

معرفت نفس

«من عرف الخلق، عرف خالق و من عرف الرزق عرف الرزاق و من عرف نفسه عرف ربه»

آن کس که آفریده را شناخت آفریدگار را شناخته و هر آنکس روزی را شناخت
روزی دهنده را شناخته و هر آنکس نفسش را شناخت پروردگارش را شناخته. «بخار

الانوار جلد 95»



ای حیات من نشان بود تو ما همه موجیم اندر رود تو
خود حباب از خود چه دارد غیر آب غیر آب آخر چه اندیشد حباب
در پی هر هستیت مرکی پدید در پی مرک تو هستی در رسید
چون که می لغزنی میان هست و نیست خود تماشا کن که با تو دست کیست؟

حضرت اسناد

. تعداد پای حشرات را میداند، از سم خر و پای سگ بی خبر نیست، طول هیمالیا و عمق آمازون در خاطرش هست ولی هنوز خود را یک لحظه هم به تماشا ننشسته؛ اینان اگر جهان را هم به دست آورند باز چون خود را باختند در زیانند.
(سفر صحرص 80)

. بازگشت به خود و حقیقت جهان هستی حاصل نمی شود تا قاره عظیم روان خودت بر تو مکشوف نگردد.
(اندیشه گاه ش 6)

. دوام علم حضوری کلید معرفت نفس است.
(بهان ش 43)

. هر موجودی را دو روی است، یکی روی وجودی او که آن روی وجه الهی است که حیات و سایر فیوضات را از این روی می گیرد و دیگر روی خلقی اوست که او را محدود و متعین ساخته است با آنکه همین روی خلقی مرآت روی وجودی اوست، بکوش تا در همه احوال نظرت به روی وجه الهی باشد.
(بهان ش 45)

. تمتعات تن فناپذیر بسیار محدود و معدود و تمتعات جان جاودانی بسیار نامحدود و نامعدود و عجب آنکه آدمی در کسب تمتعات تن بسیار حریص و در کسب تمتعات جان بسیار خسیس است.

(بهان ش 52)

. گم کردگان خود، مادام دنبال کسی می گردند ، اما کسی که خود را پیدا کرد، دیگر دنبال هیچ کس نمی گردد.
(بهان ش 84)

. «المؤمن مرآة المؤمن» چون انسان کامل آینه ی تمام نمای صفات

حق تعالی است، خداوند صفات خویش را در ذات بنده کاملش می نگرد و بنده صفات خود را در مرآت حضرت ذوالجلال به تماشا می نشیند. بنابراین، چون خواهی خود را بیابی در حق تعالی بنگر.

(تجلی مقامی ص 22)

من آینه صفات اسماء حتم حق آینه ظهور ذات است مرا

. خواهی خود را بیابی خدا را بنگر ولی اگر خدا را فراموش کردی نفس خویشتن را از یاد بردی. « ولا تكونوا كالذین نسوا الله فأنسهم أنفسهم » (مباشید از آنان که خدا را از یاد بردند خداوند هم اینان را از

یاد خود غافل ساخت.) (همان ص 22)

. اگر خدا را شناختی نفس تو یقیناً شناخته شده است؛ چه تو خویشتن را با خدا شناختی؛ حتماً اول او را می دانستی سپس با کمک او خویش را شناختی. و حقیقت تو را بدانجا می رساند که دیگر خود را نبینی و اگر بینی در خدا بینی و با خدا بینی که جز خدا هیچ از خود نداری و مقام خودی برخیزد.

(تجلی 6 ص 152)

. « فاذا سوّيته و نفخت فيه من روحی فقعوا له ساجدین » «پس چون آراسته شد دمیدم در آن از روحم پس بیفتید برای او از سجده کنندگان» {حجر آیه 29}.

گویی صد ابزار از هر طرف گرد آوردند و ایادی مختلف در کار آمدند تا کاخی سازند برای سلطان و چون کاخ به پایان رسید، سلطان در آن

نزول اجلال نمود آنگاه قبله گاه فرشتگان گردید.

(تجلی 7 ص 16)

. معرفت روح همانند معرفت الله راهی بی پایان است و کس را به غایت آن دسترسی نیست ولی همچون زر ناب کم آن نیز بسیار است.

(همان ص 16)

. «ای گروندگان بر شما باد نفسهایتان، زیان نمی رساند آنکه گمراه شد شما را در صورتی که هدایت یابید، به سوی خداوند است بازگشت شما همگی، خبر می دهد شما را بر آنچه می کردید.»

{ماده آیه 105}. در این آیه شریفه نکاتی است: اول اینکه سفارش است

توجه به نفس خویش و تربیت آن و توصیه بر آنکه اول باید خویشتن خویش را بود و مسئولیت هر کس بر خود اوست قبل از آنکه دیگران را بسازد؛ چه تا خویشتن را نساخته سخنش چگونه می تواند مؤثر واقع شود؟ اگر این مرحله به پایان آمد آن وقت حتی نگاه تو انسان ساز است. آنجا که حافظ می فرماید:

(همان ص 18)

آنان که خاک را به نظر کمی میکنند آیا شود که گوشه چشمی به ما کنند؟

. « سوگند به نفس و آنکه اش آراست، پس او را الهام نمود کردار خوب و بدش را، مسلم رستگار شد آنکه او را پاک کرد و ناامید و بی بهره ماند آنکه آن را تباه نمود.» {شمس آیات 7 تا 10} . در هیچ جای

قرآن این تعداد از سوگند که در آغاز سوره شمس است نیست و دقت شود که پس از این همه سوگند خداوند چه فرمود و شاید توان گفت که با در نظر گرفتن سوگندها این مؤکدترین امر خداست که هر کس به

شناخت و تزکیه نفس پرداخت مسلم به رستگاری رسید و آنکه رهایش کرد نا امید و بی بهره ماند و اگر نبود جز این سوره هر آدمی را شایسته بود که از این سخن به هراس آید و همه کار وانهد و همه خواسته ها کنار زند و به کار و تربیت و تزکیه نفس خویش پردازد. «فالمها فجورها و تقویها» «پس او را الهام نمود کردار خوب و بدش را» پس ای عزیز! همی دان که هر چند نفس از آرایش پیراسته تر، صدای این الهام رساتر به گوش جانانت رسد؛ تا آنجا که گوش تن بر بندگی و بر گوش جان توجه کنی.

(همان ص 19)

. روح اولاً ماده نیست و مجرد است، ثانیاً عین قدرت خداست، با توجه بر اینکه صفات عین ذات اوست در نتیجه بی چشم، بیناست و بی گوش، شنواست و در مراتبی از کل صفات برخوردار است. در حدیث قدسی آمده که: «ان الله تعالی خلق آدم علی صورته» «خداوند آدم را به گونه خود آفرید»

(همان ص 24)

. سالکی که با نفس خویش آشنایی یافت ربط خالق خویش و رب خویش را با نفس همی داند و خوب درک می کند که:

(همان ص 29)

ارتباطی بی تکلف بی قیاس هست ربّ الناس را با جان ناس

. چون نزدیک ترین موجود مجرد به انسان نفس اوست و ذات حق تعالی فوق مجرد هاست نموداری از عالم مجردات را با خود همی یابد و سرنخی از معرفت رب الارباب در خود همی جوید، همان گونه که ما را به خورشید دسترسی نیست صفات خورشید را همگی در آفتاب می یابیم. اگر آفتاب را گرمی است مرتبه نازله خورشید است و اگر آن را نور است مرتبه نازله نور آن و اگر آن را انرژی هست مرتبه نازله انرژی آن، که در معلول علت تامه هر چه هست مرتبه نازله علت است.

(همان ص 29)

. ای عزیز! اگر از تو بپرسند این نفس تو کجای بدن قرار دارد؟ جوابی نداری جز اینکه بگویی با تمام اجزای بدنم هست. اگر یک پشه که بسا خود آن آنقدر ریز است که به چشم نیاید، یکی از سلول های پوستی تو را بیازارد، بلافاصله آن را ادراک می کنی. اگر مویی در دهانت باشد زبان از آن با تو آگهی خواهد داد. این حکومت نفس بر موی کل بدنت برایت ملموس است در حالی که اشاره به نفس نتوانی کرد؛ معیت آن را با تمام اجزای بدنت می یابی معذک آدرسی برای آن نداری. حکومت خدا را بر کل عالم هستی چنین دان.

(همان ص 29)

. احساسات تو همگی بدون نفس هیچ کاره اند چشم تو با او می بیند، گوش تو با او می شنود، مغز تو با او درک می کند، قلب تو با او جنبش دارد و نفس تو را نه گوش مادی و نه چشم ظاهری است. اینجاست که صفات حق تعالی را توانی از روی نفس دریابی که خدا بی چشم بصیر و بی گوش سمیع و بی مغز مدرک و بی دست و پا قادر است.

(همان ص 30)

. شخص خواب است ولی در همان عالم خواب نفس او بیدار است و تمام دستگاه های بدن را اداره می کند. قلب به حرکت مشغول و ریه دم می زند، دستگاه گوارش به فعالیت مشغول و کلیه خون را تصفیه می کند، همه با امر نفس. نفس را خوابی نیست. او همیشه بیدار است این را با پروردگارت مقایسه کن که: « الحی القيوم لا تاخذه سنه و لا نوم » « زنده برپاست نه او را چرت و نه خواب می گیرد. »

(همان ص 31)

. در هر عملی که می کنی روح و جان تو قائم بر آن عمل است و این قیام را نه تنها قیام یک ناظر بر عمل دانی بلکه در خود فعل او دست اندر کار است. نسبت نفس را به اعمال همچون نسبت خداوند به نفس

خویش دان که علاوه بر نظاره گر علمی او خود، قائم بر هر عمل نفس است و در حقیقت قیامش جز قیام حق بر بدن نیست که « لا حول و لا قوه الا بالله». و این مسئله نه تنها در علم و قدرت بلکه در هر صفتی که برای نفس و سایر موجودات می شناسی رجوعش به صفات الله است و اصل حیات نفس ظهوری از حیات حی مطلق است همان گونه که حیات جسم از حیات نفس. امام محمد باقر (ع) میفرماید: « و هو حیات کل شیء»
«اوست حیات هر موجودی»
(همان ص 32)

. « أَفَمَنْ هُوَ قَائِمٌ عَلَى كُلِّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ » (آیا او که قائم است بر تمام نفس ها به آنچه کسب می کنند. (سوره آیه 33))
و این مسئله نه تنها در علم و قدرت بلکه در هر صفتی که برای نفس و سایر موجودات می شناسی رجوعش به صفات الله هست و اصل حیات نفس ظهوری از حیات حی مطلق است همان گونه که حیات جسم از حیات نفس است.
(همان ص 33)

. ارج و ارزش آدمی مربوط به نفس و روان اوست وگرنه بدنش با سایر پستانداران تفاوت چندانی ندارد.
(همان ص 39)

. همی دان که نفس آدمی به نور علم سعه وجودی می یابد و همان گونه که علم مجرد است و شأنش از ماده مبرّا است، جان تو نیز چون مجرد است با مجرد سعه می یابد، حال بیندیش که تا چند همه اهداف را اهداف جسم محدود خویش قرار داده و از عظمت جان و نیاز آن به نور علم و عمل غافل مانی؟ محی الدین در فتوحات چنین دارد: « لا تجعل طبیعتک حاکمه علی حیاتک الهیه» «عالم طبیعت را بر حیات الهی خویش حاکم مکن.»
(همان ص 48)

. اگر حق تو را توفیق دهد که حقیقت خویش که ارزشمندترین گوهر عالم امکان است بشناسی به بالاترین معرفت دست یافته ای و دیگر در این سرای به خاکبازی نپردازی و این گوهر شب چراغ را در این لجن زار از دست ندهی؛ این دل به هر جا فرود آوری فرودگاهش موقت و هر کس و هر چه را مالک او گردانی ضایعش کند. فرودگاه دل مقعد صدق است؛ این فرودگاه دروغ گاه است و مقعد کذب؛ دل را مالکی است حقیقی که بایدش به او تقدیم کرد و آن ملیک مقتدر جهان هستی است. « ان المتقین فی جنّات و نهر فی مقعد صدق عند ملیک مقتدر » « به راستی که متقین در بهشت ها و انبساطند، در مجلسی پسندیده نزد پادشاهی توانا { ترمّآیه 54 } »

آنجا جای آرمیدن است و آرزوی خوبان آنجا رسیدن و جمال محبوب دیدن و سخن دلدار شنیدن؛ برخیز زاد راه برگیر که هنوز ره دراز و دل در آرزوی آن نیاز است. (همان ص 51)

. غذا و متغذی با هم سنخیت دارند. طبعاً چون جان مجرد است غذای آن ماده نمی تواند باشد. خواهی غذای آن بدانی؟ آن را طعامی و شرابی است؛ طعامش ملکوت عمل و شرابش علم و معرفت است.

(همان ص 54)

. اجزای بدنت از خوراکی ها و آشامیدنی ها به وجود آمد و هم اکنون با آن متحد است؛ اعمال و معارف نیز برای روح این چنین است با این تفاوت که بدن آنچه از خاک گرفت در آخر به خاک پس می دهد ولی روح تو چون جاودانی است هر چه از این عالم برد همیشه با خود دارد و در قیامت خودش هست و سرمایه های اکتسابی او، یا خود هیزم جهنم خویش است که خداوند فرمود: «وقودها الناس» «سوخت جهنم انسانها هستند» و یا بهشت از جانش می روید که کار نیک بذر شجره طوبی است و فعل بد بذر شجره زقوم.

(همان ص 55)

. چون فرمان برای اندام از روح صادر می گردد بازتاب هر فعل و نتیجه هر کار به جان و روح باز می گردد و این بازتاب ها با او متحد می گردد. هر جانی در گرو اعمال و اکتسابات خویش است و عمل و کسب با او متحد، بازار کسب هم عنقریب تعطیل می گردد و تو می مانی با اکتساب خویش برای روزگاری ابدی و بی انتها.

(بمان ص 58)

. هر عملی چه خوب و چه بد به مجردی که از عامل صادر شد حتی نیات با جان عامل متحد می گردد و قابل تفکیک از آن نیست. ساختار و ترقی جان شما در سایه علم و عمل است و پیکر آخرت شما نیز از همین جان می روید. برای آن پیکر یک مثال می آورم: نخ درازی پارچه را تار می گویند و نخ پهنا را پود. حال مرغوبیت پارچه رهین مرغوبیت تار و پود آن است و پارچه تجلی گاه آن. جان نیز چنین است که رهین علم و عمل آدمی است.

(بمان ص 69)

. برای تشکیل هر جسم یک هیولا و یک صورت لازم است. کمال و جمال هر جسم نیز رهین مرغوبیت این دو. اگر بخواهید یک صندلی جالب داشته باشید هیولای آن چوب است؛ نخست باید بهترین چوب را انتخاب کرد و زان پس در آفرینش صورت آن نهایت دقت را نمود؛ اگر این دو عمل انجام گرفت پیکر صندلی عالی می شود؛ هیولای پیکر آخرت شما علم شماست و صورت و نقش بندی آن عمل شماست.

(بمان ص 70)

. معیّت عمل و عامل یکی از امّهات معارف اسلامی است و ظهور آن در قیامت و کمون آن هم اکنون در جان عامل و ظهور و تجلیات آن در همین عالم از امّهات مسائل فلسفی و عرفانی است.

(بمان ص 71)

. کل جهان تجلی گاه حق تعالی است ولی بالاترین تجلی گاه او دل بنده مؤمن است. خدا را در عرش چه جویی که عرش خود در دل توست و در آفاق چه پویی که آفاق در نهان خانه جان تو از کوچکی گم گردد.

(همان ص 81)

. باید دانست که حقیقت جان آدمی و یا دل و یا قلب و یا روح او چیست؟ مراد از این الفاظ در حقیقت یک چیز بیش نیست و آن همانست که تو از آن به من تعبیر می کنی. بیاندیش تا این من کیست و چیست؟ وجودش از کجاست؟ کجا بوده؟ از کجا آمده؟ برای چه کار آمده؟ به کجا می رود؟ کشف این اسرار معرفت نفس است و اگر تو را این معرفت حاصل آمد کار تمام شد که فرمود: « مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ »

(همان ص 82)

. همان گونه که ذات حق تعالی در هر ظهوری جلوه ای خاص دارد روح را در هر عالمی بدنی است و جلوه گاه آن در این سرای عالم طبیعت بدن تو است. باش تا این دو را از هم باز شناسی و بیش از آنکه به روح پردازی به بدن پردازی.

بھی میروت عیسی از لاغری تو در بند آنی که خرپوری

و این لطیفه الهی را که بابی است به سوی خود او را در ظلمات عالم طبیعت رها ننمایی.

(همان ص 83)

. شناخت صحیح عالم هستی معلول شناخت خویش است و این نکته ایست لطیف از معارف حقّه اگر آن را درست دریابی .

(همان ص 84)

. شناخت نفس، شناخت خویشتن است و شناخت خویش، شناخت ربط داشتنش با خداست و شناخت ربط از بین بردن غفلت و از بین بردن

غفلت، وصول به ذات او جلّ و اعلاست و وصول به آن ذات عین سعادت است.
(همان ص 86)

. آنان که خدا را فراموش نکردند خداوند با شناخت نفس و معرفت آن خود را به ایشان نشان می دهد و از ظلمات عالم طبیعت به سرچشمه نور هدایتشان می کند چه این راه، نزدیک ترین راه است. این همان راهی است که معنی « اقرب الیه من حبل الوریذ » را به تو می نمایاند. این شناخت روشن گر « هو معکم اینما کنتم » برای اهل معرفت است. چرا که در آینه و جام جان نما، تجلی ذات حق را بیش از هر چیز دیگر به تماشا می نشینی، گمشده سالیان درازت را اینجا پیدا می کنی.

(همان ص 88)

. آنکه در پرورش جسم تو دست اندرکار است در پرورش روح، تو را وا می گذارد؟ در حالی که این جسم مرکب توست و تو اصل هستی. و متأسفانه جسم و نیازهای آن تو را از جان و روح غافل نموده. در بند معرفت همه چیز هستی جز خویشتن خویش و اگر خود را نشناختی هر چه را شناسی با جهل قرین است و اگر خود را شناختی هر چه را شناسی با معرفت قرین.

(همان ص 117)

. این همه عظمت که در عالم خارج مشاهده می کنی، اگر به خویش بنگری و واقعاً نفس خود را شناسی، دانی که همه عالم در تو است و برای تو و در تسخیر تو.

(همان ص 117)

. بنگر اگر تو جای آفتاب بودی خورشید را زود تر می شناختی یا خود را؟ اگر این معلول را شعوری باشد همانند انسان هر چه را می شناسد از برکت علت است و اگر عدم خود را هم درک کرد از اوست.

(همان ص 118)

. یک نگاه به خود کن او را ببین، یک نگاه به بیرون نما. همه را معلول آن علت خود بینی، بین خود و تمام عالم هستی یک خویشاوندی یابی. با مار و مور با درخت و گیاه آشنایی یابی، در این حرکت نخست چون صبا از خار و گل مستانه بگذری ولی در بازگشت با خار و گل دست در گردن آوری چرا که در این بازگشت جز علت از این معلول ها چیزی نبینی. در سفر اول حافظ گفت:

جهان پیری است بی بنیاد از این فرهادش فریاد که کرد افنون و نیرنگش ملول از جان شیرینم

سعدی در میان راه بود و سرود:

به جهان خرم از آنم که جهان خرم از اوست عاشقم بر همه عالم که همه عالم از اوست

حافظ از سفر باز می گشت سعدی را گفت تو ندانستی که:

هر دو عالم یک فروغ روی اوست کفتمت پیدا و پنهان نیز هم

سعدی گفت: ما جز این نگفتیم، حافظ گفت: رو، رو که چون از این سفر

باز آیی شعرت را چنین تصحیح کنی که: (جهان ص 119)

به جهان خرم از آنم که جهان خرم از اوست عاشقم بر همه عالم، که همه عالم اوست.

. هر شناخت از ناحیه اوست حتی معرفت نفس بر نفس یعنی علم حضوری هم با اوست و از اوست. تو با خدا می اندیشی با او سخن می گویی با او اندیشه ات را به نگارش در می آوری. آدمی با خدا خود را می شناسد با خدا حقایق عالم را می شناسد چگونه ممکن است اول خدا را شناسد؟ جز اینکه اگر شناسد غفلت است و گرنه این شناخت با جزئی تفکر حاصل آید. (جهان ص 120)

. آدمی کون جامع است. چرا که استعداد پذیرش گنج معارف همه عالم را دارد. ظرفیت او قابل کل عالم هستی است. شناخت این نفس که می تواند این همه گنج داشته باشد راهی است به سوی معرفت ربّش که این نفس نمودی است از پروردگار در جهان هستی. (همان ص 123)

. علم تو با تو متحد است، یعنی جان تو علم توست. (همان ص 125)

ای برادر تو هم اندیشه ای باقی خود استخوان و ریشه ای

. ادراک و معرفت با حق است دقت کن که آدمی شناختش از عالم خارج از درون است به بیرون. ما برای شناخت، بیرون را به درون می بریم و آنجا به شناخت و ادراک می نشینیم. حال برای آشنایی با نفس خویشتن آنرا آینه ای تصور کن که تصویری از عالم خارج در آن می افتد و تو خود در خود به تماشا نشستی و با یاری حق عالم را در آنجا تشخیص می دهی . حال اگر این نفس با صفا و معرفت باشد در این تصویرها جز صفات و اسماء حق نمی بیند و جز او را نمی نگرد. تصویری از ظهور اسماء او با امداد درک از او شاهد و مشهود او و این در آن زمان است که تو خود را نبینی و اصولاً آدمی برای همین تماشا بدین تماشا خانه عالم آمده و متأسفانه نه خود را می شناسد نه تماشا خانه را و نه صاحب خانه را.

(همان ص 127)

. جان انسان آن عظمت را دارد که بر همه عالم محیط شود.

(همان ص 128)

. لوح تویی و قلم مصور در دست اراده اوست که هر چه خواهد در این لوح نویسد و خوش به حال آن کس که در لوح جاننش جز شعاع جمال و جلال او نباشد. (همان ص 128)

نیت بر لوح دلم جز الف قامت دوست چه کنم حرف دگر یاد نداد استادم

. وقتی در بدن می نگری معلوم می شود سلامت بدن مرهون حرکت است. حتی آنگاه که تو در بستر خفته ای قلب حرکت دارد، خون در صدها کیلومتر رگ ها و موی رگ های بدن در آمد و شد است، ریه ها مادام در حرکت، دیافراگم در حرکت، غذا در معده و روده ها در حرکت، کبد و کلیه در کار و فعالیت حتی اگر با دستگاه های دقیق اندازه گیری شود موها و ناخن همه در حرکت اند. خوب این حرکت انرژی می خواهد، حرکت بدون انرژی معنی ندارد مرده بدنش ساکن است. به یقین می گویی مراقب و محرک روح است حال به جهان بنگر کل اجزاء جهان در حرکت است. « کل یجری لاجل مسمی » « همه به سوی اجلی معین در حرکت اند. » این همه حرکت را جز از خدا که روح جهان آفرینش است از که می دانی؟ لا حول و لا قوه الا بالله انرژی و نیرویی نیست جز از خدا. (همان ص 131)

. یکتایی روح در بدن دلیل یکتایی خالق عالم هستی است. و اما یکتایی روح را آدمی در طول و عرض کاملاً درک می کند مرادم از طول، طول زمانی است. شما وقتی کودک بودید، وقتی نوجوان، وقتی ایام جوانی و بسا به کهولت رسیده باشید. آنکه این بدن مادام در دگرگونی است سلول ها می میرند و سلول های دیگر جانشین آن می شوند که در حقیقت این بدن بدن گذشته نیست ولی شما همانید که بودید. خاطره ای از کودکی را متذکر می شوید، می گوئید من بازی می کردم سرم شکست، می گوئید من کلاس اول ابتدایی بودم معلم فلان بود، می گوئید روزی که من دیپلم گرفتم خیلی از خود راضی بودم ببینید فواصل زمانی بسا ده ها سال است، بدن آن بدن نیست ولی من همان. و در عرض هم اکنون می گوئید دست من، پای من، سر من، چشم من، با

آنکه اندام مختلف است و کثیر، من یکی بیش نیست. این روح است که می گویی من نه دست و پا و سر، از این وحدت پی به وحدت باری تعالی در عالم می بری.

(جهان ص 134)

. در جواذب جسم و جان از اول خلقت نزاعی است هر چند جواذب خاکی بیشتر، روح فرسوده تر، تاریک تر و مانده تر و هر چند جواذب آسمانی بیشتر، جسم وامانده تر تا بدانجا که بالاخره در این ستیز یا خاکی شوی یا آسمانی.

(جهان ص 161)

. این راه از درون است، به شرق روی همینی که هستی و به غرب روی همین؛ به آسمان روی همین و به زمین و اعماقش روی همین. اینجا که ایستاده ای اگرش نیابی هیچ جا نیابی و اگر گویی در سرزمینی مردی است الهی و مرا راهی گشاید آن نه به سرزمینی رسیدن است که آن به جانی پیوستن است؛ به نهانی راه یافتن است.

(جهان ص 164)

. حضرت امیرالمؤمنین (ع) نور چشم عرفان جهان فرمود: «سلونی قبل ان تفقدونی» یکی پرسید: یا علی، از اینجا تا عرش پروردگارت چقدر راه است؟ در این پاسخ بس بیاندهش؛ فرمود: از اینجا تا عرش پروردگارم فاصله زمانی است که یک بنده مخلص بگوید: «لا اله الا الله» یعنی خدا همین جا، خدا با تو، معیت او با تمام عالم وجود یکسان است؛ اگر چشمی داشته باشی در زمین بینی و در آسمان بینی؛ در شرق بینی و در غرب بینی و اگر تو را چشم نباشد اینجا بینی و جای دیگر بینی؛ اما توجه کن که در حدیث سخن از یک عبد مخلص است و مخلص آن است که از ماسوی الله خالص شده باشد. آنکه بیرون ببیند درون نبیند و آنکه درون ببیند بیرون نبیند. این راه، راه درون است و آنکه دروازه درون یافت قدم دیگرش ایستایی بر علم حضوری است؛ این علم معرفتی است که نفس از خود دارد؛ چه بدن به نفس ایستایی دارد، قیومش نفس است ولی نفس خود به خود ایستاده است. وقتی تو به خود نگری آنجا چشم در کار نیست. حتی اگر چشمت را روی هم

گذاری خود را بهتر بینی؛ دست و پا و سر نبینی روح بینی و جان بینی!
به تماشای خود نشینی.

چشم دل باز کن که جان بینی آنچه نادیدنی است آن بینی

این دیدار به کلی از آلودگی ماده مبرّا است و در حقیقت صورت در آن مطرح نیست، ظهور ناب روان است برای خویشتن خویش، راه خود شناسی رفتن از این دروازه است، دروازه بگشا و به این دیار وارد شو تا بینی که چه ها بینی.
(همان ص 165)

. در ویران سرایی به سر می بری که مالکیتش از آن تو است. نه فرشی، نه اسبابی، نه حجره ای، نه بابی، نه آسایشی، نه خوابی؛ مادام به فکر آبادی کوچه ها و خیابان های شهری و از مسکن و جای خود بی خبر؛ زین رو هیچت آرامش و آسایش نیست. این داستان آن کس است که از درون و نفس خویش بی خبر است و مادام در فکر و ذکر این و آن و یا جهان. اگر بتوانی در درون سرمایه ای اندوزی از هزار خبر بیرونت کفایت کند، در گلستان و بوستان و کاریز دیگران چه خرامی که:

(همان ص 168)

کاریز درون جان تو می باید کز عاریه ؛ درمی تو را نکشاید
یک چشمه آب در درون خانه به زان جوی که از برون می آید

. اگر حرم دل را از اغیار زدودی و آن را ویژه یار کردی، از خانه گل را بردی و گل آوردی، آسمان آن را پاس دار تا چه از آن فیضان کند و این فیضان باران معرفت و علم و انوار الهام ربّانی باشد که فرمود: «

واتقوا الله و يعلمکم» « خدا را پرهیزگار باشید تا به شما بیاموزد» {ماده آیه

108} و این آموزش درس و کتاب نیست، وسیله تابش نور رحیمی حق است. امام صادق() : « لیس العلم بکثرت تعلم بل هو نور یقذفه الله فی قلب من یشاء»

«علم به درس خواندن زیاد نیست بلکه آن نوری است که خدا می تاباند به قلب هر که خواهد.» این نور نخست اختر وار بر جان تابد، کم کم فرقدانش (کوچک ترین ستاره در دب اکبر) زهره شود و زهره اش قمر و قمرش شمس گردد.

(همان ص 176)

. اعضاء و احساس حد دارند یعنی همه در کار خود مرزبندی شده اند. در کشور بدن هیچ کدام را قدرت خروج از مرز و حد نیست. حال از خود می پرسیم جای روح کجاست؟ جایی برای آن سراغ ندارید؟ با مغز هست؟ آری. با ریه هست؟ آری. با چشم هست؟ آری. یعنی در حقیقت چشم با روح می بیند و گوش با روح می شنود و پا با روح راه می رود و دست با روح کار انجام می دهد. خوب این مسئله که برایت روشن شد خداوند را در کل عالم هستی چنین دان که یک ذره از عالم وجود بی او نیست. روزی رساندن خاک از او، ریزش باران از او، طراوت چمن از او، جمال گل از اوست. او هر جایی است چگونه اش بینی؟

(همان ص 211)

یارب به که بتوان گفت این نکته که در عالم رخساره به کس ننمود آن شاهد هر جایی

(حافظ)

. یکی از خواص نفس آنکه تمام احساسات انسان در شناخت محسوسات خسته و بسا درمانده می شود و اندازه شناختش محدود است، یعنی چشم از مطالعه زیاد خسته و درمانده می شود، با نور کم نمی بیند و نور زیاد بینایی اش را از بین می برد. گوش از جنجال و غوغا خسته می شود و اصوات کوتاه را قادر نیست که درک کند. اصوات بلند نیز آن را بسا کر کند و سایر احساسات نیز چنین است. و اما نفس انسانی از

حمل معارف نه تنها خسته نمی شود بلکه هر چه در آن بریزی باز
ترو تازه تر می گردد و این عین فرمایش امیرالمؤمنین(ع) است: «کل
وعاء یضیق بما جعل فیہ الا وعاء العلم یتسع» «هر ظرفی با مظروف
گنجش می کاهد مگر ظرف علم که باز می شود.»

(همان ص 214)

. راه معرفت نفس از معرفت آفاق بسا نزدیک تر است، چرا که در
معرفت آفاق نفس با یاری حواس بیرون را می نگرد و اینجا بی واسطه
خود به خود می پردازد و طبعاً بازگشت به خود و حقیقت جهان حاصل
نمی شود تا قاره عظیم روان برایت کشف گردد.

(همان ص 215)

. در حقیقت سفر به خود بیرون رفتن از نمود است به بود، چرا که
چون به خود نگرستی و معرفت خود یافتی جز فقر نبینی با آنکه
بسیار چیز با خود بینی و دانی که همه آنها از ربّ نفس است و نفس را
وانهی و به ربّ آن نگری. اینجا است که دانی فنا در حقیقت بقا است و
به آن نتوان رسید جز در بیرون ایستادن از خود و دیدار وجود مطلق با
چشم خودش. اینجا است که حیات را حیات حیّ مطلق بینی و چون به آنجا
رسیدی دیگر هرگز نمی میری. آنان که از زندان عالم نمود گریختند و
به دنیای بود ره یافتند مرگ را به بازیچه گرفتند.

(همان ص 215)

. آسمان جان بس فراخنای است بکوش تا تمرین پرواز در آن را از
یاد نبری. تو آسمان و زمین و دریا را زیر بال و پر داری؛ مباد آنکه
عالم طبیعت تو را به بازی گرفته و از پرواز باز دارد و خاکباز کند.

(همان ص 217)

ای عزیز! روح و جانّت را رها نکنی و از توجه به آن باز نمایی، همان گونه که به جسم و جسد خویش بپردازی که آن هم مانند جسم نیاز به تربیت و خوراک و بالیدن دارد. (همان ص 223)

. امیرالمؤمنین (ع): «استدراک فساد النفس من انفع التحقيق» «شناخت آنچه که نفس را به تباهی می کشد از سودمندترین پژوهش هاست»، بعد از تشخیص آلودگی ها مادام در جهاد و کوشش باش تا تمنیات نفس را و پس زنی و آنرا از تباهی باز داری و در این جهاد اکبر لحظه ای از تیر شیطان غافل نمایی و آن را مهار کرده و زمامش را از کف نهدی. امام علی (ع) می فرماید: «خویشتن را با دوام مبارزه مالک شوید.» راه تقوا گذرگاه صلاح و سلامت نفس تو است که اگر از این گذرگاه بگذری در صراط مستقیمی هستی که الهام پروردگار را بر صلاحیت خویش لیبیک گفتی. (همان ص 225)

ای عزیز! مال باختگان را دیده ای که آن ها را بس ضجّه و فریاد است، چرا که یکی از تعلّقات خود را از دست داده اند، شگفتا که آدمی بر فقدان مال صد ناله بر آورد اما خود را باخته است و هیچش درد نیست. آن که خود را گم کرده است، اگر آفاق را در نوردد، خود را نخواهد یافت. آدمی اگر به خدا نگریست خود را می یابد و اگر خدا را از یاد برد، خود باخته ایست که در شکنجه گاه عذاب جهنّم خویشتن خویش را پیدا می کند.

(تجلی آخر ص 168)

. اگر بخواهید خود را بیابید، جز در تماشای حضرت ربّتان از خود خبر نخواهید یافت. (همان ص 169)

. جان انسان باطن اوست، که این ظاهر نیست، جز ربط به باطن و می توان گفت: این که ظاهر است همان باطن است. (همان ص 178)

. نازیدن حضرت خالق عالم هستی نه به آفرینش عرش و نه کهکشانش و نه به خورشید و ماه، و نه بر ساکنان ملکوت و فرشتگان قدسی است، بلکه این نازیدن فقط بعد از خلقت انسان است، انسانی که از پست ترین هیولا کالبدش بسته می شود و سپس نفخه صور حضرت پروردگارش تا بلندای آسمان ها به او عظمت می بخشد.

(از خاک تا افلاک ص 26)

.

در کون عالم کوهری، بر آسمان تاج سری تا کی اسیر خاکدان، در دانه شو در دانه شو
دشمن نبوت هیچ کس، رنجت هم از خود بود و بس اکنون یا با خویشتن، یگانه شو یگانه شو
(حضرت استاد)

. متأسفانه چون دیدار عالم بیرون با چشم سر و دیدار عالم درون با چشم دل است ما کم تر به درون خویش می نگریم در حالی که چشم درون را به کار بستن آرامش آورد و چشم بیرون پریشانی زاید و در قرآن به تأکید گفته شده که: ((و فی أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا يَتَفَكَّرُونَ)) (و در جان خویش آیا نمی نگرید؟)
(جهان ص 33)

. دریغ آدمی امروز را (که خاک شناس شد با آن که خاک جماد است. باکتری شناس و میکروب شناس شد با آن که هر دو یک موجود تک سلولی هستند. کیهان شناس شد با آن که کیهان از او دور ترین است، اما خود شناس نشد گر چه از خود نزدیک تر چیزی به او نبود. کار او کار دیده را ماند که همه چیز را می نگرد، اما خود را نمی بیند و حال آن که اگر همه عالم را روی هم ریزی در برابر عظمت نفس انسانی ذره ای بیش نیست.

سأها دل طلب جام جم از ما می کرد آن چه خود داشت ز یگانہ تمنای کرد
 کوهری کز صدف کون و مکان بیرون بود طلب از کشندگان لب دریا می کرد

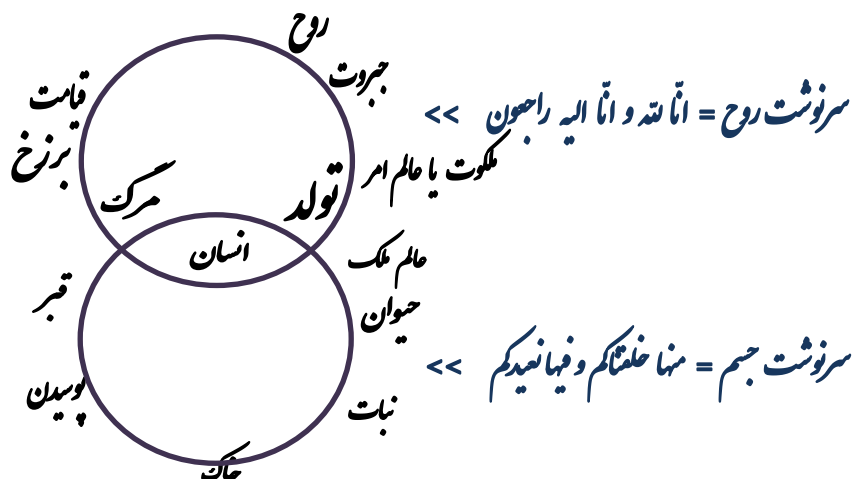
(حافظ)

و حضرت علی (ع) می فرمایند:
 « لَيْسَ عَلَى وَجْهِ الْأَرْضِ أَكْرَمَ عَلَى اللَّهِ سُبْحَانَهُ مِنَ النَّفْسِ الْمُطِيعَةِ لِأَمْرِهِ »
 « (در روی زمین چیزی گرامی تر از نفس مطیع امر پروردگارت نیست (غزوات حکم)) در برنامه کار و زندگی خویش ساعتی تأمل کن، ببین روز و روزگارت برای چه و در تکاپوی چه گذرد؟ همه را بر صفحه کاغذی بنویس و سپس به این اندیشه پرداز که اگر فردا تو را گویند که بار سفر آخرت دربند، بنگر که از محصول مجاهده و کارهایت چه می توانی با خود ببری؟ این جاست که می بینی همهء هم و غم اغلب مردمان در طلب دنیا است و یا در تمنای تن، بستر نرم و گرم تا تن خوش آساید، سفره ام چرب و شیرین تا کام را خوش نماید، خانه ام جمیل و شکیل تا چشم را خوش آید. پس تمنای روح و جان را چه به کار آید؟ این جاست که آدمی خود حقیقی را گم کرده است. (جهان ص 34)

انضمام روح و کالبد را در این تصویر به تماشا نشین:

خداوند

(جهان ص 51)



. روح انسانی با استعدادی که خداوندش ارزانی داشته از حضرت مصوّر تمنّای صورتی کند که در آن متصرف باشد و از عالم باطن به عالم ظاهر سفر نماید و آن حضرت در کار بدن سازی، او را یاری فرمود، و این نفس نخست در مرتبه نباتی جلوه گر گردیده که کیفیت ایجاد جنین در رحم مادر است و سپس چون به عالم مُلک نزول نمود مرتبه نباتی به مرتبه حیوانی رسید، و این ایّام کودکی است و پس از بلوغ به سر منزل انسانی رسید و این جا اوّلین مقام نفس ناطقه است و زان پس مرتبه عقل هیولایی را دارا می شود، اندیشمند می گردد، در امور تفکّر می کند، امّا هیچ تصدیقی در آن نیست و چون از این مرحله گذر کرد به مرتبه عقل بالملکه رسد، در این مرحله دارای بعضی تصورات و تصدیقات است، که نخست به ذات خود پی می برد و چون در راه کسب معرفت افتد به مرتبه عقل بالفعل می رسد و زان پس به مرتبه عقل مستفاد راه می یابد که بالاترین مرتبه کمال است و آن تا زمانی است که به بدن تعلق دارد و بعد از رها کردن بدن متصل به روحانیّات می گردد که با اتصال به عقل فعّال تمام صور علمیّه در نظر او حضور دارد.

(هدیه باص 149)

. بدان که تو مادام در کار مرگ و حیات جدیدی هستی، در هر سکون قلب تو را مرگی است و در حرکت بعدی تو را حیاتی؛ و دانی که این حیات جدید هم، آوردنش به دست تو نیست و این داستان حیات جسم تو است، که جان تو نیز با هر عملی و گفتاری و اندیشه ای مادام در تحوّلی دیگر و حیاتی دیگر است.

(حدیث آرزومندی ص 23)

. خیره ممان در شکوه دریایی که بسا در ساحل آن به تماشا نشسته ای. حیران منشین به جلال کهکشانی که بسا شب ها منظر دیدگانت بوده. به تماشای خود نشین، که آینه تمام نمای بیکران ها هستی!

« و فی أنفُسِکُمْ أَفْلا تُبْصِرُونَ » (و در جان هایتان آیا نمی نگرید؟

(فریاد جرس ص 23)

(ذرات آیه 21)

. عزیزان را روزی لذت، خونِ رحم مادر بود، و سپس شیر او، از آن پس روزی های آب و خاک. تا اینجا آدمی با حیوانات هماهنگ است. هم چنین چون نظر از آب و خاک بر داشت و بر افلاک نگریست، روزی حقیقی خود را آن جا یابد:

چون جنین بود آدمی خونخوار بود	بود او را بود از خون تار و پود
وز فطام خون خوراکش شیر شد	وز فطام شیر لقمه کیر شد
وز فطام لقمه لقمانی شود	طالب مطلوب پنهانی شود
پس حیات ماست موقوف فطام	اندک اندک جهد کن تمّ الکلام

(مولوی)

چون چینه دانت در خور پذیرایی از خوراک نور شد، چنین نغمه سر دهی که: ((أَسْتَغْفِرُكَ مِنْ كُلِّ لَذَّةٍ بِغَيْرِ ذِكْرِكَ وَ مِنْ كُلِّ رَاحَةٍ بِغَيْرِ ذِكْرِكَ وَ مِنْ كُلِّ سُرُورٍ بِغَيْرِ قُرْبِكَ وَ مِنْ كُلِّ شُغْلٍ بِغَيْرِ طَاعَتِكَ))

(کثیر از عرص 406)

(مناجات المریدین، امام سجاد (ع))

. #

هم ز خود جو آن محرک در وجود تا که کردی رازدار آن که بود
هست تو از هست او جوید نشان بود تو از بود او دارد امان

آن محرک با تو در یک جامه بود مظهر کاتب در عالم نامه بود
ما به حرکت خود ز صاحب حرکتی جمله روزی خوار صاحب برکتی
مبدأ حرکت هم او مقصد هم او قاصد او و قصد او، مقصد هم او
کلّ یوم او به شانی رخ نمود ما نمود هستی و او هست و بود
تا تو با مایی خدایی کار ماست لیک بی قوم، بود ما کجاست؟
تا تو از هستی نشانی یافتی هم ز جانان علم و جانی یافتی
ای حیات من نشان بود تو ما همه موجبیم اندر رود تو
خود حباب از خود چه دارد غیر آب غیر آب آخر چه اندیشد حباب
در پی هر هستیت مرگی پدید در پی مرگ تو هستی در رسید
چون که می لغزی میان هست و نیست خود تماشا کن که با تو دست کیست؟

(حضرت استاد)

(سؤال از محضر استاد)

بفرمایید! قلب و عقل چه تفاوتی با هم دارند؟ چشم، گوش و دل که در قرآن آمده است چیست؟ و ارتباط این سه با هم چگونه است؟ و ارتباط اینها با نفس چگونه است؟

جواب

روح انسانی نفخه الهی و بالاترین تجلی حضرت پروردگار در عالم ملک است که با آن هم قلب است و هم عقل، قلب مرکز عواطف و عشق و محبت و معرفت است و عقل چراغ راه اوست که خوب را از بد تمیز می دهد و تعریف عقل مولا امیرالمؤمنین (ع) می فرمایند: «للعقل ماعبد به الرحمن و اکتسب به الجنان» «عقل چیزی است که به وسیله آن خداوند رحمان پرستش می شود و بهشت با آن کسب می شود. (امام صادق (ع) منیران الحکیم ج 7 ص 527)» همین روح در مراحل ابتدایی چون از ملکوت به عالم ملک تنزل کرده و با سرگرم عالم طبع شده مرحله نفس آواره را دارد که اگر در سایه راهنمایی عقل قرار گرفت به مراحل نفس لوّامه و مطمئنّه می رسد و گرنه در عالم ملک می ماند و خود را ضایع می کند.

* «إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي» «نفس آواره انسان را به کارهای زشت و ناروا سخت و امیدارد جز آنکه پروردگارم رحم فرماید.

«سوره یوسف آیه 53» * «وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ» «و قسم به

نفس پر حسرت و ملامت {سوره قیامت آیه 2}

* «يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً»
«ای نفس مطمئن و دل آرام، امروز به حضور پروردگارت باز آی که
تو خشنود و او از تو راضی است.» {سوره فجر آیه 27، 28}

سؤال

حضرت استاد معرفت خداوند چگونه بدست می آید؟

جواب

من عرف نفسه فقد عرف ربه کسی که از فقر ذاتی خویش آگاه شد مسلم

خدا را شناخته است.