خیر و شر را آفرید همراه با آن نیرویی به او عطا کرد تا بر مأموریتش که انجام کار نیک است، توانا باشد.

ابن کثیر رحمته الله علیه می‌گوید: خدا به هیچکس بیش از توانش تکلیف نمی‌کند، و این یکی از الطاف و مهربانیان او نسبت به بندگان است.

این آیه در نسخ آیه‌ای نازل شد که اصحاب رضی الله عنهم از آن خیلی بیمناک بودند.

خداوند در آیه پیشین چنین می‌فرماید:

﴿وَإِنْ تَبَدُّوا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ أَوْ تُخَفُّوهُ يَحَاسِبْكُمْ بِهِ اللَّهُ﴾ (بقره: ۲۸۴).

(۱) - فی ظلال: ۶ / ۳۹۱۷.

«اگر آنچه را که در دل دارید چه آشکار سازید و چه پنهان دارید، خدا شما را مورد بازخواست قرار می‌دهد.»

یعنی اگر خدا آدمی را محاسبه کند، بر اموری عذاب می‌دهد که او توان دفع آن را دارا باشد، ولی بر آنچه که قدرت دفع آن را ندارد، مانند وسوسه و خطرات قلبی، خداوند او را عذاب نمی‌دهد.

۶- مطیع کردن:

از جمله صفاتی که نفس بشری دارد، فریبنده بودن آن است، بدینگونه که انسان را فریب و انجام کار شر را پیش چشمش سهل می‌کند، و در آن لحظه عواقب آن را از خاطر می‌زداید؛ در نتیجه عمل شر خیلی ساده پنداشته می‌شود. خداوند در داستان پسران آدم - هابیل و قابیل - نقل می‌فرماید:

﴿فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾

(مائده: ۳۰).

«پس نفس شیطانی و اماره او، او را وادار به کشتن برادرش کرده و او را کشت و بر اثر آن از زیانکاران شد.»

در تفسیر این آیه امام قرطبی می‌گوید: «نفس او، او را بر قتل برادرش تشویق و این کار را در چشم او سهل و زیبا کرد.»

۷- وسوسه:

وسوسه عبارت از آن صدای پنهانی است که شنیده نشود. بدین علت یکی از صفات نفس محسوب می‌شود، چون نوعی سخن درونی است. این نوع حدیث دل گاهی خیر است و گاهی شر. اگر وسوسه از درون کسی باشد که نفس خود را برای انجام خیرات مهیا و آن را تزکیه کرده باشد، خیر است و اگر انسان در راه تزکیه و تهذیب نفس خود زحماتی را متحمل نشده باشد، وسوسه اش وسوسه شر است و بر شر و بدی تشویق می‌کند.

امام قرطبی می‌گوید: وسوسه عبارت است از حدیث نفس.

۸- زیبا جلوه‌دادن کار قبیح:

تسویل بدین معنا است که کار زشت و بزهکاری را در نظر زیبا جلوه می‌سازد، تا سرانجام او را به انجام آن وادار کند. می‌فرماید:

﴿قَالَ فَمَا حَطْبُكَ يَسْمِرِي ۖ قَالَ بَصُرْتُ بِمَا لَمْ يَبْصُرُوا بِهِ فَقَبَضْتُ قَبْضَةً مِّنْ أَثَرِ الرَّسُولِ فَنَبَذْتُهَا وَكَذَلِكَ سَوَّلَتْ لِي نَفْسِي﴾ (طه: ۹۵ - ۹۶).

«پس موسی گفت ای سامری! این چه کاری بود که کردی؟ پاسخ داد: من دیدم آنچه را که ایشان نمی‌دیدند. من مشتی از خاک زیر پای ستور جبرئیل را برداشتم و برای (فریب دادن دیگران) آن را (به شکم گوساله) ریختم این چنین نفس من مطلب را در نظرم آراست.»

امام قرطبی در تفسیر این آیه می‌گوید: موسی گفت: چه چیز تو را بر این کار واداشت؟ گفت: چیزی را دیدم که آنان نمی‌دیدند. دیدم جبرئیل بر اسب حیات سوار است. به نفسم خطور کرد مشتی از خاک زیر پای آن را بردارم، آن را بر هر چیزی [که] می‌پاشیدم برای آن روح و گوشت و خون پدید می‌آمد. چون دیدم بمانند بت پرستان از تو درخواست خدایی می‌کردند، نفس این کار را در نظرم خوب و زیبا جلوه داد و مجسمه گوساله‌ای را خدای آنان ساختم.»

در سوره یوسف نیز کلمه تسویل آمده است. یعقوب رضی الله عنه خطاب به پسرانش می‌فرماید:

﴿بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْراً فَصَبْرٌ جَمِيلٌ﴾ (یوسف: ۱۸).

«بلکه نفس شما چیزی را پیش چشم شما زیبا نشان داده و مرتکب آن شده اید پس صبر و شکیبائی نیکو و دور از جزع و فزع را پیشه می‌کنم.»

یوسف رضی الله عنه نیز هنگامی که برادر کوچک خود را نزد خویش نگه داشت، همان عبارت را به برادرانش گفت.

فصل دوم

سرنوشت زیانکاران

۱- زیانکاری در دنیا و آخرت

چنانچه خداوند می فرماید:

﴿وَقَدْ حَابَّ مَنْ دَسَّنَهَا﴾ (شمس: ۱۰).

«به درستی زیانکار است آنکس که نفس خود را آلوده سازد».

نشانه‌های خسارت دنیوی عبارت اند از:

الف) ضعف و ناتوانی: کسی که نتواند طعم تربیت را به نفس اماره بچشاند و آن را بزیر تازیانه تزکیه بکشد، بلکه آن را رها ساخته و در برابر ریاضت و تکالیف شرعی قرار ندهد، دچار ضعف اراده شده و همت و اراده او در جنگ با نفس شکست می خورد.

ب) تردید و دودلی: چنین کسی توان ثبات و استقامت بر رای خود ندارد، هرگاه هم بخواهد تصمیم به انجام کاری نیک بگیرد، نفس او را به عمل خلاف آن تشویق می کند.

ج) ذلت و خواری: انسانی که بنده نفس اماره شد قدرت رهایی از زیر سلطه آن را ندارد. در نتیجه نفشش او را به مانند برده‌ای خوار و ذلیل به هر مکان و موقعیتی ناشایست می کشاند، وی چنان اسیر شهوات نفسی می شود که اگر همه مردم نیز ریشخندش کنند توان رهایی از این اسارت و حقارت را ندارد.

د- ترسوئی: چنین انسانی همیشه از جانب نفس اماره به کناره گیری و دوری از هرگونه تلاش در راه دین وادار می شود، و از هرچیزی که به آسایش و تن پروری او خدشه‌ای وارد بکند، حذر کرده و به زندگی پر از ترس و خفت بار خود ادامه می دهد.

ه- فقدان شرم و حیا: آنکس که بنده و برده نفس اماره است، همواره نفس او را به سوی شهوت رانی فرامی خواند، قدرت مخالف با آن را نداشته و در نتیجه پرده حیا و عصمت او دریده می شود، به صورتی که در مقابل خداوند و در مقابل انسان‌ها احساس شرمندگی نمی کند و ارزشی برای ایشان قایل نیست و مانعی برای شهوت بازی نمی بیند. اینگونه انسان‌ها در قیامت نیز گرفتار بزرگترین

خسارت می‌شوند؛ زیرا در دنیا در تربیت نفس و وادار کردن آن به اخلاص در برابر پروردگار کوتاهی کرده‌اند.

و- مجادله به هنگام حساب: همچون انسانی وقتی که در پیشگاه خالق خود ایستاد و حقایق را دید، درمی‌یابد که چه خسارت عظیمی مرتکب شده است؛ پس ناچار به حيله و نیرنگ متوسل می‌شود و شروع به مجادله می‌کند، بلکه بتواند به زعم خود راهی برای تبرئه از جرایم و بزهکاری‌هایش بیابد. خداوند حال اینگونه افراد را چنین بازگو می‌کند:

﴿يَوْمَ تَأْتِي كُلُّ نَفْسٍ تُجَادِلُ عَن نَّفْسِهَا وَتُوَفَّىٰ كُلُّ نَفْسٍ مَّا عَمِلَتْ وَهَمْ لَا يُظْلَمُونَ﴾ (نحل: ۱۱۱).

«قیامت) روزی است که هر کس می‌آید به دفاع از خود می‌پردازد، و به هر فردی پاداش آنچه کرده است به تمام و کمال داده می‌شود و به هیچکسی ستم نمی‌شود».

سید قطب رحمته در تفسیر این آیه می‌گوید: «آن روزی است که هر نفسی به کار خود مشغول است و به غیر از خود توجهی ندارد... این عبارت قرآن، یادآور هول و دهشتی است که انسانی را به خود مشغول داشته و برای رهایی از عذاب به مجادله می‌پردازد، غافل از این که جدال و مشغلت دیگر نفعی ندارد، چرا که آن روز، روز جزا و پاداش است».

۲- حساب نفس

کسانی که تربیت نفس را ترک می‌کنند به عواقب وخیمی دچار می‌شوند، یکی این که همین نفس در روز قیامت آنان را ملامت و به خاطر تقصیری که در تربیت آن روا داشته‌اند با آنان وارد جنگ می‌شود و آن زمانی است که نامه اعمال به ایشان داده شده تا معاصی مکتوب در آن به آنان یادآوری شود. بدینگونه گرفتار دو نوع عذاب می‌شوند؛ یکی خوانده شدن نامه اعمال که تمام خطاهای ایشان را در بر گرفته و بازگو کرده است و به همین خاطر به شدت دچار حسرت و تأسف شده و اعلام ندامت می‌کنند.

دوم این که خداوند به نفس ایشان فرصت می‌دهد تا به خاطر تقصیری که آنان در رابطه با نفس خود روا داشته‌اند، علیه آنان شهادت دهد و این شهادت بر حسرت و درد ایشان می‌فزاید. خداوند می‌فرماید:

﴿وَكُلَّ إِنْسَانٍ أَلْزَمْنَاهُ طَبْعَهُ فِي عُنُقِهِ ۖ وَنُخْرِجُ لَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ كِتَابًا يَلْقَاهُ مَنشُورًا ﴿١٤﴾ أَقْرَأَ كِتَابِكَ كَفَىٰ بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا ﴿١٥﴾﴾ (اسراء: ۱۳ - ۱۴).

«مقدرات و نتیجه کارهای هر آدمی را در گردن او کردیم، و روز قیامت نامه‌ای گشاده برای او بیرون خواهیم آورد، نامه‌ات را بخوان امروز کافی است که خودت در رابطه با خودت قضاوت کنی.»

ابن کثیر می‌گوید: طائر عبارت از عملی است که از کسی سر زده است، و تمام اعمال او در کتابی جمع شده و در روز جزا به وی داده می‌شود که اگر سعادتمند و خوشبخت باشد، نامه اعمالش به دست راست او داده می‌شود و اگر شقی و بدبخت باشد، به دست چپ او داده خواهد شد. کلمه (منشورا) هم یعنی باز شده و هر کس می‌تواند آن را بخواند و تمامی کردار او از اول تا پایان زندگی در آن مکتوب است.

فصل سوم

شرایط تربیت

- ۱- هوشیاری در مقابل خطرات نفس.
- ۲- آزادسازی سرزمین عقل و اندیشه.
- ۳- سفر به سوی دلها.
- ۴- پاکسازی کامل.
- ۵- استقامت و پایداری.
- ۶- ترس از عاقبت.

۱- هوشیاری در برابر توطئه‌های نفس:

نفس همیشه آدمی را به سوی بدی فرامی‌خواند، مگر این که رحمت حق شامل حال او شود. کلمه «سوء» شامل هر قول و فعل و پنداری است که موجب خشم پروردگار رحمان شود؛ به همین سبب شرط اول، هوشیاری در برابر توطئه‌های نفس و عدم سهل‌انگاری در برابر آن است. و فایده این هوشیاری و احتیاط، کاستن از ارتکاب اموری است که مقبول بارگاه پروردگار نمی‌باشند. زیرا اگر لغزشی روی می‌دهد به خاطر غفلت در مقابل نفس است.

یکی از حکما به خوبی این مطلب را بیان کرده و به نسل‌های بعد می‌گوید: هر کس گمان کند دوستی از خدا نزدیکتر وجود دارد، شناختش از خدا بسیار کم است، و هر کس گمان کند دشمنی سرسخت‌تر از نفس وجود دارد، نفس خود را به خوبی نشناخته است.^(۱)

چنین کسی همیشه در مقال دشمنان - اعم از انسان و دیگر جانواران - آمادگی دفاع دارد، ولی در همان حال خطرناکترین و نزدیکترین دشمنان را که نفس اماره است، فراموش کرده و برای مقابله با آن از هیچگونه ساز و برگی برخوردار نیست.

۲- آزادسازی سرزمین عقل و اندیشه:

آنچه که انسان را از سایر مخلوقات ممتاز می‌کند، امتیازی است که خداوند به او بخشیده است و به وسیله آن نفع و ضرر را تشخیص می‌دهد، ولی هرگاه از نیروی عقل استفاده نشود آدمی قدرت تشخیص را از دست داده، و مورد هجوم شرور و مفساد قرار می‌گیرد، اما اگر انسان در مقابل حوادث، عقل خود را به کار اندازد، اقدام به معصیت نمی‌کند، ولی آدمی اغلب به جای عقل هوای نفسانی خود را حاکم و عقل را بیکار می‌گذارد. در نتیجه مرتکب منهیات می‌شود. امام ابن‌القیم در باره چنین انسان‌هایی می‌گوید: «اگر عقل و خرد تو از زیر سلطه هوای نفس خارج شود، حاکمیت را به دست می‌گیرد»^(۲). و گو این که هوای

(۱) - الإستعداد لیوم المعاد: ۱۲.

(۲) - الإستعداد لیوم المعاد: ۱۲.

نفس مملکت عقل را اشغال کرده است و عقل از خواب غفلت بیدار شده و حاضر نیست تن به اسارت و ذلت بدهد و راه قیام و انقلاب بر ضد هوی و هوس را در پیش گرفته و سلطه و استیلای از دست رفته خود را بازمی یابد. و هر قوم و ملتی عقل خود را حاکم قرار ندهد، گرفتار انواع فتنه و آشوب خواهد شد.

۳- سفر به سوی دلها:

انسان عاقل باید از توطئه های نفس خود را بر حذر دارد و این دشمن خطرناک را زیر نظر داشته باشد. اما باید بداند این اجتناب و احتیاط به تنهایی مثمر ثمر نیست، بلکه باید به اصلاح عضو صنوبری خود که در درون بدنش قرار دارد، پردازد. چنانچه رسول گرامی اسلام ﷺ در حدیثی می فرماید:

«أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضَغَةً، إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ»^(۱).

«بدانید در بدن عضو صنوبری شکلی وجود دارد که هرگاه اصلاح شود تمام وجود اصلاح و هرگاه به فساد گراید تمام بدن فاسد شود، بدانید که آن عضو قلب است.»

چنانچه در این حدیث شریف آمده لازم است قبل از هر چیز اصلاح و پاکسازی را از قلب آغاز کنیم.

محمد بن فضیل بلخی رحمته الله می گوید: تعجب می کنم از کسی که کوه و بیابان ها را می پیماید تا به خانه خدا شرفیاب شود، چرا که در آنجا آثار انبیاء هست، ولی نزدیکترین راه را که همانا راه دل است، در پیش نمی گیرد؛ دلی که آثار و نشانه های خداوند در آن وجود دارد.

۴- پاکسازی کامل:

رسول خدا ﷺ می فرماید: «اگر درون انسان پر از خونابه زخم شود و آن را فاسد کند، بهتر از آن است که پر از شعر شود»^(۲).

(۱)- صحیح مسلم: ۱۴۴.

(۲)- بخاری: ۱۰ / ۴۵۳.

امام ابن القیم تعلیقی بر این حدیث نوشته و می گوید: رسول اکرم ﷺ برای ما بیان فرموده است که درون انسان همچنانکه می تواند مملو از شعر شود، همانطور می تواند لبریز از شک و شبهه و خیالات و اوهامی شود که اصلا وجود ندارند، یا پر از علومی شود که منافی را در بر ندارد و یا افسانه‌ها و سخنان معمولی و بی فایده آن را پر کند و به اینگونه مسائل مضر و زیانبار انباشته شود، اگر حقایق قرآن و علوم آن که مایه سعادت اوست بدو روی آورد و در آن جایی نیافت و از آن استقبال به عمل نیامد، دور شده و به محلی دیگر روی خواهد آورد. همچنان اگر قلبی را که پر از مسائل منافی با قرآن باشد مورد نصیحت قرار دهی و دریچه‌ای برای ورود کلام خدا در آن نباشد، از پذیرش آن نصایح سرباز زده و آن نصایح به راه دیگری خواهد رفت.

شاعر گوید:

نَزَّةٌ فُؤَادِكَ مِنْ سِوَانَا تَلَقَّنَا
فَجَنَابُنَا حِلٌّ لِكُلِّ مَرَّةٍ

«قلب خود را از غیر ما پاکیزه دار تا ما را ملاقات کنی، چون محضر ما جایگاه هر قلب پاک و پاکیزه‌ای است.»

تا زمان ظاهر شدن آثار و نشانه‌های عملی تربیت، باید این عضو صنوبری را از هر آنچه که با فرامین وحی در تضاد است پاکیزه کرد؛ زیرا وحی با چیزی که مخالف آن باشد در نمی آمیزد. وحی مانند سایر کلمات نیست، زیرا وحی در جایی که قدسیت آن را نداشته باشد استقرار نمی یابد.

پاکسازی قلب از آنجا که در سراسر عمر باید مورد توجه قرار گیرد، بسیار طاقت فرساست. این پاکسازی در واقع همان مجاهدت و تزکیه‌ای است که به اذن خدا رستگاری دنیا و آخرت را به دنبال دارد. این مجاهدت مانند یک عمل جراحی نیست که غده‌ای را از بدن بیرون آورده و چیزی دیگر را جایگزین آن کنیم، بلکه عبارت از مبارزه‌ای بس مشقت‌بار و طولانی با نفس و هوی و هوس و نیز با همه جاذبه‌های دنیایی و نیروهای اهریمنی است.

در روند پاکسازی قلب باید با همه این نیروها به ستیز پرداخت و هر اندازه عزم و استقامت در برابر این موانع و مشکلات صرف شود به همان اندازه هم پیروزی

به دست خواهد آمد و عمل پاکسازی قلب قرین موفقیت خواهد شد؛ در غیر این صورت نیروهای اهریمنی بر قلب مستولی شده و روز به روز بیشتر آن را غرق در گناه و تباهی می کنند، در نتیجه قلب بصیرت خود را از دست می دهد و همه موازین و معیارها را زیر پا گذاشته و می گذرد؛ و وقتی چنین مهتری بر قلب زده شد، قدرت تشخیص خوب و بد را از دست می دهد و پس از آن تابع هوا و هوس می شود.

پاکسازی قلب زمانی قرین موفقیت می شود که از غیر خدا تهی شود، زیرا چنانچه اشاره شد، وحی با باطل همجوار نمی شود. عبدالله بن مبارک در این باره می گوید: «اگر انسان از درون خود صد چیز نامطلوب را بیرون آورد، و تنها یک مورد را باقی بگذارد از متقین محسوب نمی گردد، و اگر از صد چیز پرهیز داشته باشد و تنها در برابر یک مورد پرهیزگار نباشد، پارسا به حساب نمی آید، و هر کس تنها یک خصلت جاهلی در وی باشد در زمره جاهلین است، مگر فرموده خدای متعال خطاب به نوح را نشنیده اید که چون نوح گفت:

﴿إِنَّ آتِنِي مِنْ أَهْلِي﴾ (هود: ۴۵).

«فرزندم جزو خانواده من است».

﴿إِنِّي أَعْظُمُكَ أَنْ تَكُونَ مِنَ الْجَاهِلِينَ﴾ (هود: ۴۶).

«من شما را نصیحت می کنم از زمره جاهلان نباشید».

۵- استقامت و پایداری برحق:

پاک کردن قلب و زدودن امراض از آن باید استمرار یابد و هیچگاه متوقف نشود تا کاملاً قلب پاکیزه گردد، چون کمترین سستی در این کار به نفسی فرصت دوباره می دهد تا بار دیگر همه کوشش های پیشین را بی نتیجه بگذارد و هوی را بر شخص حاکم و او را به ذلت و اسارت بکشاند.

خداوند کسانی را ستایش می کند که بر این راه سخت و دشوار استقامت

می ورزند، و می فرماید:

﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ﴾ (فصلت: ۳۰).
 «به درستی آنان که اعلام کردند که پروردگار ما الله است، و بر این راه استقامت ورزیدند، ملائکه بر آنان نازل شده و به اینان مژده می دهند که نترسید و اندوهگین نباشید، و مژده باد شما را به بهشتی که وعده داده شده اید.»
 در حقیقت خداوند به رسول خود امر فرموده که بر این شاهره استقامت ورزد تا کار پاکسازی قلب کامل شود:

﴿فَاسْتَقِمْ كَمَا أَمَرْتَ وَمَنْ تَابَ مَعَكَ وَلَا تَطْغَوْا إِنَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾ (هود: ۱۱۲).

«استقامت کن، آنگونه که به تو امر شده است همراه با آنان که با تو هستند، و طغیان نکنید بدرستی که خدا بر اعمال شما نظارت دارد.»
 بدین شیوه صحابه کرام رضی الله عنهم این آیه را در میدان عمل اجرا کرده و محتوی آن را به درستی فهمیدند.
 امیرالمؤمنین عمر بن خطاب رضی الله عنه می گوید: استقامت عبارت از این است که بر امر و نهی استقامت کنید، نه این که همچون روباه حيله گر در راه به این سو و آن سو بنگرید و منحرف شوید.

ترس از پایان راه

عاقبت‌نگری و ترس از سرنوشت بد در کار تربیت ضروری است تا همواره انسان هوشیار باشد که کار پاکسازی قلب را دنبال کند و بر آن ثابت و استوار بماند؛ زیرا هرگاه آدمی به سرانجام کارها بیندیشد، از هدرشدن وقت جلوگیری می‌کند و به ادامه پاکسازی قلب خود مبادرت می‌ورزد تا مبادا اجل فرا رسد و او هنوز از بقایای چرکین امراض نفسی به خود می‌پیچد.

لحظات پایان زندگی آنقدر جانکاه و تلخ است که حتی خواب و استراحت را بر بزرگمردان راه حق هم حرام می‌کند، آنها با وجود کثرت عبادت و خشوع و انفاق و نماز شب و روزه مغرور نمی‌شوند، چون از پیامبر خود شنیده‌اند:

«إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِخَوَاتِيمِهَا»

«اعتبار اعمال بستگی به آخر آن دارد»

و این فرموده بر خوف آنان از خدا بیشتر می‌افزاید.

آنچه گفتیم از مهمترین ملاحظات تابعین پیرامون روش تربیت نفس بود.

فصل چهارم

اصول و روش تربیت نفس

- ۱- ترس از خدا و مهار کردن نفس.
- ۲- تمرین دادن نفس بر صبر.
- ۳- مبارزه با نفس.
- ۴- پرهیز از بخل.
- ۵- توکل.
- ۶- محاسبه نفس.
- ۷- تقرب بیشتر.
- ۸- تمرین بر تدبیر.
- ۹- حفظ جوارح.
- ۱۰- ربط دادن دنیا به آخرت.
- ۱۱- مدارا با نفس.
- ۱۲- برادری.
- ۱۳- چند شیوه گوناگون.
- ۱۴- دعا و مناجات.

روش‌های تربیت و راه‌های گوناگون آن نزد تابعین بسیار بوده است، نمونه‌هایی که در اینجا به آن اشاره می‌شود بخشی از آنها است. این راه‌ها مبتنی بر برداشت ایشان از قرآن کریم و سنت پیامبر ﷺ و تطبیق آن دو منبع فیاض است، آنان هر راه و روشی را که ارائه کرده اند منبعث از آن دو چشمه زلال و گوارا است، اساس این روش‌ها بر تصفیه قلب از بیماری‌های درونی استوار است، همچنانکه رسول اکرم ﷺ می‌فرماید:

«أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضَغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ»^(۱).

حافظ ابن حجر می‌فرماید: قلب امیر بدن است و صلاح آن صلاح بدن و فساد آن فساد بدن را به دنبال دارد.

تابعین هر گناهی را علتی برای بیماری قلب می‌دانستند و این روش‌ها را جهت درمان و تقویت آن در مقابل آنها توصیه کرده اند.

امام ابن القیم می‌گوید: دل مانند تن بیمار می‌شود و شفای آن در توبه و پرهیز است، و مانند جسم عریان می‌شود و لباس آن تقوی است، و گرسنه و تشنه می‌شود و خوردن و آشامیدن آن شناخت و محبت و توکل و انابت و خدمت است.

درمان‌هایی که امام ابن القیم به آنها اشاره می‌کند جز با جهاد سخت و دشوار با نفس و مبارزه با هوی و شیطان و با همه جاذبه‌های دنیوی از قبیل زرق و برق و زیبایی‌های آن حاصل نمی‌شود. مواردی که ذکر شد بنیان‌های اساسی تربیت تابعین است. خداوند می‌فرماید:

﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾ (عنکبوت: ۶۹).

«و آنان که در راه ما جهاد کنند، همانا راه‌های خود را به آنان نشان خواهیم داد».

امام ابن القیم می‌گوید: خدای سبحان هدایت را به جهاد پیوند می‌دهد. بنابراین، کاملترین انسان‌ها در هدایت موفقترین آنان در جهاد می‌باشند. و

واجب‌ترین جهاد، جهاد با نفس و جهاد با هوی و جهاد با شیطان و جهاد با دنیا است، و هرکس این چهار نوع جهاد را در راه خدا انجام دهد، خداوند به پاس این جهاد و تلاش مبارک او را به سوی راه‌های خود هدایت می‌کند؛ راه‌هایی که او را به رضای خدا و بهشت جاوید نایل خواهد ساخت. هرکس جهاد را ترک کند به همان مقدار هدایت پروردگار را از دست خواهد داد.

پس از مبارزه سخت با نفس و به دست آوردن درمان‌هایی که امراض قلبی را از بین می‌برند، آثار بهبودی قلب ظاهر نمی‌شود، مگر این که انسان در نهان و آشکار صادق و راستگو باشد. امام ابن الجوزی چه زیبا فرموده است: «در باطن خود راست باش تا در ظاهر به آنچه که دوست داری دست یابی».

برای آشنایی با راه و روش تربیتی تابعین رضی الله عنهم از روش آنها استمداد طلبیده و مواردی را متذکر می‌شویم:

۱- ترس از خدا و مهار نفس

خداوند می‌فرماید:

﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ۖ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ﴾ (نازعات: ۴۰ - ۴۱).

امام قرطبی در تفسیر این آیه فرموده است: «خوف از مقام خدا یعنی ترس از خدا به هنگام ارتکاب معصیت و ترک فوری آن. و نهی نفس از هوی: به معنی زجر و توبیخ آن بر ارتکاب محارم است»^(۱).

ابن مسعود از دوره‌ای که پس از وی می‌آید، به خدا پناه می‌برد؛ چرا که در آن دوره دولت و قدرت در دست هوی و هوس است، وی می‌گوید: «شما در زمانی قرار دارید که حق بر هوی حکومت می‌کند، ولی روزگاری خواهد رسید که هوی بر حق حکومت خواهد کرد و از دیدن چنین روزگاری به خدا پناه می‌برم».

(۱) - قرطبی: ۱۹ / ۲۰۸۸.

تابعین خوف را چنین تعریف کرده اند: «خوف عبارت است از دلهره و ترس قلبی از خدا، آگاهی تمام از احکام پروردگار، و فرار کردن قلب از ارتکاب معصیت در هنگام تمایل به سوی گناه»^(۱).

بنابراین، ترس سه قسم است:

۱- ترس از خدا.

۲- ترس از رخدادن حوادث و عقوبت‌های خدا در دنیا و آخرت.

۳- ترس از ارتکاب معصیت.

البته ترس دارای اقسام دیگری نیز هست که اغلب از این سه نوع سرچشمه می‌گیرد؛ مانند ترس از حوادث دردناک قیامت، ترس از حساب و کتاب، ترس از عدم پذیرش اعمال، ترس از سرنوشت بد و ...

ترس از خدا اساسی‌ترین عامل در جلوگیری از ارتکاب اموری است که آدمی را به سوی معاصی می‌کشانند، و بدون ترس از خدا ممکن نیست انسان بتواند نفس خود را در مقابل هوی و هوس کنترل کند.

سید رحمته می‌گوید: «کسی که از ایستادن در پیشگاه خدا هراس داشته باشد، اقدام به معصیت نمی‌کند، و اگر بر معصیت اقدام کند به خاطر ترسی که از پیشگاه خدا دارد، فوراً پشیمان شده و توبه و استغفار می‌کند و به دایره بندگی برمی‌گردد.

جلوگیری از غلبه یافتن شهوات نفس مرکز دایره اطاعت و فرمانبرداری است. تنها انگیزه نیرومند در هر طغیان و تجاوز و معصیتی تبعیت از هوی و هوس است. اساس همه گرفتاری‌ها و سرچشمه تمامی شرور و مفسد هوی است، بیشتر انسان‌ها در دام هوی و هوس گرفتار می‌شوند. علاج جهل سهل است. ولی هوی و هوسی که بعد از آگاهی و علم حاصل می‌شود، چنان آفت کشنده‌ای است که جز با جهاد و مبارزه سخت و دشوار نمی‌توان آن را علاج کرد.

خوف از خدا دژی استوار در مقابل هجوم شدید هوس است و جز با ابزار ترس از خدا بسیار کم می‌توان در مقابل خواهش‌های نفسانی مقاومت کرد^(۱).

هوی و هوس نفس آنچنان شدید است که عقل را کور و آن را اسیر می‌کند. به همین سبب انسان برای رهایی از هوی نیازمند قدرت و نیروی زیادی است که این قدرت و نیرو تنها به وسیله ترس از خدا و ترس از رسوایی روز قیامت، و ناکامی در دنیا و آخرت حاصل می‌شود. تابعین - رحمهم الله - اینگونه نفس خود و پیروان را بر اساس ترس از خدا تربیت می‌کردند. آنها همزمان رهروان را به عفو و رحمت خدا امیدوار می‌ساختند.

طبیعت نفس خواهان آن است که از هر قید و بندی آزاد باشد، اگرچه این قیود قوام و دوام نفس را در پی داشته باشد، به همین خاطر نفس به طور دائم نیازمند تمرین صبر است تا راست و وارسته شده و برای جهاد و مبارزه با هواهای نفسانی و انهدام آن مطیع و آماده شود.

۲- تمرین نفس بر صبر

خداوند می‌فرماید:

﴿وَأَصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ ۗ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ﴾ (کهف: ۲۸).

«با کسانی باش که صبحگاهان و شامگاهان خدای خود را می‌خوانند و رضای او را می‌طلبند، و چشمانت را از ایشان برای جستن زینت حیات دنیوی برمگردان.»

امام مسلم از سعد بن ابی وقاص رضی الله عنه چنین نقل می‌کند: ما شش نفر در محضر رسول خدا صلی الله علیه و آله بودیم، مشرکین به حضرت گفتند [که] اینها را از اطراف خودت دور کن تا در مقابل ما جسارت نکنند. آن شش نفر عبارت بودند از من و ابن مسعود و یک مرد از هنزیل و بلال و دو مرد دیگر که اسم ایشان را از یاد برده‌ام. با این گفته مشرکین به اراده خدا فکری در دل رسول الله صلی الله علیه و آله آمد، ولی خداوند آیه فوق را نازل فرمود.»

آنچه مهم است، گفته سعد بن ابی وقاص است که گفت: به اراده خدا در نفس رسول خدا ﷺ و سوسه‌ای پدید آمد. از این حدیث درمی‌یابیم که نفس همواره به بدی دستور می‌دهد و با التزام و تعهد و تقید سر سازگاری ندارد، بلکه خواستار افسار گسیختگی و بی‌قید و بندی است؛ هرچند که این قید و بند نفعی برای وی در دنیا و آخرت دربر داشته باشد. نفس دوست ندارد هیچ احدی به وی امر کند که خوشایند او نیست و او را محدود کند، به همین علت نفس اهمال و راحت‌طلبی را دوست دارد. در آیه‌ای که ذکر شد، مشاهده می‌شود که اشرف انسان‌ها که پیامبر بزرگوار است، مورد خطاب قرار می‌گیرد تا بر نفس خود تسلط داشته باشد و آن را به مصاحبت اصحاب و یاران فقیر وادارد.

یکی از معانی صبر حبس است. گو این که نفس زکیه حضرت به ایشان گفت: نسبت به پیشنهاد بزرگان قریش چراغ سبز نشان داده و از اصحاب و یاران مستضعفی که در مجلس حضور دارند، کمی فاصله بگیر که ناگهان فرمان الهی آمد و به پیامبر دستور داد که خویشتن را با همان اصحاب فقیر و مستضعف مونس و ملازم سازد، هرچند که نفس به چیز دیگری تمایل داشته باشد. صبر از بارزترین راه‌های تربیت است؛ زیرا نفس را تا درجه لوامه و مطمئه بالا می‌برد و رسیدن به این مراتب در گرو تحمل مشقات و بازداشتن آن از تبعیت از هوی و هدر ندادن وقت است. نقل است که امام بشر حافی رحمته همراه مردی در بیابان راه می‌رفت، رفیقش تشنه شد و به ایشان گفت: «شما از این چاه آب می‌نوشی؟» بشر گفت: «از چاه بعدی». هنگامی که به چاه بعدی رسیدند باز سؤال کرد؛ «از این چاه آب می‌نوشی؟» باز گفت: «از چاه بعدی». خلاصه اینگونه او را از این چاه به آن چاه وعده می‌داد. سرانجام روی به همراهش کرد و گفت: دنیا هم اینگونه سپری می‌شود.

امام ابن الجوزی در باره این رویداد می‌گوید: «هرکس این اصل را درک کند می‌تواند با ملاحظت نفس را از بسیاری از خواسته‌هایش باز دارد و وعده نیک به آن بدهد تا بر مشقات صبر پیشه کند. همچنانکه بعضی از سلف خطاب به نفس خود می‌گفتند: به خدا سوگند! این بازداشتن‌ها فقط به منظور دلسوزی و شفقت و گرفتارنشدن به عذاب الهی است.

ترس از عذاب الهی، یکی از عواملی است که اصحاب و تابعین را به صبر و کنترل نفس در مقابل خواسته و خواهش‌های آن وادار می‌کرد، نفسی که هیچگاه مایل نیست از آنچه که دوست دارد منع شود.

۳- مبارزه با نفس

رسول اکرم ﷺ می‌فرماید:

«حُجِبَتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَحُجِبَتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ»^(۱).

«بهشت به دشواری‌ها و دوزخ به شهوات و خواهش‌های نفسانی پوشیده است».

و در حدیث دیگری می‌فرماید:

«حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَحُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ»^(۲).

«بهشت را مشقات و سختی‌ها احاطه کرده و دوزخ را شهوات و خواست‌های نفسانی محاصره کرده است».

بنابر روایت بخاری، بهشت به وسیله پرده‌هایی پوشیده شده است و این پرده‌ها از پوست و حریر و دیگر انواع پرده‌ها نیست، بلکه مشقات و ناملایمات به مثابه پرده‌هایی هستند که گرداگرد بهشت را پوشانده‌اند. این پرده‌ها زیاد و متعدد و در شکل و رنگ‌های گوناگون هستند؛ هر مصیبتی را رنگی و هر بلایی را نشانه‌ای است. فرد مؤمن تا همه این پرده‌ها را کنار نزند، ممکن نیست داخل بهشت شود. کنارزدن و دریدن این پرده‌ها را مبارزه با نفس می‌نامند. برای این کار زمانی بس طولانی لازم است که گاهی طول مسافت و دشواری دریدن این پرده‌ها، انسان را خسته می‌کند، در اینجا نفس صاحب خود را به اهمال و راحت‌طلبی و قانع‌بودن به عباداتی معیوب و ناقص تشویق می‌کند.

بنابر روایت مسلم گو این که بهشت حصار شده است و آن هم نه بوسیله دیوارهای بتونی و آهنی بلکه به وسیله مشقات و مصایبی که همچون دژهای

(۱)- بخاری: ۱۱ / ۲۷۴.

(۲)- صحیح مسلم: ۲۸۲۲.

مستحکمی آدمی را احاطه کرده اند و برای نیل به بهشت لازم است از این موانع گذر کرد و برای انهدام این دژها به هر وسیله‌ای متوسل شد که این کار را مبارزه با نفس می‌نامند. بنابراین، بدون کنارزدن پرده‌ها و خراب کردن موانع، رسیدن به بهشت امکان‌پذیر نیست. برای طی این مسیر و گذر از این موانع باید رنج راه را پذیرفت، چنانکه تابعین نیز در سراسر زندگی پر بارشان چنین کردند.

امام اوزاعی از تابعی بزرگوار عبدالله بن ابی زکریای خزاعی چنین نقل می‌کند: «بیست سال تمام در کنترل و معالجهٔ زبانم کوشیدم تا سرانجام راست شد»^(۱).

و در روایتی دیگر می‌گوید: «بیست سال سکوت را تمرین کردم تا توانستم بر ارادهٔ خویش پیروز شوم»^(۲).

تابعی بزرگوار مُورِّق بن مُشمرِج عجللی در شرح حال خود گفته است: «بیست سال است که من در جستجوی چیزی هستم و هنوز به آن دست نیافته‌ام، ولی هرگز از جستجوی آن باز نخواهم ایستاد». گفتند ای ابوالمعتمر! در جستجوی چه چیزی هستی؟ گفت: «سکوت در برابر آنچه به من ربطی ندارد»^(۳).

البته جهاد و مبارزه در راه ترکیهٔ نفس، در میان جمعی از تابعین به مراتب بیشتر بوده است:

شیخ الاسلام حافظ بن محمد بن منکدر رحمته که خود یکی از تابعین است می‌گوید: «چهل سال با نفس خود مبارزه کردم تا راست شد»^(۴).

زاهد مشهور یوسف بن اسباط رحمته می‌گوید: چهل سال است که هرچه نفسم خواسته است ترک کرده‌ام»^(۵).

نفس هیچگاه تکالیف و مشقات را دوست نداشته و با آن سرسازگاری ندارد. ولی اگر ما خواهان بدست آوردن پاداش عظیم و اجر فراوانی باشیم که خداوند

(۱) - الزهد: ۱۶۸.

(۲) - صفة الصفوة: ۴ / ۲۱۶.

(۳) - صفة الصفوة: ۳ / ۲۵۰.

(۴) - سیر أعلام النبلاء: ۵ / ۳۵۵.

(۵) - صفة الصفوة: ۴ / ۲۶۲.

مقرر فرموده است، باید این راه را بیمائیم؛ هرچند نفس ما را همراهی نکند، اما نفس تابعین آنان را همراهی می کرد. امام راسخ و استوار، امیرالمؤمنین، عبدالله بن مبارک رضی الله عنه در این رابطه می گوید: «نفس انسان‌های صالح و وارسته با میل خود در کار نیک با آنان همکاری می کند، ولی نفس ما تنها از روی ناچاری با ما در کار نیک همکاری می کند و باید آن را مجبور و ناچار سازیم»^(۱).

نفس را باید مجبور به گزینش راه خیر کنیم و اگر تمامی عمر را نیز صرف این کار کنیم باید آن را از شوائب شر پاک کرد.

اگر ابن مبارک رضی الله عنه در باره نزدیکترین نسل به اصحاب که همانا نسل تابعین است، اینچنین سخن می گوید، شکی در این نیست که دل‌های نسل کنونی بیشتر در برابر پذیرش حق می ایستد، مگر این که با ممارستهای بسیار، راه تزکیه را از موانعی که مهمترین آنها بخل و خست است پاک نمود و نفس را وادار به همراهی حق کرد. چنانکه قرآنکریم در مواقع بسیاری بر این جنبه از تزکیه نفس و زدودن این موانع تأکید بسیار دارد.

۴- پرهیز از بخل

خداوند می فرماید:

﴿وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾ (حشر: ۹).

«کسانی که از شر بخل خود در امان بمانند، رستگارانند.»

امام قرطبی می گوید: شح و بخل مترادف هستند، ولی به روایت بعضی از لغت‌شناسان، شح دارای شدت بیشتری است، و در صحاح هم آمده است که شح، بخلی است توأم با حرص. و مراد از آیه فوق: بخل در ادای زکات و همچنین اموری است که فرض نباشد، از قبیل صلۀ رحم و مهمانداری و امثال آن. با توجه به این توضیح، کسی که در راه‌های فوق انفاق کند بخیل محسوب نمی‌شود، اما کسی که زکات را نپردازد و انفاق نکند بخیل است^(۲).

(۱) - صفة الصفوة: ۴ / ۱۴۵.

(۲) - تفسیر قرطبی: ۱۸ / ۲۹ - ۳۰.

بنا بر تعریف کامل و شاملی که امام قرطبی از «شح» ارائه داد، شح در خودداری کردن از ادای زکات واجب و یا ندادن صدقات به فقرا و نیازمندان منحصر نمی‌شود، همانگونه که عوام الناس فکر می‌کنند، بلکه شامل انواع طاعات می‌شود و از این نوع بدتر بخلی است که آدمی را از انجام طاعاتی بازدارد که موجب تقرب به بهشت است.

شح از برجسته‌ترین صفات نفس است، زیرا انسان را از هرچیز که به خدا نزدیک کند بازمی‌دارد، اما از انفاق مال در راه شهوت و هرچیزی که او را از خدا دور کند باز نمی‌دارد. کسی که توانایی مبارزه با نفس را دارد و برخواسته‌های آن غلبه کند، به رحمت خدا نایل می‌شود و از رستگاران خواهد بود. نسل صحابه با این فهم و برداشت در دنیا زیستند و در تربیت نفس خود کوشیدند و به سوی حق شتافتند.

تابعین این فهم و نگرش را از اصحاب دریافت کرده و به ما انتقال دادند. ابوالهیاج اسدی گفته است: مردی را در حال طواف دیدم که این دعا را زمزمه می‌کرد:

«اللَّهُمَّ قِنِي شُحَّ نَفْسِي».

«پروردگارا مرا از بخل و حرص نفسم محافظت بفرما».

و چیزی دیگر را بر این دعا نیفزود. سبب را از وی پرسیدم؟ گفت: «هرگاه از بخل نفس در امان باشم، دزدی نمی‌کنم، مرتکب زنا نمی‌شوم و... نمی‌کنم» بعداً دریافتم که آن مرد عبدالرحمن بن عوف بود^(۱).

ممکن نیست آدمی بدون توکل بر خدا در این امر موفق شود؛ زیرا فقط خدا است که بر هرچیز قادر است و اوست توفیق‌دهنده ما بر انجام طاعات و عبادت و هم اوست دوستدار اهل ایمان و دشمن معاصی.

۵- توکل

محمد بن عمران گفته: مردی از حاتم (اصم) سؤال کرد: توکل شما بر چه اساسی استوار است؟ او در جواب گفت: بر چهار خصلت:

(۱) - تفسیر قرطبی: ۱۸ / ۲۹ - ۳۰.

۱- یقین دارم که کسی نمی‌تواند روزی من را بخورد، به همین سبب نفسم مطمئن شد.

۲- یقین دارم که هیچکس عمل من را انجام نمی‌دهد، به همین دلیل خودم مشغول به کار شدم.

۳- یقین دارم که مرگ ناگهان خواهد رسید، پس من به سوی آن می‌روم.

۴- یقین دارم که نمی‌توانم از چشم خدا پنهان بمانم، و به همین سبب از ذات باری شرم می‌کنم.

مفسران در رابطه با توکل نظرهای متفاوت دارند، ولی چکیده همه نظرهای ایشان این است که توکل به معنی «ارجاع دادن امور به خداوند است» و آن یعنی این که یقین داشته باشیم که خداوند بر همه امور قادر است، و تمامی نیازها را برآورده می‌کند و ما فقط موظفیم اسباب آن را فراهم نماییم، اما به آن اسباب دل نبندیم، بلکه به پدیدآورنده آن دل بستگی پیدا کنیم.

چهار خصلت که حاتم اصم ذکر کرده است فقط تعریف توکل نیست، بلکه پایه‌های مستحکمی هستند که بزرگان دین توکل را بر آن بنیان نهاده‌اند.

پایه اول - رزق و روزی: فرد مؤمن یقین دارد که خداوند روزی هر جنبنده‌ای را تعیین کرده است و تا رزقی که برای وی تعیین شده است نخورد نخواهد مرد، و یقین دارد که هیچ مخلوقی روزی دیگران را نخواهد خورد.

مسلمان در مسیر زندگی این حقایق را تجربه می‌کند و به اطمینان و آرامش قلبی می‌رسد؛ و از این که کسی دیگر روزی او را بخورد هراسی ندارد. اگر به ظاهر هم مقداری از روزی وی نصیب یکی دیگر شود، می‌داند که در ازل روزی وی نبوده است. اگر انسان به این درجه از آگاهی رسید، این بیانگر استواری ایمان او به رزاقیت خداوند است. این آگاهی و عقیده سنگ بنای توکل است؛ زیرا آنچه انسان‌ها را بیشتر به خود مشغول می‌کند قضیه روزی و زندگی است، یکی به خاطر کسب روزی زیاد و ثروت فراوان، به بسیاری از واجبات خلل و خدشه وارد می‌سازد و جان خود را فدا می‌کند و بعضی هم خود را به نحوی گرفتار کسب روزی می‌کنند که واجبات را به کلی فراموش می‌نمایند. هردو دسته تا آخرین

لحظات زندگی بیدار و پشیمان نمی‌شوند و آن موقع پشیمانی دیگر سودی برایشان نخواهد داشت.

پایه دوم - عمل: توکل بر خدا در کارهای نیک بهترین نوع توکل است، چون کسی که دست به کار نیک می‌زند به جز خوشنودی پروردگار هدفی دیگر ندارد. انسان وقتی که احساس کند کسانی هستند که کارهای دنیوی او را انجام دهند، چندان جدیتی از خود نشان نمی‌دهد و کسالت و تنبلی او را فراموش می‌گیرد. اما چنین معامله‌ای در مورد اعمال اخروی ممکن نیست؛ زیرا هیچکس توانایی انجام تکالیف دینی و کارهای دیگران را ندارد. چنانچه خداوند می‌فرماید:

﴿لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى﴾ (نجم: ۳۹).

«انسان را پاداشی نیست، مگر آنچه خود کرده است.»

دین حقیقتی است که نمی‌گذارد انسان مؤمن در حیات خود هیچ فرصتی را برای تقرب به خدا و دوری از عذاب او از دست بدهد، و نمی‌گذارد کاری از کارهای واجب خود را به تأخیر اندازد، زیرا هیچکس نمی‌تواند به جای او اقدام به ادای آن کند.

پایه سوم - مرگ: این پایه محکمی با پایه دوم (عمل) دارد؛ زیرا هنگامی که مؤمن یقین دارد مرگ بدون اعلام قبلی خواهد آمد، هر لحظه آمادگی دارد و سعی می‌کند با اعمال بیشتر به استقبال آن برود، چون مرگ ناگهان خواهد رسید. این آمادگی جز از راه یاد مرگ به دست نمی‌آید. امری که رسول خدا ﷺ به ما امر کرده است که هر چه بیشتر از آن یاد کنیم:

«أَكْثِرُوا مِنْ ذِكْرِ هَادِمِ اللَّذَاتِ»^(۱).

«زیاد یاد مرگ کنید، مرگی که همه لذایذ را نابود کرده و آن را به کام انسان تلخ می‌کند.»

چون مرگ فرارسد، چنین کسانی توشه آن روز را آماده کرده، و در عالم برزخ و هنگام برپایی قیامت و احوال و احوال آن به تشنگی و گرسنگی گرفتار نخواهند شد.

(۱) - ترمذی.

قتاده از تابعی بزرگوار امام مُطَرِّف بن شخیر نقل می‌کند که گفته است: «مرگ لذات اهل نعمت را تباه کرده است، بیائید نعمتی را بطلبید که فنا ندارد»^(۱).

پایه چهارم - مراقبت: ممکن نیست مؤمن به صورت شایسته بر خدا توکل کند، مگر این که پیوسته خدا را بر گفتار و کردار خود ناظر بداند، و از این که کار خود را به غیر خدا محول نماید شرم کند، و ایمان کامل داشته باشد که خدا قدرت کامل دارد و می‌تواند تمام نیازهایش را برآورده سازد، زیرا وقتی انسان به غیر از خدا روی می‌آورد که قلبش را ابرهای غفلت پوشانده باشد. و این احساس که خدا بر اعمال ما ناظر و مراقب است از مهمترین پایه‌های توکل محسوب می‌شود. خداوند می‌فرماید:

﴿مَا يَكُونُ مِنْ نَجْوَى ثَلَاثَةٍ إِلَّا هُوَ رَابِعُهُمْ وَلَا خَمْسَةٍ إِلَّا هُوَ سَادِسُهُمْ وَلَا آدْنَى مِنْ ذَلِكَ وَلَا أَكْثَرَ إِلَّا هُوَ مَعَهُمْ آيْنَ مَا كَانُوا ثُمَّ يَنْبِئُهُمْ بِمَا عَمِلُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ﴾ (مجادله: ۷).

«هیچ سه رازکننده‌ای نیستند، مگر آن که خداوند چهارمی آنهاست و نه هیچ پنج نفری مگر این که خداوند ششمین آنهاست و نه کمتر از آن و نه بیشتر، مگر این که خداوند با آنهاست هر جا که باشند، سپس در روز قیامت کارهایی را که در دنیا کرده اند به آنها خبر می‌دهد و خداوند بر همه چیز داناست».

آیه توجه مؤمنان را بر مراقبت نفس به عنوان یک اصل اساسی جلب می‌کند تا به غیر خدا روی نیاورند. مراقبت مستمر، مؤمن را از باور و اعتماد به سایر نیروها بی‌نیاز خواهد کرد. این ایمان و عقیده هنگامی متبلور می‌شود که انسان به مرض خطرناکی گرفتار شود و برای علاج و رهایی از آن به پزشکان متخصص مراجعه کند، همه آنها به عمل جراحی آن رای دهند. در چنین لحظاتی است که توکل معلوم می‌شود که آیا این مریض فقط به ذات الهی متکی است یا این که توکلش متوجه دو جاست یا اصلاً تمام اعتماد و توکلش را بر بشر منحصر کرده است. اهمیت مراقبت در اینجا ظاهر می‌شود. آنکس که پیوسته خدا را مراقب خود بداند

(۱) - سیر أعلام النبلاء: ۴ / ۱۹۱.

از این که حتی یک لحظه خود را به غیر از او محول نماید، شرم می کند و همیشه چنین زمزمه می نماید:

«اللهم أصلح لي شأني كله ولا تكلني إلى نفسي طرفة عين».

«پروردگارا! همه امور مرا اصلاح کن و از تو می خواهم که حتی یک لحظه مرا به نفس خودم واگذار نکنی».

«اللهم لا حول ولا قوة إلا بالله».

«خداوندا! پرهیز از انحراف و توفیق انجام عبادت تنها در دست توست».

و اگر هم به طیب مراجعه می کند، بنا به دستور شرع است، زیرا برای هر امری سببی وجود دارد، و توکل یعنی این که مومن به آفریدگار سبب متصل شود نه به سبب.

بدین ترتیب تابعین خود را متوکل بار می آوردند و این در حقیقت بخشی از ایمان به خدای سبحان است، و این طور نسبت به خداوند حسن ظن داشتند و خدا نیز در حق ایشان آنگونه بود که ظن داشتند.

زمانی انسان می تواند این معنی و مفهوم ژرف را از توکل استنباط کند که نفس را بر تمامی خطرات و وسوسه هایش محاسبه کند و آن را از هر لغزش و انحرافی مصون دارد.

۶- محاسبه نفس

متهم کردن نفس: محاسبه نفس شیوه های گوناگونی دارد؛ یکی این که هر از چند گاهی به صورت پراکنده و در زمان های معینی نفس را به محاسبه بکشانید. دیگر این که جرایم کوچک و بزرگ را از نفس بازخواست کنید؛ به گونه ای که فرد مومن خود را بر هر خطا و اشتباهی محاسبه کند. در این صورت نفس تبدیل به نفس لوامه ای می شود که خداوند سبحان بدان قسم خورده است. البته باید بدانیم که پیش زمینه چنین محاسبه ای آگاهی از تحرکات نفس و متهم کردن آن است. این شیوه تنها راه محاسبه نفس می باشد. نقل است که عابد پارسا ابوسلیمان دارانی هنگامی که احمد بن الحواری را دید به وی گفت: «من فلان و فلان را قلباً دوست ندارم»، دارانی در جواب او گفت: من هم قلباً آنها را دوست ندارم،

ولی شاید از دیدگاه قلب خود به آنان نگریسته ایم، من می‌ترسم در وجود ما خیری نباشد، و خدای ناکرده صالحان را دوست نداشته باشیم»^(۱).

آری! این کلام هشدار است به دعوتگران این روزگار که از دعوتگران صالح و شایسته به نیکی یاد نمی‌کنند و در برخورد با آنان از حدود ورع و ادب و راستی خارج می‌شوند، تنها به این دلیل که با ایشان همفکر نیستند، آنان متوجه صفات زشت و نکوهیده‌ای نیستند که قلب‌هایشان را از همه خوبی‌ها تهی کرده است.

دارانی دعوتگران را توصیه می‌کند که نکنند فقط همراهان و همفکران حزبی و تشکیلاتی خود را دوست داشته باشند و انسان‌های صالح و شایسته‌ای را که در خارج از دایره حزب آنان قرار دارند، دوست نداشته باشند.

دعوتگران امروزی باید این شجاعت را از امام دارانی یاد بگیرند که قبل از همه خود را باید متهم کرد، تا بتوان نفس را به محاسبه کشید. در غیر این صورت دچار خود بزرگ‌بینی می‌شوند و نمی‌توانند کاستی‌های خود را ببینند، در نتیجه زشتی‌های ایشان انباشته شده و ناخودآگاه از جاده شریعت گمراه می‌شوند.

دشمن نادان: اگر امام دارانی ابن ابی الحواری را از این مسئله آگاه می‌سازد، یحیی بن معاذ نیز جمعی از پیروان خود را چنین مورد خطاب قرار می‌دهد: «یکی از مصادیق سعادت و خوشبختی انسان این است که دشمن دانا داشته باشد؛ ولی دشمن من نادان و جاهل است». پرسیدند: دشمن شما کیست؟ گفت: «نفس که حاضر است بهشت و تمام نعمت‌های آن را به یک لحظه شهوت بفروشد»^(۲).

وسوسه‌های نفس، زیبایی‌های ظاهری دنیا و شهوات را پیش چشم انسان آراسته و گناه را در نظر او کم جلوه می‌دهد. پس مؤمن باید با نفس اماره مبارزه کند؛ نفسی که لذا بد بهشت را به کلی فراموش کرده و لذت‌های زودگذر دنیا را در نظر انسان برجسته می‌کند؛ تا جایی که امام یحیی بن معاذ این چنین می‌گوید، وگرنه شخصی همچون او هرگز حاضر نیست نعمت‌های جاویدان بهشت را به بهای

(۱) - صفة الصفوة: ۴ / ۲۳۲.

(۲) - صفة الصفوة: ۴ / ۹۴.

ارضای شهوات بفروشد. زیرا وی به خوبی فهمیده بود که محاسبه بدون توجه به کاستی‌های آن امکان ندارد.

بیداری همیشگی: تابعین - رحمهم الله - اینگونه در محاسبه و محاکمه نفس خود هوشیار بودند، و هیچ روزنه‌ای را برای آن باز نمی‌گذاشتند تا آنها را از این طریق از صراط مستقیم خارج کند. کنانه بن جبلة سلمی در شرح حال تابعی بزرگوار بکر بن عبدالله مزنی نقل می‌کند: «بکر بن عبدالله گفت: هر وقت یکی را بزرگوارتر از خودت دیدی چنان فرض کن که او از ناحیه ایمان و عمل صالح از تو بهتر بوده و بدین خاطر است که بر تو سبقت گرفته است. و هرگاه یکی را کوچکتر از خودت دیدی، چنان تصور کن که تو به وسیله گناه و معاصی از وی سبقت گرفته‌ای و او بهتر از تو است و هرگاه برادرانت تو را گرامی می‌داشتند، فرض کن که این اکرام و احترام فضل خداوند است و اگر از ایشان قصوری نسبت به خودت دیدی، فرض کن که این جزای گناه‌یست که خودت مرتکب آن شده‌ای»^(۱).

آری! آنان اینگونه نفس خود را در همه حال کنترل می‌کردند و فرصت عرض اندام و نفس کشیدن به آن نمی‌دادند؛ زیرا در این حالات زمینه برای خود بزرگ‌بینی نفس فراهم می‌شود، ولی نسل هوشیار تابعین هیچگونه صحنه‌ای را برای مانور دادن نفس باقی نمی‌گذاشتند.

نوعی دیگر از محاسبه: کسی گمان نکند که نفس را فقط به خاطر ارتکاب معاصی باید محاسبه کرد، بلکه این محاسبه حتی شامل طاعات هم می‌شود. و آن زمانی است که بیم آن وجود داشته باشد که عبادات تأثیر بدی بر استقامت و استواری انسان بر راه خدا بر جای بگذارد و وی را گرفتار غرور و خودبزرگ‌بینی و عجب کند. ابراهیم بن اشعث نقل می‌کند که فضیل بن عیاض خطاب به من گفت: چه تضمینی وجود دارد که به سبب همان عمل نیکی که انجام داده‌ای مرتکب نافرمانی خدا نشده باشی و آن عمل موجب مسدود شدن دروازه رحمت

(۱) - صفة الصفة: ۳ / ۲۴۸.

خدا به روی تو نشده باشد؟ در حالی که بی‌محابا می‌خندی، در چنین حالتی سرنوشت خود را چگونه می‌بینی؟^(۱).

هرچند با توبه و استغفار درگاه رحمت به روی بنده وی بسته نمی‌ماند ولی این گفته فضیل از حساسیت و هوشیاری شدید آن نسل در برابر نفس حکایت می‌کند که مبادا نفس سرکش، آنان را به سوی آتش سوزان دوزخ بکشاند. رهبران و طلایه‌داران آن نسل، حتی یک لحظه با نفس خود تساهل نداشته‌اند، چون ایشان خوب می‌دانستند که هرگونه تساهلی تربیت نفس را دشوارتر می‌کند. به همین دلیل است که رابعه عدوی از بستر خواب برمی‌خیزد و خطاب به نفس می‌گوید: «ای نفس! چقدر می‌خوابی؟ و کی از خواب برمی‌خیزی؟ می‌ترسم چندان بخوابی که فقط شیپور روز قیامت تو را از این خواب گران بیدار کند»^(۲). رابعه عدوی رحمت‌الله نفس خود را فقط به خاطر گناه و معاصی سرزنش نمی‌کرد، بلکه او نفس خود را محاسبه می‌کرد تا عمل بیشتر و عبادت بهتر انجام دهد. وی همچنین نفس خود را محاسبه می‌کرد که مبادا به خاطر انجام طاعات فراوان دچار غرور شود.

مثالی برای نفس: امام و پیشوای تابعی، ابراهیم تیمی نفس را با استفاده از روش «تمثیل» که جدا از سایر روشها است، به محاسبه می‌کشاند. او یک بار فرض را بر این می‌نهاد که از بهشت و نعمت‌های آن برخوردار است و بار دیگر تصور می‌کرد که به آتش جهنم و عذاب سخت آن دچار شده است، لذا می‌گوید: ابتدا تصور کردم که در بهشتم و از میوه‌ها و سرچشمه‌های گوارای آن می‌خورم و می‌نوشم و با حورعین آن سرگرم بزمم، سپس خود را چنان تصور می‌کنم که در دوزخم و از زقوم می‌خورم و از خونابه می‌نوشم، و دست و پایم با غل و زنجیر بسته شده است. به نفس می‌گویم: ای نفس! از من چه می‌خواهی؟ در

(۱) - صفة الصفوة: ۲ / ۲۴۱.

(۲) - صفة الصفوة: ۴ / ۳۰.

جواب می گوید: می خواهم به دنیا بازگردم و عمل نیکو انجام دهم. می گویم حالا در جایی هستی که آرزوی آن می کردی. پس عمل نیکو انجام بده»^(۱).

این نوع محاسبه، آن تابعی بزرگوار را واداشت تا بر عبادت خود بیفزاید و چون به سجده می رفت، آنقدر صمیمانه آن را طولانی می کرد که گنجشک ها به گمان این که تنه خشکیده درخت است بر آن می نشستند و بر او نوك می زدند^(۲).

وی با این همه عبادت، دائماً در هراس بود و نفس خود را محاسبه می کرد که مبدا گفتارش مطابق رفتارش نباشد؛ تا جائی که می گفت: «هرگاه گفته هایم را با اعمالم مطابقت می دهم می ترسم رفتارم، گفتارم را تکذیب کند»^(۳).

با استفاده از این محاسبه است که عمل استمرار می یابد و بر آن افزوده می شود، و نفس از انحراف و لغزش در امان می ماند.

۷- تقرب بیشتر

نسل تابعین در بعد تزکیه و تهذیب به اوج رسیدند و در این زمینه پیشتاز و طلایه دار هستند، آنان همواره این آیه را زمزمه می کردند:

﴿وَأَجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾ (فرقان: ۷۴).

«پروردگارا! ما را پیشوای پرهیزگاران قرار ده».

آنان قبول نداشتند که همچون عوام و نادانان و سفیهان باشند، بلکه همیشه از سؤال خدا در روز قیامت هراس داشتند، تابعین آگاه بودند که خداوند از ایشان از علمی که فرا گرفته و به دیگران آموخته اند و این که چقدر بدان عمل کرده اند، سؤال خواهد کرد.

یکی از بزرگ مردان تبار تابعین سفیان بن عیینه است که می گوید: «اگر روز من با روز سفیه و شب من با شب نادان تفاوت نداشته باشد، پس من به آن علم که آموخته ام عمل نکرده ام»^(۱).

(۱) - صفة الصفة: ۴ / ۳۰.

(۲) - محاسبة النفس تألیف ابن ابی الدنيا ص ۲۶، دارالکتب العلمیة.

(۳) - سیر أعلام النبلاء: ۵ / ۶۱.

معلی بن زیاد از تابعی بزرگوار عامر بن عبد قیس نقل می کند که وی بر خود نذر کرده بود در روز بسیار نماز بخواند، هرگاه نماز عصر را می خواند، می نشست در حالی که دو ساق او در اثر ایستادن زیاد در نماز ورم کرده بود، می گفت: «ای نفس! برانجام این عبادت مأمور شده ای، و برای این امر آفریده شده ای، پس چندی نمانده که مشقت سپری شود. و خطاب به نفس خود می گفت: برخیز ای مرکز همه بدیها! به عزت خدا سوگند، تو را مانند شتر می رانم، و اگر قدرت داشتم نمی گذاشتم بوی گندیده تو زمین را آلوده کند». آنگاه مانند ماری که بر آتش افتاده است بر خود می پیچید و برمی خاست و فریاد می کشید: «پروردگارا! ترس از دوزخ خواب را بر من حرام کرده است، از من در گذر»^(۲).

و به این شیوه نفس خود را وادار به صبر می کرد، همچون مریضی که بستگانش او را در برابر تلخی دوا و درد حاصل از آن به صبر و تحمل توصیه می کنند.

آنها اطمینان داشتند که پایان شب سیه سپید است و هیچگاه نمی خواستند خواب و بیداری آنان مثل خواب و بیداری عموم مردم باشد؛ و به رتبه ای کمتر از رتبه افرادی که مشمول این ایه هستند قناعت نمی کردند:

﴿كَانُوا قَلِيلاً مِّنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ﴾ (ذاریات: ۱۷).

«آنان فقط کمی از شب را به خواب می گذراندند».

و غالب شب را صرف نماز و راز و نیاز می کردند، آنان در تربیت نفس خود و رام کردن آن بر طاعت و عبادت آنقدر مبالغه می کردند که چنانچه اگر خلاف سنت پیامبرشان تلقی نمی شد شب و روز را تماماً در ارتباط با خدا و رکنش و سجود سپری می کردند. ولی پیامبر اسلام ﷺ فرموده است:

«وَأُصَلِّي وَأَرْقُدُ»^(۳).

«هم نماز شب را انجام می دهم و هم بهر استراحت به بستر خواب می روم».

(۱) - صفة الصفوة: ۲ / ۲۳۲.

(۲) - صفة الصفوة: ۳ / ۲۰۲.

(۳) - فتح الباری: ۲ / ۸۵.

زیرا مخالفت با سنت پیامبر مخالفت با فطرت انسانی است، چون فطرت انسان خواهان خواب و استراحت و تجدیدنمودن نیرو و انرژی برای بهتر ادا کردن عبادت است. تنها چیزی که خواب را در چشمان آن نسل به حد اقل رسانده بود، شدت ترس آنان از آتش دوزخ بود: «خدایا ترس از آتش، خواب را بر من حرام کرده، از گناهانم در گذر». آنان به مقداری می‌خواستند که ایشان را بر انجام عبادت یاری دهد، و خواب بیشتر را تضييع وقت به حساب می‌آوردند.

ربیع، از امام شافعی نقل می‌کند که وی شب را سه قسمت کرده بود؛ ثلث اول شب را برای نوشتن، ثلث دوم را برای نماز و ثلث آخر را برای خواب تعیین کرده بود^(۱). تابعین علاوه بر آن سعی می‌کردند که بر عبادت بیفزایند، و ماندن در یک چارچوب محدود را قبول نداشتند. ابوسلیمان دارانی می‌گوید: هر کس امروزش همانند دیروزش باشد، زیانکار است^(۲). آنان پیروان خود را به سوی این شیوه از تربیت و تعلیم فرا می‌خواندند.

حمدون بن قصار می‌گوید: هر کدام از شما توانایی آن را دارد که از نقص و کاستی نفس خود آگاه باشد، پس نباید کوتاهی کرد، بلکه لازم است کم و کاست‌های درونی خود را برطرف و بر تکامل آن افزود. باید بر قرائت قرآن، نمازهای نافله، صدقات، امر به معروف و نهی از منکر، اعمال نیک و هر چیزی که انسان را به بهشت نزدیک و از دوزخ دور می‌سازد افزود.

غفلت اولین مانعی است که انسان را از یادآوری هدف آفرینش و هوشیاری در مقابل دشمنانی که در کمین او نشسته‌اند باز می‌دارد و او را از راه حق منحرف می‌کند، ذکر خدا بارزترین عباداتی است که مؤمن را به پروردگارش نزدیک و به مرحله تزکیه نفس می‌رساند. کلید این هوشیاری و تذکر، تدبیر در آیاتی است که خداوند در مورد تزکیه نفس نازل فرموده است. ابن جبنکه در این رابطه کتابی جالب به نام «قواعد تدبر الأمثل» تألیف کرده است که می‌توان از آن بهره برد.

(۱) - صفة الصفوة: ۴ / ۲۳۰.

(۲) - صفة الصفوة: ۴ / ۲۳۰.

۸- تدبر و تفکر

ممکن نیست قرآنکریم در خواننده خود تأثیر چندانی داشته باشد، مگر این که آیات آن با تدبر و تفکر تلاوت شود، و ممکن نیست حلاوت آن را چشید، مگر این که زندگی خود را براساس آن بنا کرد و در آن اندیشید و خود را مخاطب آن قرار داد.

بدون شک کتاب خدا اساسی ترین سرچشمه تزکیه است، و به مقدار تدبر در آن تزکیه نفس حاصل می شود، و اسلاف و گذشتگان شایسته - رحمهم الله - نفس خود را با تدبر در آیات قرآن تزکیه و تربیت می کردند. احمد بن ثعلبه می گوید: از سلمان الخواص شنیدم که می گفت: من قرآن را تلاوت می کردم، ولی حلاوت آن را احساس نمی کردم، به نفس خود گفتم چنان بخوان که گویی از زبان رسول الله ﷺ می شنوی. وقتی چنین کردم کمی حلاوت برایم حاصل شد، باز به نفس خود گفتم: چنان بخوان که گویی می شنوی که جبرئیل آن را بر پیامبر می خواند. دیدم حلاوت آن بیشتر شد. باز به نفس گفتم: چنان بخوان که گویی تکلم جبرئیل به قرآن را می شنوی، وقتی چنین کردم حلاوت تمام برایم حاصل شد^(۱). او نفس خود را منزل به منزل بالا می برد، تا به قلّه ایمان رساند، تا مرتبه ای که احساس کرد قرآن بر وی نازل شده است.

امام یحیی بن معاذ تلاوت قرآن را یکی از دواهای پنجگانه قلب به حساب آورده و می گوید: دواي قلب پنج چیز می باشد: ۱- تلاوت قرآن همراه با تدبر. ۲- خالی گذاشتن شکم. ۳- نماز شب. ۴- تضرع و زاری به هنگام سحر. ۵- همنشینی با صالحان.

تدبر در قرآن سبب می شود که انسان مسلمان دواهای چهارگانه دیگر را نیز بدست آورد و در طول زندگی از آفات قلب در امان بماند.

و در سوره های: نساء، محمد، مؤمنون و ص به تدبر امر شده است. و الله متعال می فرماید:

(۱) - صفة الصفة: ۴ / ۲۷۴.

﴿أَفَلَا يَتَذَبَّرُونَ الْقُرْآنَ وَلَوْ كَانَ مِنْ عِنْدِ غَيْرِ اللَّهِ لَوَجَدُوا فِيهِ اخْتِلَافًا

كَثِيرًا﴾ (نساء: ۸۲).

«چرا به تدبر در قرآن نمی‌پردازند، اگر این قرآن از جانب غیر خدا بود، اختلاف بسیاری در آن می‌یافتند».

امام قرطبی می‌گوید: «خداوند منافقان را سرزنش کرده است که چرا از تدبر در قرآن دوری جسته و در معانی آن تفکر نمی‌کنند. این آیه بر وجوب تدبر در قرآن دلالت دارد، تا معنای آن فهمیده شود»^(۱). و مؤمن حقیقی از هر صفتی از صفات منافقین نفرت دارد؛ آن منافقینی که قرآن را به تمسخر می‌گیرند.

سید رحمته در فی ظلال می‌فرماید: «هرکس در آنچه محمد صلی الله علیه و آله آورده است تدبر کند، نمی‌تواند از آن روی برگرداند؛ زیرا در آن زیبایی، هماهنگی، جذابیت، تجانس با فطرت و خواست‌های وجدان، غذای قلب و توشه فکر، راه راست و درست، قانونگذاری حکیمانه و هرآنچه فطرت را زنده کند و خواسته‌های آن را برآورده سازد وجود دارد. و می‌فرماید: ﴿أَفَلَمْ يَدَّبَّرُوا الْقَوْلَ﴾ «چرا در این گفتار (قرآن) تدبر نمی‌کنند»، این است سر اعراض منافقین از قرآن، زیرا در آن تدبر نمی‌کنند»^(۲).

۹- مراقبت از اندام و جوارح

علماء سلف (رحمهم الله) ایمان را اینگونه تعریف می‌کنند: تصدیق به جنان (قلب)، اعتراف به زبان، و عمل به ارکان (اعضاء و جوارح). ایمان بدون عمل کامل نیست و این وظیفه مهم به عهده جوارح به ویژه زبان و چشم و گوش است، و صلاح قلب بستگی به حفظ جوارح دارد، و اهمال جوارح موجب فساد قلب می‌شود. در این باره واعظ زاهد، احمد بن عاصم انطاکی می‌گوید: «هرگاه صلاح قلب را خواستید، اعضای خود را از منهیات حفظ کنید تا به صلاح آن کمک

(۱) - تفسیر قرطبی: ۳ / ۱۸۶۰.

(۲) - فی ظلال: ۴ / ۲۴۷۴.

کرده باشید و چون ایشان این حقیقت را درک کرده بودند، به شدت از اموری که موجب فساد جوارح می شد دوری می جستند. اگر در مجلس یکی از آنان، احدی زبان به غیبت و بدگویی دیگران می گشود، وی را از مجلس بیرون می کردند. اگر یکی از آنان از کنار زنی نامحرم عبور می کرد، چشمان خود را می بست؛ بعضی از ایشان به خاطر کلمه‌ای که بر زبان جاری کرده و آن را خطا می پنداشت، به شدت به گریه می افتاد.

تابعی بزرگوار احنف بن قیس که دوست و محبوب امیرالمؤمنین عمر بن خطاب رضی الله عنه بود، می گفت: «در مجالس ما از طعام و زن بحث نکنید، چون من از کسی که از عورت و شکم خود تعریف کند، خوشم نمی آید»^(۱). شکی نیست که هر کلمه و هر نگاهی بر قلب شما تاثیر می گذارد، آنان در اثنای موعظه و سخنرانی و درس این حساسیت را داشتند و هرگاه به هنگام سخن دچار لغزش می شدند آن را نتیجه خشمی می دانستند که خدا بر آنان روا داشته است. و نیز آن را نتیجه عجب و تکبرشان به هنگام سخن گفتن یا نظر حرامی می دانستند که خدای متعال به سبب ارتکاب این منهیات آنها را از گفتن کلام صواب و بصیرت قلبی محروم می کند؛ و از ترس چنین انتقامی به شدت جوارح خود را از منهیات منع می کردند.

امام تابعی، ابراهیم نخعی که در امر تزکیه الگویی عملی بود، می گوید: «من هرگاه چیزی را ببینم که مایه ننگ باشد، از ترس این که مبادا بدان گرفتار شوم و جزء طینت من شود، از آن پرهیز می کنم». گمان نکنیم این نوعی تنگ نظری است، بلکه بازگشت به آداب نبوی است. رسول الله صلی الله علیه و آله فرموده است:

«لَا تُظْهِرَنَّ الشَّمَاتَةَ لِأَخِيكَ فَيَرْحَمَهُ اللَّهُ وَيَتَلِيكَ».

«در برابر غم و مصیبتی که برای برادر دینی ات پیش آمده است اظهار شادی مکن تا مبادا خداوند او را مورد رحمت قرار داده و تو را به آن مبتلا سازد».

أحنف بن قیس نیز زبان را حفظ می کرد و از لغزش آن در هراس بود. وی ادب را بسیار مراعات می کرد تا مبادا از شاهراه شریعت منحرف شود. وی

(۱) - سیر أعلام النبلاء: ۴ / ۹۴.

می گفت: هر کس با من منازعه کند، من در برابر او یکی از این سه راه را برمی گزینم: «اگر از من بزرگتر باشد، ادب و وقار را رعایت می کنم، و اگر از من کوچکتر باشد، احترام خود را نگه می دارم، و اگر با من در یک سطح قرار داشته باشد، ایثار و تواضع را پیشه می کنم»^(۱).

به همین جهت سلف صالح (رحمهم الله) به هنگام نیایش از خداوند طلب می کردند که تمام وجود و اعضای آنان را نور فرا گیرد، و هیچ چیزی مانع آن نشود. آنان می گفتند:

«اللَّهُمَّ اجْعَلْ فِي قَلْبِي نُورًا، وَفِي بَصَرِي نُورًا، وَفِي سَمْعِي نُورًا، وَعَنْ يَمِينِي نُورًا، وَعَنْ يَسَارِي نُورًا، وَفَوْقِي نُورًا، وَتَحْتِي نُورًا، وَأَمَامِي نُورًا، وَخَلْفِي نُورًا، وَاجْعَلْ لِي نُورًا»^(۲).

«پروردگارا! نور خود را در قلب و چشم و گوش و راست و چپ و بالا و پایین و پیش و پس و تمام وجودم قرار ده».

نفس بیشتر راه تمرد را در پیش می گیرد و صاحبش را از ساحل تزکیه دور می کند و برای وی دام می گستراند. کسانی از شر آن در امان خواهند ماند که با هوشیاری از سرانجام شوم تسلط نفس آگاه باشند، و کسانی به این موفقیت دست می یابند که تمام وجود آنان را نور فرا گرفته باشد.

تابعین عقوبت را ناشی از اهمال جوارح، و برخورداری از لذت معنوی را در حفظ آن می دانستند. و اتباع و پیروان خود را نیز به همین شیوه تربیت می کردند. حذیفه بن قتاده مرعشی می گفت: جوارح چهارند: چشم، زبان، هوای نفس و قلب. پس نگهبان چشمانت باش تا جز بر حلال نظر نکنند. مواظب زبانت باش تا خلاف قلبت نگوید، چون خدا بر آن آگاه است. و مواظب قلبت باش که هیچگونه بغض و کینه ای نسبت به مسلمانان در آن نباشد. نفس خود را از تبعیت خواسته هایش بازدار، وای بر تو اگر چنین نکنی». و از صمیم قلب برای موفقیت علما و دعوتگران آن روزگار دعا می کند و دلش حتی به حال کسانی که مرتکب لغزش اندک می شوند، می سوزد. او نسبت به تابعین که از نظر زمانی بسیار از ما

(۱) - سیر أعلام النبلاء: ۴ / ۹۲.

(۲) - الفتح؛ ۶۳۱۶.

جلوتر بوده و از نظر فضایل و کمالات به مراتب بر ما برتر بودند، این احساس را داشت. اگر وی در این عصر می‌زیست و می‌دید که دعوتگران امروز نسبت به یکدیگر کینه به دل دارند، و ادب را در حق یکدیگر رعایت نمی‌کنند و از مفهوم اخوت و برادری راستین اسلامی فاصله گرفته‌اند، بدون شک بیشتر دعا می‌کرد. شکی در این نیست که یکی از علل اساسی عدم موفقیت و ثبات ما و تسلط ستمگران جبار، فقدان ویژگی‌هایی است که امام مرعشی در رابطه با تربیت نسل آن روزگار ذکر کرده است.

۱۰- ارتباط دنیا و آخرت

آنان هرچه را در این سرا می‌دیدند به زندگی جهان آخرت پیوند می‌دادند، اگر تاریکی می‌دیدند به یاد تاریکی گور و عبور از «صراط» می‌افتادند، اگر جمال و زیبایی را مشاهده می‌کردند، به یاد زیبایی حوریهایی می‌افتادند که خداوند کریم آنها را وعده داده است، و خود را از وابستگی به زنان زیبای این جهان بازمی‌داشتند. اگر باغ‌های سرسبز و آب و آبخار و جلوه‌های زیبای طبیعت را نظاره می‌کردند شکوه و جمال بهشت و درختان و جویبارها و پرندگان آن را به یاد می‌آوردند. زیبایی این جهان در مقابل جلوه‌های آخرت پیش چشمان ایشان اندک می‌نمود، و اگر بوی خوشی به مشام‌شان می‌رسید، بهشت را یاد می‌کردند که سراسر از مشک و زعفران و لؤلؤ و مرجان است. به این شیوه هرچه را در این سرا می‌دیدند آن را با مشابهی که در بهشت دارد مقایسه می‌کردند.

امام زاهد، حاتم اصم کسانی را که می‌خواهند به بهشت برسند، تشویق و ترغیب می‌کند که به توصیه‌ی وی در این راستا توجه کنند و آن را عملی نمایند. وی می‌گوید: «هرکس نفس خود را از چهار چیز منع کند، جنت را به دست آورده است:

الف- خواب را ترک کند تا زمانی که به گور وارد می‌شود.

ب- از فخر و تکبر به منظور سنگین شدن ترازوی اعمال پرهیزد.

ج- استراحت را تا زمان عبور از صراط ترک کند.

د- از تبعیت از شهوت و هوای نفس به منظور داخل شدن به بهشت بپرهیزد^(۱).
 خواب و قبر: خواب از هر چیزی به مرگ شبیه تر است. شخص خوابیده همانند مرده چشم و دهان بسته، فاقد هر گونه احساس و فعالیت اعضاست، با این تفاوت که مرده جان از بدنش به کلی رخت بر بسته، ولی شخص خوابیده، ضربان قلبش مستدام و جانش باقیست.

استاد محمد سلامت جبر می گوید: در خواب روح به طور موقت از بدن جدا می شود، اما ارتباط آن با بدن به نوعی برقرار است و همین ارتباط برای زنده ماندن سلول ها کافی است و آنها را از نابود شدن مصون می دارد. سیستم عصبی و سلول های زنده همچنان هوشیار و آماده مقابله با هر حادثه خطرناکی است. شناخت این معما - جدایی جزئی روح از بدن - به شناخت اسرار روح بستگی دارد و این امری است که دانستن آن بر ما مخفی مانده و خداوند متعال فقط انبیا و اولیای مقرب را بر آن آگاه کرده است^(۲).

حاتم اصم این مطلب را با الهام از قرآن مجید چنین نقل می کند:

﴿وَهُوَ الَّذِي يَتَوَفَّنَا بِاللَّيْلِ وَيَعْلَمُ مَا جَرَحْتُم بِالنَّهَارِ ثُمَّ يَبْعَثُكُمْ فِيهِ لِيُقْضَىٰ أَجَلٌ مُّسَمًّى﴾ (انعام: ۶۰).

«خداست که شما را در شب می میراند و در روز شما را برمی انگیزاند و او می داند که در روز چه می کنید و چه فرا چنگ خواهید آورد تا مهلت معین به سر آید سپس به سوی خدا برمی گردید».
 همچنین رسول خدا ﷺ بر این مسئله تأکید کرده که هر گاه به بستر خواب رفتیم بگوئیم:

«اللَّهُمَّ بِاسْمِكَ أَحْيَا وَبِاسْمِكَ أَمُوتُ».

«خدایا به نام تو زنده می شوم و به نام تو می میرم».

و هنگام بیدار شدن بگوئیم:

(۱) - الإستعداد لیوم المعاد: ۴۹.

(۲) - عجب الرؤی والأحلام: ۷.

«الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ»^(۱).

«ستایش خدایر است که بعد از مرگ ما را زنده کرد و به سوی او برمی گردیم».

همه این دعاها به خاطر این است که مؤمن با تأمل در خوابیدن خود و دیگران، به یاد مرگ افتد و آن کس که یاد مرگ کند، لذت‌های دنیوی در نظر او تلخ و ناگوار می‌شود، سپس خود را از قید و بند دنیا رها کرده و برای جهان و سرای آخرت خود را آماده می‌سازد. بدین خاطر است که رسول الله ﷺ امت اسلامی را وصیت نموده و می‌فرماید:

«أَكْثَرُوا مِنْ ذِكْرِ هَادِمِ اللَّذَاتِ».

«زیاد یاد مرگ کنید، مرگی که همه لذت‌ها را از بین می‌برد».

فخر و تکبر:

اعمال ما سنجیده می‌شود:

﴿فَأَمَّا مَنْ ثَقُلَتْ مَوَازِينُهُ ﴿۱﴾ فَهُوَ فِي عِيشَةٍ رَاضِيَةٍ ﴿۲﴾ وَأَمَّا مَنْ خَفَّتْ

مَوَازِينُهُ ﴿۳﴾ فَأُمُّهُ هَاوِيَةٌ ﴿۴﴾﴾ (قارعه: ۶ - ۹).

«کسی که ترازوی (حسنات) او سنگین باشد در زندگی رضایت‌بخش بسر می‌برد، و کسی که ترازوی (حسنات) او سبک باشد جایگاه او پرتگاه است».

باید دانست که سنگینی میزان به اعمال نیک و سبکی آن به اعمال بد بستگی دارد. بنابراین، فخر حقیقی به زیادی ثروت و اولاد و قوم و عشیره و پُست و مقام و سایر وسایل نیست، بلکه فخر حقیقی در روز قیامت و بعد از مشخص شدن نتایج اعمال به دست می‌آید. انسان کامیاب هنگام مشاهده نتیجه اعمال خود از فرط شادمانی می‌خواهد به پرواز درآید تا این خبر شادی‌آفرین را منتشر کند. لذا می‌گوید:

﴿هَآؤُمْ أَقْرَأُوا كِتَابِيَةَ ﴿۱﴾ إِنِّي ظَنَنْتُ أَنِّي مُلْئِقٌ حِسَابِيَةَ ﴿۲﴾﴾ الحاقه: ۱۹ -

۲۰.

«بیائید نامه اعمال مرا بخوانید. من یقین داشتم که به حساب خود خواهم رسید.»

در این حال کسانی که کف‌ظ اعمال‌شان سبک است، از شدت پشیمانی و حسرت و به خاطر برملا شدن گناه و جنایت‌هایشان، چهره آنان سیاه گشته و می‌گویند:

﴿يَلِيْتَنِي لَمْ أُوتَ كِتَابِيَهٗ ۝ وَلَمْ أُدْرِ مَا حِسَابِيَهٗ ۝ يَلِيْتَهَا كَأَنْتِ الْفَاضِيَهٗ ۝ مَا أَغْنَىٰ عَنِّي مَالِيَهٗ ۝ هَلَكَ عَنِّي سُلْطَانِيَهٗ ۝﴾ (الحاقه: ۲۵ - ۲۹).

«ای کاش مرا نامه نمی‌دادند و کاشکی من شمار کارهای خود را نمی‌دانستم، ای کاش همیشه مرا مرگ بود، مال و دارایی من مرا امروز به کار نیامد، توان و قدرت و سلطه من تمام شد.»

او آن وقت درمی‌یابد که افتخار ورزیدن به مال و منصب در دنیا سرابی بیش نبوده و به جای آن که وی را از تنگنای قیامت برهاند، وبال وی شده است. بیائیم اگر مال و دارای دنیوی ما را به سوی فخر و فروشی دعوت می‌کند، خود را نفریبیم، بلکه به یاد آن افتخاری بیفتیم که هنگام سنجش اعمال نصیب نیکبختان می‌شود و ره‌توشه‌ای برای آن فخر بزرگ و پایدار مهیا کنیم.

نشاط و همت: کسی که به فکر نعمت‌های جاویدان اخروی است و از عذاب الهی می‌هراسد، خواب و تنبلی را ترک می‌کند و حاضر نیست حتی یک لحظه را از دست بدهد. عبور از صراط بسته به مقدار نشاط و همت و تلاشی است که برای آخرت صرف می‌شود، آنکس که راحتی دنیوی و سستی را بر خستگی در راه خدا ترجیح می‌دهد، نباید توقع عبور و نجات از صراط و برخورداری از ناز و نعمت‌های بعد از آن را داشته باشد.

شهوة و بهشت: شهوت تمایل و گرایش است که به هر چیزی از قبیل زن، مال، طعام، مقام و سایر جلوه‌های زندگی تعلق می‌گیرد. هرچند از واژه شهوت اغلب گرایش به زن در ذهن متبادر می‌شود، اما در واقع در هر آنچه که گفتیم شهوت نهفته است. البته ما هم منکر نیستیم که غالباً شهوت به معنی گرایش و تمایل به زن است.

هرگاه شعله‌های شهوت در وجود مؤمن زبانه کشید، فوراً به یاد نعمت‌های جاویدان بهشت از جمله حورعین می‌افتد که اگر گوشه‌ای از رخ آنان بر زمین جلوه کند تمام جهان را مجذوب خواهد کرد. همچنین به یاد روده‌های عسل و شیر و آب‌های روان و کاخ‌ها و شراب بهشت می‌افتد و تصور می‌کند که در کاخ‌های سر به فلک کشیده سکنی گزیده است و ملائک از هر دری بر او سلام می‌کنند. چندان از نعمت‌های بی‌پایان بهشت یاد می‌کند که تمامی لذایذ و شهوات دنیا در نظر او کم جلوه می‌کند، زیرا در بهشت نعمت‌هایی هست که هیچ چشمی آن را ندیده و هیچ گوشی آن را نشنیده و بر قلب هیچکس خطور نکرده است.

۱۱- مدارا با نفس

اگر انسانی بخواهد چیزی به شما ببخشد که در پی آن بودید، طبیعی است با سرعت و بدون تأخیر آن را می‌پذیرید؛ و قبل از این که شخص بخشنده تغییر رأی بدهد، به سرعت آن را می‌گیرید. این مورد در امور دنیوی صدق می‌کند که نفس بر دریافت آن حریص است، اما بسیاری در رویارویی با امور اخروی نفس‌شان چنین واکنش نشان نمی‌دهند. نفس گاهی اوقات به اموری روی می‌آورد و از اموری روی برمی‌گرداند، بعضی وقت‌ها به انجام کارهای مربوط به آخرت علاقه از خود نشان می‌دهد، مانند تلاوت قرآن، نماز شب، ذکر و... و گاهی هم حالت روی‌گردانی دارد و نمی‌خواهد کار نیک انجام دهد. پس بر هر فرد عاقل لازم است که استقبال نفس از کار خیر را غنیمت شمارد و به آن لبیک گفته و آن را از دست ندهد و مجالی برای مانع تراشی شیطان باقی نگذارد. ممکن است شیطان به وی بگوید «این کار خیر را امروز انجام مده» یا «بهرتر است این کار خیر به زمانی دیگر موکول شود». چنانچه زمان دیگر نیز بیاید باز درمی‌یابید که سرگرم کارهای دیگر هستید، یا این که از آن شور و شوق و استقبال شما نسبت به آن عمل نیک دیگر خبری نیست، در نتیجه کسالت و تنبلی شما را فرا می‌گیرد و از انجام آن عمل باز می‌مانید، این نکته بسیار دقیق، بر بسیاری مخفی مانده است، و به جز عده‌ای موفق نمی‌شوند که اینگونه با نفس مدارا کنند.

امام ابن الجوزی بر آموختن این نکته حریص بود. وی می گوید: جمع زیادی از علما و پارسایان را دیده‌ام که معنی آن را ندانسته اند، چون بعضی از ایشان نفس را مطلقاً از همه خواسته‌هایش منع کرده اند و این کار از دو جهت اشتباه است:

۱- بسیار اتفاق می افتد که به علت منع کردن نفس از امری مباح، شهرت و آوازه فراوانی نصیب فرد شود. و نفس نیز از این کار راضی است؛ زیرا به خاطر خودداری از مباحی مورد ستایش واقع شده و از این که مورد تعظیم جمعی قرار گرفته برخوردار می‌گردد. این موضوع زمانی پیچیده‌تر می‌شود که نفس به خاطر خودداری از انجام آن امر مباح خود را برتر از آنهایی بینداند که چنین نکرده اند. در واقع این واکنش‌ها برای آدمی خطری به مراتب بزرگتر دربر دارند که اگر آن فعل مباح انجام می‌شد، چنین نتایجی به بار نمی‌آمد.

۲- ما مکلف به حفظ نفس هستیم. از جمله اسباب حفظ آن اشتیاق به اموری است که در تعدیل و استواری آن نقش دارند. بنابراین، لازم است چیزی را که مایه ثبات و استواری نفس است برآورده کرد. ما در حفظ نفس همچون وکیلی امین هستیم؛ منع نفس از همه خواسته‌هایش آسیب‌های فراوانی به دنبال دارد. چه بسا خشونت با نفس موجب سستی آن می‌شود، و چه بسا تنگ کردن عرصه بر نفس موجب فرار آن شود به نحوی که تلافی و جبران آن دشوار باشد. به هنگام برخورد با نفس باید متوجه باشیم که با مریضی عاقل رو به رو هستیم، مریضی که برای بهبودی خود شربت و قرص‌های تلخ را می‌خورد.

مؤمن خردمند نیز اینگونه با نفس برخورد می‌کند، نه به کلی عنان آن از دستش خارج می‌شود، و نه نسبت به آن اهمال روا می‌دارد. گاهی به آن میدان می‌دهد ولی در عین حال زمامش را در دست دارد، مادامی که بر جاده و راه راست است، عرصه را بر آن تنگ نمی‌کند، و اگر نوعی کجروی از او مشاهده کرد، به آرامی و ملاحظت آن را بازخواست می‌کند، در صورت سرپیچی هم با زور آن را بر جای خود برمی‌گرداند.

نفس مانند همسری ضعیف و در عین حال کم عقل است که به هنگام نشوز و نافرمانی، ابتدا شوهر به او اندرز می‌دهد، اگر نتیجه نگرفت بستر خوابش را جدا

می‌کند، و جدا از او به استراحت می‌پردازد، و اگر بازهم اصلاح نشد با اعمال زور او را به راه می‌آورد. در میان تازیانه‌های تأدیب نفس، تازیانه‌ای بهتر از عزم جدی و تصمیم قاطعانه وجود ندارد. با نفس نیز باید اینگونه مدارا کرد، گاهی عنان او را باید سست کرد و گاهی هم آن را سخت و محکم در دست گرفت. این مدارا یکی از راه‌های تربیت نفس است که به وسیله آن نفس استوار می‌شود و می‌توان آن را به آسانی به سوی منازل والاتر و بالاتر ارتقا داد. چه بسیار بوده اند صالحینی که فقط معتقد به شدت عمل با نفس بوده اند، یا برعکس عقیده داشته اند که باید با نفس با مهربانی رفتار نمود که در نتیجه هردو گروه از جاده خارج شده اند.

۱۲- برادری

ایجاد برادری یکی از روشن‌ترین راه‌های تربیت، هم نزد تابعین و هم نزد نسل‌های بعد از ایشان بوده است. آنان این روش را از آیات و احادیث الهام گرفته اند، مانند آیه:

﴿وَأَصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدْوَةِ وَالْعِشِيِّ يُرِيدُونَ
وَجَهَّةً﴾ (کهف: ۲۸).

و آیه:

﴿وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ تُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ﴾ (حشر: ۹).

«آنان که پیش از آمدن مهاجران، خانه و کاشانه را آماده کردند، و کسانی را دوست می‌دارند که پیش از ایشان مهاجرت کرده اند».

و حدیث ابوهریره در باره هفت طبقه‌ای که زیر عرش رحمان محشور

می‌شوند: می‌فرماید:

«وَرَجُلَانِ تَحَابَّا فِي اللَّهِ فَاجْتَمَعَا عَلَيَّ ذَلِكَ وَتَفَرَّقَا»^(۱).

«از آن هفت طائفه دو انسان هستند که یکدیگر را به خاطر خدا دوست می‌دارند و این دوستی و محبت را به خاطر خدا ادامه داده و نیز به خاطر خدا از هم جدا می‌گردند».

و حدیث:

«لَا تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ حَتَّى تُؤْمِنُوا، وَلَا تُؤْمِنُوا حَتَّى تَحَابُّوا، أَوْلَا أَدُلُّكُمْ عَلَى شَيْءٍ إِذَا فَعَلْتُمُوهُ تَحَابَبْتُمْ أَفْشُوا السَّلَامَ»^(۱).

«داخل بهشت نمی‌شوید تا ایمان نیاورید و ایمان نیاورده‌اید تا یکدیگر را دوست نداشته باشید، آیا راهنمایی نکنم شما را بر امری که اگر انجام آن را دادید یکدیگر را دوست بدارید؟ سلام کردن را در میان خود رواج دهید».

هدف از برادری: امام حسن بصری رضی الله عنه در مورد هدف اساسی از برادری می‌گوید: «برادر تو کسی است که هرگاه با تو ملاقات کند، تو را به یاد خدا اندازد، چنین برادری بهتر از آن برادری است که هرگاه تو را ببیند دیناری در کف تو اندازد»^(۲).

وی با بیانی بیشتر در بارهٔ وظیفهٔ برادر در قبال برادر می‌گوید: «مؤمن برای برادر دینی خود مانند آینه است؛ اگر از وی چیزی ناخوشایند مشاهده کند به اصلاح آن می‌پردازد و آشکار و پنهان او را محافظت می‌کند»^(۳). و این است معنی واقعی تعاون که در آن یک مؤمن برادر دینی خود را در راه تربیت نفس یاری می‌کند، چون انسان به تنهایی ضعیف و ناتوان است و با همکاری برادرانش به قدرت و نیرو می‌رسد؛ و به تنهایی و بدون همکاری برادران دینی، چیره‌شدن بر این نفس اماره، بسی سخت و دشوار است.

پاسداری از حریم اخوت و برادری: این امر در نزد اصحاب و تابعین رضی الله عنهم از اهمیت ویژه‌ای برخوردار بود، لذا آنان بسیار حریص بودند که مبادا این روابط، ضعیف و کم‌رنگ شود. تعابیری زیادی از تابعین در این باره نقل شده است، از

(۱) - مسلم: ۵۴.

(۲) - الزهد: ۱۶۷.

(۳) - الزهد: ۲۳۲.

جمله: «در این سرا اگر سه چیز وجود نداشته باشد، مردن بهتر از زندگی است: نماز شب، روزه گرفتن و برادری». در این باره تابعی بزرگوار «وہب بن منبہ» می گوید: «لذت دنیا در سه چیز خلاصه می شود؛ اول ملاقات برادران. دوم افطار. سوم قیال اللیل در لحظات آخر شب».

سلف صالح رحمہم اللہ نمی توانستند حرص خود را بر این برادری و حفظ رابطہ دوستانہ کتمان کنند.

امام حسن بصری روایت می کند کہ امیرالمؤمنین عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ در دل شب از برادران خود یاد می کرد و می گفت: «چقدر طولانیست این شب! و چون نماز صبح را ادا می نمود با شتاب بہ سوی ایشان می رفت و با آنان معانقہ می کرد»^(۱).

صحابی بزرگوار ابن مسعود رضی اللہ عنہ ہر گاہ بہ سوی دوستانش از منزل بیرون می رفت، می گفت: «شما مایہ برطرف شدن غم و اندوہ من هستید». و فاضل و دانشمند؛ طلحہ بن مطرف بہ برادر خود مالک بن مغول می گفت: «ملاقات تو را از غسل بیشتر دوست دارم».

فداکاری در راہ اخوت و برادری: اسلاف و پیشینیان شایستہ ما معتقد بودند کہ اخوت و برادری عامل مهمی برای ثبات و استقامت در راہ خدا است و می خواستند این راہ را تا رسیدن بہ جنت جاویدان ادامہ دهند. هیچ امر دنیوی نمی توانست آنان را از کمک بہ یکدیگر در راستای نیل بہ بہشت جاویدان بازدارد.

ہر کس از «اخوت» چنین برداشتی نداشته باشد در واقع حقیقت برادری و اہداف و مقاصد آن را درک نکرده است.

صحابی جلیل القدر عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما با اشارہ بہ این مطلب می گوید: «ما بیش از ہر کس بہ برادران دینی خود کمک و نیازہای مادی آنان را برطرف می کردیم»^(۲).

(۱) - الأخوان: ۱۴۳.

(۲) - مسند امام احمد: ۱۲۳.

تابعین نیز همین مفاهیم را از اصحاب رضی الله عنهم دریافت کرده اند؛ عمر بن عبدالعزیز پسر برادرزاده عبدالله بن عمر نیز می گوید: «به هیچکس بخششی نداده ام مگر این که آن را کم دانسته ام، و من از خداوند متعال شرم می کنم که برای برادرم چیزی از او بخواهم، ولی خودم از بخشیدن همان چیز به او بخل ورزم، و در روز قیامت به من گفته شود؛ اگر تمام دنیا نیز در کف تو بود، بخل می کردی»^(۱).

زین العابدین علی بن حسین رضی الله عنه نیز می گوید: «من از خدای عز و جل شرم می کنم یکی از برادران دینی خودم را بینم و از خدا برای او بهشت تمنا کنم اما از مال دنیا در حق او بخل ورزم، و در روز قیامت به من گفته شود: اگر بهشت نیز در دست بود از بخشیدن آن به دیگران امتناع می ورزیدی»^(۲).

۱۳- روش های گوناگون

جامع ترین کلام پیرامون تربیت نفس کلامی است که امام زاهد و پارسا، ابوسلیمان دارانی بیان کرده است: «برای رقت قلب با پارسایان همنشین شو، و برای منور کردن قلب بر حزن و اندوه دوام کن و با دوام بر تفکر در جستجوی حزن باش، و راه های تفکر را در خلوت و عزلت نشینی به دست بیار، و با مخالفت با هوی و هوس از شیطان حذر کن، و با صدق و اخلاص در عمل، خود را برای ملاقات با ذات حق آراسته کن و برای برخوردارگی از عفو و گذشت خدا، وقار و متانت خود را حفظ کن و خدا را بر اعمال و رفتار خود شاهد و ناظر بدان و زیادی روزی را به شکرانه طلب کن و از نعمات و امکاناتی که از آن برخوردار هستی، نهایت استفاده را ببر، زیرا هر نعمتی پایان پذیر است»^(۳).

لطافت قلب: توجه به قلب از شرایط اساسی تربیت نفس است، باید در تمامی حالات اعم از بیماری و تندرستی، رقت و قسوت، ثبات و تزلزل، صلابت و رخوت، و در تمامی شرایط و احوال، قلب را زیر نظر داشت و عوامل قوت و

(۱) - مجمع الزوائد: ۱۰ / ۲۲۸۵.

(۲) - الأخوان: ۲۰۳.

(۳) - صفة الصفة: ۴ / ۲۳۱.

قدرت آن را فراهم نمود، یکی از علل قسوت و سنگدلی، نشست و برخاست با سیه‌دلان است؛ انسان‌هایی که دنیا و سرگرمی‌های آن بر دل‌هایشان پرده افکنده است. آنهایی که تنها برای دنیا خوشحال یا اندوهگین می‌شوند و فقط برای آن می‌گیرند؛ عداوت و دوستی و منافع خود را فقط در دنیا و رسیدن به زخارف آن می‌بینند. ولی دیدار دوستان خدا بر رقت قلب می‌افزاید؛ دیدار با آنانی که قلب‌شان را ترس از خدا فرا گرفته و تمام فکر و ذکرشان جلب رضایت مولایشان است. اینها در دنیا چنان زندگی می‌کنند که گویی آخرت را با چشم می‌بینند. بنابراین، چهره‌ها و زمزمه‌هایشان نشانگر ترسی است که در درون دارند. همنشینی با چنین کسانی است که به قلب لطافت و صفا می‌بخشد، قلبی که بیشتر به سوی زینت و زیبایی‌های دنیا گرایش دارد و اکثر اوقات در مسیر حق دچار لغزش و اشتباه می‌شود. مصاحبت و دوستی با چنین کسانی و دیدن آن رخسارهای نورانی، انسان را به یاد آخرت می‌اندازد، چنانکه در باره آنان گفته شده است: «بعضی از مردم هستند که سیمای آنان آدمی را به یاد آخرت می‌اندازد. در سیمای آنان نه بهشت نقش بسته است نه دوزخ، ولی آثار آخرت بر جبین آنان چنان هویدا است که هر کس کمترین فراستی داشته باشد، آن را می‌بیند».

روشنایی قلب: اندوهناک شدن به خاطر از دست دادن بخشی از مال دنیا قلب را تیره می‌کند، ولی حزن و اندوه به دلیل از دست دادن امری از امور آخرت آن را روشن کرده و به آن نورانیت می‌بخشد. همچنین حزن و اندوه به خاطر ضایع شدن لحظه‌های گرانبهای عمر، قلب را روشن و تابناک می‌کند، زمانی که انسان مرتکب گناه می‌شود و ترس آن دارد که ارتکاب این گناه مانع ورود او به جنت شود، قلب شعله‌ور می‌شود.

غمگین شدن به دلیل اجرانشدن حکم خدا و حاکمیت یافتن هواهای بشری، گسترش ظلم و ستم در زمین، سلطه کفار بر مسلمین، ذلت و سرشکستگی آنان، اختلاف میان دعوتگران و... بر نورانیت قلب می‌افزاید. همه اینها اموری مربوط به آخرت هستند که اندوهناک شدن به خاطر آنها قلب را منور می‌کند.

قلب منور حقایقی را می‌بیند که قلب تیره آن را نمی‌بیند، و چون حقایق را مشاهده کرد، ثبات ورزیده و همچون کوهی محکم در برابر مصائب و آشوب‌ها

ایستادگی می کند و با این نور چیزهایی را می بیند که دیگران نمی بینند و در هر امری راه درست را می شناسد.

سرچشمه حزن و اندوه: حزن و اندوه زمانی دوام خواهد یافت که آدمی پیوسته نفس خویش را مقصر بداند و در امور دین و وضعیت این امت که از شاهراه دین منحرف شده است، بیندیشد، چنین تفکری حزن و اندوه را برای آدمی ایجاد می کند. این تفکر تنها با خلوت کردن با نفس و دوری گزیدن از هیاهوهای دنیایی به دست می آید.

دوری جستن از شیطان: چنانکه در حدیث شرایط تربیت گفتیم، هوی عقل را از عمل باز می دارد؛ و او را کور کرده و فقط چیزی را می پذیرد که بدان دل بسته باشد. شیطان که دشمن آشکار برای اولاد آدم است یک لحظه از نیرنگ باز نمی ایستد، و از این که فرزندان آدم را به دوزخ بیندازد، لذت می برد. تنها با مخالفت کردن با هوی و توکل بر خدا است که انسان می تواند از تیرهای زهر آگین ابلیس و وسوسه های او در امان بماند. هرگاه انسان مسلمان با توکل بر خدا به مخالفت با هوی برخاست، عقل نیروی خود را باز می یابد و مجددا توانایی تشخیص سود و زیان را بدست می آورد.

آراستن به خاطر خدا: خداوند متعال طیب است و به جز طیب نمی پذیرد؛ و عملی را طیب گویند که خالص بوده و به غیر از خدا هیچ احدی در آن مد نظر نباشد. در غیر این صورت پذیرفته نمی شود اگرچه حجم آن به اندازه کوه های تهامه باشد.

انسان باید در گفتار و رفتار خود با دیگران و خدا راست کردار باشد، مرتکب فعلی نشود که خود بدان معتقد نباشد، در این حالت است که عمل و رفتار او از نقصان عاری است. باید هر روز نفس خود را محاسبه کند و به آن بگوید: آنچه گفتم و انجام دادم خالص بهر خدا بود یا بهر رضای دیگران؟ و دائم مشغول تصفیة اعمال خویش باشد و جز آنچه را که برای ذات حق انجام داده است باقی نگذارد، این است معنای آراستن برای خدا که در غیر این حالت اعمالش مردود است و پاداشی دریافت نخواهد کرد. خداوند می فرماید:

﴿وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَعْمَلُوا كَسَرَابٍ بِقِيَعَةٍ تَحْسَبُهُ الظَّمْآنُ مَاءً حَتَّىٰ إِذَا جَاءَهُمْ لَمْ تَجِدْهُ شَيْئًا وَوَجَدَ اللَّهُ عِنْدَهُ فَوْقَهُ حِسَابَهُ ۗ وَاللَّهُ سَرِيعُ الْحِسَابِ﴾ (نور: ۳۹).

«کافران اعمالشان به سرابی می ماند که در بیابان بی آب و علف شخص تشنه ای آن را آب می پندارد، اما هنگامی که به سراغ آن رود، اصلاً چیزی نیابد و خدا را بیابد، پس به تمام و کمال حساب او را داد و خداوند در حسابرسی سریع است.»

پس یکی از اساسی ترین اصول همین است و تمامی روش های تربیتی دیگر که این اصل را ندارند، باطل هستند.

شایستگی برخورداری از عفو و گذشت خدا: این تأکیدی است بر آنچه که زاهد مشهور «حاتم اصم» در اصل پنجم از مبحث توکل امر خود را بر آن بنا نهاد، آنگاه که گفت: «و یقین دارم هر جا باشم از چشم خدا پنهان نمی مانم، پس باید از خدا شرم کنم». ثمره دوام بر مراقبت، شرم و حیا از خدا است. شرم از خدا موجب امتناع از معاصی و اجتناب از هر امری است که خشم خدا را به دنبال دارد، در این حالت است که بنده آمادگی و لیاقت برخورداری از عفو پروردگار را خواهد داشت.

فراوانی نعمت و دوام آن: خداوند می فرماید:

﴿لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ﴾ (ابراهیم: ۷).

«اگر مرا شکر گزایید، همانا نعمت را بر شما افزون کنم.»

همچنانکه خداوند می فرماید: شکر نعمت منحصر به زبان نیست، بلکه این عمل است که آن را کامل می کند. به عبارت دیگر: شکر حقیقی آن است که در عمل انجام پذیرد، خداوند متعال می فرماید:

﴿اعْمَلُوا ءَالَ دَاوُدَ شُكْرًا﴾ (سبأ: ۱۳).

«ای آل داود، در عمل شکر خدا بگذارید.»

گاهی اوقات نعمت‌های خدا افزایش می‌یابد، ولی فراموش کردن شکر نعمت‌دهنده و نیز داشتن صفات کبر و عجب، مانع دوام و بقای آن می‌شود. باید یقین داشت که محاسبه نفس و شکرگذاری در برابر نعمت‌ها، موجب فزونی و دوام آن می‌شود و آن هم به یمن اعتراف به فضل خداوند و تضرع در برابر او و ادای حقوقی که بر ما واجب کرده و دوری جستن از تکبر و برتری‌طلبی بر خلق خدا و احساس قصور در بجای آوردن شکر نعمت‌های بی‌پایان پروردگار صورت می‌پذیرد، همه اینها به اذن خدا موجب استمرار و بقای نعمت خواهد بود، به شرطی که بنده از آزمایش غم و شادی سربلند بیرون آمده باشد.

۱۴- نیایش و مناجات

دعا یکی از راه‌های تزکیه نفس است. رسول اکرم ﷺ می‌فرماید:

«الدُّعَاءُ هُوَ الْعِبَادَةُ»^(۱) «دعا عین عبادت است».

دعا مانند دستگاه شارژی است که دائم قلب را شارژ می‌کند، دعا بخشی از ذکر و ثنای خالق سبحان است و انسان به وسیله آن از ضعف و زبونی خود در برابر دشمنان درونی و بیرونی به ایزد منان پناه می‌برد. ابوبکر صدیق ﷺ در فراگیری دعا از محضر رسول خدا ﷺ بسیار حریص بود.

ابوهریره ﷺ روایت کرده است که ابوبکر صدیق ﷺ خدمت پیامبر خدا ﷺ عرض رد: یا رسول الله به من چیزی بیاموز تا هر صبح و شامی آن را بگویم، آن حضرت فرمود:

«قُل: اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي وَشَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرِّكَ»^(۲).

«بگو! پروردگارا تویی آگاه بر آشکار و نهان، آفریننده آسمان‌ها و زمین، پروردگار و پادشاه همه هستی، گواهی می‌دهم جز تو خدایی نیست، به تو پناه می‌آورم از شر نفس و از شر شیطان و دام او».

در روایت ابی راشد جبرانی این جملات نیز اضافه شده است:

(۱)- مسند امام احمد: ۳۴۰۱.

(۲)- مسند امام احمد: ۱ / ۱۰.

«وَأَنْ أَعْتَرَفَ عَلَى نَفْسِي سُوءًا أَوْ أَجْرَهُ إِلَيَّ مُسْلِمًا».

«و به تو پناه می آورم از این که نفسم مرتکب معصیت شود یا به مسلمانی گزند رسانم».

امام ابن القیم می گوید: این حدیث بیانگر آن است که باید از شر و اسباب و اهداف آن به خدا پناه برد، زیرا مصدر و منبع شر یا نفس است یا شیطان، و عواقب و زیان های آن یا بر شخص مجرم برمی گردد، یا بر برادر دینی اش. این وصیت از جانب با تقوی ترین انسان که همانا رسول خدا ﷺ است، برای محبوب ترین دوست و یاور وی که ابوبکر صدیق رضی الله عنه است، صادر شده است تا هر صبح و شامی آن را زمزمه کند که بیانگر اهمیت نقش دعا در تربیت نفس است.

این دعا، تنها دعایی نیست که پیامبر در باره تربیت نفس به اصحاب توصیه کرده باشد، بلکه اگر مباحث دعا در کتاب های حدیث مورد تحقیق واقع شود، به گنجینه عظیمی در باره تربیت نفس دست خواهیم یافت.

کلید موفقیت: امام ابن القیم می گوید: «سلف صالح رحمهم الله بر این مطلب اجماع داشتند که توفیق در این است که خدا تو را به نفس خود وانگذارد، و شکست این است که تو را با نفس به حال خود رها کند». آنان کسب خیر را توفیق می دانستند، زیرا توفیق در دست خداست نه بنده؛ و کلید توفیق نیایش و اظهار فقر و دست تنگی و پناه بردن به درگاه وی و بیم از او و امید به او است. هرگاه این کلید به بنده داده شد، دلیل بر این است که خداوند در رحمت را بر وی گشوده است، و اگر آن را نیافت دلیل بر این باشد که درگاه رحمت خدا بر وی بسته شده است»^(۱).

دعا کلید خیر و پیروزی است. تابعین رحمهم الله به عنوان یکی از اصول درمان نفس از آن استفاده می کردند. ابن ابی رواد می گوید: طاووس و اصحاب او

(۱) - الفوائد: ۱۲۷ - ۱۲۸.

هرگاه نماز عصر را به جا می‌آوردند، رو به قبله در جای خود نشسته و با کسی صحبت نمی‌کردند، و به دعا و تضرع مشغول می‌شدند»^(۱).

توصیه به همدیگر: تابعین رحمهم الله به خاطر تمسک به این اصل اساسی در تربیت نفس، از توصیه به یکدیگر غفلت نمی‌ورزیدند، مفتی مکه مکرمه، تابعی بزرگوار عطاء بن ابی رباح، از دوست خود طاووس نقل می‌کند که ایشان به من گفت: «ای عطاء! حاجت خود را پیش کسی مبر که درگاه خود را بر تو ببندد و بر آن پرده بیندازد. حاجت خود را به پیشگاه آنکس ببر که تا روز قیامت درگاه رحمت او باز است و به تو امر کرده است تا او را بخوانی و استجابت را ضمانت کرده است».

رمز پذیرش دعا: تابعین بزرگوار برای استجاب دعا شرایطی را ذکر کرده اند تا چراغی فراروی هدایت ما باشد؛ از قبیل: تغذیه از روزی حلال، انتخاب وقت مناسب، حمد و ثنا قبل از دعا و خودداری از قطع صلۀ حرم. آنان این علایم و نشانه‌ها را برای ما ذکر کرده اند تا پس از دعا و نیایش دریابیم که مناجات ما مورد قبول واقع شده است یا نه.

مردی به خدمت فقیه یمن، تابعی جلیل القدر طاووس ابن کیسان آمد و عرض کرد: «برای ما در پیشگاه خدا دعا کن. فرمود که در قلب خود خوف و خشیتی احساس نمی‌کنم تا برای تو دعا کنم»^(۲). وی از این جواب دو منظور داشته است: یکی این که به سؤال کننده بیاموزد که خود برای نفس خودش دعا کند، چون پرده‌ای میان خدا و بنده وجود ندارد. دوم این که خواسته است نفس خود را به سبب آمدن مردم به نزد وی برای طلب دعا، از هر نوع غرور پاک کند. در عین حال او در جواب آن مرد دروغ نگفته است، چون خشیت قلب امری است که بسیاری از آن غافل مانده اند، و غافلند از این که یکی از علل مستجاب نشدن دعا فقدان خشیت قلبی است.

(۱) - صفة الصفوة ۲ / ۶۶.

(۲) - سیر أعلام النبلاء: ۵ / ۴۲.

ثابت بنانی که یکی از تابعین بزرگوار است، از یکی از پارسایان نقل می‌کند که گفته است: من می‌دانم چه هنگامی پروردگارم دعای مرا استجابت می‌کند، همه از گفته او تعجب کردند و گفتند: از کجا چنین می‌دانی؟

گفت: «هرگاه خوف بر قلبم مستولی گشت و پوست بدنم درهم شد و اشک از چشمم جاری شد و دعا به من الهام گردید، آن وقت است که می‌دانم دعایم مستجاب شده است»^(۱). البته تمامی اسراری که ثابت بنانی به نقل از آن زاهد بیان کرد، در جوابی که طاووس به آن شخص داد، موجود است و فرموده امیرالمؤمنین فاروق اعظم رضی الله عنه، بر گوشه‌ای از این اسرار تاکید می‌کند آنجا که می‌گوید: «من نگران استجاب دعا و عدم پذیرش آن نیستم، بلکه از قصور در دعا نگرانم، زیرا هر وقت دعا به من الهام شود قرین استجاب است»^(۲).

گوشه‌هایی از دعا و نیایش شگفت‌انگیز تابعین: به سبب آن خشیت و خوفی که طاووس و ثابت بنانی برای ما بیان کردند، خداوند خود دعا و نیایش را به آنان الهام می‌کرد. از زین العابدین روایت شده است که وی در دعای خود چنین می‌گفت: «خداوندا! به تو پناه می‌آورم از این که در چشم ساده‌لوحان زیبا و آراسته جلوه نمایم، ولی نزد ارباب بصیرت بی‌ارزش و ناجوانمرد شناخته شوم. خداوندا! من بد کرده‌ام و تو با من نیکی فرموده‌ای، هرگاه توبه کردم تو نیز توبه‌ام را بپذیر»^(۳).

پارسای بزرگ بصره، طلق بن حبيب چنین نیایش می‌کرد: «خداوندا! به من علم و دانش کسانی را عطا فرما که از تو می‌ترسند، و ترس کسانی را ببخش که نسبت به تو عالمند و یقین کسانی را مرحمت فرما که بر تو توکل دارند، و توکل کسانی را عطا کن که نسبت به تو یقین دارند و توبه کسانی را ببخشی که در حق تو اخلاص دارند، و اخلاص آنهایی را عطا کن که توبه و انابت دارند، و شکر کسانی را عطا کن که به خاطر تو صبر پیشه می‌کنند، و صبر کسانی را عطا کن

(۱) - صفة الصفوة: ۳ / ۲۶۱.

(۲) - الفوائد: ۱۲۷ - ۱۲۸.

(۳) - سیر أعلام النبلاء: ۴ / ۳۹۶.

که به خاطر رضای تو شکر ورزیدند و ما را به کسانی ملحق کن که در نزد تو زنده اند و آنان را روزی داده‌ای».

اگر ما به دقت کلمات ایشان را در زمینهٔ دعا بررسی کنیم، به دانشی بس عمیق و خشیتی آشکار دست خواهیم یافت.

فصل پنجم

بنیانگذاران مکاتب تربیتی

- ۱- عمر بن عبدالعزیز.
- ۲- اویس القرنی.
- ۳- ربیع بن خثیم.
- ۴- سلمه بن دینار.
- ۵- محمد بن واسع.
- ۶- ابومسلم خولانی.
- ۷- مطرف بن شخیر.
- ۸- هرم بن حیان.
- ۹- زین العابدین.
- ۱۰- مسروق بن اجدع.

۱- عمر بن عبدالعزیز ؓ

قبل از خلافت: او قبل از رسیدن به خلافت شخصی شیک پوش و خوش گذران بود و بسیار به خود می بالید، اما هرگز از وی هرزگی و سبکسری مشاهده نشده است. ابن عبدالحکیم در کتاب خود به نام «سیره عمر بن عبدالعزیز» دوران قبل از خلافت او را اینگونه توصیف می کند: «عمر بن عبدالعزیز از حیث ناز و نعمت و ملک و رفاه از بزرگترین مردان خاندان اموی بود. از ناز و نعمت فراوان بهره مند بود و همیشه خود را به بوی خوش معطر می کرد. چنانکه مسیری را که طی می کرد، به وسیله بوی خوشی که در آن راه پراکنده می شد قابل تشخیص بود، به شیوه حضرت فاروق اعظم ؓ راه می رفت، این شیوه آنقدر زیبا بود که کنیزان آن را از وی تقلید می کردند. پیراهن آنقدر بلندی می پوشید که گوشه آن اکثراً داخل کفش می شد و وی را به زحمت می انداخت، اما به آن اعتنا نمی کرد، و آن را بیرون نمی آورد. اگر عبایش از شانه هایش پایین می افتاد، آن را بلند نمی کرد، و اگر کفشش پاره می شد هم خم نمی شد. بسیار اتفاق می افتاد که خدمش با زور آن را از پای او درآورد. اگر با انگشترش نوشته ای مهر می زد، از آن بوی عطر و عنبر برمی خاست، چون مرکب با عنبر دست او می آمیخت. آری! او اینگونه در ناز و نعمت زندگی می کرد، تا روزی که خلافت را تحویل گرفت، اما به محض این که به خلافت رسید از دنیا دور شد».

این زهد و کناره گیری و تحولی که در زندگی عمر بن عبدالعزیز پدید آمد و دوران خلافت راشده او را دربر گرفت، زائیده یک شب و ناشی از انتقال خلافت به او نبود، بلکه رهین روزها و سالهایی است که عمر طبق سفارش پدر و مادرش نزد دائی / مامای خود عبدالله بن عمر گذراند. مادرش در سیمای او نبوغی را مشاهده کرد و سزاوار ندانست فرزندش با توجه به آن نبوغ خدادادی از جو عطر آگین مدینه منوره دور باشد، بلکه خیر و صلاح را در آن دانست که فرزندش در آن شهر رشد و پرورش یابد، شهری که به یمن علم و زهد باقیمانده از اصحاب اطهار ؓ معطر گشته بود، و یکی از برجسته ترین چهره های علم و تقوی در آن شهر، دائی او عبدالله بن عمر ؓ بود. مادرش با دیگر فرزنداناش به سوی شام عزیمت کرد، ولی عمر را به نزد عبدالله ابن عمر گذاشت تا همزمان او را از

حیث علم و تزکیه و تهذیب، تربیت کند. تعلیم و تربیتی که ابن عمر به او آموخت، بنیان تربیت روحی عمر بن عبدالعزیز را تشکیل داد. حتی قبل از رسیدن به خلافت، بعضی از این آثار مبارک در وی متبلور بود. این امر سبب تاثیرپذیری عمیق وی از الگوهای زهد و تقوای آن روز مدینه شد و با به دست گرفتن منصب خلافت این آثار به اوج خود رسید.

از جمله آثار تعلیم و تزکیه وی، گریه شدید او به هنگام ترک مدینه بود، آنگاه که به دوستش مزاحم نگاه کرد و گفت: ای مزاحم! می ترسم از کسانی باشیم که مدینه آنها را بیرون می کند و از خود می راند. منظور وی از این گفته، حدیثی است که پیامبر ﷺ در باره شهر مدینه فرموده است: «شهر مدینه مانند کوره آهنگری است که هرگونه زنگاری را دور می کند و فقط آنچه که پاک است در آن باقی می ماند و آبدیده می شود».

فراگیری علم: از جمله تاثیراتی که جو مدینه و روش تربیتی ابن عمر بر وی گذاشت، التزام او به فراگیری علم و دانش قبل و بعد از خلافت است، امام مجاهد بن جبر می گوید: «به نزد عمر بن عبدالعزیز رفتم تا دانش به وی بیاموزم، ولی دیری نپایید که ما از او علم و دانش فرا گرفتیم»^(۱). همچنین تابعی بزرگوار میمون بن مهران می گوید: «علما به نزد وی شاگردانی بیش نبودند»^(۲). اما فرمانروایی بر شهر مدینه و منصب خلافت، او را از فراگیری علم و دانش باز نداشت.

اخلاص: او می دانست که یکی از شرایط پذیرش اعمال، اخلاص است، به همین علت نفس خود را در برابر گفتار و کردارهایی که از وی صادر می شد، شدیداً محاسبه می کرد، تا مبادا آنچه را که می گوید یا انجام می دهد، خالصانه برای خدا نباشد. او در باره نفس می گفت: «ترس از مباهات و فخر نفس است که نمی گذارد زیاد سخن بگویم»^(۳).

(۱) - طبقات الفقهاء.

(۲) - طبقات الفقهاء.

(۳) - سیر أعلام النبلاء: ۵ / ۱۳۷.

در محضر خدا: ایشان پیوسته خداوند را شاهد و ناظر می دانست و همواره احساس می کرد که او در همه امور بر وی ناظر است. در نتیجه دائم از محاسبه پروردگار در هراس بود که مبادا از وی قصوری نسبت به خود یا دیگران واقع شده و مورد محاسبه پروردگار قرار گیرد. نقل است که مقداری عنبر یا مسک را که از «فی» بود برای او آوردند، کمی از آن را به دست و صورت مالید. بلافاصله دست و صورت خود را شست تا اثر بوی خوش نماند. کاتب وی به نام «لیث بن ابی رقیه» عرض کرد: «چندان مصرف نکردی که با این عجله آن را بشویی». گفت: «تعجب می کنم از تو ای لیث! مگر استفاده از آن به همین اندازه نیست؟ چرا که عطر و عنبر خورده یا نوشیده نمی شود؟»^(۱).

دخترش که تنها یک حلقه گوشواره داشت به خدمت پدر عرض کرد که تا حلقه دیگری نیز به وی عطا کند. ایشان دو اخگر به وی داد و فرمود: «اگر توانستی این دو اخگر را به مانند گوشواره کنی حلقه دوم را نیز برایت می خرم»^(۲). وی از فرط هراس از سؤال و جواب روز قیامت تنها به یک دست لباس اکتفا می کرد و با آن به میان مردم می رفت. اگر کثیف می شد آن را می شست و مجدداً به تن می کرد. تمام طلای همسرش را به بیت المال داد. از نور چراغ فقط برای رسیدگی به امور مسلمین استفاده می کرد. و از ترس این که مبادا در روز قیامت به خاطر یک یا چند قطره روغن زیتون مؤاخذه شود، به هنگامی که مشغول کارهای شخصی بود چراغ را خاموش می کرد. این ورع آشکار در زندگانی عمر رضی الله عنه نتیجه همان احساس دائمی او نسبت به مراقب دانستن پروردگار و هراس او از سؤال و جواب روز قیامت بود. این ورع زمانی کم رنگ می شود که چنین احساس پاکی از قلب فرد مؤمن رخت بریندد.

یاد مرگ: مرگ را از روز اول خلافت و به خصوص با تذکری که پسرش عبدالملک در یک مورد به وی داد، همواره در خاطر داشت به گونه ای که در طول زندگیش جزو فطرت و اخلاق وی شده بود. این حالت برای وی چنین

(۱) - سیره عمر بن عبدالعزیز.

(۲) - سیره عمر بن عبدالعزیز: ۱۵۶.

حاصل شد: روزی بعد از دفن سلیمان بن عبدالملک خسته به منزل رفت تا کمی بیاساید و بعداً دیون سلیمان بن عبدالملک را پردازد؛ در این حال فرزندش عبدالملک مرگ را به یاد او آورد و گفت: «چه تضمینی وجود دارد که پس از خواب، زنده بمانی؟» به محض شنیدن این گفته با شتاب بیرون رفت و اعلام کرد: «هر کس حقی به نزد سلیمان دارد بیاید آن را پس گیرد.

زنی از اهل کوفه برای حل مشکلی که داشت نزد وی آمد، اما عمر به وی گفت: «اکنون وقت ندارم، بعداً مراجعه کن». ولی بلافاصله به هوش آمد و با خود گفت: «شاید تا شب زنده نمانم، سپس حضرت عمر فرمود: برو پیش فاطمه دختر عبدالملک - منظورش همسرش بود - سپس او را نزد خود فرا خواند و نامه‌ای برایش نوشت»^(۱).

او با نفس خود به شدت مبارزه می‌کرد، و فرصتی به نفس نمی‌داد تا به واسطه خلافت بر دیگران احساس کبر و برتری کند. نقل است که یک شب جمعی در محضر وی بودند، ناگاه چراغ خاموش گشت، خودش شخصاً برخاست و آن را روشن کرد، عرض کردند: «ما به جای شما چراغ را روشن می‌کنیم» گفت: «من این کار را کردم، به من بگویید چه ضرری متوجه من شد؟ برخاستم عمر بن عبدالعزیز بودم، برگشتم نیز همان عمر بن عبدالعزیز هستم» به این شیوه و با دقت در درمان نفس می‌کوشید. او بیمناک بود که مبادا یکی دیگر چراغ را روشن کند آنگاه نفس او بگوید: تو امیرالمؤمنین هستی و به خاطر مقام و منزلتی که داری، مردم خادم تو گشته‌اند، در نتیجه به نوعی خود بزرگ‌بینی دچار شوی. ولی امروز متأسفانه بعضی از علما و دعوت‌گران به محض این که به درجه‌ای از شهرت رسیدند و دیدند مردم به دور ایشان جمع می‌شوند انتظار دارند که مردم به خدمت آنان در آیند هر چند که خودشان نیز می‌توانند از پس کارهای خود برآیند.

(۱) - سیره عمر بن عبدالعزیز: ۴۵.

۲- اویس القرنی

اویس در زمان حیات رسول الله ﷺ اسلام آورد، هر چند به محضر مبارک آن حضرت شرفیاب نشد. پیامبر فرموده است:

«إِنَّ خَيْرَ التَّابِعِينَ رَجُلٌ يُقَالُ لَهُ أُوَيْسٌ»^(۱).

«برترین تابعین مردیست به نام اویس».

و نیز فرموده است:

«إِنَّ رَجُلًا يَأْتِيكُمْ مِنَ الْيَمَنِ يُقَالُ لَهُ أُوَيْسٌ لَا يَدْعُ بِالْيَمَنِ غَيْرَ أُمَّ لَهُ فَذَكَانَ بِهِ بَيَاضٌ فَدَعَا اللَّهَ فَأَذْهَبَهُ عَنْهُ إِلَّا مَوْضِعَ الدَّبْنَارِ أَوْ الدَّرْهَمِ فَمَنْ لَقِيَهِ مِنْكُمْ فَلْيَسْتَغْفِرْ لَكُمْ»^(۲).

«مردی از یمن به نام اویس به نزد شما خواهد آمد که در یمن به جز مادرش کسی دیگر را بجا نمی‌گذارد، بیماری «برص» داشت، از خدا خواست بیماریش را شفا دهد، پس بیماری وی برطرف گشت به جز جای دیناری با درهمی (تردید از راوی است) هر کس از شما او را ملاقات کرد، از او طلب دعای خیر و استغفار کند».

به همین علت فاروق اعظم رضی الله عنه در میان نمایندگان یمن به جستجوی او پرداخت، تا این که او را ملاقات کرد و از وی خواست برایش دعای خیر و استغفار کند و آن را انجام داد، ولی بعد از آن ترس این که مبادا بدینوسیله شهرت پیدا کند، پنهان شد. اویس به علت برهنگی در میان مردم ظاهر نمی‌گشت، تا این که کسی به او لباس پوشاند.

احساس مسئولیت نسبت به مسلمین: اویس هر صبحگاه این دعا را می‌خواند: «خداوندا! مرا به جرم کسانی که از گرسنگی و برهنگی می‌میرند، مؤاخذه مفرما». او فقط به فکر گرسنگان قریه خود نبود، بلکه نگران همه برهنگان و گرسنگان روی زمین بود و از این که قدرت نداشت تا همه گرسنگان را سیر و برهنگان را بپوشاند، از درگاه خداوند پوزش می‌طلبید. آن هم یا به خاطر این بود که خوراک و پوشاکی نداشت که به آنها بدهد و یا این که از آنان دور بود و از

(۱) - مسلم: ۲۲۴.

(۲) - مسلم فضائل الصحابه: ۲۲۳.

اوضاع و احوال آنها آگاهی نداشت، پس هر بامداد هراس از مؤاخذه الهی بر سر این موضوع وی را نگران می ساخت.

او با این دعا و پوزش خواسته است وظیفه و مسئولیتی را یادآور شود که بر هر مسلمانی واجب است، و باید با این احساس مسئولیت زندگی کند؛ همان احساس و وظیفه‌ای که پیامبر در آن باره می فرماید:

«الْمُؤْمِنُ لِلْمُؤْمِنِ كَالْبُنْيَانِ، يَشُدُّ بَعْضُهُ بَعْضًا»^(۱).

«مؤمنین برای یکدیگر مانند ساختمانی هستند که تمام اجزاء آن همدیگر را استحکام می بخشند».

و نیز می فرماید:

«مَثَلُ الْمُؤْمِنِينَ فِي تَوَادُّهِمْ وَتَرَاحُمِهِمْ وَتَعَاطُفِهِمْ مَثَلُ الْجَسَدِ إِذَا اشْتَكَى مِنْهُ عُضْوٌ تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ الْجَسَدِ بِالسَّهْرِ وَالْحُمَى»^(۲).

«مؤمنان در مهربانی و محبت و نوازش نسبت به یکدیگر همچون پیکری واحد هستند که اگر عضوی از آن به درد آید تمام وجود را بی خوابی و بی تابی فرا می گیرد».

انسان مؤمن به این شکل به تربیت نفس می پردازد، نفسی که تنها به فکر خودش بوده و نمی خواهد هیچگونه اعتنایی به دیگران داشته باشد.

ارتباط با آخرت: ارتباط با آخرت یکی از راه‌های تربیت نفس است، همزمان باید نفس را بر محبت خدا و تفکر در نعمت‌های او تربیت کرد، محبتی که آدمی را به فداکردن جان و مال و فرزندان و پُست مقام در راه رضای محبوب وادارد. این همان حالتی است که اویس رضی الله عنه با آن زیست و چنین حالتی محصول ارتباط مداوم او با عالم آخرت و یادآوری مرگ بود؛ حالتی که همه لذایذ را به کام انسان تلخ می کند. این مطلب را از جواب او به سائلی که از او پرسید: «بامداد و شام چه می کنید؟» - می توان دریافت. او در جواب گفت: «بامداد را با حب خدا و شام را با حمد و ثنای او سپری می کنم، هرگاه صبح فرا رسید گمان نمی کنم که

(۱) - بخاری: ۲۵۸۶ و مسلم: ۶۶.

(۲) - بخاری: ۳۷۶ و مسلم: ۶۶.

به شب برسم و هرگاه شب فرا رسید گمان نمی‌کنم که به صبح برسم. مرگ و یاد آن برای اهل ایمان هیچ شادی و سروری را برجای نمی‌گذارد و چنانچه مسلمان حق خدا را در مال خود ادا کند، هیچ طلا و نقره‌ای برای او باقی نمی‌ماند. امر به معروف و نهی از منکر برای یک مؤمن، دوست و برادری باقی نمی‌گذارد. در حالی که مردم را به معروف امر می‌کنیم، آنان به ناموس و آبروی ما هتاک می‌کنند، و فاسقانی آنان را بر این کار یاری می‌دهند، تا جایی که - به خدا سوگند - مرا به گناهانی بس بزرگ متهم کرده اند، ولی به خدا سوگند تا روزی که در میان آنان هستم وظیفه‌ای را که خدا بر من واجب کرده است، نسبت به آنان ترک نخواهم کرد».

۳- ربیع بن خثیم

ربیع شاگرد صحابی بزرگوار عبدالله بن مسعود و یکی از پرهیزگارترین یاران ابن مسعود به شهادت می‌رود. ورع و زهد او به مرتبه‌ای رسیده بود که ابن مسعود خطاب به او می‌گفت: «ای ابا یزید! اگر رسول الله ﷺ تو را می‌دید، دوست می‌داشت و هرگاه من تو را می‌بینم به یاد بندگان مخلص خدا می‌افتم»^(۱). و هر وقت ابن مسعود او را می‌دید می‌گفت:

﴿وَبَشِّرِ الْمُخْبِتِينَ﴾ (حج: ۳۴).

«و بشارت بده مخلصان متواضع را».

دورئ از گناه و معصیت: اعضای بدن، پیک قلب هستند به همین خاطر تابعین رحمهم الله به تربیت نفس از راه کنترل اعضا بسیار اهتمام می‌دادند؛ زیرا از تأثیر اندام بر قلوب خود بیمناک بودند.

«ربیع بن خثیم آن انسان شریفی بود که بر نگهداری جوراح خود از عصیان شدیداً حریص بود. هر وقت زنان داخل مسجد می‌شدند تا موقع خروج آنان چشمان خود را باز نمی‌کرد»^(۲).

(۱) - سیر أعلام النبلاء: ۴ / ۲۵۸.

(۲) - طبقات ابن سعد: ۶ / ۱۸۳ - ۱۸۴.

و در این کار اینچنین مبالغه می کرد تا ایمانی را که در اثر تربیت نفس به دست آورده بود محفوظ بدارد و از تاثیرات سوء نظر حرام در امان بماند. تا زمانی که برای یک روز یا چند هفته با مردم همسفر نشوی و یا معامله‌ای را با آنان انجام ندهی، آنان را به خوبی نمی‌شناسی در این صورت است که می‌توان معایب را به آنان یادآوری نمود و جبران آن را به ایشان توصیه کرد، اما این اسطوره تقوی و پرهیزگاری با سایر مردم تفاوت کلی دارد. یکی از یارانش پس از سال‌ها همنشینی و گفتگو با وی چیزی که عیب شمرده شود از وی ندیده است.

ابراهیم تیمی در این باره می‌گوید: «یکی از دوستان ربیع بن خثیم به من خبر داد و گفت: بیست سال تمام با ربیع رفیق و همنشین بودم و از وی کلمه‌ای نشنیدم که عیب شمرده شود»^(۱).

این چگونگی تربیتی است که ربیع را چنان وارسته بارآورده به گونه‌ای که توانسته است در این مدت طولانی اینگونه زبان خود را کنترل نماید؟! به نحوی که حتی کلمه‌ای را بر زبان نیاورد که عیب محسوب شود؟! با این وجود او کسی نبود که عیب‌های پنهان خود را نشاناسد، بلکه می‌گفت: «گناه واقعی، گناهانی هستند که از چشم مردم پنهان مانده و باعث خشم خداوند می‌شوند»^(۲).

اهتمام او به تربیت نفس و خودسازی: او به جای این که به عیب‌های دیگران بنگرد، سرگرم تزکیه نفس خود بود، چنانکه گویند: اگر انسان به عیوب خود نظر بیفکند بر هیچکس خرده نمی‌گیرد و ربیع رضی الله عنه اینگونه بود.

به وی گفته شد: «ای ابا یزید! چرا شما ذم هیچکس نمی‌کنید؟» ربیع گفت: «زیرا از خودم راضی نیستم، تا این که بتوانم از دیگران بدگویی بکنم. مردم به خاطر گناه دیگران از خدا می‌ترسند، ولی در مقابل گناهان خود از خدا بیم ندارند»^(۳).

(۱) - طبقات: ۶ / ۱۸۵.

(۲) - طبقات: ۶ / ۱۸۶.

(۳) - طبقات: ۶ / ۱۸۶.

تدبیر: وی همواره چنین احساس می کرد که قرآن مستقیماً او را مورد خطاب قرار می دهد و با همین احساس قرآن را تلاوت می کرد. در نماز شب که به این آیه می رسید:

﴿أَمْ حَسِبَ الَّذِينَ اجْتَرَحُوا السَّيِّئَاتِ أَنْ نَجْعَلَهُمْ كَالَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَوَاءً مَحْيَاهُمْ وَمَمَاتُهُمْ سَاءَ مَا يَحْكُمُونَ﴾ (جاثیه: ۲۱).

«آیا کسانی که مرتکب گناهان و بدی ها می شوند، گمان می برند که ما آنان را همچون کسانی به شمار می آوریم که ایمان می آورند و کارهای خوب و پسندیده انجام می دهند، و حیات و ممات و دنیا و آخرت شان یکسان است؟ چه بد قضاوت و داوری می کنند».

و این آیه را همراه گریه و زاری تا طلوع صبح تکرار و در آن تدبر می کرد. گذشت به جای انتقام: آنان بنیان تربیت را به گونه ای پایه ریزی کرده بودند که حتی ذره ای از آن تخطی نمی کردند. خشم و دوستی آنان فقط در راه خدا و برای او بود، زیرا نفس خود را از علایق و دلبستگی های دنیایی پاک و محبت غیر خدا را از آن بیرون کرده بودند و آنچه را که خالص برای خدا بود در آن باقی گذاشته بودند، اینگونه انسان ها هر چند مورد استهزا هم قرار گیرند، خشمناک نمی شوند.

در سرگذشت ربیع آمده است که او در مسجد بود و مردی پشت سر او قرار داشت، چون به نماز برخاستند آن مرد گفت: مقداری جلوتر برو، اما ربیع در جلو خود فرجه ای برای رفتن نمی دید تا خواست او را اجابت کند، آن مرد خشمگین شد در حالی که ربیع را نمی شناخت، پس سیلی محکمی بر پشت گردن او زد، ربیع که چنین برخوردی از آن مرد دید، نگاهی به او کرد و گفت: «رحمت خدا بر تو باد، و دو مرتبه دعا را تکرار کرد، آن مرد که متوجه شد ربیع است، سر به جیب خود فرو برد و گریستن آغاز کرد»^(۱). در چنین صحنه هایی که به صورتی ناشایست و در انظار عام که آدمی مورد بی حرمتی و اهانت واقع می شود، چه بسا

نفس او را به گرفتن انتقام تشویق می‌کند، ولی ربیع این خواسته نفس را به کلی نادیده گرفت و به جای انتقام برای فرد متجاوز دعای خیر می‌کند و با این عمل خود شخص تجاوز کار را چنان غافلگیر و نادم می‌سازد که آشکارا گریه کند.

در روزگاری که اسب یکی از باارزش‌ترین سرمایه‌ها بود، اسب ربیع را دزدیدند و او را که در مجلسی نشسته بود از قضیه مطلع کردند، اهل مجلس گفتند: «چرا بر دزد اسب دعا نمی‌کنید؟» گفت: «نه بلکه او را دعای خیر می‌گویم: خداوند! اگر ثروتمند است قلبش را غنی گردان و اگر مستمند است توانگرش فرما»^(۱). آنان قلب خود را به اندوه و حسرت دنیوی مشغول نمی‌کردند، تنها چیزی که قلب ایشان را به خود مشغول کرده بود امور مربوط به آخرت بود، چرا که مسایل دنیوی در انظار آنان بی‌ارزش بود. این مطلب در جوابی که به آن شخص سؤال کننده داد به خوبی نمایان است، آنجا که گفت: «بامداد را چگونه سپری کردی؟» وی در جواب گفت: بامداد را با ضعف و زبونی و گناهکاری سپری کرده‌ایم، روزی مقرر می‌خوریم، منتظر اجل مانده‌ایم»^(۲). اینها انسان‌هایی هستند که متعلق به آخرت هستند و عمر خود را در مسایل دنیوی ضایع نمی‌کنند.

ابوحنان از پدرش نقل می‌کند که گفت: «هرگاه ربیع بن خثیم به بحث پیرامون امور دنیا می‌پرداخت زیر لب با خود می‌گفت: برای خودت در سرای آخرت چند مسجد بنا کرده‌ای؟»^(۳).

شدت ترس از خدا: او هنوز به سن بلوغ نرسیده بود که بر اثر نماز تهجد آنقدر خسته می‌گشت که مادرش دلش به حال وی می‌سوخت و می‌گفت: «فرزندم! چرا نمی‌خوابی و کمی استراحت نمی‌کنی؟» اما او در جواب می‌گفت: «ای مادر مهربانم! کسی که به هنگام فرارسیدن تاریکی‌های شب، از گناهان خود هراس داشته باشد، سزاوار خواب و استراحت نیست». به سن بلوغ که رسید، مادرش دید که گریه و بی‌خوابی او افزون‌تر شده است، به او گفت: «پسر! این

(۱) - الزهد: ۳۳۱.

(۲) - سیر أعلام النبلاء: ۴ / ۲۵۹.

(۳) - الزهد: ۳۳۷.

همه بیتابی و بی‌خوابی که از تو می‌بینم، شاید در اثر قتل نفسی باشد که مرتکب شده‌ای و من خبر ندارم!». گفت: «آری مادر جان! من یکی را کشته‌ام». مادرش با تعجب گفت: «آنس کس کشته‌ای کیست تا برویم به او دیه بدهیم یا تقاضای بخشش کنیم؟ به خدا سوگند اگر بدانند چقدر گریه و زاری و بی‌خوابی می‌کنی، به تو رحم خواهند کرد». گفت: «مادر عزیز! آنکس که من کشته‌ام نفس خودم است»^(۱).

شیفتگان آخرت همواره با نفس خویش در کشمکش اند، چرا که نفس آنها را به سوی پلیدی‌ها می‌کشاند، ولی ایشان آن را به سوی صلاح و رستگاری دعوت می‌کنند و با نیروی ایمان بر صراط مستقیم ثابت نگاه می‌دارند، آنان همواره مشغول رام کردن نفسی هستند که دعوت‌کننده به پلیدی است، نفس را به موجودی که دارای خصلت‌های پسندیده باشد، تبدیل کرده اند.

به همین جهت است که ربیع از ترس خدا چندان گریه می‌کند که همهٔ آشنایان بر آن آگاهی می‌یابند. دخترش که وضع پدر را را اینگونه می‌بیند از شدت نگرانی به وی می‌گوید: «بابا جان! مردم خوابیده اند، ولی تو نمی‌خوابی» اما او در جواب می‌گوید: «دخترم آخر بابای تو از دست گناهانش به ستوه آمده و در هراس است».

محاسبهٔ نفس: پیوند دایمی انسان با آخرت و تزکیهٔ نفس که به این درجه از تقرب به خدا و آن درجه از ایمان رسید، گاه گاهی نفس، آدمی را به خاطر این تقرب، به عجب و خود بزرگ‌بینی و ناچیز شمردن اعمال دیگران و احساس برتری بر آنان وامی‌دارد، لکن ربیع بر این امر آگاه است و بر آن تسلط دارد و در حالی که گریه و اشک بر گونه‌هایش جاری است، می‌گوید: «به محضر مردانی رسیده ایم که ما در برابر آنان دزدانی بیش نیستیم»^(۲).

این محاسبهٔ دقیق، نتیجهٔ ترس از خداست. ترس از خدا آدمی را به کنترل دقیق گفتار و رفتار وامی‌دارد تا معلوم شود که کدام گفتار و رفتار برای خدا و

(۱) - الزهد: ۳۴۰.

(۲) - الزهد: ۳۳۷.

کدامیک برای غیر او است. ربیع یاران خود را اینگونه موعظه می‌کند: «مگو خدایا من به سوی تو باز می‌گردم در حالی که به سوی او باز نگشته‌ای و با دروغ گفتن مرتکب گناه شده‌ای، لکن بگو خدایا تو با الطاف بیکران خود توبه مرا بپذیرد»^(۱). روزی ربیع با یارانش نشسته بود، دختر کوچکش پیش وی آمد، و از او اجازه خواست تا بازی کند، در پاسخ گفت: «دخترم چیزی بهتر بگو». چون دختر اصرار کرد یاران از او خواستند تا اجازه بازی به او بدهد، پس گفت: «دوست ندارم در نامه اعمال امروزم، امر به بازی نوشته شود»^(۲).

ترک رخصت و عمل به عزیمت: ربیع به نفس خود اجازه بهره‌مندی از رخصت‌ها را نمی‌داد، مبدا که نفس در امور دیگر نیز جرأت کند، وی به عزیمت عمل می‌کرد تا نفس خود را به دور از افراط و تفریط نیرومند کند. نقل است که او در پایان حیاتش فلج شده بود. برای حضور در نماز جماعت او را حمل می‌کردند، به او گفتند: «تو شرعاً رخصت داری که به نماز جماعت نروی، پاسخ داد: «می‌دانم ولی ندای رستگار «حَى عَلَى الْفَلَاحِ» را می‌شنوم پس چطور نروم!؟»^(۳).

۴- سلمه بن دینار

تابعی بزرگوار، امام و پیشوای شهر مدینه، ابو حازم سلمه بن دینار احادیثی را از ابن عمر رضی الله عنهما روایت کرده، و اخلاق و زهد و شجاعت اظهار حق را از اصحاب رضی الله عنهم آموخته است. و با علمای درباری با شدت برخورد می‌کرد. با این وجود درباریان سلطان خواهان نزدیکی با وی بودند، اما او به خاطر پاسداری از عزت دین، از آنان دوری می‌جست. اتخاذ چنین روشی از سوی ابن دینار برای برخی از علما خیلی گران تمام می‌شد، به همین جهت وی خود را در میان علما و مسلمانان شهر مدینه غریب و تنها احساس می‌کرد و می‌گفت: «زحمت و مشقت

(۱) - الزهد: ۳۳۷.

(۲) - طبقات: ۶ / ۱۸۸.

(۳) - الزهد: ۳۳۹.

دین و دنیا افزونتر گشته است» گفتند: «چطور؟» گفت: «برای دین، اعوان و انصاری نمی‌بینم، و برای دنیا به سوی هر چیزی قدم برداری، درخواهی یافت که فاجری در این راه از تو سبقت گرفته است»^(۱).

روش برخورد او با سلاطین و علما در آنچه که در پی خواهد آمد به خوبی نمایان می‌شود: یکی از امرا او را به نزد خود خواند، وقتی رفت، دید که امام زهری و امام افریقی و تنی چند از علمای دیگر در مجلس سلطان حضور دارند، گفت: «بهترین امرا آنانند که علما را دوست داشته و آنها را زیارت می‌کنند. و بدترین علما کسانی‌اند که حب امرا را داشته باشند»^(۲).

روش او در معامله با دنیا: دنیا و آنچه که در آن است، اعم از زینت و خوراک پاکیزه و روزی حلال و ...، در حد ذات خود حرام نیست، ولی هرگاه اینها مانع یاد خدا و سبب دوری از اوامر و واجبات او شوند، خطر آفرین شده و باید از آن حذر کرد، بلکه باید از این ابزارها برای تقرب به خدای متعال استفاده نمود؛ زیرا دنیا برای اهل ایمان در ذات خود هدف نیست، بلکه چگونگی استفاده انسان از دنیاست که آن را از مباح و حلال به مکروه و حرام تبدیل می‌کند، امام ابو حازم روش استفاده از دنیا را ترسیم، و برای آن اصول و قواعدی مقرر کرده است که مؤمن را برای تطبیق آن و گذر از خطرات و فراز و نشیب واقع در مسیر تربیت نفس، یاری می‌دهد.

اصل اول؛ حبّ دنیا: یکی از یاران بن دینار به نام عبدالرحمن بن زید بن اسلم به نزد او آمد و از ضعف ایمان خود که از آن رنج می‌برد، شکایت کرد، تا شاید در محضر او که به علم و دیانت او باور زیاد داشت و مورد اعتمادش بود دواى شافی بیابد و گفت: «خصلتی در من هست که مرا دلتنگ کرده است»، گفت: «برادرم! بگو چیست؟» گفت: «دنیا را دوست دارم»، گفت: «من نفس خود را به خاطر آن ملامت نمی‌کنم، زیرا خداوند دنیا را نزد ما محبوب کرده است، بگذار بر غیر آن نفس خود را ملامت کنیم و نگذاریم حب دنیا ما را به

(۱) - سیر أعلام النبلاء: ۱۰۱ / ۶.

(۲) - سیر أعلام النبلاء: ۹۷ / ۶.

سوی به دست آوردن چیزی تشویق کند که خدا را خوش نیاید، یا این که ما را از چیزی منع کند که مورد رضای اوست، اگر چنین کردیم دوست داشتن دنیا به ما زیان نمی‌رساند»^(۱).

این دینار اصل و قاعده‌ای بسیار مهم را برای دنیاداری مقرر کرده و شایسته است که عابدان آن را دریابند و بدان عمل کنند، این اصل برای ما روشن می‌کند که گرایش به دنیا در ذات خود مذموم نیست، زیرا خداوند دنیا را به نزد ما انسان‌ها دوست‌داشتنی آفریده است، آنچه که مهم است چگونگی معامله با آن می‌باشد. در دنیا چیزهایی وجود دارد که خداوند آنها را می‌پسندد و اموری نیز وجود دارد که مورد قبول و پسند خداوند نیست، و گاهی این عدم قبول به زمان بکارگیری آن بستگی دارد، مثلاً: ازدواج و تکثیر نسل و حسن معاشرت با همسر، همگی اموری هستند که مورد قبول خدا می‌باشند و آنها را دوست دارد، ولی اگر اینها مانع انجام تکالیفی شوند که خداوند به آنها امر فرموده است، مکروه و مذموم هستند، و واجب است از اینگونه معاملات دوری جسته و در برابر آنها سر تسلیم فرود نیاوریم، چنانچه خداوند می‌فرماید:

﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْ أَزْوَاجِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوًّا لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ ۚ وَإِن تَعَفُوا وَتَصَفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴿١٤﴾﴾

(تغابن: ۱۴).

«ای مؤمنان قطعاً بعضی از همسران و فرزندان‌تان دشمنان شما هستند، پس از ایشان خویشتن را برحذر دارید و اگر عفو کنید و چشم‌پوشی نمائید و ببخشید، حقا خداوند بخشاینده مهربان است.»

این آیه در شأن کسانی نازل شد که همسران‌شان آنها را از رفتن به جهاد باز می‌داشتند و به آنان می‌گفتند: «برای چه ما را ترک می‌کنید؟» در نتیجه دل‌شان به حال آنان سوخت و در کنار آنان باقی ماندند و برای جهاد پا از خانه بیرون نگذاشتند. بنابراین، حب دنیا مشروط به اموری است که خداوند آن را حلال و به آن امر کرده است، و نیز مشروط به اجتناب از اموری است که خداوند آنها را

(۱) - سیر أعلام النبلاء: ۶ / ۹۹.

حرام کرده است، اگر اینگونه با دنیا برخورد کنیم و از ذکر و یاد خدا غفلت نورزیم دوست داشتن آن هیچگونه زیانی به ما نمی‌رساند.

اصل دوم؛ قناعت: هرچند اشتغال به امور مباح دنیایی حرام نیست، لکن سرگرم شدن زیاد به آن، فرصت‌های زیادی را از دست ما خارج می‌کند که در روز قیامت باعث حسرت می‌شود. این امری است که مورد نظر ابو حازم بوده و بر همین نکته تأکید می‌کند و می‌گوید: «اندکی از دنیا، انسان را از بسیاری از امور آخرت غافل می‌کند»^(۱). وقتی که اندکی از دنیا، ما را از بسیاری از امور مربوط به آخرت بی‌بهره کند، سرگرم شدن زیاد با آن، موجب غفلت بیشتر و خسارت بزرگتر در امر آخرت خواهد شد.

دعوت‌گران باید نسبت به لحظات عمر بسیار حساس و هوشیار باشند و حق هر چیزی را ادا کنند، طغیان در هر امری سبب خشم خدا است، دعوت‌گران نباید هدفی را که برای آن آفریده شده اند فراموش کنند، و نباید وقت گرانبهای خود را در مباحث پوچ و بی‌هدف ضایع کنند و نباید در شوخی مباح و گپ‌زدن حتی با کودکان خود مبالغه ورزند یا ثروت و کثرت مال آنها را به خود مشغول کند، در این مورد ابو حازم کلامی زیبا دارد، وی می‌گوید: «همه دنیا در دو بخش خلاصه می‌شود؛ اولاً گذشته که خوابی بیش نبوده ثانیاً آینده که آرزو و سرابی بیش نیست»^(۲).

اصل سوم؛ توجه به اموری که مایه اصلاح است: تنها چیزی که دارای اعتبار و قابل اعتماد باشد آن است که سبب اصلاح تو شود. برای بشر آن وقت شایسته اعتماد و ارزشمند است که در راه اصلاح نفس و تقرب جستن به خالق خود گام بردارد. همچنانکه اهل دنیا، ارزش‌ها و عقاید و پدر و مادر و همسر و اولاد را فدای دنیا می‌کنند، دعوت‌گران راه خدا نیز باید همه آنچه را که نفیس و گرانبهاست در راه آخرت فدا کنند. رستگاری در عالم رستاخیز بدون اصلاح نفس به دست نخواهد آمد. هر امری که مقدمه انجام یک فعل واجب باشد نیز

(۱) - سیر أعلام النبلاء: ۶ / ۹۸.

(۲) - سیر أعلام النبلاء: ۶ / ۹۸.

واجب است، و اصلاح نفس از مهمترین واجبات می باشد. امام ابوسلمه می گوید: به امری توجه داشته باش که مایه اصلاح تو شود و به آن عمل کن، هر چند همین امر برای کسانی دیگر مایه فساد باشد. بین چه چیزی تو را به فساد می کشاند، آن را ترک کن، هر چند همین چیز برای دیگران وسیله صلاح باشد»^(۱).

اصل چهارم؛ احساس برخورداری از نعمت: روی آوردن دنیا به انسان دلیل محبوبیت او به نزد خدا نیست، همچنانکه پشت کردن دنیا نیز نمی تواند دلیل بر مبعوض بودن او پیش خدای متعال باشد. باید بدانیم که روی آوردن دنیا و پشت کردن آن آزمایشی از جانب حضرت باری است و مؤمنی که با حضرتش در ارتباط باشد هر آنچه را که حکمت الهی مقدر کرده است، می پذیرد، و یقین دارد که خیر در چیزی است که روی داده است. این برخلاف نظر اهل دنیا است، چون آنها گمان می کنند که پشت کردن دنیا به انسان نشانه خشم خدا، و روی آوردن آن دلیل بر مهر اوست. اگر دنیا بر وفق مراد ایشان نبود زبان به اعتراض و جسارت گشوده و گویند؛ ما از طرف خدا مورد اهانت واقع شده ایم.

امام ابو حازم این را به عنوان یک اصل بیان کرده و می گوید: «سهم من از آنچه خداوند به من نداده یا از من گرفته است، بسیار بزرگتر از نعمتی می باشد که در دنیا به من داده است، زیرا می بینم آنچه را که از من گرفته به کسانی داده که مایه هلاکت ایشان شده است»^(۲). گفته ابو حازم تسلیت یا دلخوشی دادن به خود نیست، بلکه بیانگر یقین او به تقدیر خداوندی است که منع و عطا فقط در دست اوست. این عقیده و یقین بیشتر زیننده دعوتگران است، تا از دست دادن دنیا، فکر و خیال آنان را به خود مشغول ندارد و از کسب دانش و فضلی که برای آن آستین را بالا زده اند باز نمانند.

درمان بیماری خود بزرگ بینی: خود بزرگ بینی یکی از کشنده ترین بیماری ها و دردی است که حتی صاحبان ایمان قوی هم از قبیل تابعین رضی الله عنهم از آن هراسناک بودند و به شدت از سرایت آن می ترسیدند. تا جایی که ابو حازم (رحمه

(۱) - سیر أعلام النبلاء: ۶ / ۹۸.

(۲) - سیر أعلام النبلاء: ۶ / ۹۸.

الله) خود بزرگ‌بینی را از گناهان کبیره می‌شمارده و می‌گوید: «چه بسا اتفاق می‌افتد که انسان کار نیکی انجام می‌دهد و از انجام آن خیلی هم خوشحال می‌شود غافل از این که ممکن است خداوند گناهی بزرگتر از آن نیافریده است، یا برعکس عملی زشت انجام می‌دهد و از انجام آن به شدت دلتنگ و پشیمان می‌شود. غافل از این که این عمل از بزرگترین حسنات او به شمار می‌رود. برای مثال؛ اگر عملی نیک انجام دهد ولی بدان وسیله احساس فضل و برتری بر دیگران کند، شاید خداوند چنین عملی را محو و نابود و همراه با آن دیگر کارهای نیک او را نیز باطل گرداند.

یا اگر عملی زشت از وی سرزند و از انجام آن احساس شرمندگی کند و قلب او از ترس عذاب الهی منقلب شود و اظهار ندامت نماید و به درگاه حضرت حق توبه کند، خداوند از وی درگذرد و با قلبی پاک جهان را وداع گوید و به ملاقات پروردگار برود، چه بسا موجب رستگاری او شود. او با این گفته خود اصلی را برای تربیت نفس پایه‌ریزی کرده است که برای تابعین باقی بماند. این اصل حالتی را برای انسان ایجاد می‌کند که همیشه از عدم پذیرش اعمال نیکو از جانب حق تعالی در هراس باشد و کاری می‌کند که آن اعمال نیکو موجب خود بزرگ‌بینی او نشود. زمانی عجب و خود بزرگ‌بینی زایل می‌گردد که انسان انجام عبادت را یک توفیق الهی شمرده و به حساب خود نگذارد. به همین علت است که رسول الله ﷺ در نیایش‌های خود بسیار فرموده است:

«فَلَا تَكَلِّبْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ»^(۱).

«پروردگارا! مرا یک لحظه به خودم وا نگذار.»

در اینجا می‌بینیم که حتی آن حضرت از سرایت عجب به نفس شریف و زکیه‌اش در هراس است.

یاد مرگ: یکی از اساسی‌ترین راه‌هایی که تابعین رحمهم الله بر آن تکیه کرده اند، یاد مرگ است. آنان فقط در خلوت از مرگ یاد نکرده اند بلکه در تمامی مراحل زندگی و در تمام ابعاد آن مرگ را مد نظر داشته اند به صورتی که یاد

مرگ در ژرفای وجود آنان ریشه دوانده بود، چه آنها معتقد بودند که مهمترین عامل در تربیت و تهذیب نفس همانا یاد مرگ است. روزی ابو حازم از کنار قصابی عبور می کند، قصاب می گوید: «ای ابو حازم! از این گوشت خوب مقداری بردار» او در جواب می گوید: «درهمی با خود نیاورده ام» قصاب ادامه می دهد: «اشکال ندارد مدتی به تو مهلت می دهم»، باز در جواب می گوید: «من به نفس خود مهلت نمی دهم»^(۱).

او به خاطر یاد مرگ که هر لحظه شاید در رسد، اینگونه جواب می دهد و مهلت قصاب را قبول نمی کند. زیرا اگر قصاب هم برای پرداخت قرض به او مهلت دهد، اجل به او مهلت نخواهد داد.

صاحب نفس مطمئنه: امام حسن بصری در تفسیر آیه ﴿يَتَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ﴾^(۲) می گوید: نفس مطمئنه آن است که هرگاه خدای متعال اراده قبض آن را کرد، در پناه او آرام گرفته و خدا نیز به او آرامش می بخشد، او از خدا راضی و خدا نیز از وی خوشنود می شود، و دستور قبض جان وی را صادر می کند و آن را به بهشت نایل می گرداند و در زمره بندگان صالح و شایسته قرار می دهد»^(۲).

این طمأنینه و آرامش گاهی به سبب مژده برخورداری از رضوان است.

چنانچه از عبادۀ بن صامت رضی الله عنه روایت شده که پیامبر فرموده است:

«مَنْ أَحَبَّ لِقَاءَ اللَّهِ أَحَبَّ اللَّهُ لِقَاءَهُ»^(۳).

«هر کس ملاقات خدا را آرزو کند، خداوند نیز آرزوی ملاقات او را خواهد کرد».

و گاهی به سبب انجام اوامر و دستورات خدا در دنیا به دست می آید و گاهی نیز به سبب دیگر طمأنینه و آرامش برای نفس حاصل می شود. به هر حال، این

(۱) - صفة الصفة: ۲ / ۱۶۵.

(۲) - شرح السنة: ۵ - ۱۷۶.

(۳) - بخاری: ۱۱ / ۳۰۸ - ۳۱۱.

آرامش و اطمینان خاطر همچون ستارهٔ تابناکی بر پیشانی آن اسطوره‌های ایمان و تقوی می‌درخشد.

مطرف، آخرین لحظات عمر امام سلمه بن دینار را چنین بازگو می‌کند: «در بستر مرگ بر ابو حازم داخل شدیم، گفتیم: چه احساسی نسبت به خودت داری؟ گفت: به رحمت و برکت خداوند متعال امیدوارم و به ذات اقدسش حسن ظن دارم. به خدا سوگند! کسی که هر صبح و شامی در فکر آبادساختن سرای آخرت بوده و قبل از رخت بستن به سوی آن، خود را مهیا کرده است، با آن کس که هر بامداد و غروب به فکر آباد کردن دنیا بوده همسان نیست و چنین کسی به هنگام بازگشت به سوی منزل آخرت هیچ بهره و نصیبی ندارد»^(۱).

۵- محمد بن واسع

او همان تابعی بزرگوار و امام ربانی، سرمشق مجاهدان زاهد و پرورش‌یافتهٔ مدرسهٔ صحابی جلیل القدر «انس بن مالک» و دوست مالک بن دینار آن زاهد مشهور است، همان کسی که امام حسن بصری او را «زینت‌دهندهٔ قرآن» نامیده است. محمد بن واسع نفس خود را تنها برای اقامهٔ نماز و گرفتن روزه تربیت نمی‌کرد، بلکه به منظور جهاد و رویارویی با دشمن و فداکردن جان در راه خدا، همراه با مجاهدان به جبهه‌های نبرد عزیمت می‌کرد، و قطعاً کسانی می‌توانند وارد میدان جهاد شوند که به اوج ایمان و یقین رسیده باشند. او همواره در کنار فاتح بزرگ و مجاهد فداکار «قتیبه بن مسلم» در جهاد شرکت می‌کرد. هرگاه او را در صف جهادگران می‌دید، به خاطر میمنت و صلاحی که داشت، مژدهٔ پیروزی را به مجاهدین می‌داد. نقل است که در سپاهی همراه قتیبه - که در آن زمان قتیبه امیر خراسان بود - حضور داشت. وقتی سپاه ترکان به سمت سپاه مسلمانان حرکت کرد و هنگامی که رزمندگان اسلام برای دفاع و نبرد آماده می‌شدند، قتیبه پیکی را به مسجد فرستاد تا ببیند چه کسی در آنجا مانده است، گفتند: تنها محمد بن واسع در مسجد مانده است که دست‌های خود را به سوی آسمان بلند

(۱) - سیر أعلام النبلاء: ۶ / ۹۹.

کرده است، قتیبه گفت: «این دست‌ها را از سی‌هزار مجاهد اسب سوار بیشتر دوست دارم»^(۱). محمد بن واسع بدینگونه جهاد با نفس و جهاد با سپاه کفر را توأم باهم انجام می‌داد.

کثرت عبادت: تنها راه مبارزه با نفس اماره کثرت عبادت است، با این کار می‌توان نفس را بر صراط مستقیم استوار کرد. محمد بن واسع (رحمه الله) به علت کثرت عبادت و هراسی که از خداوند داشت همواره از چهره‌ای پژمرده و غمگین برخوردار بود، یکی از دوستانش به نام جعفر بن سلیمان می‌گوید: «هرگاه در قلب خود احساس سنگدلی می‌کردم به چهره محمد بن واسع می‌نگریستم و چون به صورتش نگاه می‌کردم به یاد چهره و صورت مصیبت‌زدگان می‌افتادم»^(۲).

زهد و قناعت: دنیا از دل‌های تابعین خارج و در دستان‌شان قرار گرفته بود، و همان مقدار را از دنیا می‌خواستند که وسیله تقرب آنان به مولایشان باشد، و بر آنچه از دست می‌دادند حسرت نمی‌خوردند؛ مگر بر چیزی که وسیله نزدیکی به محبوب باشد. ابن واسع آشکارا اعلام می‌کند که «در دنیا فقط برای سه چیز حسرت می‌خورم: اول: رفیقی که هرگاه منحرف شوم مرا به راه بیاورد. دوم: نماز جماعتی که در آن فضیلتی نصیبم شود. سوم: رزق و روزی حلالی که به دور از منت بوده و از جانب خداوند نیز بازخواست سختی به دنبال نداشته باشد».

محمد بن واسع اولین چیزی که برای آن حسرت می‌خورد، از دست دادن دوستی است که او را در مسیر تربیت نفس و تهذیب آن یاری دهد.

دل‌ن بستن به دنیا به معنی ترک روزی حلال و ژنده‌پوشی و انزوا نمی‌باشد و اصولاً هیچکدام از این کارها بیانگر زهد و پارسایی نیست، بلکه این موارد از روح اسلام خارج بوده و به رهبانیت و آیین برهمن‌های هندی بیشتر نزدیک است. زهد واقعی یک عمل قلبی است. به همین دلیل محمد بن واسع می‌گوید: «من به حال کسی غبطه می‌برم که دین خود را محکم در دست گرفته و هیچ چیزی از دنیا همراه ندارد، اما با وجود این از عمل خود راضی نیست». رضا عملی

(۱) - صفة الصفة: ۲۶ / ۳.

(۲) - صفة الصفة: ۲۷۰۰ / ۳.

است که مخصوص قلب و چقدر کم هستند زاهدانی که دارای این ویژگی هستند! ^(۱).

مقام و منصب بزرگترین اسباب فتنه اند و مایه تغییر و تحول شدید می شوند، به همین جهت زاهدان راستین از آن گریزانند تا مبدا آنچه را که از ایمان و تقوی بنا نهاده اند از میان برود.

مالک بن منذر که از پُست ولایت و فرمانداری برخوردار بود، محمد بن واسع را به نزد خود فرا خواند و به وی امر کرد بر منصب قضاوت بنشیند، ولی او نپذیرفت، سپس به وی امر کرد و گفت: یا منصب قضاوت را بپذیر، یا این که شما را سیصد تازیانه خواهم زد. گفت: «شما می توانید با من اینگونه رفتار کنید، ولی بدانید که ترجیح می دهم ذلیل دنیا باشم نه ذلیل آخرت» ^(۲). ممکن است به نزد اهل دنیا خودداری از پذیرفتن چنین مقامی نوعی حماقت به شمار رود، چون اینان برای دنیا زیسته و به خاطر آن خود را به مهلکه می اندازند، طبیعی است از دیدگاه آنان اگر دنیا به کسی روی آورد و او به آن پشت کند، این کار را حماقتی بیش نیست.

یکی دیگر از فرمانروایان او را به نزد خود فرا خواند و به وی پیشنهاد مقام داد، اما محمد بن واسع نپذیرفت. گفت: «به راستی تو احمقی! محمد بن واسع در جواب گفت: «از دوران کودکی تاکنون همین حماقت را داشته‌ام» ^(۳).

آری! امام محمد بن واسع اینگونه در تقویت بنیه ایمانی خود کوشید و نگذاشت هیچ ضعف و فتوری به آن روی آورد. او نه تنها خود اینگونه عمل کرد، بلکه دوستان خود را نیز که به ایمان آنها اعتماد داشت چنین بار آورد.

نقل است که امیر شهر بصره جوایزی را به قاریان شهر داد و سهمی هم برای مالک بن دینار فرستاد و مالک آن را قبول کرد. ابن واسع که این را شنید به وی گفت: «جوایز آنها را قبول کردی؟»، مالک پاسخ داد: «از دوستانم سؤال کن»، آنها گفتند: «ای ابابکر! با این جایزه چند برده را خریداری نمود و آزاد کرد»

(۱) - سیر أعلام النبلاء: ۶ / ۱۲۱.

(۲) - سیر أعلام النبلاء: ۶ / ۱۲۲.

(۳) - سیر أعلام النبلاء: ۶ / ۱۲۲.

گفت: «شما را به خدا سوگند می‌دهم آن حالت قبلی را اکنون نیز دارید؟» گفت: «نه، همانا مالک خری بیش نیست، و کسانی واقعاً خدا را پرستش می‌کنند که مانند محمد بن واسع باشند».

پنهان داشتن اعمال نیک: تابعین رحمهم الله بسیار اصرار داشتند که اعمال خود را از دید مردم پنهان دارند تا مبادا خود بزرگ‌بینی و ریا به درون آنان راه یابد. مخفی کاری ایشان در اعمال نیک به حدی رسیده بود که نمی‌گذاشتند حتی نزدیکترین دوستان از اعمال ایشان باخبر باشند.

ابن واسع می‌گوید: «مردانی هستند که مدت بیست سال گریسته اند، ولی همسران‌شان به این موضوع پی نبرده اند»^(۱). وی این مطلب را در آخرین لحظات عمر به دوستانش سفارش می‌کند. حماد بن زید گوید: به قصد عیادت به نزد محمد بن واسع رفتیم، یحیی بگاء نیز آمد و اجازه خواست تا داخل شود. گفتند: یحیی بگاء است، گفت: بدترین روزهای شما آن روز است که در آن گریه به شما نسبت داده شود»^(۲). او بر برادرش بیمناک است که مبادا به امری شهرت پیدا کند که تنها به او و خالقش مرتبط است و در نهایت نیز عمل او - خدای ناکرده - مورد قبول واقع نشود.

سرکوب نفس تا آخرین لحظات: تابعین رحمهم الله هیچگاه از تربیت و تزکیه نفس دست نمی‌کشیدند، و فریب ستایش ستایشگران نمی‌خوردند، زیرا آنان بر نفس خود آگاهتر بودند و مجالی برای جلوه و عرض اندام به آن نمی‌دادند حتی تا آخرین لحظات عمر از کنترل و سرکوب کردن آن غافل نماندند.

یکی از یاران ابن واسع نقل می‌کند: «چون بیماری محمد بن واسع شدت یافت و رفت و آمد مردم جهت عیادت بیشتر شد، به منزلش رفتم و دیدم جمعی به علت کمی جا ایستاده اند و جمعی نیز نشسته اند. ابن واسع روی به من کرد و گفت: «به من بگو: این جمع که اطراف من را گرفته اند، اگر فردا دست و پا بسته

(۱) - سیر أعلام النبلاء: ۶ / ۱۲۲.

(۲) - صفة الصفة: ۳ / ۲۶۶۹.

به دوزخ انداخته شوم، چه کمکی می‌توانند به من بکنند؟» و این آیه را تلاوت کرد:

﴿يَعْرِفُ الْمَجْرُمُونَ سِيمَاهُمْ فَيُوْخَذُ بِالنَّوْصِي وَالْأَقْدَامِ﴾ (الرحمن: ۴۱).
 «در آن رزو بدان و گناهکاران را از سیمای‌شان می‌شناسند و آنها را با موهای سر و پا گیرند».

۶- ابومسلم خولانی

او سید و پیشوای تابعین و زاهد زمان خویش بود. در عهد حیات پیامبر گرامی اسلام ﷺ آورده بود و در زمان خلافت ابوبکر صدیق رضی الله عنه در شهر مدینه ساکن شد. او حدیث را از عمر و معاذ و ابی عبیده و ابوذر و عبادة رضی الله عنه روایت کرده است، او می‌گفت: «اگر بهشت و دوزخ را با چشم بینم بر عبادت من افزون نخواهد شد». دعا و مناجات او پذیرفته بود و این رتبه را از طریق کثرت عبادت به دست آورده بود^(۱).

هوشیاری در برابر وسوسه‌های نفس: به منظور مصون ماندن از آفت تکبر و بزرگ‌منشی به نفس اجازه نمی‌داد که بهانه‌تراشی نماید و خود را تبرئه کند، بلکه روش عناد و مبارزه با نفس را در پیش گرفت و آن را از هوی و هوس و آرزوهای طولانی بازداشت، آرزوهایی که انسان را از هدف دور می‌سازند، هرکس چنین رفتاری با نفس نکند و هرآنچه را که نفس خواست، اجابت نماید، اسیر و بنده آن گشته و به سوی محرّمات و نافرمانی‌های متعال گرایش پیدا می‌کند.

ابومسلم روش تربیت نفس را به یارانش توصیه می‌کند و می‌گوید: «نظر شما در باره آنکس چیست که اگر او را مورد تکریم قرار دهم و با نعمت‌های گوناگون از او پذیرایی کنم، فردا در پیشگاه خدا مرا بدگویی کند، ولی اگر به او اهانت کرده و وادار به تحمل زحمت و مشقت نمایم، فردا در محضر حق تعالی

(۱)- سیر أعلام النبلاء: ۴ / ۷.

مرا مدح و ستایش کند؟» گفتند: «آنکس کیست ای ابومسلم؟!» گفت: «به خدا سوگند آن نفس من است»^(۱).

او به خوبی می دانست که غفلت از نفس اگرچه اندک هم باشد، انسان را به ورطه هلاکت می اندازد، به همین سبب تابعین همیشه هوشیاری خود را در مقابل وسوسه ها و گرایش های نابهنجار نفس حفظ می کردند. در زمان معاویه رضی الله عنه مردم دچار قحطی شدید شدند، ابومسلم رضی الله عنه مردم را برای اقامه نماز استسقاء «طلب باران» بیرون برد، چون به مصلی رسید، مردم در آنجا جمع شدند، معاویه به ابومسلم گفت: «می بینید که مسلمانان چگونه دچار قحطی گشته اند، از خداوند طلب باران کن»، گفت: «من با این تقصیر و گناهان فراوانی که دارم چگونه دعا کنم!» سپس برخاست و کلاهش را پایین آورد و دو دستش را بلند کرد و گفت: «آفرید گارا! از تو طلب باران داریم و با کوله باری از گناه به سویت آمده ایم، مرا ناامید مفرما». هنوز محل نماز را ترک نکرده بودند که باران بارید، سپس گفت: «پروردگارا! معاویه مرا به مردم نشان داد و شناساند، اگر هیچ توشه نیکی نزد تو دارم، جانم را بگیر». آن روز پنجشنبه بود، ابومسلم رضی الله عنه دعایش مستجاب شد و پنجشنبه بعد وفات کرد^(۲)، خدایش رحمت کند.

او از این که شهرت و آوازه اش در میان مردم منتشر شود و بگویند: در اثر دعای ابومسلم بود که خداوند باران نازل کرد، ترسید و ترجیح داد مرگ فرا رسد، ولی چنین چیزی در میان مردم پخش نشود، چون ترس آن را داشت که این شایعه او را در دام عجب و خود بزرگ بینی گرفتار کند.

ربط دادن دنیا به آخرت: تابعین هرچه را که مشاهده می کردند به آخرت مرتبط می ساختند، زیرا تفکر و احساسات و شعور آنان به آخرت تعلق داشت. نقل است که هرگاه ابومسلم بر خرابه ای عبور می کرد، بر آن می ایستاد و فریاد می زد و می گفت: «ای ویرانه! ساکنان تو کجایند؟ رفتند و اعمال شان باقی ماند،

(۱) - صفة الصفوة: ۴ / ۲۱۲.

(۲) - الزهد: ۲۹۲.

شهوَت پرستی برفت و گناه‌ها باقی ماند ای بنی آدم! ترک گناه بسیار از طلب توبه آسانتر است»^(۱).

۷- مطرف بن الشخیر

او امام و پیشوایی نمونه بود، وی حدیث را از جمعی از اصحاب روایت کرده و حسن بصری رضی الله عنه نیز از وی حدیث نقل کرده است، مطرف فرزند صحابی جلیل القدر عبدالله بن الشخیر است و اگر به این درجه رفیع از ایمان و تقوی رسیده است جای تعجب نیست، زیرا در آغوش اصحاب پرورش یافت و فضای حاکم بر وجود مبارک آنها را با تمام وجود استنشاق کرد، و نزدیکترین اصحاب به او پدرش بوده است.

شناخت آفت‌ها و وسوسه‌های نفس: مطرف می‌گوید: «می‌بینم که انسان میان خدا و شیطان قرار گرفته است، اگر در قلب او خیری موجود باشد، به سوی خدا گرایش پیدا می‌کند، و اگر چنین نباشد، خدا او را به نفس خود واگذار می‌کند و هر کسی را که به نفس خود واگذار کند هلاک می‌شود»^(۲).

زیرا نفس همیشه به بدی‌ها دستور می‌دهد و هر کس که به نفس موکول شود، دچار خسارت عظیمی می‌گردد.

محاسبه و محاکمه نفس: گاه گاهی این سؤال بر قلب انسان خطور می‌کند که در نزد خداوند از چه منزلتی برخوردار است؟ در حالی که این یک امر غیبی است و کسی نمی‌تواند بر آن آگاهی یابد هر چند که از علم و ایمان فراوانی نیز برخوردار باشد. اما هنگامی که چنین تصویری بر ذهن کسی گذشت، لازم است نفس خود را محاسبه کند تا معلوم شود که تا چه اندازه خود را به آنچه که مورد پسند خدا است مشغول کرده است.

مطرف در مورد پیدایش چنین تصوراتی می‌گوید: «هر کس دوست دارد بداند نزد خداوند از چه منزلتی برخوردار است باید بنگرد که خداوند چه حقوق و

(۱) - الزهد: ۳۹۳.

(۲) - الزهد: ۲۴۲.

تکالیفی را بر او واجب کرده است»^(۱). شاید یک نفر عبادات زیادی را انجام دهد و گمان برد بر دیگران برتری دارد و مشمول آیات تهدید نمی‌شود، بلکه مخاطب آیاتی است که متضمن بشارت به جنت و نعمت‌ها باشد، در این حالت لازم است که هوشیار بود. ما این امر را از امام مطرف می‌آموزیم. او با یکی از همراهانش در موسم حج ایستاده بود، یکی گفت: «بهترین جایگاه است ولی فرد گناهکاری چون من، قداست و پاکی این جایگاه را از میان برده است». او نیز افزود: «خداوندا! به سبب وجود گناهکاری چون من در این مکان دعای ایشان را مسترد مگردان»^(۲).

باید دانست که این گفته از باب یأس و نومیدی نبود، بلکه از باب خموشی گزیدن و ترک عجب و متهم کردن نفس بود، و این روش نفس را بیشتر به عمل وا می‌دارد و طریقه بسیار مفید و مؤثری برای تربیت نفس است.

ترک عجب و خود بزرگ‌بینی: ترس شدید از خود بزرگ‌بینی و هوشیاری در برابر نفس، مطرف را وادار کرده است که بگوید: «اگر شب را در خواب و استراحت سپری کنم، اما با پشیمانی و توبه از خواب برخیزم، به نزد من بهتر از آن است که شب را با قیام و دعا و استغفار سپری نمایم و کار خود را بزرگ پندارم و دچار خود بزرگ‌بینی شوم»^(۳).

هر عبادتی که عجب و خودبزرگ‌بینی را به دنبال داشته باشد، غیر از بی‌خوابی و خستگی، ثمری دیگر نخواهد داشت؛ زیرا چنین کسی به هر مدارجی از ایمان نیز رسیده باشد، از سرایت عجب به درونش در امان نیست، او با صراحت می‌گوید: «به هر محفلی که رفتم و در آن آوازه نیک خود را شنیدم؛ به نحوی احساس عجب کردم»^(۴).

(۱) - الزهد: ۲۴۲.

(۲) - الزهد: ۲۴۴.

(۳) - سیر أعلام النبلاء: ۴ / ۱۹۰.

(۴) - الزهد: ۲۴۰.

وقتی فرزندان اصحاب رضی الله عنهم در مقابل ستایش ستایشگران احساس عجب کرده اند، ما چگونه خواهیم بود؟ پس بر ما لازم است که بیشتر مواظب نفس خود باشیم قبل از این که روزی فرا رسد که دیگر بازگشتی در کار نخواهد بود. و باید که آن را پاک و مهذب نماییم؛ چون در آن روز به جز صفای قلب، چیزی دیگر پذیرفته نیست.

اهتمام او به ایجاد روابط برادری: اخوت و برادری یکی از راه‌های اصلاح نفس است، چرا که مؤمن آینه برادر خود می‌باشد. سلف صالح رحمهم الله به ایجاد اخوت دینی بسیار اهتمام داده و از این طریق یکدیگر را در تربیت نفس و برطرف کردن عیب‌های آن یاری می‌دادند؛ همچنین حقوق یکدیگر را به نحو احسن ادا کرده و به ریسمان اخوت چنگ می‌زدند، اخوتی که در پیمون راه جنت و رسیدن به رضایت خدا بدان نیازمند بودند.

مطرف می‌گوید: «همنشینی با انسان صالح به مراتب بهتر از تنهایی، و تنهایی بسی بهتر از دوست ناباب است»^(۱).

اگر رفیقی صالح یافت نشود که تو را بر ادامه راه یاری دهد، تنهایی بهتر از آن است که با فردی ناشایست همراه شوی و شما را در مبارزه با شیطان یاری ندهد. مطرف همیشه می‌گفت: «دیدار دوستان در نظر من بهتر از دیدار اهل و عیال است، چون اهل و عیال فقط از تو می‌خواهند که نیازهای مادی آنها را برطرف نمایی، ولی دوستان برای من دعای خیر می‌کنند و من به دعای خیر ایشان محتاجم»^(۲). به همین جهت نیاز خود را به برادران دینی اینگونه بیان می‌کند: «نیاز من به جمع دوستان بیشتر از نیاز بیوه‌زن به وجود سرپرست است، چون در میان جمع گناه خود را می‌شناسم»^(۳).

بنابراین، هدف اساسی از اخوت و برادری همانا تعاون و همکاری در جهت ادامه دادن راه خدا و تربیت و تهذیب جان‌های افسار گسیخته است، اخوتی که در

(۱) - الزهد: ۲۴۱.

(۲) - الزهد: ۲۴۲.

(۳) - الزهد: ۲۴۳.

این راه آدمی را معاونت نکند و به تربیت نفس کمک ننماید، اخوتی است ظاهری و سطحی و جز هدر دادن وقت چیز دیگری نیست.

تربیت با بهره‌گیری از دعا: مطرف نه تنها از دعا به عنوان ابزاری مفید در راستای تربیت نفس استفاده می‌کرد، بلکه آن را منبع و سرچشمه همه خیرات می‌دانست، او می‌گوید: «در این اندیشه بودم که چه کار نیکی منبع همه حسنات است، دیدم اینگونه کارها بسیارند: روزه، نماز، و غیره که همه اینها در دست خداست و تو قدرت چیزی را نداری که در دست خدا قرار دارد، مگر این که آن را از وی تقاضا کنی و به تو عطا کند. بنابراین، دعا در برگیرنده تمامی خیرات و برکات است، صرف نظر از گفته امام مطرف، یکی دیگر از دلایل «جامع خیرات بودن دعا» این است که دعا بیانگر نهایت ضعف و زبونی بنده، و نیاز او به پروردگاریست که بی‌نهایت قادر و با شکوه و با عظمت است. پیامبر ﷺ می‌فرماید:

«الدُّعَاءُ هُوَ الْعِبَادَةُ».

«دعا عین عبادت است».

امام مطرف در مناجاتش این دعا را فراوان زمزمه می‌کرد: «پروردگارا! به تو پناه می‌آورم از شر سلطان و از شر قلم او، و به تو پناه می‌آورم از گفته‌ای که خشنودی تو در آن است، اما من از گفتن آن، خشنودی غیر تو را بجویم و به تو پناه می‌برم از اندیشه امری که مرا به نزد تو شرمنده کند، و به تو پناه می‌برم از این که دیگران نسبت به آنچه که به من آموخته‌ای سعادت‌مندتر باشند و آنها از علم و دانش من سعادت بیشتری کسب کنند، و به تو پناه می‌آورم از این که مایه عبرت دیگران گردم و به تو پناه می‌آورم از این که برای دفع زیان و ضرر به معصیت تو متوسل شوم»^(۱).

به غیر از ذات خدا هیچگونه پناهی نیست، لذا مطرف در آغاز مناجاتش از شر حاکمان و فرمانروایان طاغوت منش به خدا پناه می‌برد، پس از آن از دست نیرنگ‌های درونی مانند ریا و راضی کردن دیگران و نبود خلوص در طاعات، از

خداوند پناه می‌جوید؛ چون اخلاص جوهر اساسی قبول طاعات است. سپس به خدا پناه می‌برد از عمل نکردن به دانسته‌هایش و نزول بلا و تزلزل عقیده، و ارتکاب معصیت و عبرت شدن برای دیگران، و در خاتمه از اضطراب و به زانو درآمدن در مقابل نزول حوادث و عدم ثبات و پایداری در برابر نامالایمات به خدا پناه می‌برد.

این دعا از زبانی جاری می‌شود که صاحب آن مدارج تربیت نفس را طی کرده و خوف و خشیت سراسر وجود او را فرا گرفته و با پناه‌بردن به خداوند به این درجه از اخلاص رسیده باشد.

۸- هرم بن حیان

هرم، دوست و شاگرد صحابی جلیل القدر حممة رضی الله عنه است، وی آنچه را که می‌دید به آخرت پیوند می‌داد. هرم بن حیان عبدی، شبی در محضر صحابی رسول الله صلی الله علیه و آله حممة رضی الله عنه ماندگار شد. آن شب حممة تا فرارسیدن صبح گریست، روز بعد هرم به حممة گفت: «چرا دیشب این قدر گریه کردی؟»، گفت: «به یاد فردایی افتادم که گورها باز شود و انسان‌های خفته از آن بیرون آیند». حممة نیز شبی در منزل هرم بماند، دید که هرم آن شب تا صبح گریه کرد. صبح حممة از هرم پرسید: «چه چیزی تو را امشب تا هنگام سحر به گریه وا داشت؟»، گفت: «صبحگاهی را یاد کردم که ستاره‌های آسمان از هم گسسته و چون برگ خزان فرو ریزند».

این دو دوست گاه گاهی بعد از صرف صبحانه باهم به بازار می‌رفتند و به هنگام عبور از محله گل‌فروشان، به یاد بهشت می‌افتادند و آن را از خدا تقاضا می‌کردند و به وقت گذر از کنار آهنگران آتش جهنم را یاد کرده و از گرفتار شدن در آن به خدای متعال پناه می‌بردند. این دو یار صمیمی اینگونه از هم جدا می‌شدند^(۱).

(۱) - الزهد: ۲۳۱.

آنان در دنیا طوری زندگی می کردند که گویی در عالم آخرت قرار دارند، و به این شیوه نفس خود را از علایق دنیوی بریده و به جهان آخرت وابسته می کردند، تا رام کردن آن نفس سرکش برایشان آسانتر شود. تابعین راه‌های تربیت عملی نفس را از پیشگامان نخستین فرا گرفتند.

با عجب و تکبر: وی هیچگاه نمی خواست ذره‌ای از روحیه ایمانی خود را از دست بدهد و اجازه نمی داد اعمال نیک خود را به وسیله غرور و تکبری که گاه و بی‌گاه به نفس سرایت می کند، ضایع نماید. نقل است که وظیفه‌ای مهم را به ایشان واگذار کردند و می دانست که بستگانش به او تبریک می گویند. او از نفوذ عجب به نفس خود بیم داشت، به همین سبب دستور داد تا میان اقامت گاه او و کسانی که منتظر دیدن او بودند، آتشی بیفروزند، بستگان که رسیدند از فاصله دور سلام کردند و او گفت: «خوش آمدید ای قوم من! بفرمایید نزدیک شوید» گفتند: «نمی توانیم نزدیک شویم، زیرا در آتش می افتیم و خواهیم سوخت» گفت: «پس می خواهید من به سوی شما بیایم و در آتش بیفتم و بسوزم! به درستی که آتش دوزخ به مراتب بزرگتر و سوزانتر است». آنگاه همگی برگشتند^(۱).

این رفتار شاید برای هرکسی میسر نباشد، رفتاری که بیانگر شدت هراس تابعین از بیماری عجب می باشد.

ترس شدید از خدای متعال: فرزانه ترین مردمان، عابدانند، چون آنان به چیزی نزدیکی می جویند که به آنان سودی رساند و از چیزی که زیانی به آنان برساند دوری می جویند. هرکس عقیده‌ای خلاف آنچه که گفته شد داشته باشد، یا خرد و اندیشه‌ای ناقص دارد و یا پیرو هوی و هوس است. به همین جهت؛ هرم آن تابعی بزرگوار از کسانی تعجب دارد که ادعای ترس از عذاب جهنم را دارند، اما برای نجات از آن هیچگونه وسیله‌ای را تهیه نمی کنند. نیز از حال کسانی متعجب است که برای نیل به بهشت، آه سوزان از درون شان بلند می شود، اما در این راه قدمی بر نمی دارند. وی می گوید: ندیده‌ام عجیب تر از کسی که از آتش

جهنم گریزان است، اما در خواب غفلت فرو رفته است. و ندیده‌ام عجیب‌تر از کسی که طالب بهشت است اما به خواب عمیق فرو رفته است^(۱).

خوف هرم از خدا به مرتبه‌ای رسیده بود که همچون اسلاف بزرگوارش ابوبکر و عمر رضی الله عنهما آرزو می‌کرد و می‌گفت: «ای کاش آفریده نمی‌شدم». نقل است که همراه عبدالله بن عامر به قصد زیارت سرزمین حجاز راه افتادند در حالی که هردو سوار بودند. از سرزمینی عبور کردند که پوشیده از گیاه و درخت بود. شترهای ایشان شروع به خوردن گیاه و برگ درختان کردند، در این وقت ابن حیان گفت: «ای ابن عامر! آیا دوست داری که گیاه و برگ درختان باشی و شتران تو را بخورند و تبدیل به فضله شوی؟» گفت: قسم به خدا نه، زیرا آنچه من از رحمت خدای عزّ وجلّ انتظار دارم از این خیلی بهتر است. هرم گفت: «ولی سوگند به خدا من دوست داشتم برگ درخت بودم تا این شتر مرا بخورد و تبدیل به فضله شتر گردم، اما با سختی‌های روز قیامت مواجه نشوم. وای بر تو ای ابن عامر! من از آن فاجعه هولناک بسیار می‌ترسم».

استمرار بر عمل: ادامه عمل و استمرار بر آن اساسی‌ترین راهی است که این بزرگواران برای اصلاح و تزکیه نفس در پیش گرفته بودند، ایمان بدون عمل اعتبار ندارد، و این دو (ایمان و عمل) چنان باهم آمیخته و از هم چنانا پذیرند که هرم - رضی الله عنه - در این باره می‌گوید: «اگر به من گفته شود که تو اهل آتش هستی در این حالت نیز عمل صالح را ترک نخواهم کرد، مبادا در روز جزا نفسم به ملامت من برخیزد و بگوید چرا چنین و چنان کردی؟»^(۲).

سرنوشتی خجسته: شیخ حسن بصری رضی الله عنه نقل می‌کند که هرم در یک روز تابستانی در یکی از غزوه‌ها شهید شد. چون از دفن وی فارغ شدیم، ابری بر بالای آسمان قبرش قرار گرفت و آنقدر بر گورش بارید که خاک گورش کاملاً

(۱) - الزهد: ۲۳۱.

(۲) - صفة الصفوة: ۳ / ۲۱۴.

سیراب گشت، ولی خارج از محدوده قبرش بارانی فرود نیامد، سپس ابر بازگشت»^(۱).

آنان اینگونه به تربیت نفس خود پرداخته بودند و آن را منحصر به گوشه مسجد نکردند، بلکه در میادین نبرد با دشمنان اسلام جنگیدند و خارج از چهاردیوار مسجد به آن تکامل بخشیدند. آنان با مال و جان و با قلم و زبان و شمشیر در راه اعتلای حق جهاد کردند. مسلماً هر کس نفس را اینگونه تربیت کند زندگی او قرین سعادت خواهد بود و برای دیگران نیز شادی و بشارت خواهد آورد.

۹- زین العابدین علیه السلام

او همان تابعی بزرگوار و زاهد کبیر است که سرزمین حجاز و بیت الحرام و تمامی سرزمین‌های حل و حرم شهرت و آوازه وی را شناخته اند. علی بن حسین بن علی بن ابی طالب علیه السلام به خاطر بیماری شدیدی که داشت خداوند او را از فاجعه کربلا نجات داد^(۲).

تواضع او: او همواره بیماری عجب و خودبزرگ‌بینی را با تواضع و فروتنی معالجه می‌کرد. از جمله روش‌های شگفت وی برای تربیت نفس این بود که هرگاه چیز را به گدایی می‌بخشید قبل از این که آن چیز را به او بدهد او را می‌بوسید^(۳).

در پی انتقام شخصی نبود: خشم ایشان فقط به خاطر خدا بود، و با نفس خود چنین پیمان بسته بود. و بدیهی است که آدمی در غیر این صورت به مجرد کامل نخواهد رسید. بدین علت، در دل‌های ایشان جز خدا چیزی قرار نداشت، تابعین هیچگاه برای ارضای نفس خود انتقام نمی‌گرفتند، اما هر وقت امور دین زیر

(۱) - الزهد: ۲۳۴.

(۲) - طبقات: ۵ / ۲۱۶.

(۳) - الزهد: ۱۶۶.

پا نهاده می شد، همچون شیر بیشه می خروشیدند، چرا که این روش را از پیامبر ﷺ فرا گرفته بودند.

نقل است که غلام او مشغول پخت کباب در تنور بود، وسیله کباب پزی از دستش افتاد و بر سر کودک صغیر او اصابت کرد و او را کشت، علی بن الحسین فوراً از جا برخاست و چون دید فرزندش فوت کرده است، رو به غلام کرد و گفت: «تو عمداً این کار را نکره‌ای، برو تو را آزاد کردم، و بعد به تجهیز و تدفین فرزندش مشغول شد»^(۱).

وی تا این حد بر نفس خود مسلط بود و آن را تا این حد کنترل و سرکوب کرده بود به نحوی که پسرش جلو چشمانش کشته می شود، اما به خلاف خواسته نفسش عمل می کند. ایمان او به مقدرات الهی چقدر مستحکم بوده است که او را نسبت به چنین حادثه‌ای کاملاً راضی نشان می دهد! او اینگونه نبود که فقط به هنگام نزول بلا بر یکی از بستگانش نفس را کنترل کند، بلکه به هنگام نزول حادثه بر خودش نیز زمام نفس را در دست داشته و آن را کنترل می کرد. در شرح حال او آمده است که کنیز آب وضو در دست او می ریخت، ناگهان آفتابه از دستش بیفتاد و به صورت ایشان اصابت و آن را مجروح کرد، ایشان سرش را بلند کرد و به کنیز نگاه کرد. کنیز گفت: خداوند می گوید: ﴿وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ﴾ امام گفت: «خشم خود را فرو خوردم» کنیز گفت: ﴿وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ﴾ امام گفت: «از تو درگذشتم، خدا هم از تو درگذرد». کنیز گفت: ﴿وَاللَّهُ تَحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ امام گفت: «تو را در راه خدا از بردگی آزاد کرد»^(۲).

در شرح حال او آمده است که مردی به وی دشنام داد. ولی امام خود را به بی خبری زد، گو این که چیزی را نشنیده است، آن مرد گفت: «منظورم تو است». امام گفت: «من از تو چشم پوشی می کنم». روزی از مسجد خارج شد، مردی او را دشنام داد، مردم اطراف آن مرد گرد آمدند تا نگذارند بیشتر جسارت کند، امام

(۱) - البداية والنهاية: ۱۰۷ / ۹.

(۲) - البداية والنهاية: ۱۰۷ / ۹.

گفت: «رهايش كنيد» سپس رو به آن مرد كرد و گفت: «عيب‌هايي را كه خداوند بر من پوشانده است بسيار بيشتر از آن است كه تو مي‌گويي، آيا مي‌خواهيد از آنها نيز به تو خبر دهم؟» آن مرد از گفته امام شرمنده شد و سر به زير انداخت. امام پيراهن خود را به او داد و امر كرد هزار درهم نيز به وي بدهند، از آن به بعد هرگاه آن مرد امام را مي‌ديد مي‌گفت: «حقيقتاً شما فرزند پيامبر ﷺ هستيد»^(۱).
 اين عكس العمل و برخورد به ما نشان مي‌دهد كه در ورای آن عفو و گذشت، رنج فراواني براي تربيت نفس صرف شده است؛ زيرا در چنين موقعي كه انسان‌ها به فكر انتقام هستند، آن مرد پاك و مطهر، اين همه تواضع از خود نشان مي‌دهد، و به عكس آنچه كه نفس امر مي‌كند عمل مي‌نمايد. نفس در چنين موقعي معمولاً به فكر انتقام از شخص خطاكار است. اين يقين و باور پس از تجاربي طولاني به دست آمده است و مهار نفس چندان سهل و ساده نيست، مگر اين كه با آن به صورت جدی مبارزه شود.

ترس از خدا: آنان جز به آخرت فكر نمي‌كردند، اين حالت هم به سبب تفكر زياد در امور آخرت براي آنان حاصل شده بود، به گونه‌اي كه جلوه‌هاي زيباي دنيا در انظار آنان بسيار ناچيز و اندك مي‌نمود. روزي خانه‌اي كه امام زين العابدين در آن اقامت داشت، دستخوش حريق شد، آن هنگام او نماز مي‌خواند، وقتي نمازش تمام شد، گفتند: «چرا نمازت را قطع نكردي؟» گفت: «از ترس آن آتش از اين آتش غافل ماندم»^(۲). در اثر ترسي كه از خدا داشت، هر وقت وضو مي‌گرفت چهره اش به زردی می‌گرديد، اهل بيتش عرض مي‌كردند: «اين چه حالي است كه در هنگام وضو براي حادثه مي‌شود؟» در پاسخ گفت: «مي‌دانيد كه مي‌خواهم در پيشگاه چه كسي بایستم؟!»^(۳). و هرگاه به نماز مي‌ايستاد، لرزه تمام وجودش را فرا مي‌گرفت، عرض كردندك «چه امري روي داده است؟»

(۱) -البداية والنهاية: ۹ / ۱۰۷.

(۲) -البداية والنهاية.

(۳) - صفة الصفوة: ۲ / ۹۳.

گفت: «نمی‌دانید من در پیشگاه چه کسی ایستاده و مناجات می‌کنم؟»^(۱). این خوف و هراس نتیجه تفکر دایم او در امور آخرت و مرگ بوده است.

۱۰- مسروق بن اجدع

آن امام قدوه و آن کوه ایمان، در عهد حیات مبارک پیامبر ﷺ اسلام آورده بود، ولی چون به محضر مبارک شرفیاب نشده بود، از بزرگان تابعین محسوب شده^(۲) و به کثرت عبادت مشهور است.

کثرت تقرب جستن او به خدای متعال: انس بن سیرین از همسر مسروق نقل می‌کند که گفته است: «مسروق آنقدر نماز می‌خواند که هردو پای او ورم می‌کرد، و بسیاری اوقات من از حسرت می‌نشستم و دلم به حال او سوخته و برایش می‌گریستم»^(۳).

او سجده را بسیار دوست داشت، زیرا بهترین حالتی که انسان در آن از همه حالات به خدا نزدیکتر است سجده است. نقل است که به سفر حج رفت، تا روزی که برگشت جز بر هیئت سجده نخواست^(۴). این همه سجده و نماز و تقرب تنها به خاطر تهذیب نفس و نگرانی شدید او از فوت وقت و مهیاشدن برای سفر است که بازگشتی به دنبال ندارد. وی در یک روز تابستانی که روزه بود بر اثر شدت گرسنگی و تشنگی بیهوش شد.

ام المؤمنین عایشه رضی الله عنها به او بسیار احترام می‌گذاشت، او نیز به خاطر محبت ام المؤمنین، دختر خود را عایشه نام نهاد و به همین خاطر هیچگاه او را نافرمانی نمی‌کرد. وقتی که در اثر شدت تشنگی و گرسنگی داشت بیهوش می‌شد، دختر آمد و عرض کرد: «بابا جان! افطار کن و آب بنوش». گفت: «منظورت چیست دخترم؟» گفت: «دلسوزی» گفت: «دخترم بهتر است در روزی که پنجاه هزار سال

(۱) - طبقات: ۵ / ۲۱۶.

(۲) - سیر أعلام النبلاء: ۴ / ۶۵.

(۳) - سیر أعلام النبلاء: ۴ / ۶۵.

(۴) - سیر أعلام النبلاء: ۴ / ۶۵.

طول می کشد دلت به حالم بسوزد». او می گفت: «در دنیا حسرت از دست دادن هیچ چیزی را نمی خورم جز سجده برای خداوند متعال».

ترس از فتنه دنیا: در شرح حال او آمده است که «زیاد»، او را به عنوان «عامل» به نقطه ای در عراق به نام سلسله فرستاد، چون از شهر خارج شد جمعی از قاریان اهل کوفه او را بدرقه کردند، جوانی اسب سوار در میان آنان بود، چون جمعیت بازگشتند، جوان در حالی که مسروق در میان یارانش بود نزدیک شد و گفت: ای مسروق! تو پیشوای قاریان کوفه و ناصح و مرشد آنان هستی، اگر سؤال شود که افضل اهل کوفه چه کسی است؟ همه در پاسخ می گویند: مسروق. و اگر گفته شود: بردبارترین و صبورترین اهل کوفه چه کسی است؟ می گویند: مسروق، و اگر بگویند آگاهترین فرد به فقه و شرع خدا در میان شهر کوفه چه کسی است؟ در جواب خواهند گفت: مسروق. پس در حقیقت زینت تو، زینت اهل کوفه و عیب تو عیب آنان است. من شما را به خدا قسم می دهم از این که به فکر فقر و آرزوی دور و دراز باشی».

مسروق گفت: مرا بر آنچه که برایم پیش آمده است یاری نمی دهی؟» گفت: «به خدا سوگند من از این پُست و مقام تو راضی نیستم، پس چگونه تو را یاری دهم؟» سپس مرد جوان رفت و مسروق گفت: «هیچ موعظه ای به اندازه موعظه این جوان در من اثر نکرده است»^(۱).

بزرگان و پیشتازان دعوت و علم، نیازمند چنین موعظه هایی هستند تا مبادا بر اثر مشهور شدن، بزرگ منشی و خودبزرگ بینی به درون آنان سرایت کند، به همین خاطر امام پیشوا، مسروق بن اجدع هر جمعه بر قاطر خود سوار می شد و به نقطه ای به نام «جیزه» می رفت که زباله را در آن می ریختند و سوار بر قاطر در میان زباله توقف می کرد و می گفت: «دنیا همین است که زیر پای ما قرار دارد»^(۲). ایشان حقیقت و زینت دنیا را به زباله تشبیه می کرد و نفس را متذکر می شد تا

(۱) - الزهد: ۳۵۰.

(۲) - الزهد: ۳۵۰.

فرصتی برای عجب و عرض اندام برای وی باقی نگذارد و در اثر شدت خوفی که از فتنه دنیا داشت، چنین می گفت:

«به حال آنکس غبطه می برم که در اوج امنیت و آرامش در گور خود آرمیده و از شر دنیا خلاص یافته است»^(۱).

فصل ششم

نتایج تربیت

سعادت دنیا و آخرت

خیر و سعادت انسان در داشتن مال و زن و مقام و کاخ و دیگر زیبایی‌های دنیا خلاصه نمی‌شود. چه بسیارند کسانی که از تمامی امکانات دنیا برخوردارند، اما با وجود آن در زندگی خود، احساس دل‌تنگی و مشقت می‌کنند. این بیانگر آن است که اینها نه تنها سعادت واقعی را به دنبال ندارند، بلکه عدم استفاده صحیح از امکانات و نعمت‌های دنیوی مایه شقاوت انسان می‌شود و اگر به ظاهر هم نفعی دربر داشته باشند، در مقایسه با نعمت‌های آخرت حقیر و کم‌ارزش به نظر می‌آیند.

امام ابن حزم (رحمه الله) می‌گوید: «در جستجوی هدف و مقصدی برآمدم که نزد تمام مردم پسندیده باشد، متوجه شدم که آن مقصد فقط یکی است، آن هم عبارت از زدودن نگرانی و اضطراب درونی است. وقتی با دقت نگرستم متوجه شدم که مردم در در پیدا کردن راه علاج و مداوای آن یکسان نیستند و انسان‌ها با وجود اختلاف خواست‌ها و مطالبات‌شان و متفاوت بودن تصمیمات‌شان، همگی یک هدف را دنبال می‌کنند و آن زدودن اضطراب و نگرانی درونی است. اما بعضی برای رسیدن به هدف فوق به بیراهه رفته و برخی نیز تقریباً به راه راست رفته‌اند، و بالاخره بعضی دیگر به راه صواب رسیده و آن را در پیش گرفته و ادامه داده‌اند، دسته سوم بسیار کم هستند و به ندرت موفق به پیمودن این راه می‌شوند»^(۱).

امام به ابن حزم پس از جستجوی راه‌های برطرف کردن اضطراب و نگرانی به ارائه راه حلی پرداخته که خود بدان رسیده و می‌گوید: «راهی را جستجو کردم که انسان را در برطرف کردن اضطراب روحی و روانی یاری دهد. سپس به این نتیجه رسیدم که کوشش برای جهان آخرت و توجه به سوی خداوند عز و جل یگانه راهی است که اضطراب درونی را زدوده و آن را محو و نابود می‌کند»^(۲). این آرامش با تزکیه و تربیت نفس به دست می‌آید، و این که انسان برای

(۱) - الأخلاق و السیر: ۱۴.

(۲) - الأخلاق و السیر: ۱۵.

آباد کردن سرای آخرت خویش تلاش کند و به «تخلیه» و «تحلیه» نفس خود پردازد، و با فطرت خدادادی خود همدم و همراه شود.

چنانچه پیامبر ﷺ می فرماید:

«مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلَّا يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ»^(۱).

«هر بچه‌ای که متولد می شود بر فطرت خدادادیش به دنیا می آید».

یعنی غم و نگرانی و اضطراب درونی جزو فطرت او نبوده و فطرت هر انسانی در ذات خود از هرگونه لغزش و انحرافی دور است، پیدایش این همه غم و اندوه دلهره و اضطراب، و این همه سرگردانی و نگرانی، معلول انحراف انسان‌ها از جاده فطرت و شاهراه شریعت است. زیرا اگر انسان برخلاف فطرت خدادادی خودش گام برداشت و از آن هدف اصلی که بهر آن آفریده شده است منحرف شد، بدون شک گرفتار اضطراب و نگرانی و دلهره‌های پیاپی می شود.

عابد حرمین شریفین؛ فضیل بن عیاض رسیدن به این درجه از اطمینان و آرامش را «حلاوت ایمانی» نام نهاده و به عنوان یکی از راه‌های تزکیه نفس برشمرده است، وی می گوید: «شیرینی و حلاوت ایمان بر دل‌های شما حرام است، تا وقتی که در دنیا زهد را پیشه نکنید»^(۲). به خاطر چشیدن مزه این حلاوت است که یکی از صالحان می گوید: اگر «شاهان لذت و شیرینی حال ما را می فهمیدند با شمشیر بر سر آن با ما می جنگیدند».

این است سعادت دنیوی، و اما سعادت اخروی بدون شک عبارت است از بهشتی که پهنای آن به مساحت آسمان‌ها و زمین است که برای زاهدان و راهروان راه فطرت و تقوی پیشگان مهیا شده است، امروزه بسیاری از مردم تصور می کنند که به دست آوردن سعادت هر دو سرا مشکل و غیر ممکن است، دلیل این تصور غلط این است که آنان سعادت را در امور دنیوی منحصر کرده و فکر می کنند که برخوردار از نعمت‌های دنیوی عین سعادت است و فراموش کرده اند که بزرگترین سعادت دنیوی همانا احساس آرامش نفس و درون است.

(۱) - صحیح مسلم: ۲۶۵۸.

(۲) - سیر أعلام النبلاء: ۸ / ۴۳۵.

چنانچه ابن حزم اشاره کرد، آرامش درونی تنها گمشده‌ای است که طالبان دنیا نیز به دنبال آن سرگردانند. آنان برای نیل به آن و زدودن اضطراب، هر راهی را پیموده و از هر وسیله‌ای استفاده کرده اند، ولی اضطراب و نگرانی آنان پیوسته بیشتر و بیشتر شده است و نتوانسته اند کاری مثبت انجام دهند؛ از فرط سرگردانی و محرومیت از پرتو نور ایمان، به مواد مخدر و مشروبات الکلی و بی‌بند و باری جنسی و تشکیل محافل و مجالس شرم‌آور، و حتی خودکشی دست می‌زنند تا شاید آن آرامش گمشده را بیابند، ولی بدان دست نیافته و نخواهند یافت، چون تنها راه رهایی از این اضطراب و رسیدن به آرامش واقعی همانا کوشش برای جهان آخرت است، راهی که همه انسانها استعداد و توانایی پیمودن آن را دارند. سلمه بن دینار این گفتار ابن حزم را با توضیحی بیشتر بیان کرده و می‌گوید: «اگر به دو چیز عمل نمائید به سعادت هر دو جهان نیل خواهید شد». عرض کردند: «آن دو چیستند؟»، گفت: «تحمل آنچه خدا دوست دارد هر چند پیش تو مکروه باشد، و ترک آنچه پیش خدا مکروه است هر چند به نزد تو محبوب باشد»^(۱).

تنها در این صورت است که نفس استقامت و پایداری را به دست آورده و اضطراب و نگرانی آن برطرف می‌شود. نفس، همه عباداتی را که انجام می‌دهیم دوست ندارد، اما باید آن را ملزم سازیم و نفرت و بیزاری آن را از انجام اعمال نیکو زدوده و به او اجازه عناد و سرکشی ندهیم.

مبارزه با نفس و خاموش کردن شعله‌های آن اساس تزکیه است، مالک بن دینار (رحمه الله) می‌گوید: «خدا به آن بنده رحم کند که نفس خود را ملامت کند و به وی بگوید: «گر شما دارای چنین و چنان ارزش و اعتباری نیستید؟! پس چرا خواهش‌های پست و حیوانی را مطرح می‌کنید؟ و آن را ملزم به تمسک به کتاب خدا کند و تحت نفوذ خود در آورد»^(۲). اگر بزرگان دین و پیشینیان ما تسلیم خواهش‌های نفسانی می‌شدند، این همه نصایح ارزشمند را از ایشان به ارث نمی‌بردیم و در دل‌های آنان نیز مانند دنیاپرستان اضطراب و پریشانی لانه

(۱) - صفة الصفة: ۲ / ۱۶۶.

(۲) - محاسبة نفس: ۲۶.

می‌ساخت و از آن جدا نمی‌شد، زیرا نفس تلاش برای کسب علم یا حفظ قرآن، یا روزه گرفتن را دوست ندارد، جهاد و هر امری را که موجب تقرب به حق شود، دوست ندارد. ولی آنان بر نفس خود چیره شدند و زمام آن را در دست گرفتند و راضی به بندگی آن نشدند، به همین علت سعادت هردو سرا را کسب کردند، ما نیز باید بدانیم که برای رسیدن به آن سعادت جاودان، جز ادامه راه آنان راهی وجود ندارد.

دوستی خداوند

هرگاه بنده فرایض را به جا آورد و نوافل را بر آن بیفزود و با نفس خود مبارزه کرد و آن را تربیت نمود، به محبت خداوندی نایل خواهد شد و خداوند در هر جا و همه حال با او خواهد بود و او را از لغزش و خطا مصون می‌دارد. از ابی هریره رضی الله عنه نقل شده است که رسول الله صلی الله علیه و آله در یک حدیث قدسی می‌فرماید:

«مَنْ عَادَى لِي وَلِيًّا فَقَدْ آذَنْتُهُ بِالْحَرْبِ، وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ، وَمَا زَالَ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أُحِبَّهُ، فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ، وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ، وَيَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا وَرِجْلَهُ الَّتِي يَمْشِي بِهَا، وَإِنْ سَأَلَنِي لِأَعْطِيَنَّهُ، وَلَئِنْ اسْتَعَاذَنِي لِأُعِيذَنَّهُ»^(۱).

«هر کس با یکی از دوستانم دشمنی ورزد، من به او اعلان جنگ می‌کنم، و بنده من به وسیله هیچ چیزی بهتر از فرایض نمی‌تواند به من نزدیک شود. بنده من با انجام نوافل، پیوسته به من نزدیکتر می‌شود تا درجه‌ای که دوستش می‌دارم. و چون او به مقام دوستی من رسید، من به جای او می‌شنوم، و به جای او می‌بینم و به جای او به هر جا که بخواهد دست دراز می‌کنم، و به هر جا که بخواهد برود، می‌روم، و اگر از من چیزی بخواهد به وی ببخشم، و اگر پناه از من جوید او را پناه دهم».

طوفی می‌گوید: «علما اتفاق دارند بر این که حدیث قدسی کنایه از نصرت و تأیید و یاری دادن بنده است، حتی خدای متعال برای بنده محبوب خویش، به

صورت اعضا و جوارحی در خواهد آمد که در امور دینی و دنیایی از آنها مدد می‌جوید».

خطابی می‌گوید: «مقصود این است که خدای متعال بنده خود را در اموری که به وسیله جوارح انجام می‌شود، یاری می‌دهد و بر اثر محبتی که نسبت به بنده خویش دارد، تمام جوارح او را از هر چه که کراهت دارد مصون می‌دارد؛ گوش را از شنیدن لَهو و لغو، چشم را از دیدن محرمات، دست را از لمس منہیات، قدم را از حرکت به سوی باطل محفوظ می‌دارد»^(۱).

چه افتخاری از این بزرگتر و مبارکتر است که انسان به محبت خدا نایل شود و همراهی او موجب صیانت او از لغزش‌ها شود! این است تأویل حدیث قدسی فوق، و آنچه را که منحرفین و گمراهان و معتقدین به وحدت وجود از این حدیث استنباط می‌کنند، پوچ و باطل است^(۲).

بشارت به هنگام مرگ

مؤمنی که واجبات خدا را ادا کرده و با نوافل آن را تکمیل می‌کند و بر آن راه استقامت می‌ورزد، مژده رضوان خداوندی شامل او خواهد شد. در حدیث صحیح از عبادۀ بن صامت نقل است که رسول الله ﷺ فرمود:

«مَنْ أَحَبَّ لِقَاءَ اللَّهِ أَحَبَّ اللَّهُ لِقَاءَهُ، وَمَنْ كَرِهَ لِقَاءَ اللَّهِ كَرِهَ اللَّهُ لِقَاءَهُ. قَالَتْ عَائِشَةُ أَوْ بَعْضُ أَزْوَاجِهِ إِنَّا لَنَكْرَهُ الْمَوْتَ. قَالَ: لَيْسَ ذَلِكَ، وَلَكِنَّ الْمُؤْمِنَ إِذَا حَضَرَهُ الْمَوْتُ بُشِّرَ بِرِضْوَانِ اللَّهِ وَكَرَامَتِهِ، فَلَيْسَ شَيْءٌ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِمَّا أَمَامَهُ، فَأَحَبَّ لِقَاءَ اللَّهِ وَأَحَبَّ اللَّهُ لِقَاءَهُ، وَإِنَّ الْكَافِرَ إِذَا حَضَرَ بِشْرَ بَعْدَابِ اللَّهِ وَعُقُوبَتِهِ، فَلَيْسَ شَيْءٌ أَكْرَهُ إِلَيْهِ مِمَّا أَمَامَهُ، كَرِهَ لِقَاءَ اللَّهِ وَكَرِهَ اللَّهُ لِقَاءَهُ»^(۳).

«هر کس آرزوی ملاقات خدا کند، خداوند نیز ملاقات وی را آرزو کند، هر کس ملاقات خدا را دوست نداشته باشد، خداوند نیز ملاقات وی را خوش نخواهد داشت. [ملاقات در اینجا کنایه از مرگ است، و به خاطر این بود که] ام

(۱) - فتح الباری: ۱۱ / ۲۸۹.

(۲) - فتح الباری: ۱۱ / ۲۸۹.

(۳) - بخاری: ۱۱ / ۳۰۸.

المؤمنین عایشه [یا یکی دیگر از همسران رسول گرامی اسلام] عرض کرد: یا رسول الله! ما از مرگ کراهیت داریم، فرمود: منظور این نیست، بلکه منظور این است که در حالت احتضار به فرد مؤمن بشارت رضوان و کرامت خداوندی داده خواهد شد، و در این حالت هیچ چیزی نزد او از این مژده و بشارت محبوبتر و مسرت بخش تر نیست و به همین خاطر دوست دارد هرچه زودتر به ملاقات خدای متعال برود، و خدا نیز ملاقات او را دوست دارد و همچنین در حال احتضار به شخص کافر مژده عذاب سخت الهی داده می شود، و در این حالت هیچ چیزی به نزد وی از شنیدن آن خبر وحشتناک تر نیست به همین علت دوست ندارد به ملاقات خدا برود و خداوند نیز ملاقات وی را دوست ندارد».

بدست آوردن پایگاه اجتماعی و رضایت مردم

هر انسانی می خواهد دل مردم را به دست آورد و در میان آنان محبوب و دارای موقعیت و منزلت مناسبی باشد. چیزی که طاغوت ها خواهان آن بوده و در این راه هزینه های سرسام آوری را پرداخت می کنند، به دست آوردن پشتیبانی و حمایت مردم است. بیشتر انسان ها گمان می کنند که پایگاه اجتماعی را با زرق و برق و ثروت و مقام و شعر و شعار می توان به دست آورد، اما هیچکدام از آن طاغوت ها به این فکر نیستند که این مسئله نه به امور فوق بلکه به کیفیت ارتباط آنان و زیاد و کمی آن ارتباط با خدای عز و جل بستگی دارد. این چیزی است که به جز بزرگان دین و تابعین و امثال آنها آن را نمی دانند.

ابوحازم سلمه بن دینار می گوید: «اگر بنده ارتباط میان خود و خدا را بهبود بخشد، خداوند نیز ارتباط میان او و مردم را نیکو خواهد کرد. اگر ارتباط میان بنده و خدا نیکو باشد، ارتباط میان بنده و مردم نیز نیکو خواهد بود. به دست آوردن دلی بسی آسانتر از به دست آوردن همه دلهاست. در حقیقت اگر تنها یک دل را به دست آوری، همه دلها به سوی تو میل خواهند داشت؛ و اگر

ارتباط میان تو و خالق سبحان تباه شود، همه دلها از تو روی گردان خواهند شد»^(۱).

از ارتباط میان بنده و خالق، و مبارزه با نفس نتایجی بدست می‌آید که طالبان دنیا برای به دست آوردن آن مبالغی بس هنگفت صرف می‌کنند و در این راه سختی‌های فراوانی را متحمل می‌شوند، ولی هرگز بدان دست نمی‌یابند، و نخواهند یافت. رسیدن به آن هدف مهم نیازمند خسته کردن نفس و استقامت در راه خدا است، بریدن از دنیا و تجرد برای ذات حق میل و محبت و خدمت و حمایت مردم را به دنبال داشته و خواهد داشت، رسول الله ﷺ می‌فرماید:

«إِنَّ اللَّهَ إِذَا أَحَبَّ عَبْدًا دَعَا جِبْرِيلَ فَقَالَ إِنِّي أَحِبُّ فُلَانًا فَأَحِبَّهُ فَيَحِبُّهُ جِبْرِيلُ ثُمَّ يُنَادِي فِي السَّمَاءِ فَيَقُولُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ فُلَانًا فَأَحِبُّوهُ. فَيَحِبُّهُ أَهْلُ السَّمَاءِ ثُمَّ يُوضَعُ لَهُ الْقَبُولُ فِي الْأَرْضِ. وَإِذَا أَبْغَضَ عَبْدًا دَعَا جِبْرِيلَ فَيَقُولُ إِنِّي أَبْغِضُ فُلَانًا فَأَبْغِضُوهُ فَيَبْغِضُوهُ جِبْرِيلُ ثُمَّ يُنَادِي فِي أَهْلِ السَّمَاءِ إِنَّ اللَّهَ يُبْغِضُ فُلَانًا فَأَبْغِضُوهُ فَيَبْغِضُونَهُ ثُمَّ تُوضَعُ لَهُ الْبُغْضَاءُ فِي الْأَرْضِ»^(۲).

«هرگاه خداوند یکی از بندگان را دوست بدارد، جبرئیل را فرا خوانده و می‌فرماید: من فلان بنده را دوست دارم، تو نیز او را دوست بدار، پس جبرئیل او را دوست می‌دارد، سپس در آسمان‌ها ندا سر داده و می‌گوید: خداوند فلانی را دوست می‌دارد، شما هم دوستش بدارید. آنگاه اهل آسمان نیز او را دوست خواهند داشت، بعد از آن در زمین نیز به وی رتبه قبول عطا شود و همه مردم او را قبول خواهند داشت، و اگر خداوند یکی از بندگان را مورد غضب قرار دهد، جبرئیل را فرا می‌خواند و می‌فرماید: من فلانی را دوست ندارم تو نیز او را مورد غضب قرار بده، پس جبرئیل نیز او را مبعوض داشته و سپس در آسمان‌ها ندا کند که خداوند فلان بنده را مبعوض می‌دارد، شما هم او را مبعوض بدارید و همه او را مبعوض می‌دارند. بعد از آن در زمین نیز همه بغض و کینه او را در دل خواهند گرفت».

(۱) - نزهة الفضلاء: ۱ / ۵۲۵.

(۲) - مختصر مسلم: ۱۷۷۱.

امام مناوی در رابطه با معنی این بخش از حدیث (...ثُمَّ يُوضَعُ لَهُ الْقَبُولُ فِي الْأَرْضِ) می‌گوید: «خداوند حب و هیبت او را در دلها کاشته و دلها او را پذیرفته و مردم از درون خود نسبت به وی رضایت دارند، بدون این که هیچ قدمی برای قبولاندن خود به دیگران برداشته باشد، و تحت تأثیر دوستی‌های دیگر از قبیل قرابت و رفاقت و هدایا و غیره قرار نخواهد گرفت، بلکه این محبت و هیبت، اکرامی است ویژه از جانب حق تعالی برای اولیای خودش، همچنانکه رعب و وحشت و هیبت او را در دل دشمنانش انداخته و حتی آنان نیز با دیده تعظیم به وی خواهند نگریست»^(۱).

این یک معادله ایمانی است که از دل‌های تربیت شده نسل تابعین نشأت گرفته و غیر قابل تغییر و تعدیل است.

تابعی ربّانی محمد بن واسع بر این مسئله به عنوان یک قاعده ایمانی تأکید کرده است، و گفته ابو حازم را یادآوری می‌کند که می‌گوید: «هرگاه بنده‌ای قلباً روی به خدا آورد، خدای متعال در پاداش آن قلوب بندگانش را متوجه او می‌سازد»^(۲).

تابعی بزرگوار هرم بن حیان نیز می‌گوید: «چنانچه بنده‌ای قلباً به خدای متعال روی آورد، خدای متعال در پاداش آن قلوب مومنین را متوجه او می‌سازد و او را از محبت و رحمت بندگان مومن بهره‌مند خواهد ساخت».

رهایی از عذاب

خداوند نیز آنهایی را که در راه تربیت نفس رنج و مشقت فراوانی متحمل شده‌اند، از عذاب دنیا که همانا اضطراب و غم و اندوه درونی است و از عذاب برزخ و آخرت رستگار خواهد کرد. اما نجات او از عذاب قبر و برزخ همان است که در حدیث روایت شده است که پیامبر ﷺ فرمود:

«إِذَا قُبِرَ الْمَيِّتُ أَتَاهُ مَلَكَانِ أَسْوَدَانِ أَرْزَقَانِ يُقَالُ لِأَحَدِهِمَا الْمُنْكَرُ وَاللَّآخِرُ النَّكِيرُ فَيَقُولَانِ: مَا كُنْتَ تَقُولُ فِي هَذَا الرَّجُلِ فَيَقُولُ مَا كَانَ يَقُولُ هُوَ عَبْدُ اللَّهِ وَرَسُولُهُ أَشْهَدُ

(۱) - فیض القدیر: ۲ / ۲۰۴.

(۲) - سیر أعلام النبلاء: ۶ / ۱۲۱.

أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ. فَيَقُولَانِ قَدْ كُنَّا نَعْلَمُ أَنَّكَ تَقُولُ هَذَا. ثُمَّ يُفْسَخُ لَهُ فِي قَبْرِهِ سَعُونَ ذِرَاعًا فِي سَعِينَ ثُمَّ يُنَوَّرُ لَهُ فِيهِ ثُمَّ يُقَالُ لَهُ نَمْ. فَيَقُولُ أَرْجِعْ إِلَى أَهْلِي فَأَخْبِرْهُمْ فَيَقُولَانِ نَمْ كَنَوْمَةِ الْعُرُوسِ الَّتِي لَا يُوقِظُهُ إِلَّا أَحَبُّ أَهْلِهِ إِلَيْهِ»^(۱).

«هرگاه میت دفن شد، دو ملائکه سیاه چهره و کبودچشم به نام منکر و نکیر نزد وی آمده و از وی سؤال می کنند: در باره آن مرد «حضرت محمد ﷺ» چه می گویی؟ در جواب می گوید: او بنده و فرستاده خدا است، گواهی می دهم که به جز «الله» خدایی وجود ندارد و محمد ﷺ بنده و فرستاده اوست، می گویند: ما می دانستیم که چنین جوابی می دهی، بعد از آن قبر وی به پهنای هفتاد ذراع و دارزای هفتاد ذراع فراخ و منور می شود، سپس به وی گفته می شود: بخواب، می گوید: می خواهم به میان اهل و عیالم برگردم و به آنان خبر دهم، می گویند: بخواب مانند خواب تازه دامادی که او را بیدار نکند جز عزیزترین اشخاص به نزد او».

اینگونه خدای عزّ وجلّ او را از عذاب قبر نجات خواهد داد. جواب ملکین در قبر به این سادگی نیست و هرکس نمی تواند به آن پاسخ دهد، اما این لطف خدای مهربان است که مؤمن را به خاطر مجاهدات زیاد و پایداری بر راه حق یاری داده و جواب را برایش آسان می کند، خداوند متعال می فرماید:

﴿يُثَبِّتُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ ۗ وَيُضِلُّ اللَّهُ الظَّالِمِينَ ۗ وَيَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ﴾ (ابراهیم: ۲۷).

«خداوند مؤمنان را بر کلام درست و راست ثبات می بخشد، هم در دنیا و هم در آخرت، و بی ایمان را در گمراهی می دارد و آنچه خواهد انجام می دهد».

از براء بن عازب نقل است که رسول الله ﷺ فرمود:

«الْمُسْلِمُ إِذَا سُئِلَ فِي الْقَبْرِ يَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ، فَذَلِكَ قَوْلُهُ: ﴿يُثَبِّتُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ﴾ [ابراهیم: ۲۷]»^(۱).

«هرگاه فرد مسلمان در قبر از وی سؤال شود، شهادتین را بر زبان جاری کند، این است معنای فرموده خدای متعال: ﴿يُثَبِّتُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ﴾ و معلوم است چنین کسانی در آخرت نیز به رضوان و رستگاری جاوید مشرف می شوند».

چنانچه خدای عز و جل می فرماید:

﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّهَا﴾ (شمس: ۹).

«به راستی رستگار است آنکسی که نفس خویش را از کجیها و گناهان پاک داشت».

﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى﴾ (اعلی: ۱۴).

«به راستی رستگار شد آنکس که خود را از آلودگی های گناه پاک ساخت».

﴿جَنَّتْ عَدْنٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَذَلِكَ جَزَاءُ مَنْ تَزَكَّى﴾

(طه: ۷۶).

«بهشت های جاویدان که جوی ها از زیر درختان آن همیشه روان خواهد بود، و این پاداش کسی است که پاک داشته است خود را».

﴿وَسَيُجَنَّبُهَا الْأَتْقَى﴾ (اللیل: ۱۷).

«و پرهیزگارتر از آن دور کرده شود».

﴿ثُمَّ نُنَجِّي الَّذِينَ اتَّقَوْا وَنَذَرُ الظَّالِمِينَ فِيهَا جِثِيًا﴾ (مریم: ۷۲).

«پس از آن که به دوزخ رسیدند آنان که از شرک پرهیز کرده بودند نجات

داده و کافران و ستمکاران را در آنجا روی در افتاده فرو گزاریم».

پیروزی بر نفس و توفیق در عبادت

مادامی که انسان در درون خود انگیزه خیر نداشته باشد، موفق به کسب خیر نخواهد شد، زیرا کار خیر از خیر برمی‌خیزد، همچنانکه شر نیز از شر تراوش می‌کند، قضیه طاعت نیز اینگونه است، وقتی که انسان موفق به انجام کار خیری بشود باید از این امر خیر، خیر دیگری متولد گردد. عروه بن زبیر رضی الله عنه می‌گوید: «هرگاه کسی را دیدی که کار نیک انجام می‌دهد، بدان این کار نیک تنها نبوده بلکه کارهای نیک دیگری در کنار خود دارد، زیرا این عمل نیکو بر اعمال نیکوی دیگری دلالت می‌کند، همچنانکه اگر از کسی کاری زشت سر بزند بیانگر آن است که کارهای زشت دیگر نیز از او سر خواهد زد»^(۱).

زیرا هرگاه انسان به ادای طاعتی قیام کرد، معلوم است که این گوشه‌ای از پیروزی‌های او بر نفس و آزادی او از قید و بند آن است و هروقت یکی از آن بندهای نفس را گسست، قدرت بیشتر در مسیر خیر به دست آورده و توفیق بیشتر کسب خواهد کرد. خلاصه تا بیشتر و بیشتر بندها و دام‌های نفس گسسته شود، تقرب بیشتر به دست می‌آید و بدیهی است شکستن این قیود و رهایی از شرور نفس و عروج به درجات و مراتب بلند سالکین، فقط با مجاهدت و مبارزه با نفس و تزکیه آن امکان‌پذیر است، هر اندازه نفس بیشتر تزکیه شود، ارتقاء آن افزونتر خواهد شد.

رهایی از تعلقات دنیوی

تعلقات دنیایی و عوارض آن، قیودی هستند که انسان را از پیمودن مدارک ایمانی و تزکیه درون باز می‌دارد، و هرگاه فرد مومن بر «سلوک» و «تزکیه» مصمم شد، باید خود را از تعلقات دنیایی و تبعات آن رها ساخته و در این کار مادامی که رضایت خدا را مد نظر داشته باشد، با هیچ مشکلی مواجه نمی‌شود، و از ترک کردن مسائلی که بدان عادت گرفته است احساس مشقت و سنگینی نمی‌کند.

امام ابن القیم می گوید: «در پیمودن این مسیر کسانی مشکل دارند که غیر از خدا هدفی دیگر داشته باشند، اما آنکس که صادقانه عادات و تعلقات را ترک کرده و جز اخلاص برای خدا هدفی دیگر ندارد، با مشکلاتی آنچنان جدی مواجه نمی شود، مگر در مراحل اولیه و آن هم به این خاطر تا معلوم شود چه کسی در ادامه دادن مسیر صادق و چه کسی کاذب است که اگر کمی بر آن تحمل داشته باشد، تلخی آن مبدل به لذت می شود»^(۱). سپس وی کلام امام ابن سیرین را در این باب نقل می کند که می گوید: «من از شریح شنیدم که قسم می خورد و می گفت: هر بنده ای به خاطر خدا چیزی را ترک کند، خداوند عوض آن را جایگزین خواهد کرد و آنچه گفته اند [که] هر کس به خاطر خدا چیزی را ترک کند، خدا عوض آن را می دهد، درست و حق است، و این تعویض انواع مختلف دارد، ولی بزرگترین عوضی که بدان دست می یابد عبارت از: انس با خدا، آرامش قلب، نشاط و نیرو، شادمانی و خوشنودی از پروردگار است»^(۲). در نتیجه این مجاهدت و پیروزی بر نفس است که یک مؤمن از همه عیوب ظاهری و باطنی پاک و مبرا می شود.

(۱) - الفوائد: ۱۴.

(۲) - الفوائد: ۱۴.

حرف آخر

دست یافتن به روش تابعین پیرامون نفوس از لابلای ده‌ها مجلد مراجعی که شرح حال آنان را دربر گرفته است، کاری ساده نبود به ویژه که بسیاری از آن مراجع، مملو از غرائب و مبالغاتی بود که به هیچ وجه با حقانیت دین و سیره آن بزرگان برگزیده همخوانی ندارد.

نگارنده ادعا نمی‌کند که به روش دقیق تابعین در تربیت نفوس دست یافته باشد، بلکه فقط به خطوط کلی و پایه‌های اساسی روش آن بزرگواران دست یافته است که خودشان به آن اشاره کرده‌اند و تا حد امکان از ذکر اقوال تابعین مشهور مانند: امام حسن بصری و عروه بن زبیر و سعید بن مسیب و طاووس و دیگر برجستگان دین حنیف خودداری شده است، چون این کار هم ملال‌آور بود و هم از ایشان به حد وافی یاد و تعریف شده است؛ و نیز احاطه بر گفته‌ها و نظرات و شرح حال آنان هم کاری دشوار و در عین حال خارج از هدف بود.

در خاتمه امید است که این کتاب توانسته باشد حق مطلب را ادا کند، زیرا آنچه صواب است در سایه توفیقات خدا حاصل می‌شود و هرچه خطا است از طرف شیطان یا نفس اماره است. و از خدای غفار تقاضای مغفرت و گذشت کرده و امید است که ذات مقدسش، روش پاکترین نسل بعد از نسل اصحاب را که همانا روش تابعین است چراغ بیداری نسل‌های اسلامی قرار دهد تا از آن سرچشمه فیاض جهت تربیت نفوس و تصحیح مسیر تربیتی خود توشه بردارند و مسلماً آخرین نسل‌های این امت به روشی اصلاح می‌شوند که نسل‌های اولیه به آن اصلاح شده و خداوند به سرنوشت همه داناتر است و هم اوست توفیق‌دهنده همه بر خیر و صواب و نیکی.

وصلی الله علی سیدنا محمد وآله وصحبه أجمعین و آخر دعوانا أن الحمد لله رب

العالمین.

← نگارنده‌ی کتاب گوشه‌هایی از گفتار و رفتارِ پرافتخار بزرگان را از متون اسلامی استخراج کرده و به رشته‌ی تحریر درآورده است، به این امید که اندرزهای گهربار آنان بتواند بار دیگر نسیم روح‌بخش و صفای باطنی را برای دل‌های تاریک و نفوسِ زنگارزده‌ی ما به ارمغان آورد و نسل‌های بعدی را از طوفان‌های خانمان براندازِ جهل و فساد رهایی بخشد. هنگامی که با این کتاب گرانسنگ آشنا شدم، ناخودآگاه شیفته‌اش شدم و در صدر برآمدم تا برای استفاده بیشتر ترجمه‌اش کنم.