

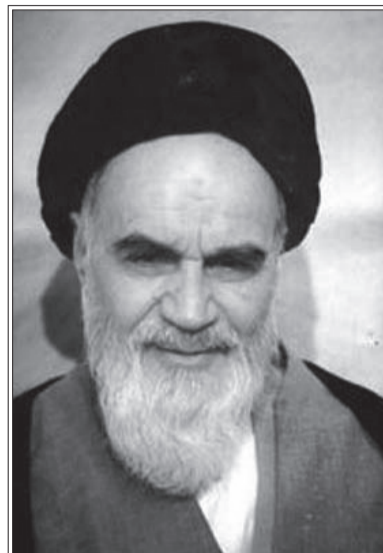
## هفته نامرسلو کی طریقت سعادت

﴿بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ\* قُلْ إِنَّمَا أَعْطُكُمْ بِوَاحِدَةٍ أَنْ تَقُومُوا لِلَّهِ﴾

(سبأ/۴۶)

بیاناتی از حضرت امام خمینی علیه السلام:

اول مرتبه قیام است: ﴿قُلْ إِنَّمَا أَعْطُكُمْ بِوَاحِدَةٍ أَنْ تَقُومُوا لِلَّهِ﴾. علما سیروسلوک هم این را منزل اول دانسته اند؛ شاید هم مقدمه باشد و منزل نباشد. می فرماید به آن ها بگو که: ﴿إِنَّمَا أَعْطُكُمْ بِوَاحِدَةٍ﴾؛ فقط یک موعظه، فقط اینکه قیام کنید برای خدا.



همه چیز از اینجا شروع می شود، همه ی مسائل از اینجا شروع می شود که «قیام لله» باشد، انسان نهضت کند برای خدا، بایستد برای خدا، از این خواب بیدار بشود. کأنه امر می کند به این خواب ها، به این هایی که افتاده اند آنجا و خوابند و بیهوش؛ بگو که من به شماها یک موعظه دارم و آن این است که بلند شوید از جا برای خدا، قیام کنید برای خدا، راه بیفتید؛ و ما همین یک موعظه را هم تا حالا گوش نکرده ایم، برای او راه نیفتاده ایم. راه افتادنمان برای خودمان است؛ آن ها هم که خیلی خوب هستند باز برای خودشان. بله اولیایی هستند که یک جور دیگرند؛ آن موعظه برای ما خواب هاست، آن ها رسیده اند، بالا هستند. ما را خواهند برد، این معنا را هیچ کس نمی تواند انکار کند، ما الآن اینجا هستیم و موکل هایی که بر همه ی قوای ما تسلط دارند، دارند ما را می برند. آن قوا دارند ما را به آن طرف می کشند؛ از اول که در طبیعت هستیم دارند می کشند ما را به طرف جای دیگر، ما خواهیم رفت، لکن خواهیم رفت با ظلمت ها، با حجاب ها. حب دنیا، مبدأ همه چیز است. «حُبُّ الدُّنْيَا رَأْسُ كُلِّ خَطِيئَةٍ». مبدأ همه ی خطایا همین است. حب دنیا، گاهی وقت ها انسان را به آنجا می رساند که اگر موحد هم هست، لکن اگر اعتقادش باشد که خدا از او دنیا را گرفته، در قلبش کدورتی حاصل می شود، یک بغضی حاصل می شود. (تفسیر سوره حمد، ص ۴۶)

## ریشه ی مفاسد

همه ی مفاسد عالم، زیر سر منیت های افراد بشر است. همه ی ظلم ها، همه ی تبعیض ها، همه ی جنگ ها و خونریزی ها، همه ی قتل های نابه حقی که در دنیا اتفاق می افتد، همه ی کارهایی که زندگی را



بر بشر تلخ می کند و انسان را از سعادت خود دور می نماید، زیر سر این منیت و فرعون درونی است که در باطن من و شماست. اگر او را مهار نکنیم و این اسب سرکش را که در وجود ماست، دهنه نزنیم، بسیار خطرناک خواهد بود. نه فقط برای خود انسان خطرناک

است، بلکه به قدر شأن و تأثیر و شعاع وجودی هر کسی، برای دنیای خارج از وجود و باطن خود او، خطرناک است. این منیت که خود انسان را به خاک سیاه می نشاند، به هر اندازه ای که یک انسان قدرت دارد در دنیای خارج و واقعی تأثیر بگذارد، به همان اندازه فساد ایجاد خواهد کرد. به همین خاطر است که در قرآن می فرماید: ﴿أَلَيْسَ فِي جَهَنَّمَ مَثْوًى لِّلْمُتَكَبِّرِينَ﴾؛ «جهنم جایگاه متکبران است»؛ (سوره ی مبارکه ی زمر: ۶۰) گناه ها، فسادها و بدبختی ها، از تکبر ناشی می شود. کبر انسان هاست که دنیایی را در باطن خود آن ها و همچنین در فضای محیط به آن ها به وجود می آورد که در آن دنیا، شیطان مسلط و همه کاره است. (سخنرانی در دیدار با افشار مختلف مردم (روز بیست و سوم ماه مبارک رمضان) - ۱۳۶۹/۰۱/۳۰)

## حلیث

رُؤِي عَنْ صَادِقِ آلِ مُحَمَّدٍ عليه السلام قَالَ فِي وَصِيَّةٍ لَهُ: «وَأَطْلُبُ مُوَاحَاةَ الْأَتْقِيَاءِ وَلَوْ فِي ظُلُمَاتِ الْأَرْضِ وَإِنْ أَقْنَيْتَ عُمَرُكَ فِي ظَلْمِهِمْ فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ لَمَرَّ بِحُلِّيٍّ عَلَى وَجْهِ الْأَرْضِ أَفْضَلَ مِنْهُمْ بَعْدَ النَّبِيِّينَ وَمَا أَنْعَمَ اللَّهُ تَعَالَى عَلَى الْعَبْدِ بِمِثْلِ مَا أَنْعَمَ بِهِ مِنَ التَّوْفِيقِ بِصُحْبَتِهِمْ؛ كُوشَشَ كُنْ كَبْرَادِرِي أَوْ پَرِهِيْزَكَرَانَ بِحَقِيقَتِ پيدا كُنِي، اِگَر چِه دَر طَلَبِ اَوْ تَمَامِ عَمَرْتِ رَا صَرَفِ كُنِي وَبِهِ زَحْمَتِ بَسِيَارِ دِجَارِ گِرْدِي؛ وَ اِگَر چِه اَوْ دَر جَايِ دَوْرِ وَدَر ظَلَمَاتِ زَمِيْنِ بَاشْد، زِيْرَا كِه پَرُوْر دِگَر مَتَعَالِ پَسِ اَز اَنْبِيَاءِ وَ اَوْصِيَاءِ اَنَّا، اِفْرَادِي رَا كِه مَانَدِ يَ اِبْتِهْرَا ز پَرِهِيْزَكَرَانَ بَاشْد نِيَا فَرِيْدِه اِسْتِ وَ خُدَاوَنْدِ مَتَعَالِ بِهِ بِنْدِه اِي نَعْمَتِ وَ تَوْفِيقِ نَدَادِه اِسْتِ كِه بِهْتَرُو بَا لَتْرَ بَاشْد اَز تَوْفِيقِ دَرْ كِ مَصْحَابَتِ چِنِيْنِ اِشْخَاصِي». (بحار الانوار، جلد ۷۱، ص ۲۸۲، ج ۳)

## درس هفته: محاسبه

## اول: اهمیت محاسبه

یکی از اسامی مقدس خداوند، اسم «حسیب» به معنای «محاسب» و «حسابگر» است: ﴿إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ حَسِيبًا؛ سوره ی نساء، آیه ی ۸۶ خدا همواره به هر چیزی حسابرس است»؛ به این معنا که حضرت حق از انسان ها در مقابل کارهایی که در دنیا انجام داده اند، حساب پس می کشد. بنابراین، همه ی ما باید متوجه باشیم که برای هر کاری که در این دنیا انجام می دهیم یا ترک می کنیم و حتی برای هر خیال و اندیشه ای که در ذهنمان حاضر می کنیم، به زودی مورد حسابرسی دقیق قرار می گیریم؛ به همین جهت از همین الان باید مراقب کارهای خود باشیم تا برای آن ها توجیه منطقی و محکمه پسند داشته باشیم تا در قیامت بتوانیم از اعمال خود دفاع کنیم. آنچه بر اهمیت و حساسیت این مسأله می افزاید این است که خداوند علاوه بر حسیب بودن، «سریع الحساب» نیز می باشد؛ یعنی حسابرسی از همین دنیا شروع شده و در قیامت به اوج خود می رسد، اگرچه مردم از اینکه همین الآن تمام رفتار و افکار آن ها زیر ذرهبین محاسبه ی الهی است، غافل باشند و آن را احساس نکنند: ﴿وَأَنْتُمْ يَا آللَّهِ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ؛ از خدا بترسید که خداوند زود شمار است». (سوره ی مائده، آیه ی ۴)

در روایات شریف اهل بیت علیهم السلام نیز به مسأله ی «محاسبه ی نفس» اهمیت فراوان داده شده است. کثرت این احادیث از نظر کمّی، و تأکیدات جدّی در باره ی آن از جهت کیفی، انسان را سخت به تأمل و امیدارد و ضرورت آن را می رساند. در ادامه به

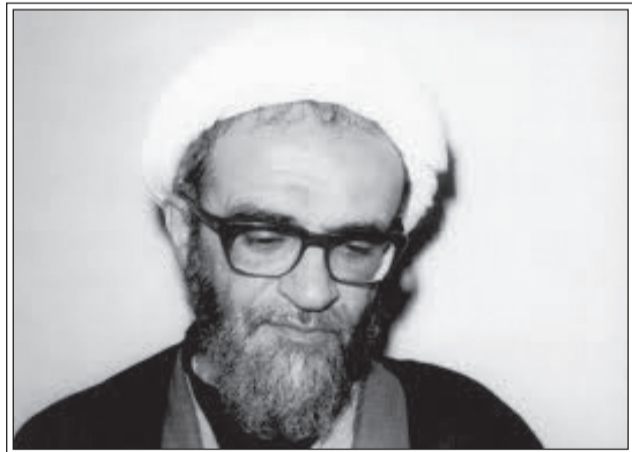
چند روایت در این باره اشاره می کنیم:

- «يَا هَيْشَامُ لَيْسَ مِتًّا مَنْ لَمْ يُحَاسِبْ نَفْسَهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ فَإِنَّ عَمَلًا حَسَنًا اسْتَرْزَادَ مِنْهُ وَإِنْ عَمِلَ سَيِّئًا اسْتَعَفَّرَ اللَّهُ مِنْهُ وَ تَابَ إِلَيْهِ؛ امام کاظم علیه السلام می فرمایند: از ما نیست کسی که هر روز به حساب نفس خود نرسد پس اگر کار خوبی انجام داده بود خدا را شکر کند و از خدا بخواد که آن کار را بیشتر و بهتر بتواند انجام دهد و اگر کار بدی انجام داده بود استغفار و توبه نماید». (تحف العقول، ص ۳۹۶)

- «ابْنَ آدَمَ إِنَّكَ لَا تَزَالُ تُحَيَّرُ مَا كَانَ لَكَ وَأَعْظَمُ مِنْ نَفْسِكَ وَمَا كَانَتْ الْمُحَاسَبَةُ مِنْ هَمِّكَ؛ (تحف العقول، ص ۲۸۰) ای فرزند آدم! تا زمانی که واعظی از درون داری و به حسابرسی (اعمال خود) اهتمام می ورزی پیوسته در خیر و صلاح خواهی بود.»

- «مَنْ حَاسَبَ نَفْسَهُ رَيْحٌ، وَمَنْ عَقَلَ عَنْهَا خَسِيرٌ... وَأَفْضَلُ الْعَقْلِ، مَعْرِفَةُ الْإِنْسَانِ نَفْسَهُ؛ هر که خود را محاسبه کند، سود می برد و هر که از آن غفلت ورزد، زیان می بیند... بالاترین عقل معرفت انسان به نفس خود است». (بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۳۵۲)

آیت الله سعادت پرور رحمته الله علیه برداشت کلی خود درباره ی آیات و احادیث ناظر به امر محاسبه را چنین بیان می فرماید: «بنا بر این آیات و روایات، هر کس محاسبه ی نفس خویش را نکشد، اهل دنیا است و دلیل آن این است که اهل دنیا به واسطه دوستی دنیا و فرورفتن در لذات و شهوات، از آخرت و نعمت ها و عذاب های آن غافل می شوند و نفس خود را به محاسبه نمی کشند تا - هر چند که ظاهراً اهل ایمان و فرمان برداری هستند - کاستی ها و عیوب نفس را دیده، به چاره جویی اقدام کنند؛ نتیجه این غفلت و بی توجهی آن است که عمرشان را در زر و زیور دنیای فانی، تباه می سازند و مرگشان فرامی رسد در حالی که چیزی از حسنات در مزرعه ی دنیا برای خود نکاشته اند و عیوب و نواقص نفس را تکمیل ننموده اند؛ بلکه در هر لحظه از زندگی برزیان و کاستی و دوری خود از فطرت افزوده اند». (آیت الله علی سعادت پرور، ترجمه ی سراسر، ج ۲، ص ۶۷)



ایشان اهمیت محاسبه ی نفس را در کتاب «رسائل عرفانی» خود، چنین متذکر می گردند: «ای عزیزان! محاسبه و مراقبه را در تمام اعمال و گفتار و کردارتان باید داشته باشید، نه سال و ماهی یک مرتبه؛ بلکه شبانه روزی یک مرتبه، اگر نگوئیم ساعتی یک مرتبه محاسبه، و هر آنی مراقبه لازم است». (آیت الله علی سعادت پرور، پندنامه ی سعادت، ص ۳۴)

## دوم: معنای محاسبه

پس از اینکه سالک در طول روز به «مراقبه» پرداخت و تلاش خود را در مسیر خودداری از انجام امور حرام یا مکروه به کار گرفت، نوبت به «محاسبه» می رسد. محاسبه به این معناست که انسان وقت خاصی را اختصاص دهد به اینکه از نفس خود حساب بکشد

و کارهای خود در طول روز را به دقت بررسی کند تا ببیند کدام یک از رفتار او مطابق با رضای الهی و کدامین آن‌ها برخلاف دستورات دینی بوده است؛ به عبارت دیگر، سالک در محاسبه تلاش می‌کند تا از سرجهل و غفلت، نفسش به حال خود رها نشود، بلکه آن را مقتید و مجبور کند تا در برابر تمایلات و افعال خود مسئول و پاسخگو باشد.

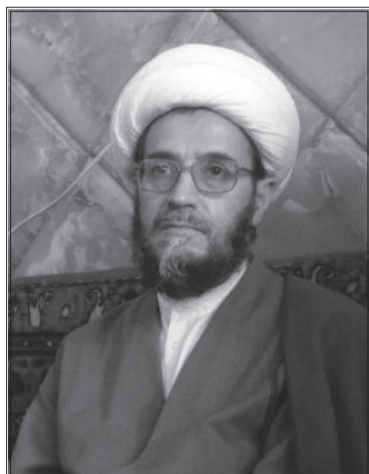


علامه طباطبایی رحمه الله در پاسخ به نامه‌ی جوانی محاسبه‌رایکی از کلیدهای نجات و رستگاری معرفی می‌نماید: «برای موفق شدن و رسیدن به منظوری که در پشت ورقه مرقوم داشته‌اید، لازم است

همتتی برآورده، توبه‌ای نموده، به مراقبه و محاسبه پردازید... و وقت خواب، چهار پنج دقیقه‌ای در کارهایی که روز انجام داده‌اید فکر کرده، یکی یکی از نظر خواهید گذرانید. هر کدام مطابق رضای خدا انجام یافته شکری بکنید و هر کدام تخلف شده استغفاری بکنید. این رویه را هر روز ادامه دهید. این روش اگر چه در بادی حال سخت و در ذائقه نفس تلخ می‌باشد، ولی کلید نجات و رستگاری است.» (رساله‌ی لبّ اللباب (طبع جدید)، ص ۹۸)

یکی از شاگردان علامه حسن زاده آملی دام‌ظله از ایشان نقل می‌کنند: «حضرت استاد به محاسبه خیلی عنایت داشتند و بر آن تأکید می‌ورزیدند، روزی در محفل درس فرمودند: عزیزان! خودتان را حساب کنید تا مصداق ﴿يَذُخُّونَ الْجَنَّةَ يُرْزَقُونَ فِيهَا بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾؛ آنان داخل بهشت می‌شوند و در آنجایی حساب روزی می‌بایند باشید. (سوره‌ی غافر، آیه‌ی ۴۰) از بدی‌ها استغفار کنید و از

## اهمیت توجه به ادعیه



حضرت استاد غفاری دام‌ظله: اگر بخواهیم به ملکوت اذکار و افعال عبادی برسیم. که هدف خلقت نیز چیزی جز این نیست. باید به مناجات‌هایی که از ناحیه معصومین علیهم‌السلام رسیده توجه کنیم و با آن بیشتر انس بگیریم. در بعضی از سؤال‌هایی که از

ائمه هدی علیهم‌السلام شده در مورد اینکه چگونه به اسرار شما پی ببریم، در پاسخ فرموده باشند: به وسیله‌ی دعاها و مناجات‌های ما؛ تمام افعال و اذکار عبادی که امروز به ما رسیده است همگی کلیدی هستند برای ورود به ملکوت که در آن صورت الهامات خاصه و اطاعت خاصه شامل حال ما خواهد شد. انسان اگر خواسته باشد از حقایق عالم ملکوت و انوار الهی بهره‌مند شود، ضروری است تا در ظواهر دستورات و احکام الهی متوقف نشود، بلکه خود را در اثر مجاهدت و مبارزه با نفس ارتقا دهد. لذا مرحوم علامه طباطبائی روش معرفت نفس را انتخاب نمودند و در حقیقت از آن به عنوان میانبر توحیدی نام بردند که انسان را سریع به مقصد می‌رساند. در واقع انسان از ظواهر احکام به حقیقت و باطن آن‌ها دست می‌یابد ائمه هدی علیهم‌السلام تنها مکلف به تشریح افعال عبادی نبودند و به واقع این فرضیه چیزی جز پابین آوردن مقام و منزلت آن‌ها نیست. اصل رسالت آن‌ها وارد کردن انسان به حقایق و باطن افعال و احکام عبادی است؛ هر چه معرفت ما به این حقایق بیشتر باشد لذت ما از مناجات و عبادات نیز بیشتر است.

خوبی‌ها حمد کنید که محاسبه، مراقبه می‌آورد و مراقبه، حضور و حضور، فتوحات معنوی به دنبال دارد.»

از سخنان استاد اخلاق حضرت آیت الله مجتهدی رحمه الله است که بازاری‌ها هر شب به حساب دفترشان می‌رسند. سود و ضرر و طلبکاری و بدهکاری را می‌نویسند اگر هر شب حساب و کتاب نکنند یک دفعه می‌بینند مقدار قابل توجهی ضرر کرده‌اند و حواسشان نبوده است. گاهی هم بر اثر نداشتن حساب و کتاب ورشکست می‌شوند. انسان هم باید هر روز به حساب نفسش برسد تا خدای نکرده یک دفعه ضرر نکند و یا ورشکست و عاقبت به شرنشود، شب، موقع خواب باید نشست و دید چه کار کرده‌ایم، اگر بدی، کرده‌ایم خود را سرزنش کنیم و به خود بگوییم: ﴿الْمَرِيءُ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ﴾؛ «آیا وقت آن نشده است که دل‌های مؤمنان در برابر ذکر خدا خاشع و متواضع گردد» سپس باید تصمیم گرفت و آن کار را انجام نداد.

## پندهایی از آیت الله سعادت پرور رحمه الله

ای عزیزان من! خود را بشناسید که شناختن خدا در خودشناسی است. کسی از این اندیشه (خداشناسی) زیان ندیده است.

- در مقابل شیطان به واجبات و ترك معاصی پپردازی؛ هنگامی که قدرت معنوی تان افزوده شد به ترك مكروهات و انجام مستحبات پردازید.

- از هواپرستی کناره‌گیری کنید تا همه چیز به شما داده شود و بدانید آنچه در هواپرستی می‌جویید در ترك هوا یافت می‌شود.

- در عبادت مقید باشید به کیف آن نه کم!

- در هر عمل عبادی که انجام می‌دهید توجه داشته باشید، چه می‌گویید و با چه کسی سخن می‌گویید.

بسم الله الرحمن الرحيم

قال رسول الله صلى الله عليه و آله وسلم: «ما سمعوا شيطاناً لساناً تكلموا به (نهج الفصاحة – صفحه ۱۷۳)

تصمیم دارم با عنایت به حضرت حق تعالی و توجهات امام زمان علیه السلام خود را محاسبه کرده و بیازمایم تا این شاءالله علوی و فاطمی (علیهما السلام) باشم.

اعمال روزانه		۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱	نماز اول وقت																												
۲	نماز شب																												
۳	نماز با جماعت																												
۴	نماز نافله																												
۵	نماز با توجه																												
۶	دعای بعد از نماز و تعقیبات																												
۷	تلاوت قرآن																												
۸	دائم الوضوء																												
۹	میاحتحه																												
۱۰	پیش مطالعه																												
۱۱	محاسبه‌ی قبل از خواب																												
۱۲	احترام و توجه به وظایف خانواده																												
۱۳	یاد و توجه به امام زمان علیه السلام																												
۱۴	احترام به استاد																												
۱۵	یاد مرگ																												
۱۶	تلاش و تحقیق و پژوهش																												
۱۷	گناهه رویی و شادابی																												
۱۸	زیارت حرم حضرت معصومه سلام الله علیها																												
۱۹	دائم الذکر بودن																												
۲۰	پرهیز از غیبت و دروغ																												
۲۱	پرهیز از تهمت																												
۲۲	پرهیز از بدزبانی و دشنام																												
۲۳	پرهیز از نینوایه‌گویی و لغو																												
۲۴	پرهیز از حسدورزی																												
۲۵	پرهیز از کینه‌توزی																												
۲۶	پرهیز از عیب‌جویی																												
۲۷	پرهیز از اسراف																												
۲۸	گریه بر خطا و گناهان در شب																												
۲۹	کنترل گوش از غیبت																												
۳۰	کنترل چشم از نگاه به نامحرم																												
۳۱	عسر و تحمل در کارها و برخورد با دین																												
۳۲	امانت‌داری																												
۳۳	امر به معروف و نهی از منکر																												
۳۴	خوش اخلاقی در رفتار و گفتار																												
۳۵	نیکی به دیگران																												
۳۶	وفای به عهد و قول و قرار																												
۳۷	ظاهر آراسته																												
۳۸	توجه به تذکر دیگران																												
۳۹	حفظ عزت و ابروی خویش																												
۴۰	تفکر در آیات																												

نتایج و آثار این ماه و تذکرات لازم