

اصول و قواعد اخلاقي

تهيه و تنظيم

حسين مظفري

اسفند 1388

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمه

عرفان اسلامي که برگرفته از آیات و روایات و حاصل سلوک عارفان مسلمان است گنجینه ارزشمندی است که باید در این روزگار که عرفان‌های کاذب بیش از هر زمان دیگر به بازار آمده و از طالبان سلوک و عرفان و معنویت دلبری نموده و ایشان را به ناکجا آباد رهنمون می‌شوند بار دیگر مورد تحقیق قرار گرفته و به زبان امروزی برای طالبان حقیقت و معنویت ارائه شود. این نوشته در صدد است که با تفحص در آثار به جای مانده از عرفای مسلمان و به ویژه سلسله نورانی مرحوم آیت الله سید علی قاضی و اساتید و شاگردان ایشان، در ابتدا اصول و قواعد کلی و در ادامه دستور العمل‌های مبتنی بر آن اصول را به دست آورده و آن‌ها را به جامعه علمی و طالبان عرفان و معنویت ارائه کند. امید است که مورد قبول خدای تعالی و قطب عالم امکان امام زمان روحی و ارواح العالمین له الفداء قرار گیرد.

اصول و قواعد کلی

1. اصل ارزش و کرامت انسان

از جمله مسائلی که در آیات، روایات و صحف عرفانی بر آن تأکید بسیار شده و توجه به آن و تأمل و تفکر در باره آن می‌تواند عاملی اساسی برای حرکت شتابنده انسان به سوی حق تعالی و فاصله گرفتن از هر نوع پلیدی و پلشتی باشد «مقام والای انسانی» و درجات و مراتبی است که انسان می‌تواند طی کند و ارزشی که دارد و استعدادهاي بي‌نهایتی که در وجود او نهفته است.

در عرفان مرتبه انسان کامل را جمع جمیع مراتب الهیه و کونیة از عقول و نفوس کلیه و جزویه و مراتب طبیعت تا آخر تنزلات وجود می‌نامند و لذا از او تعبیر به «کون جامع» می‌کنند و فرق میان مرتبه انسان کامل «مرتبه عمائیه» را با ذات حق تنها در «ربوبیت و مربوبیت» و لهذا او را سزاوار خلافت حق و مظهر حق می‌دانند.

تو به قیمت و رای هر دو جهانی چه کنم قدر خود نمی‌دانی

مثاله سبزواری می‌گوید:

اختران پرتو مشکات دل انور ما دل ما مظهر کل، کل همگی مظهر ما

مولانا نیز می‌فرماید:

از پشت پادشاهی، مسجود جبرئیلی ملک پدر بجویی ای بینوا چه باشد؟
 تو گوهری نهفته در کاه گِل گرفته گر رخ ز گِل بشویی، ای خوش لقا چه باشد؟
 جزوی ز کل بمانده دستی ز تن بریده گر زین سپس نباشی از ما جدا چه باشد؟
 بی سر شوی و سامان، از کبر و حرص خالی و آنکه سری بر آری از کبریا چه باشد؟ ¹
 حافظ شیرازی:

تو را ز کنگره عرش می زنند صغیر ندانمت که در این دامگه چه افتادست

1. اصل غنیمت شمردن عمر و پرهیز از تسويف

رسول الله (ص): يَا أَبَا ذَرٍّ إِيَّاكَ وَالتَّسْوِيفَ بِأَمْلِكَ فَإِنَّكَ بِيَوْمِكَ وَ لَسْتَ بِمَا بَعْدَهُ فَإِنْ يَكُنْ غَدُهُ لَكَ تَكُنْ فِي الْغَدِ كَمَا كُنْتَ فِي الْيَوْمِ وَإِنْ لَمْ يَكُنْ غَدُهُ لَكَ لَمْ تَنْدَمْ عَلَى مَا فَرَطْتَ فِي الْيَوْمِ ²

امام خمینی (ره): ای برادر من! این امور را تعویق نینداز که تعویق انداختنی نیست. چه قدر آدم‌های صحیح و سالم، با موت ناگهانی از این دنیا رفتند، و ندانیم عاقبت آن‌ها چیست! پس فرصت را از دست مده و یک دم را غنیمت شمار که کار خیلی اهمیت دارد و سفر خیلی خطرناک است. دست از این عالم که مزرعه آخرت است، اگر کوتاه شد، دیگر کار گذشته است و اصلاح مفسد نفس را نتوانی کرد. جز حسرت و حیرت و عذاب مذلت نتیجه نبوی. اولیای خدا آنی راحت نبودند، و از فکر این سفر پر خوف و خطر بیرون نمی رفتند. ³

2. اصل قدر دانستن دوران جوانی

1. رسول الله (ص): يَا عَلِيُّ بَادِرْ بِأَرْبَعٍ قَبْلَ أَرْبَعٍ شَبَابِكَ قَبْلَ هَرَمِكَ وَ صِحَّتِكَ قَبْلَ سَقَمِكَ وَ غِنَاكَ قَبْلَ فَقْرِكَ وَ حَيَاتِكَ قَبْلَ مَوْتِكَ ⁴

2. عَنْ مُوسَى بْنِ إِسْمَاعِيلَ بْنِ مُوسَى عَنْ جَعْفَرِ عَنْ آبَائِهِ عَنْ عَلِيٍّ (ع) فِي قَوْلِ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ وَ لَا تَنْسَ نَصِيكَ مِنَ الدُّنْيَا قَالَ: لَا تَنْسَ صِحَّتَكَ وَ قُوَّتَكَ وَ فَرَاغَكَ وَ شَبَابَكَ وَ نَشَاطَكَ أَنْ تَطْلُبَ بِهَا الْآخِرَةَ ⁵

در جوانی کن نثار دوست جان رو عوان بین ذلک را بخوان

پیر چون گشتی گران جانی مکن گوسفند پیر قربانی مکن ⁶

3. عزیزم! از جوانی به اندازه‌ای که باقی است استفاده کن، که در پیری همه چیز از دست می‌رود، حتی توجه به آخرت و خدای تعالی. از مکاید بزرگ شیطان و نفس اماره آن است که جوانان را وعده صلاح و اصلاح در زمان پیری می‌دهد تا جوانی با غفلت از دست برود و به پیران وعده طول عمر می‌دهد و تا لحظه آخر با وعده‌های پوچ، انسان را از ذکر خدا و اخلاص برای او باز می‌دارد تا مرگ برسد و در آن حال ایمان را - اگر تا آن وقت نگرفته باشد - می‌گیرد، پس در جوانی که قدرت بیشتر داری به مجاهدت برخیز، و از غیر دوست جل و علا بگریز، و پیوند خود را هر چه بیشتر - اگر پیونددی داری - محکمتر کن و اگر خدای نخواستہ نداری، تحصیل کن، و در تقویتش همت گمار، که هیچ موجودی جز او جل و علا سزاوار پیوند نیست. ⁷

4. اصل جدیت و تلاش و رها کردن کسالت

1. عَنْ أَبِي الْحَسَنِ مُوسَى (ع) قَالَ قَالَ أَبِي ع لِبَعْضِ وَلَدِهِ إِيَّاكَ وَ الْكَسَلَ وَ الضَّجَرَ فَإِنَّهُمَا يَمْتَعَانِكَ مِنْ حَظِّكَ مِنَ الدُّنْيَا وَ الْآخِرَةِ

8

2. مرحوم بهاري همداني: دع التکاسل و اغنم فانما مثلّ که زاد راهروان چستي است و چالاكي [9](#)

نازکان را سفر عشق حرامست حرام که به هر گام در این ره خطري نيست که نيست

چون مرد شدي پاي در اين معرکه بگذار میدان جنون، خوابگه کودک و زن نيست

همتم بدرقه راه کن اي طاير قدس که دراز است ره مقصد و من نو سفرم

3. حضرت آيت الله بهجت(ره) که خيلي تلگرافي صحبت مي کردند يکبار به يکي از ارادتمندشان فرمودند: «قومي دگر حواله به تقدير مي کنند» شما از کدامشان هستيد؟ اين سخن اشاره به بيت حافظ داشت که: قومي به جدّ و جهد گرفتند وصل دوست قومي دگر حواله به تقدير مي کنند. آري با سستي و بيهوده کاري عمل خالص به بار ننشيند و بايد تلاش و کوشش کرد و از دوست وصال و کمال و قرب را خواهان شد. [10](#)

4. مرحوم حاج شيخ حسنعلي نخودکي: امروز در بسته است و مثل سابق فتوحات در کار نيست. ولي نمي گويم که کسي ترک طريق کند و بخوابد، چرا که

دوست دارد يار اين آشفتگي کوشش بيهوده به از خفتگي

اندرين ره مي تلاش و مي خراش تا دم رفتن دمي غافل مباح [11](#)

5. اصل محوريّت شريعت

1. اِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلّٰهِ هِيَ اَقْوَم [12](#)

2. امام خميني*: بدان که هيچ راهي در معارف الهيّه پيموده نمي شود مگر آن که ابتدا کند انسان از ظاهر شريعت، و تا انسان متادّب به آداب شريعت حقه نشود، هيچ يک از اخلاق حسنه از براي او به حقيقت پيدا نشود، و ممکن نيست که نور معرفت الهي در قلب او جلوه کند و علم باطن و اسرار شريعت از براي او منکشف شود. و پس از انکشاف حقيقت، و بروز انوار معارف در قلب نيز متادّب به آداب ظاهره خواهد بود، و از اين جهت دعوي بعضي باطل است که «به ترک ظاهر، علم باطن پيدا شود» يا «پس از پيدايش آن به آداب ظاهره احتياج نباشد» و اين از جهل گوينده است به مقامات عبادت و مدارج انسانيت. [13](#)

3. مرحوم حاج شيخ حسنعلي نخودکي: همه بدانند که طريقه حقير طريقتي است که تمام مطالب شرع را نهايت اهتمام دارد. [14](#)

آيت الله شيخ جواد کربلائي(ره): آيت الله العظمي بهجت(ره) به بنده با يک آب و تابي مي فرمودند: کي تو بر طبق مسلمات شرع، مانند ترک معاصي و اتيان نوافل و واجبات و قرآن خواندن در جاي خلوت با حضور قلب و خلاصه انجام عبادت با شرايط صحت و شرايط قبول و با محتوا بودن عبادت از حيث اسرار صلوة و اسرار ساير عبادات عمل کردي که نتايج آن را بيابي که حالا از ما دستور العمل در سير الي الله تعالي مي خواهي و يا گويا منتظري پيري از پشت کوه قاف بيايد و تو را راهنمايي کند. آيا اين همه مسلمات شرع اطهر کافي نيست که

کما هو حقه عمل کنی و به جایی برسی؟ [15](#)

4. یکی از طلاب: خدمت حضرت آیت الله بهجت (ره) عرض کردم: دستوراتی که رسول گرامی اسلام (ص) و حضرت علی (ع) به افرادی مثل سلمان و ابوذر و میثم تمار و رشید هجری و ... می دادند الآن موجود است؟ آقا جواب فرمودند: همین قرآن و نهج البلاغه است و چیزی غیر از اینها به اصحابشان نمی فرمودند. [16](#)

5. حضرت آیت الله مصباح یزدی حفظه الله: تکیه کلام ایشان (حضرت آیت الله بهجت (ره)) در نصایحشان رعایت مسلمات شرعی است. کسانی که از ایشان دستوراتی می خواهند ایشان تاکید می کنند مسلمات شرع را درست رعایت کن. حالا آن چیزهایی که مشکوک است و مشتبه است آنها در درجه بعد، در درجه اول آنچه مسلم است که مال اسلام است این را مقید بشود دقیقاً رعایت کند یک استدلال دارند در این زمینه که بسیار آموزنده است. بنده هم از ایشان یاد گرفتم که گاهی در سخنرانی ها یا جاهای دیگر عرض می کنم و آن این است که: خدایی که می خواهد بندگان را هدایت کند و به کمال سعادت برساند آیا آنچه بیشتر در سعادت انسان موثر است آن را کمتر بیان می کند یا بیشتر؟ آیا تاکید می کند روی چیزهایی که بیشتر در سعادت انسان موثر است یا روی چیزهای پیش پا افتاده؟ خوب خدای حکیم به آنچه مهمتر است بیشتر تاکید می کند. پس اگر ما بخواهیم ببینیم چه چیزی تأثیرش در سعادت بیشتر است باید ببینیم چه چیزهایی را خدا بیشتر تاکید کرده است. هر مطلبی که بیشتر در قرآن و روایات تأکید شده بیشتر موثر است. از مهمترین آنها اهتمام به نماز است. ولی ایشان گاهی به عنوان طعن و طنز می گفتند: بله ماها دنبال چیزی می گردیم برای تکاملمان که نه خدا گفته باشد نه پیغمبر و نه امام. [17](#)

6. مرحوم سید هاشم حداد می فرمود: «بر سالک واجب است که به اندازه تار مویی از شرع کناره گیری نکند، بلکه همه چیز را با آن تطبیق کند» [18](#)

4. اصل طهارت

آیت الله ملا حسینقلی همدانی (ره): تو که هنوز جوارحت را از معاصی پاک نکرده ای، چگونه منتظری که در شرح احوال قلب، چیزی به تو بنویسم، پس «البدار الابداری التوبة الصادقة، ثم العجل العجل فی الجد و المراقبة» [19](#)

اصل انجام واجبات و ترک محرمات (پایه تقوا)

1. آیت الله ملا حسینقلی همدانی (ره): تمام سفارشات این بینوا به تو اهتمام در ترک معصیت است. اگر این خدمت را انجام دادی، آخر الامر تو را به جاهای بلند خواهد رسانید، البته البته در اجتناب از معصیت کوتاهی مکن و اگر خدای نخواست معصیت کردی، زود توبه نما و دو رکعت نماز به جا آور، و بعد از نماز هفتاد مرتبه استغفار کن، و سر به سجده بگذار و در سجده از حضرت پروردگار عفو بخواه امیدوارم عفو بفرماید. [20](#)

2. مرحوم بهاری همدانی: الاول: ترک المعاصی، و هذا هو الذي بُني عليه قوام التقوي، و اسس عليه اساس الآخرة و الاولی، و ما تقرّب المتقربون بشيء اعلي و افضل منه. از اینجاست که حضرت موسی (ع) از حضرت خضر (ع) سؤال می کند که چه کرده ای که من مأمور شده ام از تو تعلّم کنم؟ به چه چیز به این مرتبه رسیدی؟ فرمود: «ترک المعصية». [21](#)

3. آیت الله سید علی قاضی (ره): «چون بیست سال تمام چشمم را کنترل کرده بودم، چشم ترس برای من آمده بود، چنان که هر وقت می خواست نامحرمی وارد شود، از دو دقیقه قبل، خود به خود چشمهایم بسته

می‌شد، و خداوند به من منت گذاشت که چشم من بی‌اختیار روی هم می‌آمد، و آن مشقت از من رفته بود. [22](#)

4. مرحوم بهاری همدانی فرمایشی دارد که اجمالش این است که انسان پیش از انجام گناه، به هنگام و پس از معصیت باید سه حالت مختلف داشته باشد: پیش از انجام، اخبار خوف را بر خود بخواند و از ارتکاب گناه بترسد، در حال معصیت باید بیشتر بترسد و اگر نستجیر بالله انجام داد پس از آن پشیمان شود اما ناامید هم نگردد. [23](#)

5. آیت الله محمد بید آبادی (ره): باید اول از مرشد کل و هادی سبل هدایت جسته، دست تولا به دامن متابعت ائمه هدی (ع) زده، پشت پا بر علایق دنیا زنی، و تحصیل عشق مولا نمایي: «**قل الله ثم ذرهم**»... پس هموم خود را هم واحد ساخته، به قدم جد و جهد تمام پای در جاده شریعت گذارد، و تحصیل ملائکه تقوا نماید، یعنی پیرامون حرام و مشتبّه و مباح، قولاً و حالاً و خیالاً و اعتقاداً به قدر مقدور نگردد تا طهارت صوری و معنوی حاصل شود که شرط عبادت است و اثری از عبادت مترتب شود و محض صورت نباشد. «**انما يتقبل الله من المتقين**» [24](#)

1. اصل ادای حق الناس

آیت الله نجابت (ره): «وقتی که بنده مشرف شدم خدمت ایشان (مرحوم قاضی) فرمودند: هر حقی که هرکس بر گردن تو دارد باید ادا کنی. خدمت ایشان عرض کردم، مدتی قبل در بین شاگردانم که نزد بنده درس طلبگی می‌خواندند یکی خوب درس نمی‌خواند، بنده ایشان را تنبیه کردم. اذن از ولی او هم داشتم در تربیت. در ضمن این جا هم نیست که از او طلب رضایت کنم. فرمودند: هیچ راهی نداری، باید پیدایش کنی. گفتم: آدرس ندارم. گفتند: باید پیدا کنی. آقای قاضی فرمودند: هر حقی که بر گردنت باشد تا ادا نکنی باب روحانیت، باب قرب، باب معرفت باز شدنی نیست. یعنی این‌ها همه مال حضرت احدیت است. و حضرت احدیت رضای خود را در راضی شدن مردم قرار داده است. [25](#)

2. اصل مراقبت

آیت الله سید احمد کربلایی (ره): ان شاء الله تمام مواظبت بر ادای واجبات و ترک محرمات به کمال دقت و تامل، بالوصیة اول الصبح اولاً و کمال المراقبة في تمام النهار ثانياً و المحاسبة عند ارادة النوم ثالثاً و التدارك و السياسة بالمجازات بالصد عند المخالفة رابعاً علي التفصيل المعهود في كتب الاخلاق. [26](#)

3. اصل استعانت و اعتصام

1. و من يعتصم بالله فقد هدي الي صراط مستقيم [27](#)

2. فلو لا فضل الله عليكم و رحمته ما زكي منكم من احد ابداً [28](#)

3. اياك نعبد و اياك نستعين اهدنا الصراط المستقيم

4. فانه لا ينال ذلك الا بفضلك [29](#)

5. يا مقلب القلوب و الابصار، يا محوّل الحول و الاحوال، حوّل حالنا الي احسن الحال

6. من این لی الخیر یا ربّ و لا یوجد آلا من عندک، و من این لی النجاة و لا تستطاع آلا بک [30](#)

7. اهی! الیک أشکرو نفساً بالسوء أَمارة، و الی الخطیئة مبادرة [31](#)

ما بدان منزل عالی نتوانیم رسید هم مگر لطف شما پیش نهد گامی چند

8. مرحوم بهاری همدانی: پس بدان ای برادر من آنکه: لن تخرج من ظلمات الغرور و التّمّنی آلا بالتضرّع التام و بصدق الانابة الی الله و الاخبار له... [32](#)

9. مرحوم بهاری همدانی: دیدی به عبادت نمی توانی پیش ببری، به گدایی و تضرع از او چیز بخواه.

هین مگو ما را بر آن در بار نیست با کریمان کارها دشوار نیست [33](#)

10. مرحوم بهاری همدانی: اگر از تو اعراض نمود، تبصص کنان از عقب او بدو، اگر از خودش مایوس شدی، به امنای دولتش ملتجی شو، بگو به اعلی صوت:

به والله و به بالله و به تالله به حق آیه نصر من الله

که مو از دامت دست برنذریم اگر کشته شوم الحکم لله [34](#)

11. امام خمینی(ره): از وظایف بزرگ سالک إلى الله و مجاهد فی سبیل الله آن است که در خلال مجاهده و سلوک از اعتماد به نفس بکلی دست کشد و جبلّتا متوجّه به مسبّب الاسباب و فطرتاً متعلّق به مبدأ المبادی گردد، و از آن وجود مقدس عصمت و حفظ طلب کند و به دست گیری آن ذات اقدس اعتماد کند و در خلوات تضرّع به حضرتش ببرد و اصلاح حالش را با کمال جدّیت در طلب بخواهد که جز ذات مقدّس او پناهی نیست. و الحمد لله. [35](#)

قد تحیرت فیک خذ بیدی یا دلیلاً لمن تحیر فیک

4. اصل توسل به اولیای خدا

1. آیت الله سید احمد کرلایی: و إن شاء الله تعالی تمام مواظبت بر دوام توجه و توسل به حضرت حجت - عجل الله فرجه - که واسطه فیض زمان است ملحوظ داشته بعد از هر نماز دعای غیبت که «اللهم عرّفنی نفسک...» بوده باشد و سه سوره توحید هدیه به آن بزرگوار و دعای فرج «اللهم عظم البلاء...» را ترک ننماید. [36](#)

از آستان پیر مغان سر چرا کشیم دولت در این سرا و گشایش در این در است

2. مرحوم علامه طباطبایی(ره) از آیت الله سید علی قاضی(ره) چنین فرموده‌اند: اگر من به جایی رسیده باشم از دو چیز است: قرآن کریم و زیارت سیدالشهداء صلوات الله علیه. [37](#)

3. آیت الله سید علی قاضی(ره): در مستحبات و تعزیه داری و زیارت حضرت سید الشهداء (ع) مسامحه ننماید، و روضه هفتگی و لو دو سه نفر باشد، اسباب گشایش امور است. [38](#)

4. آیت الله سید علی قاضی(ره): قرائت زیارت جامعه در هر روز جمعه، مقصودم همان زیارت جامعه معروف

5. آیت الله محمد تقی اصفهانی(ره) (آقا نجفی): بدان! بزرگترین و بایسته‌ترین کار برای سالک چنگ زدن به عنایت پیامبر اسلام(ص) و اهل پاک او و جلب شفاعت آنان است. ... مبدا که از این انوار مقدس غافل شوی و از فیض کامل و همه گیر آنان محروم گردی، از رحمت پر دامنه آنان ناامید می‌باش. زندگی و خط مشی آنان را الگوی خویش کن. بی‌گمان، آنان بهترین الگو و پیشوایند. 40

زمانه بر سر جنگ است یا علی مددی مدد ز غیر تو ننگ است یا علی مددی
گشاد کار دو عالم به یک اشارت توست به کار ما چه درنگ است یا علی مددی

6. کل احمد آقا: رفقا! توجه مدام به حضرت و یاد او، آینه‌ای است که ما را به مقام لقاء الهی می‌رساند. 41

7. کل احمد آقا: سعی کنید تا پایتان را از کشتی حضرت سیدالشهدا (ع) بیرون نگذارید، و دائماً به امری از امور دستگاه امام حسین (ع) مشغول باشید. آشپزی، چای دادن، سینه زدن، کفش جفت کردن و ... تا بوا سطره آن، از همه شیعیان دستگیری شود. و الا حساب و کتاب آنطرف دقیقتر از این حرف‌هاست. 42

5. اصل لقمه حلال

1. مرحوم آیت الله محمد بیدآبادی ضمن بیان این که از اولین شرایط سلوک تحصیل تقوا و ترک حرام و مشتبّه است در باره اهمیت لقمه حلال به این روایات استناد کرده است:

«ترک لقمه حرام الی الله احبّ من ألفی رکعة تطوعاً» 43 «ردّ دائق حرام يعدل عند الله سبعین حجة مبرورة» 44

2. مرحوم حاج شیخ حسنعلی نخودکی: «و اعلموا رحمکم الله انّ مدار الامر يدور علي ثلثة اشياء: السهر، و اكل الحلال ، و التوجّه في الصلوة و حضور القلب فيها» 45

6. اصل خودگرایی معنوی

یا ایها الذین آمنوا علیکم انفسکم لا یضرکم من ضلّ اذا هتدیتم 46

علی (ع): أ تُرِيدُونَ أَنْ أَضْرِبَکُمْ بِسِيفِي أَمَا إِنِّي أَعْلَمُ الَّذِي تُرِيدُونَ وَ يُقِيمُ أَوْدَکُمْ وَ لَکِنْ لَا أَشْتَرِي صَلَاحَکُمْ بِفَسَادِ نَفْسِي 47

همه کارهای انسان باید در مسیر خودسازی او قرار گیرد تا ارزشمند باشد.

مرحوم علامه طباطبایی(ره): ما هیچ کاری مهمتر از خودسازی نداریم.

7. اصل اهمیت نیت

1. امام خمینی(ره): پس میزان عرفان و حرمان، انگیزه است. هر قدر انگیزه‌ها به نور فطرت نزدیکتر باشند و از حجب حتی حجب نور وارسته‌تر، به مبدأ نور وابسته‌تر؛ تا آنجا که سخن از وابستگی نیز کفر است. 48

2. مرحوم سید هاشم حداد: «انسان خالص می‌رسد اول و آخر ا خلاص، بدون اخلاص انسان به جایی

3. یکی از شاگردان مرحوم سید هاشم حداد: ایشان همیشه این اشعار را تکرار می‌کرد:

سر رشته دولت ای برادر به کف آر وین عمر گرامی به خسارت مگذار

دایم همه جا با همه کس در همه کار می‌دار نهفته چشم دل جانب یار 50

4. مرحوم کل احمد آقا در راستای آن سخن پر مغز و جاودانه جناب شیخ که گفته بودند: عمل را باید برای خدا انجام داد، می‌فرمودند: از همان جوانی بعد از شنیدن این سخن شیخ، تمام هم و غم خود را مصروف به این امر کردم که نباید کار را برای ثواب و عقابش انجام داد، نیتم تنها باید خود خدا باشد.

خدایا زاهد از توحور می‌خواهد قصورش بین به جنت می‌گریزد از درت یا رب شعورش بین

دو عالم را به یکبار از دل تنگ برون کردیم تا جای تو باشد 51

ما از تو نداریم به غیر از تو تمنّا حلوا به کسی ده که محبت نچشیده است

5. در همان ایام یکی از زهاد را در خواب دیدم که در بهشت سلطنتی داشت و از همه نعمات بهشتی برخوردار بود. اما در عین حال، خیلی ناراحت و افسرده به نظر می‌رسید. به همین خاطر نزدیک او رفتم و از احوال و اوضاع آن طرف سوال کردم. او نیز سری تکان داد و گفت: این‌جا همه چیز دارم ولی افسوس که خدا ندارم. من در گروه اهل ثواب و پاداش محشور شدم. چون هر کاری که در دنیا کردم، برای ثواب بود و اکنون این هم نتیجه‌اش. حالا که نگاه می‌کنم می‌بینم که از اصل کاری بازمانده‌ام. 52

در دو عالم گر تو آگاهی از او زو چه به دیدی که در خواهی از او

(الیس الله بکاف عبده)

8. اصل عمل

1. نقش انگشتر مبارک امام حسین (ع): عَلِمْتَ فَاَعْمَلْ! 53

2. امام علی (ع): عَلِي الْعَالِمُ أَنْ يَعْمَلَ بِمَا عِلْمٌ ثُمَّ يَطْلُبُ تَعْلَمَ مَا لَا يَعْلَمُ. 54

3. امام علی (ع): إِنَّكُمْ أَلِيَ الْعَمَلِ بِمَا عَلِمْتُمْ أَحْوَجَ مِنْكُمْ أَلِيَ تَعْلَمَ مَا لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ. 55

4. آیت الله بهجت (ره): خداوند توفیق عنایت فرماید که آنچه را می‌دانیم زیر پا نگذاریم، و آنچه نمی‌دانیم توقف و احتیاط نماییم تا معلوم شود. نباشیم از آنها که گفته‌اند:

پی مصلحت مجلس آراستند نشستند و گفتند و برخاستند. 56

5. امام علی (ع): لَا تَجْعَلُوا عِلْمَكُمْ جَهْلًا وَ يَقِينَكُمْ شَكًّا، إِذَا عَلِمْتُمْ فَاعْمَلُوا، وَ إِذَا تَيَقَّنْتُمْ فَأَقْدِمُوا. 57

9. اصل پرهیز از عجله و ناامیدی

1. مرحوم حاج شیخ حسنعلی نخودکی: سالک باید کار خود را به خدا واگذارد و از عجله برای حصول نتیجه و سرخوردگی از تاخیر آن پرهیز کند.

کار خود گر به خدا بازگذاری حافظ ای بسا عیش که با بخت خدا داده کنی

و اصولاً قبض و بسط است که کار سالک را درست می‌کند و هر چه مقدار قبض امتداد داشته باشد در مقابل آن بس ممتد می‌شود. و لنعم ما قال:

کم حوصلگی است آن‌که سالک بیگاه خواهد شود از سرّ حقیقت آگاه

وامانده بود راهروی کو هر دم پرسد خبر از دوری و نزدیکی راه

انسان باید اول خوب دقت کند تا یقین نماید که طریقی را که سلوک می‌کند طریق حق است. و قتی فهمید که راه است و چاه نیست، دیگر غصه دیر به مقصد رسیدن را نخورد. [58](#)

به چشم خویش دیدم در بیابان که آهسته سبق برد از شتابان

سمند باد پا از تک فرو ماند شتریان همچنان آهسته می‌راند

2. مرحوم حاج شیخ حسنعلی نخودکی:

دست از طلب مدار که دارد طریق عشق از پا فتادنی که به منزل رسیدن است

و نیز باید توجه داشته باشد که [59](#) «و من یمخرج من بینه مهاجراً الی الله و رسوله ثم یدرکه الموت فقد وقع اجره علی الله» [60](#)

3. مرحوم علامه طهرانی به نقل از مرحوم علامه لاهیجانی انصاری: از جمله سفارشات مرحوم قاضی این بود است که انسان هیچ وقت نباید مایوس شود، و از دیر کرد نتیجه نباید دست از کار سیر و سلوک بردارد؛ زیرا ممکن است کسی با ناخن زمین رابه تدریج بخراشد و سپس ناگهان به اندازه گردن شتر آب زلال و روان جاری شود. [61](#)

4. استاد حسن زاده آملی(ره): مرحوم ملا حسینقلی همدانی(ره) عارف بلند مرتبه 24 سال در سیر و سلوک بود و عاقبت به جانی رسید. شما هم خسته نشوید و حوصله کنید. [62](#)

گدایی گردد از یک جذبه شاهی به یک لحظه دهد کوهی به کاهی

10. اصل ذکر و پرهیز از غفلت

1. مرحوم ملا حسینقلی همدانی در بیان دلیل این که ما به گناه و معصیت تن می‌دهیم عوام‌ملی را بیان می‌کند که اجمال آن عبارت است از: توجه تام و تمام به دنیا و غفلت از آخرت، بی‌توجهی به نعم بی‌پایان الهی، غفلت از عقوبت‌های سخت گناهان و بی‌توجهی به فقر و نیاز خود. [63](#)

2. بسیاری از آگاهی‌های ما خفته و خموش‌اند و از این رو شوقی را در ما بر نمی‌انگیزند و برای موثر کردن آن‌ها باید آن‌ها را در صفحه ذهن و دلمان حاضر و فعال کنیم که این کار با ذکر حاصل می‌شود.

3. اموري که موجب خروج انسان از غفلت مي گردند عبارتند از:

1. تفکر

نقش تفکر در غفلت زدائي

امام علي (ع): **انّ التفکر يدعو الي البرّ و العمل به و انّ التّدم علي الشرّ يدعو الي ترکه.** [64](#)

تفکر در باره مرگ

1. شهيد اول: ياد مرگ آدمي را در نيل به حقايق بندگي کمک مي کند. از پيامبر اکرم(ص) پرسيدند: آيا کسي با شهيدان محشور مي شود؟ پيامبر پاسخ داد: بلي، کسي که هر روز بيست بار ياد مرگ کند. مرگ آرزوها را کوتاه و عمل را نیکو کند. [65](#)

2. آيت الله سيد علي قاضي(ره): و سبب تمام غفلات، غفلت از مرگ است و تخيل ما ندن در دنيا؛ پس اگر مي خواهيد از جميع ترس و هراس و وسواس ايمن باشيد دائماً در فکر مرگ و استعداد لقاء الله تعالي باشيد و اين است جوهر گرانبها و مفتاح سعادت دنيا و آخرت (ايشان در يکي از نامه هاي خود به زيارت يک روز در ميان قبور سفارش فرموده اند) [66](#)

3. آيت الله شهيد سيد محمد باقر صدر(ره): پيدا است اين دستورالعمل امامان (ع) را بايد آويژه گوش کنيم و هميشه مرگ را به ياد داشته باشيم تا حرص زندگي در دنيا در ما بشکند، هوس ها بسوزند. [67](#)

2. تلاوت قرآن

1. قرآن ذکر است و مايه تذکر

2. مرحوم علامه طباطبايي(ره) از آيت الله سيد علي قاضي چنين فرموده اند: اگر من به جايي رسيده باشم از دو چيز است: قرآن کریم و زيارت سيدالشهداء صلوات الله عليه. [68](#)

3. موعظه

يعظکم لعلکم تذكرون [69](#)

امام علي (ع): **عليک بمجالس الذکر** [70](#)

4. مشاهده

امام صادق (ع): **كونوا دعاة للناس بغير السننکم ليروا منکم الورع و الاجتهاد و الصلاة و الخير فانّ ذلک داعيه.** [71](#)

5. تجربه

امام خميني(ره): «بدان که نفس در هر حظي که از اين عالم مي برد، در قلب اثری از آن واقع مي شود که آن تاثر از ملک و طبيعت است و سبب تعلق آن است به دنيا. و التذاذات هر چه بيشتتر باشد، قلب از آن تاثر بيشتتر

پیدا می‌کند، و تعلق و حبّش بیشتر می‌گردد تا آن که تمام توجه قلب به دنیا و زخارف آن گردد، و این منشأ مفاسد بسیاری است. تمام خطاهای انسان و گرفتاری به معاصی و سیئات برای همین محبت و علاقه است.»

[72](#)

پس اگر انسان کارهای خیر را هر چه بیشتر تجربه کند نورانیت درونش بیشتر شده و از غفلت دورتر می‌گردد.

6. تداعی معانی

11. اصل ارادت و احترام به علمای دین و پاسداشت ایشان

1. علامه حلی(ره): تو و التزام به بزرگداشت علما و احترام به آنان؛ که حضرت رسول الله(ص) فرمود: **مَنْ أَكْرَمَ فِقْهًا مُسْلِمًا لَقِيَ اللَّهَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَهُوَ عَنْهُ رَاضٍ وَمَنْ أَهَانَ فِقْهًا مُسْلِمًا لَقِيَ اللَّهَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَهُوَ عَلَيْهِ غَضَبَانٌ**. [73](#) حضرت رسول الله(ص) نگاه به چهره عالمان را از جمله عبادت‌ها شمرده است و نگاه به در خانه عالمان را عبادت دانسته و رفت و آمد با دانشمندان را عبادت خوانده است. [74](#)

2. یکی از طلاب: خواب دیدم کسی در اردبیل در حال احتضار است. در عالم خواب آن شخص را می‌شناختم، در همان لحظه دیدم که آقای بهجت در قم در مسجد خودشان دارند استخاره می‌کنند. ناگهان آقای بهجت متوجه آن شخص در حال احتضار در اردبیل شد و فوراً خودشان را به او رساندند و مشغول به تیمار و معالجه او شدند و افرادی که اطراف آن محتضر بودند متوجه آقای بهجت نبودند. از خواب بیدار شدم و بعد که رفتم خدمت آقای... و این خواب را برایش نقل کردم گفتند: همین‌طور است. این بزرگان به کسانی که نسبت به این‌ها ارادت دارند عنایت می‌کنند و این حالت احتضار آن آقا به معنی سقوط معنوی بوده که آقای بهجت دستگیری کرده‌اند. [75](#)

3. مرحوم بهاری همدانی: از برای طالب معرفت شروط لا بدّ من مراعات‌ها: ... و ان یكون معظماً للعلم والعلماء... [76](#)

4. آقای قاضی به همه توصیه می‌کردند که اگر قبری از امام زادگان یا علما و بزرگان در اطرافتان یا شهرتان هست حتماً بروید. [77](#)

5. حضرت علامه حسن زاده آملی: یک وقتی در محضر مبارک جناب آقای قمشه‌ای بودم. ایشان فرمودند: آقا شما خیر می‌بینید. من عرض کردم: الهی آمین، اما آقا شما چرا این فرمایش را می‌فرمایید؟ و روی چه لحاظی این بشارت را به من دهید که من خیر می‌بینم؟ ایشان فرمودند: چون شما را زیاد نسبت به اساتید، متواضع می‌بینم، خیلی مراعات ادب با اساتیدت می‌کنی و آن‌ها را در نام بردن، نیک نام می‌بری، این ادب و تواضع باعث می‌شود که شما به جایی برسید و خیر ببینید. [78](#)

6. مرحوم بهاری همدانی: اول عیبی که سالک پیدا می‌کند آن است که علماء ظاهر پیش او حقیر و کوچک گردد. [79](#)

12. اصل همت بلند داشتن در مقصد و هدف

1. اصولاً شریعت ما را به داشتن اهداف بلند تشویق می‌کند و از راضی شدن به اهداف کوچک و میانی باز می‌دارد. به عنوان نمونه:

2. و عباد الرحمن ... و الذين يقولون ربنا هب لنا من أزواجنا وذرياتنا قرّة أعين و اجعلنا للمتقين إماماً [80](#)

3. در زیارت جامعه از خداوند این چنین درخواست می کنیم:

و جعلني ممن يقتصر آثاركم، و يسلك سبيلكم، و يهتدي بهديكم، و يحشر في زمركم، و يكرّ في رجعتكم، و يملك في دولتكم، و يشرف في عافيتكم، و يمكن في أيامكم، و تفرّ عينه غداً برؤيتكم، بأي أنتم و أمي و نفسي و أهلي و مالي.

این فراز به ما می آموزد که «سعی کنیم از یاوران و شیعیان خاص آنان و کارکنان مؤثر و دولت‌شان باشیم. آرزو داشته باشیم چشم امید امام عصر به ما دوخته شود و امور اساسی آن دولت جهانی به دست ما انجام پذیرد. شبیه مناسبتی که میان مالک اشتر و امیرمؤمنان و یا در مقیاس بسیار کوچک‌تر میان بهشتی و خمینی برقرار بود. امام راحله از ملت ایران یکپارچه خشنود بود و به خود می‌بالید. اما شهادت بهشتی برای او همسنگ فقدان یک امت، غمبار و جانفرسا بود.» [81](#)

4. در زمینه مسائل اخلاقی هم نهایت قرب به خدا را باید در نظر داشت: **الهي هب لي كمال الانقطاع اليك**

غلام همت آنم که زیر چرخ کبود ز هر چه رنگ تعلق پذیرد آزاد است

واجعلني من أحسن عبيدك نصيباً عندك و أقربهم منزلة منك و أحصهم زلفةً لديك [82](#)

5. آیت الله محمد بید آبادی(ره): باید همت را بلند داشت و جز خدا چیزی را طلب نکرد. ان كنت عبدالله فارفع همّك و و كلّ اليه امر ما يهّمك ...

هر چه در این راه نشانت دهند گرنستانی به از آنت دهند

تو و طوبی و ما و قامت دوست فکر هر کس به قدر همت اوست [83](#)

13. اصل استقامت

1. انّ الذين قالوا ربنا الله ثمّ استقاموا تتنزل عليهم الملائكة ألا تخافوا و لا تحزنوا [84](#)

2. انّ الذين قالوا ربنا الله ثمّ استقاموا فلا خوف عليهم و لا هم يحزنون اولئك اصحاب الجنة خالدين فيها جزاء بما كانوا يعملون [85](#)

3. و ان لو استقاموا علي الطريقة لاسقيناهم ماءً غدقاً [86](#)

4. اميرالمومنين (ع): العمل، العمل، ثمّ النهاية، النهاية، و الاستقامة، الاستقامة. [87](#)

5. مرحوم قاضی(ره) می‌فرمود: «اگر طالب حقیقی بودی به جستجو ادامه بده که اگر الآن نرسیدی بالاخره زمانی خواهی رسید، و اگر به آب نرسیدی زمانی که وقتش است آب برایت از زمین فوران خواهد کرد. تازه وقتی هم به آب رسیدی و برایت در باز شد به همان کم بسنده نکن، بیشتر جستجو کن و بیشتر بخواه!» [88](#)

6. و می‌فرمودند: «انسان هیچ وقت نباید مأیوس شود و از دیر کرد نتیجه نباید از سیر و سلوک دست بردارد؛ زیرا ممکن است کسی با ناخن زمین را بخواشد و سپس ناگهان به اندازه گردن شتر، آب زلال و روان جاری شود.» [89](#)

14. اصل میانه‌روی و اعتدال در همه امور

1. امام علي (ع) در آخرین وصیت‌های خود: **وَ اقْتَصِدْ يَا بُنَيَّ فِي مَعِيشَتِكَ وَ اقْتَصِدْ فِي عِبَادَتِكَ وَ عَلَيْكَ فِيهَا بِالْأَمْرِ الدَّائِمِ الَّذِي تُطِيقُهُ** [90](#)

2. مرحوم آیت الله شیخ محمد بهاری همدانی: «خیر الامور اوسطها» در همه چیز جاری است، افراط و تفریط، هیچ کدام صحیح نیست؛ این است که فرموده‌اند: «علیکم بالحسنة بین السیئتين». [91](#)

15. اصل تدریج در عمل

1. قال رسول الله (ص): **تَكَلَّفُوا مِنَ الْأَعْمَالِ مَا تَطِيقُونَ**. [92](#)

2. امام علي (ع) در آخرین وصیت‌های خود: **وَ اقْتَصِدْ يَا بُنَيَّ فِي مَعِيشَتِكَ وَ اقْتَصِدْ فِي عِبَادَتِكَ وَ عَلَيْكَ فِيهَا بِالْأَمْرِ الدَّائِمِ الَّذِي تُطِيقُهُ** [93](#)

3. توصیه به تدریج دارای دو چهره است:

اول: چهره سلبی که «بیش از توان خود در هر مرحله بر خود تکلیف نکنید».

دوم: چهره ایجابی که «هر گاه توانایی و قابلیت نفس افزایش یافت تکلیف را بیافزایید یعنی تکلیف، کمتر از توانمندی نفس هم نباشد». [94](#)

16. اصل بهره‌مندی از استاد شایسته و پرهیز از استاد بی‌لیاقت

1. قَالَ أَبُو جَعْفَرٍ (ع): **يَا أَبَا حَمْرَةَ يَخْرُجُ أَحَدُكُمْ فَرَأْسُخَ فَيَطْلُبُ لِنَفْسِهِ دَلِيلًا وَ أَتَتْ بِطُرُقِ السَّمَاءِ أَجْهَلُ مِنْكَ بِطُرُقِ الْأَرْضِ فَاطْلُبْ لِنَفْسِكَ دَلِيلًا** [95](#)

2. مرحوم قاضی (ره) می‌فرموده است: چنانچه کسی که طالب راه سیر و سلوک طریق خدا باشد برای پید کردن استاد این راه، اگر نصف عمر خود را در جستجو و تفحص بگذرانند تا پیدا نماید ارزش دارد و می‌فرموده است: کسی که به استاد رسید نصف راه را طی کرده است. [96](#)

3. مرحوم سید هاشم حداد در باره لزوم همراه داشتن استاد کامل می‌فرمود: «نفس پس از عبور از مراحل مثالی و ملکوت اسفل، اسماء و صفات ذات حق برایش تجلی می‌کند. برای کمال و وصل به ذات حق باید از این مرحله هم عبور کند. اما کسانی که بی‌رهبر و دلیل و با ذکر و ورد خودسرانه حرکت کرده‌اند، نمی‌توانند از این منزل بار سفر ببرند، زیرا اولاً این منزل جالب و زیباست و دل‌کنند و عبور از آن مشکل است. ثانیاً عبور از آن، مستلزم قربانی نفس است و چگونه نفس می‌تواند خودش را قربانی کند؟ نفس باید تمام کمالاتی را که کسب کرده یکجا فدا کند و این برایش غیر ممکن است. پس در همان منزل می‌ماند و الی الابد مقبره او همین منزل می‌شود. و کوس انانیت و فرعونیت که تجلی اعظم نفس است، این‌جا پیدا می‌شود. و غلو و دعوی الوهیت کردن و خود را امام زمان دانستن و ... از این‌جا پیدا می‌شود». [97](#)

و همچنین می‌فرمود منصور حلاج استاد نداشت و همین موجب خطرات برای وی شد و با این که اصل مطالبش همان مطالب سایر عرفاست، اما چون فاش‌کننده اسرار الهی بود، خلقي را به فتنه و فساد انداخت و

گفت آن یار کز او گشت سر دار بلند جرمش آن بود که اسرار هویدا می‌کرد [98](#)

4. مرحوم آیت الله محمد جواد انصاری همدانی در آخر عمر شریفش سفری به همراهی دامادش مرحوم مهندس تناوش و شاگردش حاج آقا سبزواری به کشور پاکستان داشتند. جناب دکتر علی انصاری نقل می‌کردند که: از والد محترم سبب این مسافرت را پرسیدم. ایشان فرمودند: عاشق دل‌سوخته‌ای به نام اُتمیش در آنجا بود و ما از جانب خدای تعالی وظیفه پیدا کردیم که به یاری ایشان بشتابیم و مرحوم و ولد بارها می‌فرمود که: خدای تعالی بخل ندارد و اگر کسی شرائط تقوا را در خودش ایجاد کند خداوند استاد کامل را به او می‌رساند و لو این که از آن طرف عالم باشد.

5. آیت الله سید محمد حسن الهی: «سیر در عالم معنا، خطرناک‌تر از سفر در جهان مادی است، چون خطرات جهان مادی محدود و شناخته شده است، در حالی که ورود در وادی ناشناخته نیاز بیشتری به راهنما دارد که باید مواظب خطرات و انحرافات باشد، لذا داشتن مربی ضرورت دارد.» [99](#)

عاشق که شد که یار به حالش نظر نکرد؟ ای خواجه درد نیست و گر نه طیب هست [100](#)

این ره به جز از خدمت مردان مطلب مردی گردی چو گرد مردی گردی

6. «لا تجعل بيني وبينك عالماً مفتوناً بالدنيا فيصدك عن طريق محبتي فان اولئك قطاع طريق عبادي المريدن . ان أدني ما أنا صانع بهم أن أنزع حلاوة مناجاتي عن قلوبهم.» [101](#)

نیست چیره چون تو را چیره کند؟ نور ندهد مر تو را تیره کند

ای بسا ابلیس آدم رو که هست پس به هر دستی نباید داد دست [102](#)

17. اصل بدگمانی به نفس

1. حضرت سلیمان علی نبینا و آله و علیهم السلام: ما لي لا أري الهدى

2. حضرت یونس علی نبینا و آله و علیهم السلام: يا لا اله الا انت سبحانك اني كنت من الظالمين

3. شیخ محمد بهاری همدانی(ره): الخامس این‌که هیچ آنی نفس خود را شفیق و ناصح نداند، بلکه او را متهم و خائن بداند، لا سیما اگر دید در مطلبی خیلی اصرار دارد، بداند که غرض در بین هست، اغفال نگردد. [103](#)

18. اصل خلوت

مرحوم علامه طهرانی(ره): پانزدهم: خلوت. و آن بر دو گونه است: خلوت عام و خلوت خاص. خلوت عام عبارت است از کناره‌گیری و عزلت از غیر اهل الله - خصوصاً از صاحبان عقول ضعیفه از عوام مردم مگر به قدر ضرورت - و ذکر الذين اتخذوا دينهم لعباً وهواً و غرّهم الحياة الدنيا.

و اما خلوت خاص عبارت است از دوری از جمیع مردم. و اگر چه آن در همه عبادات و اذکار خالی از فضیلت

نیست و لیکن در طایف ای از اذکار کلامیه، بلکه در جمیع آنها در نیزد مشایخ راه، شرط است. [104](#)

19. اصل دوستی و دشمنی برای خدا

1. ملا حسینقلی همدانی(ره): و از جمله ابواب عظیمه ایمان، حبّ فی الله - جلّ جلاله - و بغض فی الله - جلّ جلاله - می باشد؛ و قد عقد له فی الوسائل و غیرها من کتب الاخبار باباً مستقلاً، فارجع الیه لعلّک تعرف عظمته، و تاخذ لنفسک نصیباً منه. [105](#)

2. در کتاب مصباح الشریعه به نقل از امام صادق (ع): اطلب مواخاة الاتقیاء و لو فی ظلمات الارض و ان افیت عمرک فی طلبهم، فانّ الله لم یخلق افضل منهم علی وجه الارض بعد النبیین علیهم السلام و ما انعم الله تعالی علی العبد بمثل ما انعم به من التوفیق بصحبته [106](#)

3. مرحوم بهاری همدانی: استاد ما - رضوان الله علیه - می فرمود: خیلی کار از اتحاد قلوب ساخته می گردد که از متفرد بر نمی آید. اهتمامی تام در این مطلب داشت. همین طورهاست. همه مفاسد زیر سر اختلاف قلوب است که شرح آن به طول می انجامد. [107](#)

با صبا افتان و خیزان می روم تا کوی دوست وز رفیقان ره استمداد همت می کنم
خاکبوس قدم و خاطر یاران باشم که مرا در شب غربت، رمق از ایشان بود
نخست موعظه پیر می فروش این است که از معاشر ناجنس احتراز کنی

20. اصل پرهیز از غرور

1. مرحوم حاج شیخ حسنعلی نخودکی: سالک باید توجه داشته باشد که این لطف خداست که او را حرکت می دهد و از او دستگیری می کند.

تا که از جانب معشوق نباشد کششی کوشش عاشق بیچاره به جایی نرسد
هر عنایت که داری ای درویش هدیه حق شمر نه کرده خویش

2. تا بداند که همه حسنات از جانب او است، و سیئات همه از ناحیه ما در حدیث است: [108](#)

«أنا أولی بحسناتک منک» [109](#)

3. امام موسی بن جعفر (ع) می فرماید:

«علیک بالجدّ و لا تُخرجنّ نفسک من حدّ التقصیر فی عبادة الله و طاعته فانّ الله لا یُعبد حقّ عبادة» [110](#)

چگونه سر ز خجالت بر آورم بر دوست؟ که خدمتی به سزا، بر نیامد از دستم

4. این آیت الله سید محمد حسن الهی(ره) است که چون عظمت آن غنی مطلق در وجودش جلوه کرده است نه خود را عارف می بیند و نه صاحب کمالات و مقامات و هنگامی که فقط برای یک بار می خواهند

کفش‌هایش را جلوي پایش جفت کنند نه تنها بازوي آن شخص را مي‌گیرد و مانع این کار مي‌شود بلکه به گریه هم مي‌افتد و مي‌گوید: «آخر مگر من که هستم تا شما کفش‌های من را جفت کنید چرا شما باید کفش‌های مرا جلوي پایم بگذارید؟!» [111](#)

5. یکی از شاگردان ایشان مي‌گوید: «آن چه ما از سید حداد مي‌دیدیم تواضع و فروتنی بود. وقتی کسی به منزل ایشان وارد مي‌شد به استقبال او مي‌رفتند. پایین اتاق کنار در مي‌نشستند و دیگران را در صدر مجلس مي‌نشانند. انسان در برخورد با ایشان تواضع، فروتنی و سادگی را حس مي‌کرد.» [112](#)

6. امام خمینی(ره): فرزندانم! از خودخواهی و خودبینی به در آی که این ارث شیطان است، که به واسطه خودبینی و خودخواهی از امر خدای تعالی به خضوع برای ولی و صفی او جل و علا سرباز زد. و بدان که تمام گرفتاری‌های بنی‌آدم از این ارث شیطانی است، که اصول فتنه است. [113](#)

21. اصل پرهیز از برتری طلبی

1. تِلْكَ الدَّارُ الْآخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِي الْأَرْضِ وَلَا فَسَادًا وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ [114](#)

2. فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ [115](#)

3. وَ سَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ [116](#)

4. امام خمینی(ره): آنان که در صد برتری‌ها هستند، چه برتری در علوم، حتی الهی آن، یا در قدرت و شهرت و ثروت، کوشش در افزایش رنج خود مي‌کنند. و وارستگان از قیود مادی که خود را از این دام ابلیس تا حدودی نجات داده‌اند در همین دنیا در سعادت و بهشت رحمتند. [117](#)

22. اصل کتمان

به پیر میکده گفتم که چیست راه نجات بخواست جام می و گفت: راز پوشیدن

1. یکی از شاگردان مرحوم سید هاشم حداد: از مسائلی که ایشان بر آن خیلی زیاد تاکید و اصرار داشتند، کتمان سیر بود. می‌فرمودند: «طوری زندگی کنید که کسی از سر شما خبردار نشود، حتی خانواده.» [118](#)

23. اصل بصیرت

1. امام صادق (ع): العامل علي غير بصيرة كالسائر علي غير الطريق؛ لا يزيده سرعة السير إلّا بعداً. [119](#)

2. امام صادق (ع): من عمل علي غير علم، كان ما يفسد اكثر مما يصلح. [120](#)

24. اصل پرهیز از ظلم و ستم به دیگران

1. آیت الله سید علی قاضی(ره): الله الله الله که دل هیچ کس را نرنجانید!

تا توانی دلی به دست آور دل شکستن هنر نمی‌باشد. [121](#)

2. کل احمد آقا: در سلوک حتي الامکان سعی کنید که ظلمي از شما صادر نشود. چونکه بار ظلم، ماورای تصور ماست. یک بار در عالم معنا به من حالي کردند که هیچ عبادتي، به احسان به خلق نمی‌رسد، و هیچ معصيتي نیز به عظمت ظلم وجود ندارد... اوليای خدا و بزرگان، برزخ بسياری از مؤمنين و انسان‌هاي وارسته را دیده‌اند که بعد از مرگشان، بار بسيار سنگيني را تحمل می‌کنند، با آن‌که همگی اهل خیر و ایمان بودند، ولي به خاطر کوتاهی و ظلمي که به خانواده و فرزندان خود روا می‌داشتند، آن طرف پایشان گیر است. [122](#)

25. اصل خوش خلقي با خانواده

1. پیامبر اکرم(ص) می‌فرماید: **أحسن الناس إيماناً أحسنهم خلقاً و ألطفهم بأهله و أنا ألطفكم بأهلي.** [123](#)

2. مرحوم بهاري همداني پس از اشاره به نقص عقلاني زن‌ها می‌گوید: پس تو باید اذیت او را تحمل کنی، اگر او مخالفت نماید، باید تو عفو کنی و کظم غیظ نمایی، او بد کند، جفا کند تو وفا کنی، او اسائت کند، تو احسان و مهربانی کنی، اگر او از روی جهل لجابت کند، باید تو به حسن خلق رفع نمایی، مع ذلک کله در هیچ مورد خود را بی‌تقصیر ندانی، اگر چه واقعاً حق با تو باشد، نظر به این‌که چون تو عاقلی و باید تحمل نمایی و باید بدانی، چون‌که تو تمام تسلط را بر او داری او در دست تو اسیر است. [124](#)

3. علامه حسن زاده آملی حفظه‌الله: من به آقا سید محمد حسن آقاي الهي(ره) برادر مرحوم علامه طباطبائي که در عرفان و سیر و سلوک از شاگردان مرحوم سید علي قاضي بود مکرر عرض می‌کردم وقتی خدمت آقا (علامه قاضي) می‌رسید از جانب من از ایشان خواهش کنید که مرا هم در تشریف به خدمت بقیة‌الله عجل الله تعالی فرجه- شریک خود نمائید و برای من نیز اجازه ملاقات بگیرید (چون می‌دانستم این دو بزرگوار به این سعادت عظمی می‌رسند) روزی در شهر آمل در بعد از ظهر خواستم استراحتی داشته باشم، بچه‌ها داد و فریاد کردند و مانع استراحتم شدند. من عصبانی شده با آن‌ها تندي نموده و پرخاش کردم ولي بعد از آن حرکات خودم پشیمان شدم، از این که بچه‌ها را نارحت کردم وجدانم ناراحت بود. عصر رفتم بازار و مقداری شیرینی و میوه خریده به منزل آوردم که شاید بدین وسیله دل بچه‌ها را به دست آورم. با این حال وجدانم آرام نمی‌گرفت. آشفته خاطر بودم. بالاخره تصمیم گرفتم سفری به شهر تبریز کرده با مرحوم سید محمد حسن الهي ملاقات کنم. رفتم تبریز وقتی به خدمت ایشان رسیدم پیش از این که علت مسافرتم را بگویم گفتم: عرض مرا به خدمت استاد رساندید؟ فرمود: من راجع به این موضوع نامه‌ای برای شما نوشتم و چون آدرس شما را نداشتم به خدمت آقاي اخوي فرستادم که به شما برساند و در آن نامه یاد آور شدم که: وقتی پیام شما را به آقا عرض کردم. آقا تأملی کرده سپس با ناراحتی فرمودند: ایشان چگونه می‌خواهند این راه را طی نمایند با آن اخلاقی که نسبت به عائله و کودکان انجام داده و با آن‌ها دعوا کردند. با آن اخلاق و تندي چگونه می‌شود به این رتبه و مقام رسید؟ آری در این راه ناهمواری‌ها، دست اندازها، پیچ و خم‌ها و خطرهای زیادی هست که سالک باید هشیارانه مواظب و مراقب خود باشد و تمام اعضاء و جوارح خود را همیشه کنترل نماید. [125](#)

4. همسر آقاي الهي: «ما 30 سال با هم زندگی مشترک داشتیم. در این 30 سال من نتوانستم چیزی از ایشان ببینم که مثلاً یک بار بد اخلاقی و پرخاش‌گری کند یا ایرادی بگیرد. خداوند ایشان را چنان خلق کرده بود که انگار یک فرشته بود که روی زمین آورده بودند، همان‌گونه هم بردندش، ایشان خیلی صبور بودند» [126](#)

5. آقاي سید عبدالامير حداد: «روزی یک بنده خدایی آمد بین علما نشست، گفت: «آقا ذکر، دستوری به من بده.» والد این طور بود که اگر کسی می‌آمد باطنش را می‌خواند که چگونه است، ظرفیتش چقدر است، ظاهراً آن شخص با خانمش بی‌احترامی و بد خلقي می‌کرد. والد خیلی ناراحت شد و گفت: «برو. آمدي این‌جا می‌خواهی ذکر و دستور از من بگیری؟ چه فایده! برو پیش همسرت و به او احترام کن، رعایت او را بکن، این

دست شما امانت است، خیانت و اذیت نکن، مثلاً ظهر رفتی دیدی غذا تمام شده حق نداری عصبانی شوی، حق نداری مثلاً بگویی برای من آب بیاور، اصلاً و ابداً، شما برو این را درست کن.» این بنده خدا مشکلش را فهمید و رفت پیش خانمش. بعد از سه روز آمد و گفت: «آقا دستش را گرفتم و گفتم مرا ببخش.» و آلد گفت: حالا این درست است. ایشان خیلی تاکید داشت که انسان متعلق به خانواده خودش است.» [127](#)

6. کریلایي احمد: چند سال پیش، یکی از دوستانم به رحمت خدا رفت. با آنکه او انسان متدین و خداترسی بود، ولی در خانه، رفتار درستی با زن و فرزند نداشت. اتفاقاً مدتی بعد، خوابش را دیدم که اوضاع و احوال خوبی نداشت. به او گفتم: فلانی، از مولی بخواه تا تو را نجات دهد؛ و شفاعت او را طلب کن! او نیز در جواب، فریاد زد که: «اینجا نکیر و منکری وجود ندارد و این حرفها به کار نیست! اینجا خود امیرالمؤمنین (ع) چوب میزند.» [128](#)

7. کریلایي احمد: روزی از سر عصبانیت، بر سر یکی از کودکانم فریادی زدم. بعد از آن متوجه شدم که فشار و ریاضت زیادی در راه است؛ و عرصه بر من تنگ خواهد شد. مدتی پس از آن، حضرت در عالم معنا فرمودند: به مقدار همین فریادی که بر سر کودک زد، باید پاسخگو باشی، که هر فریادی اینجا چوب دارد. [129](#)

8. کریلایي احمد: روزی یکی از فرزندانم بسیار اذیت می کرد؛ و اهل منزل، از شیطنتهای او به تنگ آمدند، لذا خواستم که با کتک او را آرام کنم، ولی به محض آنکه دستم را بلند کردم، پردهها کنار رفت و دست مولی امیرالمؤمنین (ع) را بالای دست خویش مشاهده کردم. همانجا حضرت با عتاب و تندی تکان دهنده ای فرمودند: «فلانی مواظب باش، اگر بزنی، می زنی!» [130](#)

26. اصل شفقت و خوش خلقی با خلق خدا

1. مرحوم علامه حلی در وصیت به فرزندش: تو و التزام به خوشرویی. همانا رسول الله (ص) فرمود:

«أَنتُمْ لَنْ تَسْعُوا النَّاسَ بِأَمْوَالِكُمْ، فَسَعَوْهُمْ بِأَخْلَاقِكُمْ». [131](#)

2. مرحوم آشیخ جعفر مجتهدی بعد از ذکر جریان کمک به سیدی که خانه نداشت و کنار خیابان چادر زده بود و خوشحالی مفرط او و عنایت حضرت رض (ع) در خواب به ایشان و تعلیم کیمیا می فرماید: «دل شکسته ای را به خاطر خدا آباد کردن آن هم به گونه ای که دست چپ از دست راست با خبر نشود از مهمترین اعمال سلوک الی الله می باشد.

صدها فرشته بوسه بر آن دست می زنند کز کار خلق یک گره بسته واکند.

تا آنجا که در توان دارید در انجام این مهم سعی کنید تا خداوند هم در موقع اضطرار از شما دستگیری کند. [132](#)

3. عروس آقای قاضی می گوید: «یک شب متوجه شدیم که دزدی وارد خانه شد. چشمش که به آقای قاضی افتاد خیلی ترسید. اما آقای قاضی دست روی شانهاش گذاشتند و فرمودند: «نترس پسر، کاری ندارم ولی اگر تو این کار را بکنی فرزندانم هم خراب می شوند.» بعد هم در آغوشش گرفتند صورتش را بوسیدند، در را باز کردند و فرمودند: «بیا از اینجا برو» یک سال بعد آن مرد برگشت پرسید: «سید تشریف دارند؟» آمد و به پای آقای قاضی افتاد و بعدها از شاگردان ایشان و از اولیا و بزرگان شد.» [133](#)

4. سید محمد الهی فرزند آیت الله سید محمد حسن الهی:

«در بیرون از خانه به بندگان و مخلوقات خدا احترام می کرد و در این باره بسیار سفارش می کرد. در مورد حیوانات و درختان هم به من زیاد توصیه می کرد، آن هم فقط به خاطر مخلوق خدا بودن.» [134](#)

5. کل احمد آقا: ویژگی مهم احسان به خلق این است که صفات دیگر را نیز به دنبال خود می آورد. هیچ صفتی بهتر از لوطی گری نیست، و انفاق ریشه در عبودیت دارد. پس ای رفقا بدانید که هیچ عملی مثل احسان بنده را به مولایش نزدیک نمی کند. ... در اهمیت احسان به خلق همین بس که خداوند فرموده است: اگر من بشر بودم، بیشترین کاری که انجام می دادم، همانا خدمت به دیگران بوده است. پس رفقا بیایید از همین حالا تمرین کنیم که از پول بگذریم، تا اگر همین فردا آقا امام زمان (ع) تشریف آوردند و دستور فرمودند که جان بدهید، برایمان دشوار نباشد. [135](#)

6. کل احمد آقا: پایه همه امور بر روی محبت دور می زند. سرّ خلقت و علت پیدایش عالم وجود در عشق و محبت خلاصه شده است. پس محبت اصل دین است. اما برای پیشرفت و ترقی در مقامات و درجات معنوی باید سه نکته را در نظر گرفت: نخستین راز موفقیت، خدمت به خلق خدا و دوری از ظلم است. مرحله دوم، کشتی سیدالشهدا (ع) است که فرموده اند: «ان الحسین مصباح الهدی و سفينة النجاة» مرحله سوم، توجه و حضور دائم است. اما محور و میاندار تمامی آنها، همان صفت احسان است که به حق مقدمه و پایه ای اساسی برای صفات دیگر می تواند باشد. [136](#)

7. کل احمد آقا: شیخ (رجبعلی خیاط) زمانی به زیارت حضرت شاه عبدالعظیم حسنی (ع) رفت. بعد از توسل کوتاهی، از حضرت پرسید: شما چگونه به این مقامات رسیده اید؟ ایشان نیز به وی فرمودند: من قرآن می نوشتم و می فروختم و پولش را فوراً انفاق می کردم. همین احسان به خلق مرا به این مقامات رساند. [137](#)

8. شخصی از کل احمد آقا سوال کرد که: آقا، بعضی ها گدایی می کنند، در حالی که جوان هستند و به نظر می آید که محتاج حقیقی نیستند. آیا به ایشان صدقه بدهیم؟ کل احمد آقا در جواب فرمودند: شما دیگر به این حرف ها و نقل ها چه کار دارید؟ او از طرف خداوند مأموریت دارد که بلا را از شما دفع کند و برود. آن وقت تو با دست خودت، دفع خیر می کنی! [138](#)

27. اصل پرهیز از زیاده روی در خواب و خوراک و سخن

صمت و جوع و سهر و عزلت و ذکر به دوام ناتمامان جهان را کند این پنج تمام

1. مرحوم ملکی تبریزی (ره) ضمن بیان این که برای حصول معرفت نفس انسان باید از مثال خود عبور کرده و به عالم عقلی برسد لازمه آن را کاستن از جنبه حیوانی و تقویت بعد روحانی می داند و برای حصول هر کدام دستور العمل هایی را از قول استاد خود بیان می کند. از جمله بیان برای تضعیف جنبه حیوانیت:

اولاً روز و شب زیاده از دو مرتبه غذا نخورد و حتی تنقل ما بین العذائین نکند.

ثانیاً هر وقت غذا می خورد، باید مثلاً یک ساعت بعد از گرسنگی بخورد، و آن قدر بخورد که تمام سیر نشود.

گوشت زیاد نخورد، و در هر هفته دو سه دفعه هر دو را، یعنی هم روز و هم شب را ترک کند.

للتكيف نخورد، و لا محاله آجیل خور نباشد و اگر احياناً وقتي نفسش زياد مطالبة آجیل کرد، استخاره کند.

اگر بتواند روزه‌هاي سه روز هر ماه را ترک نکند.

شبانه‌روز شش ساعت بخوابد.

البته در حفظ لسان و مجانبت اهل غفلت اهتمام زياد نمايد.

2. ابراهيم بن سليمان قطيفي: به دهانت لگام زن. کلماتي را که در روز قيامت تو را مفيد افتد و ثبت آن‌ها در نامه اعمال مایه خرسندي تو گردد بگو. از سخنانی که شرمساري آن روز را در پی دارد، دامن گیر. روایت شده است: مردی از اصحاب پیامبر (ص) در یکی از غزوات در رکاب آن بزرگوار شهید می‌شود، مادرش به قتلگاه می‌آید و بر بالین فرزندش می‌نشیند، می‌بیند که از گرسنگی سنگی به شکم بسته و با مقاومتی دلیرانه با دشمن جنگیده است، او را با دست نوازش کرد و گفت: «فرزندم، گوارایت باد!» پیامبر این کلمه را شنید فرمود: «بس کن ای مادر! او بیهوده گوی بوده است.» [139](#)

3. مرحوم علامه طهرانی: سیزدهم: صمت. و آن بر دو قسم است: سکوت عام و مضاف، و سکوت خاص و مطلق. سکوت عام و مضاف عبارت است از حفظ لسان از تکلم به قدر زائد بر ضرورت با مردمان. بلکه سالک باید اکثفا کند به قدر ضرورت و به اقل ما ممکن، و این صمت در همه دوران سلوک و در تمام اوقات لازم است، بلکه می‌توان گفت مطلقاً ممدوح است. و اشاره همین صمت قوله (ع): «ان شيعتنا الخرس» و نیز آنچه در مصباح الشریعة از حضرت صادق (ع) نقل شده است که: الصمت شعار الحیین، و فيه رضا الرب، و من اخلاق الانبياء و شعار الاصفیاء. و در حدیث بزنتی است از حضرت رض (ع): «الصمت باب من أبواب الحکمة، و الله دليل علي كل خير». قسم دوم که سکون خاص و مطلق است، عبارت است از: حفظ لسان از تکلم با ناس در حین اشتغال به اذکار حصریة کلامیه، و در غیر آن غیر مستحسن است. [140](#)

28. اصل برنامه‌ریزی

چند تذکر

1. اگر به درستی شروع به سلوک نمودی از مرگ نه‌راس

مرحوم آیت الله محمد بیدآبادی پس از آن که کیفیت شروع به سلوک صحیح را بیان فرمود می‌گوید: به یقین بدان که به نحو مذکور هر که شروع در سلوک نماید، در هر مرحله که اجل موعود رسد، در زمرة «و من يخرج من بيته مهاجراً الى الله و رسوله ثم يدرکه الموت فقد وقع اجره على الله» محشور شود. [141](#)

2. نتیجه تعرب بعد الهجرة سلوکی

آقا سید احمد کربلائی (ره): برادر ایمانی جناب آقا فلان سلّمه الله تعالی بداند که اگر کسی بعد از دخول در کار و تنبه و استبصار دست از طلب بردارد و به حال سابق خود برگردد، یا سبب وسیلة تحصیل دنیای خود العیاذ بالله قرار دهد، حال او بمراتب بدتر خواهد بود از کسی که بالمره داخل در این راه نشده باشد، زیرا که به منزلة کفر است بعد الایمان و این مطلب به مقتضای وعده الهی و تجربه اهل الله سبب خذلان در دنیا و خسران در آخرت هر دو خواهد بود... اگر العیاذ بالله دست برداشتی اما در دنیا بعد از برگشتن چنان شیطان مسلط می‌شود که درد دیگر چاره و مرهم‌پذیر نمی‌شود؛ و اما بعد از مردن چنان حسرت ندامت و غصه و افسوس دل

دستور العمل‌ها

1. یقظه و انتباه

متن ذیل از مرحوم ملا حسینقلی همدانی است که خواندن آن برای حصول یقظه و بیداری بسیار موثر است.

یا عبد الوهاب کیف غفلت عما وهبك ربنا الاعظم جلّ جلاله من النعم العظام والآلاء الجسام. ما ادري ايّا ما اكتبها بقلمی العاجز و الحال أنّه لو كانت الاشجار و النباتات كلّها اقلاماً و الملائكة و الثّقان کتّاباً و البحار مداداً الي ان فنت الکتاب و اقلامهم و مدادهم لما كتبوا قطرة من عجائب نعمته و ذرّة من غرائب آلائه. سبحانک لو بذلنا في طاعتک کلّ عمرنا و ما غفلنا عنک طرفة عين لکنّا مقصّرين في اداء بعض حقوقک . کیف و قد جلّت مصيبتنا و عظمت رزيتنا و قد افنينا اعمارنا في الغفلة عنک، مع أنّه کان ينبغي ان لا نغفل عن عظمة حضورک و جلالة سلطانک طرفه عين. ما ادري باي عقل اعرضنا عن ملازمة عظمتک المنيفة و حضرتک الشريفة، و قد ملات عظمتک السموات و الارضين، و اطارت عقول الانبياء و المرسلين و زعزت قلوب العارفين. يا حسرتاه علي ما فاتنا من فوايد مراقبتک و فرايد مراقبتک و امصيتاه انا زدنا علي غفلتنا و تجرّنا في حضرتک العظيمة ارتکاب المعاصي المهلكة و الجرائم الموبقة و قد سوّدنا وجوهنا و صفحة صحيفة اعمالنا و آذينا باثامنا و تنّ اعمالنا عمّالک الکاتبين لاعمالنا القبيحة. و کم من سهام خطيئة منّا شقّ کبد الدين و کم من سينان السنننا المحدودة بالغيبه و الکذب و الفحش و اللعن و الاستهزاء و المخاصمة و المجادلة و الافتراء و الايذاء قد جرحت قلب الشرع الشريف، يعني قلوب الانبياء و المرسلين. و قد اخرجنا قلوبنا عن قابليّة ادراک شرف مراقبتک و لطف اطاعتک. و مّد اشغلنا السنننا بذکرک اعرضنا عنک بقلوبنا الجافية الجائفة، و وجهناها الي آمالنا المزخرفة و شهواتنا المکدّرة، من الجاه و الاعتبار و الدرهم و الدينار و الاثاث و العقار. و لو ظهّرت قبائح ما ذکرناه في قلوبنا حال الصلاة، و أخرجت صحيفة مشتملة علي بعض ما مرّ علي افئدتنا فيها لرأينا امراً فظيماً و خطباً شنيعاً و شيئاً منکراً قبيحاً و لما وجدت من الصلوة حرفاً و من الحضور طرفاً. فاذا کان هذا حال صلوتنا - و هي من اعظم ما نرجوا منها التقرب اليک - واسواتاه من سائر قبائح ما اجرّنا و شناع ما ارتکبناه . فباي وجه نلّقاک و باي بدن نقف بين يديک و باي لسان نجاويک يوم ترتعد فيه فرائص النبیين، و تُزعزع فيه اركان السموات و الارضين، و تدّھش فيه قلوب العارفين، و يضطرب فيه عقول المقربين، و تخرس في السنة الفصحاء، و يتشوّش فيه ذهن البلغاء، و يتزلزل الارض و تنشق السماء، و تعظم حرارة الهواء، و يكثر البلاء يوم تعمّ البلوي الاخيار و الاشرار، و يطول فيه الانتظار، و يتشوّش نظام الموجودات و يتصل الصيحة بالصيحة و الرنة بالرنة. فواحد ينادي واولتاه، و آخر ينادي واعطشاه، و آخر وامصيتاه، و آخر و اغوثاه، و آخر واذلاه، يوم يقوم الناس فيه لربّ العالمين، و قد احاط بالناس خدمه و حشمه، اي ملائكة غلاظ شداد، عابسين وجوههم علي هيئة منكرة موحشة، و اجسام كبيرة كبيرة، و بايديهم ضرائب من النار، و الناس بين ايديهم في اسر الذلة و المهانة، تقودهم الي الحساب. فما ادري كيف حالنا بين يديک و اني لنا الطاقة لنحمل هذه المشاقّ التي تعجز عن بعضها الجبال الراسيات بل الارضون و السموات، و اي مناسبة بين اللحم و العظم و بين ذلك النار، و من الذي يطبق السلاسل و الاغلال و العقارب و الحيات التي كالجبال، و اي جسم يقوم لشرب الزقوم و الضريع، و من الذي يغيشنا في هذه البلايا و المحن، و ينجيننا عن هذه الشدائد و الفتن، و انت غياث المستغيثين و ارحم الراحمين. فهل توقّنا لتوبة صادقة مقبولة؟ لعلّنا بعونک ندرك بعض ما فاتنا باستكانة و خضوع و خشوع و ركوع و سجود. ويل لنا ان تركتنا علي هذه الحالة الكثيفة و الاوصاف المهلكة و الافعال الميشومة، و القلوب القاسية و الامراض الصعبة المردیه. فالغوث الغوث الغوث، يا كريم.

فيا اخواني انتبهوا عن نومکم و تفکروا في عاقبتکم و اعلموا أنّه لا مفرّ عن المجاهدة و لا يغرّکم شبابکم و دارکم و متاعکم، فانّها وبال و عاقبتها نکال. فبادروا بالتوبة قبل الحوبة، و البكاء و النياح قبل انقضاء المده، و ليکن

هادم اللذات - يعني الموت - بين ايدىكم، و اكثرثوا التفكير فيه في الاليالي المظلمة، و لا تظلموا انفسكم، و اقرؤا: «فمن يعمل مثقال ذره خيراً يره و من يعمل مثقال ذرة شراً يره» [143](#)

2. توبه

آيت الله ملا حسينقلي همداني(ره): تو كه هنوز جوارحت را از معاصي پاك نكرده‌اي، چگونه منتظري كه در شرح احوال قلب، چيزي به تو بنويسم، پس «البدار الابدار الي التوبة الصادقة، ثم العجل العجل في الجد و المراقبة» [144](#)

3. مشارطه، مراقبه و محاسبه

4. مطالعه دقيق رساله عمليه

5. انفاق‌هاي واجب و مستحب

آيت الله سيد صدرالدين محمد موسوي كاشف دزفولي: دوم: تصدق نمودن در راه خدا به آنچه ميسر شود؛ بلكه هر چه بيشتر بدهد بهتر است - هر گاه ضرر به نفس خود يا عيال خود نرساند، كه در اين صورت، اولي نفس و عيال است. [145](#)

6. نماز با حضور قلب

1. مرحوم حاج شيخ حسنعلي نخودكي: در طريقه حقير، خصوصاً نماز خيلي مورد توجه است، كه هر چه زحمت و توجه است به نماز معطوف داريد. «و اعلموا رحمكم الله ان مدار الامر يدور علي ثلثة اشياء: السهر، و اكل الحلال، و التوجه في الصلوة و حضور القلب فيها» [146](#)

2. آيت الله سيد علي قاضي(ره) مي‌فرمود: «اگر نماز را تحفظ كرديد همه چيزتان محفوظ مي‌ماند.» [147](#)

3. ايشان (آيت الله سيد علي قاضي(ره)) در هر حال وقتي مي‌خواستند نماز بخوانند، چه مستحب، چه واجب، با لباس كامل مي‌ايستادند يعني جوراب مي‌پوشيدند، عمامه و يك كمی عطر هم مي‌زدند و به بچه‌ها هم همين را توصيه مي‌کردند. [148](#)

4. وقتي از آيت الله سيد عبدالكريم كشميري(ره) مي‌پرسند كه چگونه در نماز مشغوليات فكري را از خود دور كنيم، مي‌گويد: «از مستحبات نماز اين است كه انسان قبل از نماز سر سجاده بنشيند چرا كه او زائر خدا ست. انسان براي اين كه موقع نماز متوجه باشد و از مشغوليات روزمره دور شود، مستحب است كه قبل از نماز كمی بنشيند و فكر كند كه در مقابل يك بي‌نهايت، يك كريم، يك عزيز، يك غفور، يك رحيم، يك جواد، يك واحد، يك وتر، يك احد و يك صمد دارد نماز مي‌خواند.» [149](#)

7. نماز اول وقت

8. نماز جمعه

9. اهميت نوافل

1. مرحوم بهاري همداني: تارك الصلوة را بل تارك النوافل را دم از عرفان زدن غلط اندر غلط است. [150](#)

2. آيت الله سيد علي قاضي(ره): شما را سفارش مي كنم به اين كه نمازهايتان را در بهترين و با فضيلت ترين اوقات به جا بياوريد و آن نمازها با نوافل، 51 ركعت است، پس اگر نتوانستيد، 44 ركعت بخوانيد (مرحوم فيض در زاد السالك مي فرمايد: محافظت بر نماز معهودة رواتب يومية، كه ترك آن را معصيت شمرده اند الا چهار ركعت از نافله عصر و دو ركعت از نافله مغرب و وتيره كه ترك آن بي عذي نيز جايز است) و اگر مشغله هاي دنيوي نگذاشت آن ها را جا آوريد حداقل نماز اوابين را بخوانيد. (ظاهراً مراد نافله ظهر است) [151](#)

3. حضرت آيت الله بهجت(ره): «مرحوم آقاي كمپاني با همه گرفتاري ها و اشتغالات علمي، تدريس و تاليف، اكثر نوافل و دعاها و زيارت مستحبي را انجام مي دادند، و حتي در سفر هم اصرار داشتند كه اين اعمال ترك نشود. از دعاهاي هميشگي آن مرحوم اين بوده است كه از خدا مي خواهيم اين توفيق را تا آخرين لحظة عمر از من نگیرد چون من تنها از همين نماز و دعاها لذت مي برم و دلم خوش است. [152](#)

10. نماز شب

1. شهيد اول: از نافع ترين توصيه ها، شب زنده داري و تهجد است كه شيوه صالحان است؛ صالحان هيچ شبتي را بي نماز نافله صبح نمي كنند؛ گاه در آغاز شب، گاه نيمه شب و گاه پايان شب. [153](#)

2. مرحوم ملا حسينقلي همداني: اقلاً يك ساعت به صبح مانده بيدار شو، و سجده به جا بياور [154](#)

3. مرحوم ملا حسينقلي همداني: خلاصه بعد از سعي و مراقبت، البته طالب قرب، بيداري و قيام سحر را اقلاً يك دو ساعت به طلوع فجر مانده الي مطلع الشمس از دست ندهد، و نماز شب را با آداب و حضور قلب به جا بياورد و اگر وقتش زيادتر باشد، به ذكر يا فكر يا مناجات مشغول بشود، ليكن قدر معينی از شب بايد مشغول ذكر با حضور بشود. [155](#)

4. مرحوم بهاري همداني: تا بيدار شد سجدة شكري به جا آورد، اگر خودش هم بيدار نمي شود اسباب بيداري فراهم بياورد. بعد از بيدار شدن به اطراف آسمان نگاه كرده، به تامل چند آية مبارك كه اول آنها «ان في خلق السموات و الارض» است تا «انك لا تخلف الميعاد» بخواند، بعد تطهير كرده، وضو گرفته، مسواك نموده، عطري استعمال كرده و سر سجادة خود بنشيند، دعاي الهي غارت نجوم سمائك را بخواند. پس شروع به نماز شب نمايد به آن ترتيب كه فقها رضوان الله عليهم نوشته اند. [156](#)

5. آيت الله سيد علي قاضي(ره): اما نماز شب پس هيچ چاره و گريزي براي مومنين از آن نيست و تعجب از كسي است كه مي خواهد به كمال دست يابد در حالي كه براي نماز شب قيام نمي كند و ما نشنيديم كه احدي بتواند به آن مقامات دست يابد مگر به وسيله نماز شب. [157](#)

به نيمه شب كه همه گرم خواب خوش هستند من و خيال تو و ناله هاي گرم آلود

هر گنج سعادت كه خدا داد به حافظ از يمن دعاي شب و ورد سحري بود

11. نماز جعفر طيار

12. انجام تعقيات نماز

1. شهید اول: دوست دارم که برادرانم بعد از نماز صبح تا زمانی که خورشید به قدر یک نیزه بالا نیامده در امور دنیوی سخن نگویند، آن گاه با گزاردن دو رکعت نماز مستحبی به کار و تلاش پردازند. [158](#)
2. آیت الله سید احمد کرلایی(ره): ان شاء الله تعالی تمام مواظبت به تهجد و برخاستن سحر و اشتغال به نافله شب با کمال حضور و اقبال و اشتغال به تعقیب و قرائت تا طلوع آفتاب. [159](#)
3. مرحوم بهاری همدانی: الحاصل تا اول آفتاب وقت عبادت قرار دهد، هیچ شغلی به جا نیاورد غیر از عبادت، کارهای دیگر را به آن وقت نیاندازد، همه را در اذکار و اوراد مشروعه مشغول باشد، اگر هنوز اهل فکر نشده باشد. [160](#)
4. مرحوم حاج شیخ حسنعلی نخودکی: بین الطلوعین را به چهار قسمت تقسیم کنید: یکی اذکار و تسبیح، دیگر ادعیه، سوم قرائت قرآن، و بالاخره فکری در اعمال روز گذشته. اگر موفق به طاعتی بوده‌اید شکر کنید و و اگر خدای نکرده ابتلا به معصیتی یافته‌اید استغفار کنید. [161](#)

13. سجده طولانی و خلوت با خدا

1. پیامبر گرامی اسلام(ص) سفارشهای موکد درباره طول سجود فرموده است، و این امری است بسیار مهم. سجده طولانی، نزدیکترین هیئت‌های بندگی است، و به همین جهت در هر رکعت نماز، دو سجده تشریع شده است. از ائمه اطهار (ع) و شیعیانشان در مورد طول سجود مطالب مهمی نقل شده است. در یکی از سجده‌های امام سجاد (ع) شمارش رفت که هزار مرتبه فرمود: «لا اله الا الله حقاً، لا اله الا الله تعبداً و رقاً، لا اله الا الله ایماناً و صدقاً» در باره امام کاظم (ع) نوشته شده که گاهی طول سجده‌اش از با مداد تا ظهر ادا می‌داشت، و از اصحاب ائمه مانند «ابن ابی عمیر» و «جمیل» و «خربوذ» قریب به همین مطلب نقل شده است. در ایام تحصیل در نجف اشرف شیخ و استادی داشتم که برای طلاب با تقوا، مرجع بود، از او سوال کردم: چه عملی را شما تجربه کرده‌اید که می‌تواند در حال سالک موثر باشد، فرمود: «در هر شبانه‌روز یک سجده طولانی به جای آورد و در حال سجده بگوید: «لا اله الا انت، سبحانک انی کنت من الظالمین». در حال ذکر، این چنین توجه کند که پروردگار منزّه از این است که بر من ظلمی روا داشته باشد، بلکه خود من هستم که بر نفس ستم کردم و او را در این مهالک قرار دادم.» استاد من علاقه‌مندانش را به این سجده سفارش می‌کرد و هر کس که انجام می‌داد، تاثیرش را مشاهده می‌کرد، مخصوصاً کسانی که این سجده را بیشتر طول می‌دادند. بعضی آن‌ها هزار مرتبه ذکر مذکور را در سجده تکرار می‌کردند و بعضی کمتر و بعضی بیشتر و شنید که بعضی آن‌ها این ذکر را سه هزار مرتبه در سجده تکرار می‌کردند. [162](#)

2. شیخ محمد بهاری همدانی: خوب است که یک سجده طولانی هم بجا بیاورد، به قدری که بدن خسته شود، و ذکر مبارک آن را هم «سبحان ربی الاعلی و بحمده» قرار دهد؛ و مهماً ممکن، هر چه می‌خواهد باید با قلب حاضر باشد. حواسش جای دیگر نباشد، مداومت هم بکند، عمل ملکه و عادت او شود تا این‌که ترک نگردد. [163](#)

3. آیت الله سید احمد کرلایی: و مواظبت کاملی در هر شبانه‌روز ان شاء الله بر ساعتی انقطاع از غیر خدا و خلوتی با خدای - جلّ جلاله - داشته باشد همراه با مناجات و زاری و بریدن از غیر خدا و فروتنی و خشوع نسبت به خداوند. و سزاوار است که این خلوت را در هر شب بین نماز مغرب و عشا یا بعد از نماز عشا قرار دهد پس آن سجده مورد نظر را به جای آورد. [164](#)

14. تعقیبات نماز صبح

1. مرحوم ملا حسینقلی همدانی: بعد از فراغ، تسبیح سیده نساء علیها السلام و دوازده مرتبه سورة توحید و ده مرتبه لا اله الا الله وحده لا شریک له، له الملک الی الآخر... و صد مرتبه لا اله الا الله و هفتاد مرتبه استغفار بخوان و قدری از قرآن شریف تلاوت نماید و دعای معروف صبح، اعننی یا من دلغ لسان الصباح الی آخر البتہ خوانده شود. [165](#)

2. شیخ محمد بهاری همدانی: بعد از نماز صبح صد مرتبه استغفار، و صد مرتبه کلمة توحید، و یازده مرتبه سورة توحید و صد مرتبه «اللهم صل علی محمد و آل محمد و عجل فرجه» را ترک نکند. [166](#)

3. مرحوم بهاری همدانی: بعد از نماز صبح صد مرتبه استغفار و صد مرتبه کلمة توحید و یازده مرتبه سورة توحید و صد مرتبه اللهم صل علی محمد و آل محمد و عجل فرجه را ترک نکند. [167](#)

4. آیت الله سید احمد کرلایی(ره): ان شاء الله تعالی مواظبت به تهجد و برخاستن سحر و اشتغال به نافله لیل با کمال حضور و اقبال و اشتغال به تعقیب و قرائت قرآن تا طلوع آفتاب و ان شاء الله هفتاد یا صد مرتبه استغفار را صباحاً و مساءً ترک ننماید و صد مرتبه تهلیل و اذکر معهوده «سبحان الله العظیم و بحمده، استغفر الله» لا اقل ده مرتبه در صبح و شام و كذلك «لا اله الا الله وحده لا شریک له الی آخر و رب اعوذ بک و اشهد ان لا اله الا الله وحده لا شریک له الی آخر...» [168](#)

5. مرحوم آیت الله سید علی قاضی(ره): این ذکر را بعد از صلوات صبح و مغرب یا در صباح و عشا ده دفعه بخوانید: «لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ لَهُ الْمُلْكُ وَ لَهُ الْأَحْمَدُ، يُحْيِي وَ يُمِيتُ، وَ يُمِيتُ وَ يُحْيِي، وَ هُوَ حَيٌّ لَا يَمُوتُ بِيَدِهِ الْخَيْرُ وَ هُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ» و «أَعُوذُ بِاللَّهِ السَّمِيعِ الْعَلِيمِ مِنَ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ وَ أَعُوذُ بِكَ رَبَّ أَنْ يَحْضُرُونِ إِنَّ اللَّهَ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ» [169](#)

6. مرحوم آیت الله سید علی قاضی(ره): یس بعد از نماز صبح [170](#)

7. مرحوم حاج شیخ حسنعلی نخودکی: از مناجات خمس عشره هر روز صبح یکی را بخوانید، وقتی به اتمام رسید از اول شروع کنید. [171](#)

15. تلاوت مستمر قرآن

تأثیر تلاوت قرآن

1. مرحوم علامه طباطبایی از آیت الله سید علی قاضی(ره) چنین فرموده‌اند: اگر من به جایی رسیده باشم از دو چیز است: قرآن کریم و زیارت سیدالشهداء صلوات الله علیه. [172](#)

تلاوت یک جزء قرآن

2. آیت الله ملا حسینقلی همدانی(ره): هر روز هر قدر بتوانی لا اقل یک جزء قرآن با احترام و وضو و خضوع و خشوع بخوان و در بین خواندن حرف مزن، مگر در مقام ضرورت [173](#)

تدبر در قرآن

مرحوم علامه محمد تقی مجلسی: آنچه این بنده از دوران ریاضت و خودسازی دریافته‌ام، مربوط است به زمانی که به مطالعه تفسیر اشتغال داشتم. شبی در بین خواب و بیداری حضرت محمد (ص) را مشاهده کردم،

با خود گفتم: شایسته است در کمالات و اخلاق آن حضرت خوب دقت کنم. هر چه بیشتر دقت کردم عظمت و نورانیت آن جناب گسترده‌تر می‌شد، به طوری که نورش همه‌جا را فرا گرفت. در این هنگام بیدار شدم، به من الهام شد که خلق رسول خدا قرآن می‌باشد، باید در قرآن بیندیشم. پس هر چه بیشتر در آیاهای دقت می‌کردم، حقایق بیشتری نصیب می‌شد، تا این‌که یکدفعه حقایق و معارف فراوانی بر قلبم فرود آمد. پس در هر آیاهای که تدبّر می‌کردم چنین موهبتی بر من عطا می‌شد. [174](#)

تلاوت قرآن در سحرها

1. آیت الله سید علی قاضی (ره): «علیکم بقراءة القرآن الکریم فی اللیل بالصوت الحسن الحزین فهو شراب المؤمنین». [175](#)

2. مرحوم حاج شیخ حسنعلی نخودکی: تلاوت چند آیه از قرآن با تدبّر در معانی آن در سحرها مداومت نماید. [176](#)

قرآن به نیت هدیه به پیامبر اسلام(ص)

3. مرحوم ملکی تبریزی: یکی هم قرآن که خوانده می‌شود به قصد هدیه به حضرت ختمی مرتبت(ص) خوانده شود. [177](#)

4. مرحوم علامه طباطبایی: هر شب، پیش از خواب اگر توانستید سوره مسبّحات یعنی: سوره‌های حدید و حشر و صف و جمعه و تغابن و اعلی را بخوانید و اگر نتوانستید، تنها سوره حشر را بخوانید. [178](#)

16. مواظبت بر ادعیه

ابراهیم بن سلیمان قطیفی: بر خواندن ادعیه مواظبت کن و با زاری و تضرع دعا بخوان، زیرا پیامبر(ص) فرمود: «ما فتح الله لأحد باب دعا الا فتح الله له فيه باب اجابه». در دعا برای برادران دینی خود بکوش، زیرا آنچه را برای آنان بخواهی، صد هزار برابر آن را خدا به تو می‌دهد. ولی تضمینی در اجابت دعای برای خود نیست. [179](#)

17. انس با روایات اهل بیت علیهم السلام

علامه حلی(ره): تو و التزام به تلاوت قرآن عزیز و تفکّر در معانی آن و رعایت اوامر و نواهی‌اش و تتبع در اخبار نبوی و آثار محمدی و جستجو و فهم معانی آنها و تأمل کردن تام در آنها. [180](#)

مرحوم آیت الله شیخ عبدالله مامقانی: و بر تو باد فرزند عزیزم به این‌که در هر روز و شبی یک ساعت به اخبار و موعظه مراجعه کنی، پس برآستی که برای آن تاثیر فوق العاده‌ای است در زنده کردن قلب و حفظ نفس اماره از سرکشی. [181](#)

18. سه روز روزه در هر ماه

شیخ محمد بهاری همدانی(ره): و مهما ممکن روزه را ترک نکند، خصوص سه روز از ماه را که پنجشنبه اول و آخر و چهارشنبه وسط هر ماه است، اگر مزاج او مساعد باشد، و الا مراعات مزاج اولی است، زیرا که بدن مرکب انسان است اگر صدمه خورد از پا می‌افتد و لذا نباید خیلی هم به هوای آن بچرخد تا این‌که یاغی شود،

که او را دیگر اطاعت نکند. «خیر الامور اوسطها» در همه چیز جاری است. افراط و تفریط هیچ کدام صحیح نیست؛ در هیچ مرتبه [182](#)

19. وقتی برای تفکر گذاشتن

1. مرحوم میرزا جواد ملکی تبریزی: تا می‌تواند ذکر و فکر را ترک نکند که این دو جناح سیر آسمان معرفت است. [183](#)

2. استاد شوشتری: ایشان (مرحوم آیت الله بهاء الدینی) همیشه شاگردان خود را به تفکر و تعقل تشویق می‌نمودند. و الحق و الانصاف خوب دستوری را سفارش می‌نمودند که عرفان عملی را با تفکر و تعقل همراه می‌نمودند. [184](#)

20. زیارت امامان و امام زادگان علیهم‌السلام

شهید اول: در زیارت مشاهد مشرفه، یا خواندن زیارت آن‌ها از راه دور غفلت مکن. [185](#)

مداومت بر برخی از زیارت‌ها

21. دوام طهارت

1. مرحوم آیت الله ملا حسینقلی همدانی: و دائماً با وضو باشد. [186](#)

2. مرحوم آیت الله بهاری همدانی: و مهما ممکن غالباً با طهارت باشد. [187](#)

3. مرحوم آیت الله سید احمد کریمائی: و ان شاء الله تمام مواظبت در دوام طهارت - مهما ممکن - و نوم بر طهارت ... را ... ترک ننماید. [188](#)

4. استاد شوشتری: دستورات ایشان (مرحوم آیت الله بهجت(ره)) اکثراً سفارش به انجام واجبات و ترک محرمات و اتیان بعضی مستحبات و ترک مکروهات بوده و در بین مستحبات به دوام در طهارت و نافله شب و نماز جعفر طیار بیشتر سفارش می‌نمودند. [189](#)

5. مرحوم آیت الله شیخ عبدالله مامقانی: و بر تو باد فرزند عزیزم به این‌که با طهارت باشی - در حد امکان - چرا که طهارت، اسلحه مؤمن برای راندن شیطان است و مانع عذاب قبر بوده و سبب برآمدن حاجت شده و موجب زیادی عمر و روزی می‌گردد. [190](#)

6. مرحوم علامه سید محمد حسین حسینی طهرانی: دوام طهارت و آن عبارت است از دوام وضو و اغسال واجبه و غسل جمعه و سایر اغسال مستحبیه حتی الامکان. [191](#)

22. مداومت بر برخی از اذکار

اهمیت ذکر

مرحوم علامه محمد تقی مجلسی: البته آنچه بسیار مهم است ذکر خدا با مراقبت کامل می‌باشد و سایر

تأثیرات مختلف اذکار

1. از آیت الله کشمیری نقل شده است که می‌گفتند: «این طور نیست که استاد فقط ذکر بدهد، آقای قاضی همیشه به ما می‌گفتند اذکار و ادعیه با شرایط تأثیر می‌کند، و مراقبه حرف اول را می‌زند. ایشان همچنین نوع اذکار را از نظر کمی و کیفی برای خواص متذکر می‌شدند و می‌گفتند کار آسانی نیست که کسی بتواند این کار را بکند، مگر خود هم راه رفته باشد و هم حاذق باشد. بعضی اوراد برای قوی شدن اراده، بعضی برای تقویت روح و عده‌ای برای رزق و دسته‌ای برای توحید و فناء فی الله و تعدادی برای محبت است. بعضی اذکار توحیدی فقر می‌آورد و ممکن است شخص نتواند تحمل کند و لذا حرمت ذکر ضایع می‌شود. ایشان هم چنین میان افراد مجذوب و غیر مجذوب فرق می‌گذاشتند چون بین میل کلی و جزئی فاصله و ثمره بسیار است و ثمرات روحی و مزاجی با هم متفاوت است». [192](#)

2. مرحوم علامه طهرانی: ورد؛ و آن عبارت است از اذکار و اوراد لسانیه. و کیفیت و کمیت آن منوط به نظر استاد است، چه آن حکم دوائی را ماند که بعضی را نافع و دیگری را مضر است. و گاه اتفاق می‌افتد که سالک به دو ذکر مشغول می‌شود که یکی او را به کثرت توجه می‌دهد و دیگری به وحدت؛ و در صورت اجتماع، نتیجه هر دو خنثی می‌گردد و نتیجه‌ای عاید نمی‌شود. البته اذن استاد شرط در اورادی است که اذن عام در آن داده نشده است و اما در آنچه اذن عام داده شده، اشتغال به آن مانعی ندارد. [193](#)

ذکر لا اله الا الله

مرحوم میر محمد حسین خاتون آبادی: کمترین مقدار ذکر «لا اله الا الله» صد مرتبه در روز است. از حضرت امام صادق (ع) روایت شده است: «هر کس در هر روز صد بار «لا اله الا الله» بگوید، برترین مردم در آن روز است؛ مگر فردی که بیش از او، این ذکر را بگوید». [194](#)

تسبیحات حضرت زهرا سلام الله علیها بعد از نمازها

ذکر صلوات

ذکر استغفار

مرحوم میر محمد حسین خاتون آبادی: استغفار از مهم‌ترین ذکرهاست. آن، گردآورنده خیر دنیا و آخرت است. امام رض (ع) به واسطه پدرانیش از حضرت علی (ع) روایت می‌کند: «حضرت امیر (ع) فرمود: با استغفار معطر شوید! مبادا که بوی گناهان شما را رسوا کند!». نیز از حضرت امام رض (ع) روایت است: «استغفار، روزی را زیاد می‌کند». [195](#)

یا حی یا قیوم

1. علامه محمد تقی مجلسی (ره): اولیای خدا تداوم بر ذکر «یا حی یا قیوم، یا من لا اله الا انت» را تجربه کرده و نتیجه گرفته‌اند. من نیز همین ذکر را تجربه نمودم، لیکن ذکر من غالباً «یا الله» است، با خارج ساختن غیر خدا از قلب و با توجه کامل به جناب خدای متعال. [196](#)

2. ذکر شریف: «یا حیّ یا قیّوم، یا من لا اله الا انت» موجب صفای باطن و حیات دل است و در بسیار گفتن و مداومت آن فواید بسیار. و قد جَرَّبَ القوم ان الاکثار من هذا الذکر یوجب حیاة العقل [197](#)

ذکر حوقله

مرحوم میر محمد حسین خاتون آبادی: بدان که برای توسعه در روزی، شایسته است فرد مسلمان، روزانه، صد بار «لا حول و لا قوة الا بالله» بگوید، زیرا از معصوم (ع) روایت شده است: هر که، روزانه صد بار «لا حول و لا قوة الا بالله» گوید، هیچ گاه او را فقری نمی‌رسد. [198](#)

کیمیای واقعی

آیت الله سید عبدالکریم کشمیری: «یک بار از مرحوم آقای قاضی درخواست کیمیا و راهنمایی رسیدن به آن را کردم. ایشان فرمودند این ذکر را بسیار بگو که خود کیمیاست: اللهم أغني بحلالك عن حرامك وبفضلک عن سواک» [199](#)

ذکری برای رفع اضطرار و گرفتاری

روزی از مرحوم قاضی می‌پرسند که در مواقع اضطرار و گرفتاری - چه دنیوی و چه اخروی - به چه ذکر مشغول شویم تا گشایشی حاصل شود؟ در جواب فرمودند: پس از پنج بار صلوات و قرائت آیه الكرسي در دل خود بدون به زبان آوردن، بسیار بگو: «اللهم اجعلني في درع الحصينة التي تجعل فيها من تشاء» [200](#)

23. فراهم کردن زمینه شنیدن موعظه

24. صله رحم

25. در انجام امور مومنان تلاش کردن

26. در اکرام ذریه پیامبر(ص) کوشیدن

علامه حلی(ره): تو و التزام به توجه و مراقبت از ذریه پیامبر؛ که همانا خداوند تعالی در سفارش به آنان تاکید کرده و پاداش رسالت و ارشاد مردم را دوستی و مهرورزی به آنان قرار داده است. خداوند تعالی فرموده است: «قل لا أسألكم عليه أجراً الا المودة في القربى». حضرت(ص) فرموده است: «أني شافع يوم القيامة لاربعة اصناف و لو جاؤوا بذنوب أهل الدنيا: رجل نصر ذريتي، و رجل بذل ماله لذريتي عند المضيّق، و رجل أحبّ ذريتي باللسان و القلب، و رجل سعي في حوائج ذريتي اذا طردا و شردوا» [201](#)

امام صادق (ع) فرمود: وَ قَالَ الصَّادِقُ (ع) إِذَا كَانَ يَوْمُ الْقِيَامَةِ نَادَى مُنَادٍ أَيُّهَا الْخَلَائِقُ أَنْصِتُوا فَإِنَّ مُحَمَّدًا يُكَلِّمُكُمْ فَتَنْصِتُ الْخَلَائِقُ فَيَقُومُ النَّبِيُّ (ص) فَيَقُولُ يَا مَعْشَرَ الْخَلَائِقِ مَنْ كَانَتْ لَهُ عِنْدِي يَدٌ أَوْ مَنَّةٌ أَوْ مَعْرُوفٌ فَلْيَقُمْ حَتَّى أَكْفِيَهُ فَيَقُولُونَ يَا بَائِسًا وَ أَمَهَاتِنَا وَ أَيُّ يَدٍ وَ أَيُّ مَنَّةٍ وَ أَيُّ مَعْرُوفٍ لَنَا بَلْ الْيَدُ وَ الْمَنَّةُ وَ الْمَعْرُوفُ لِلَّهِ وَ لِرَسُولِهِ عَلَى جَمِيعِ الْخَلَائِقِ فَيَقُولُ لَهُمْ بَلَى مَنْ آوَى أَحَدًا مِنْ أَهْلِ بَيْتِي أَوْ بَرَّهُمْ أَوْ كَسَاهُمْ مِنْ عُرِيٍّ أَوْ أَشْبَعَ جَائِعَهُمْ فَلْيَقُمْ حَتَّى أَكْفِيَهُ فَيَقُومُ أَنَسٌ قَدْ فَعَلُوا ذَلِكَ فَيَأْتِي النَّدَاءُ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ يَا مُحَمَّدُ يَا حَبِيبِي قَدْ جَعَلْتُ مَكَافَأَتَهُمْ إِلَيْكَ فَأَسْكِنُهُمْ مِنَ الْجَنَّةِ حَيْثُ شِئْتَ قَالَ فَيَسْكِنُهُمْ فِي الْوَسِيلَةِ حَيْثُ لَا يُحْجَبُونَ عَنْ مُحَمَّدٍ وَ أَهْلِ بَيْتِهِ صَلَوَاتُ اللَّهِ عَلَيْهِمْ أَجْمَعِينَ» [202](#)

27. تلاش برای تفقه در دین

علامه حلي: التزام به كوشش فراوان براي افزودن علمت و ژرف نگري در دين، كه حضرت اميرالمؤمنين (ع) به فرزندش فرموده است: «و تَفَقَّهَ فِي الدِّينِ فَإِنَّ الْفُقَهَاءَ وَرَثَةُ الْأَنْبِيَاءِ إِنَّ الْأَنْبِيَاءَ لَمْ يَوَرِّثُوا دِينَاراً وَ لَا دِرْهَماً وَ لَكِنَّهُمْ وَرَّثُوا الْعِلْمَ فَمَنْ أَخَذَ مِنْهُ أَخَذَ بِحِطٍّ وَافِرٍ وَ اعْلَمْ أَنَّ طَالِبَ الْعِلْمِ يَسْتَغْفِرُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرْضِ حَتَّى الطَّيْرِ فِي جَوْ السَّمَاءِ وَ الْحُوتِ فِي الْبَحْرِ وَ أَنَّ الْمَلَائِكَةَ لَتَضَعُ أجنحتها لِطَالِبِ الْعِلْمِ رِضاً بِهِ» [203](#)

28. كتمان نكردن علم و دانش

علامه حلي(ره): بهره‌يز از كتمان دانش و بازداشتن شايستگان از فراگيري علمت، زيرا خداوند تعالي مي‌فرمايد: اِنَّ الَّذِيْنَ يَكْتُمُوْنَ مَا اَنْزَلْنَا مِنَ الْبَيِّنَاتِ وَ الْهُدٰى مِنْ بَعْدِ مَا بَيَّنَّاهُ لِلنَّاسِ فِي الْكِتَابِ اُولٰٓئِكَ يَلْعَنُهُمُ اللّٰهُ وَ يَلْعَنُهُمُ الْمَلَائِكَةُ [204](#)

و حضرت رسول الله(ص) فرمود: إِذَا ظَهَرَتِ الْبِدْعُ فِي أُمَّتِي فَلْيُظْهِرِ الْعَالَمُ عِلْمَهُ فَمَنْ لَمْ يَفْعَلْ فَعَلَيْهِ لَعْنَةُ اللَّهِ [205](#)

ابن ابي جمهور احسائي: از كتمان علم و نگفتن آن به دانش پژوهان بهره‌يز، چه خداوند متعال فرمود:

«وَ إِذْ أَخَذَ اللَّهُ مِيثَاقَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ لَتُبَيِّنُنَّهُ لِلنَّاسِ وَ لَا تَكْتُمُونَهُ...» [206](#)

... پيامبر خدا(ص) فرمود: «من كتم علماً نافعاً أَلْجَمَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ بِلْجَامٍ مِنْ نَارٍ» [207](#)

يك حديث قدسي

يا بن آدم! اكثر من الزاد فانَّ الطريقَ بعيدٌ بعيدٌ، و جدّد السفينة فانَّ البحرَ عميقٌ عميقٌ، و خَفَّفِ الحِمْْلَ فانَّ الصُّرَاطَ دَقِيقٌ دَقِيقٌ، و اخلص العمل فانَّ التَّائِدَ بصيرٌ بصيرٌ، و اخر نومك الي القبر و فخرک الي الميزان و شهوتک الي الجنة و راحتک الي الآخرة و لذتک الي الحور العين و كن لي اكن لك، و تقرب الي باستهانة الدنيا و تبعد عن النار لبغض الفجار و حبّ الابرار، فانّ الله لا يضيع اجر الحسنين. [208](#)

فهرست منابع

1. ارشاد القلوب، حسن بن ابي الحسن ديلمی، قم: شریف رضي، 1412 ق.
2. الهیه، شرح حال عارف رباني آيت الله سيد محمد حسن الهی، چ سوم، تهران: موسسه فرهنگي مطالعاتي شمس الشموس، 1386.
3. بحار الانوار، محمد باقر مجلسي، بيروت: مؤسسة الوفا، 1404 ق.
4. برگي از دفتر آفتاب، رضا باقي زاده،
5. برنامه سلوك، علي شيرواني، قم، دار الفكر، چ دوم، 1376.
6. به سوي محبوب،
7. به كجا، چگونه؟ محمد عالم زاده نوري،
8. تذكرة المتقين، شيخ محمد بهاري همداني، قم، نهاوندي، 1375.
9. خرمن معرفت، سيد عباس موسوي مطلق، قم، هنارس، 1384.

10. در کوي بي‌نشان‌ها، مصطفی کرمي نژاد،

11. در محضر استاد، محسن غرويان،

12. دريای عرفان، هادي هاشميان،

13. دلشده، شرح حال عارف رباني سيد هاشم حداد، چ دوم، تهران: موسسه فرهنگي مطالعاتي شمس الشموس، 1386.

14. رند عالم سوز،

15. شرح فصوص خوارزمي، ص 25.

16. شيدا، شرح حال عارف رباني آيت الله سيد عبدالکريم کشميري، چ چهارم، تهران: موسسه فرهنگي مطالعاتي شمس الشموس، 1385.

18. عطش، شرح حال عارف رباني آيت الله سيد علي قاضي، چاپ چهارم، تهران: موسسه فرهنگي مطالعاتي شمس الشموس، 1385.

19. فريادگر توحيد، موسسه اهل بيت عليهم السلام،

20. لاله‌اي از ملکوت، سفيد آبيان،

21. مصباح الشريعه،

22. مفاتيح الجنان

23. نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي،

پي نوشت‌ها

[1.](#) حسن زاده آملی، شرح فصوص خوارزمي، ص 25.

[2.](#) مستدرک الوسائل: 107/2.

[3.](#) برنامه سلوک، علي شيرواني، ص 34 به نقل از چهل حديث، ص 94 و 95.

[4.](#) من لا يحضره الفقيه: 356/4.

[5.](#) وسائل الشيعه: 83/16.

[6.](#) شعر از مرحوم شيخ بهايي است.

[7.](#) در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 216.

8. کافي: 85/5.
9. تذكرة المتقين، ص 134.
10. فريادگر توحيد، ص 132.
11. نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 37.
12. اسراء/9.
13. برنامه سلوک، علي شيرواني، ص 44 به نقل از چهل حديث، ص 7.
14. نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 38.
15. برگي از دفتر آفتاب، رضا باقي زاده، ص 63.
16. فريادگر توحيد، ص 200.
17. فريادگر توحيد، ص 76.
18. دلشده، ص 176.
19. در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 90.
20. نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 305.
21. برنامه سلوک، علي شيرواني، ص 152.
22. عطش، ص 18.
23. برنامه سلوک، علي شيرواني، ص 150.
24. نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 103.
25. عطش، ص 310.
26. در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 182.
27. آل عمران/101.
28. نور/21.
29. دعاي کميل.

- [30](#). دعای ابو حمزه ثمالی.
- [31](#). مناجات الشاکین.
- [32](#). تذکره المتقین، ص 109.
- [33](#). تذکره المتقین، ص 134.
- [34](#). تذکره المتقین، ص 145.
- [35](#). آداب الصلاة، ص 46.
- [36](#). نامه‌های عرفانی، علی محمدی، ص 197.
- [37](#). دریای عرفان، هادی هاشمیان، ص 39.
- [38](#). عطش، ص 324.
- [39](#). نامه‌های عرفانی، علی محمدی، ص 234.
- [40](#). نامه‌های عرفانی، علی محمدی، ص 53 و 54.
- [41](#). رند عالم سوز، ص 280.
- [42](#). رند عالم سوز، ص 134.
- [43](#). بحار الانوار، 373/90.
- [44](#). نامه‌های عرفانی، علی محمدی، ص 104.
- [45](#). نامه‌های عرفانی، علی محمدی، ص 39.
- [46](#). مائده/105.
- [47](#). کافی: 360/8.
- [48](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌ای، ص 220.
- [49](#). دلشده: 221.
- [50](#). دلشده: 115.
- [51](#). نامه‌های عرفانی، علی محمدی، ص 101 و 102.

- [52](#). رند عالم سوز، ص 208.
- [53](#). ارشاد القلوب: 15/1.
- [54](#). غرر الحكم/ 6196.
- [55](#). غرر الحكم/ 3836.
- [56](#). به سوي محبوب، ص 23.
- [57](#). نهج البلاغه، حکمت 274.
- [58](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 41 و 42 با تصرف.
- [59](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 36.
- [60](#). نساء/100.
- [61](#). اسوه عارفان، ص 32.
- [62](#). در محضر استاد، غرويان، ص 96.
- [63](#). تذكرة المتقين، ص 210.
- [64](#). بحار: 328/68.
- [65](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 263.
- [66](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 230 و 234.
- [67](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 182.
- [68](#). دريائي عرفان، هادي هاشميان، ص 39.
- [69](#). نحل/90.
- [70](#). بحار الانوار: 465/75.
- [71](#). کافي: 78/2.
- [72](#). چهل حديث: 105 حديث ششم.
- [73](#). اين روايت در عوال اللثالي، ج 1، ص 359 از امام صادق (ع) نقل شده است.

- [74.](#) در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 38.
- [75.](#) فريادگر توحيد، ص 151.
- [76.](#) تذکرة المتقين، چ نهاوندي، ص 127.
- [77.](#) عطش، ص 310.
- [78.](#) نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 111.
- [79.](#) تذکرة المتقين، چ نهاوندي، ص 127.
- [80.](#) فرقان/74.
- [81.](#) به کجا، چگونه؟ محمد عالم زاده نوري، ص 102.
- [82.](#) دعاي کميل.
- [83.](#) ديوان حافظ، نسخه قدسي، ص 59 به نقل از خرمن معرفت، ص 96.
- [84.](#) فصلت/30.
- [85.](#) احقاف /13 و 14.
- [86.](#) جن/16.
- [87.](#) نهج البلاغه، خ 176.
- [88.](#) عطش: 141.
- [89.](#) عطش: 146.
- [90.](#) بحار الانوار: 202/42.
- [91.](#) در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 130.
- [92.](#) عوالي اللئالي: 69/1.
- [93.](#) بحار الانوار: 202/42.
- [94.](#) به کجا، چگونه؟ محمد نوري عالم زاده، ص 175.
- [95.](#) کافي: 184/1.

[96](#). رساله سير و سلوك منسوب به علامه بحر العلوم، به نقل از اسوه عارفان، ص 18.

[97](#). دلشده: 168.

[98](#). دلشده: 178.

[99](#). الهیه: 101.

[100](#). در کوي بي‌نشانها، مصطفى کرمي نژاد، ص 54.

[101](#). اصول کافي، ج 1 ص 46.

[102](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 36.

[103](#). برنامه سلوك، علي شيرواني، ص 140.

[104](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 236.

[105](#). برنامه سلوك، علي شيرواني، ص 100.

[106](#). مصباح الشريعه، ص 150.

[107](#). برنامه سلوك، علي شيرواني، ص 179.

[108](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 37.

[109](#). بحار الانوار: 157/1.

[110](#). اصول کافي، ج 3، ص 116؛ الهیه: 32.

[111](#). الهیه: 143.

[112](#). دلشده: 143.

[113](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 214.

[114](#). قصص/83

[115](#). مائده/48

[116](#). آل عمران/133.

[117](#). برنامه سلوك، علي شيرواني، ص 17.

- [118](#). دلشده: 176.
- [119](#). كافي: 43/1..
- [120](#). كافي: 44/1.
- [121](#). عطش: 324.
- [122](#). رند عالم سوز، ص 209.
- [123](#). وسائل الشيعه: 153/12.
- [124](#). تذكرة المتقين، ص 70.
- [125](#). فريادگر توحيد، موسسه اهل بيت (ع)، ص 128
- [126](#). الهيه: 62.
- [127](#). دلشده: 121.
- [128](#). رند عالم سوز، ص 212.
- [129](#). رند عالم سوز، ص 212.
- [130](#). رند عالم سوز، ص 212.
- [131](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 36.
- [132](#). لاله‌اي از ملكوت، سفيد آبيان، ص 335.
- [133](#). دلشده: 162.
- [134](#). الهيه: 56.
- [135](#). رند عالم سوز، ص 70.
- [136](#). رند عالم سوز، ص 68.
- [137](#). رند عالم سوز، ص 75.
- [138](#). رند عالم سوز، ص 77.
- [139](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 63.

- [140](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 237.
- [141](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 107.
- [142](#). تذکرة المتقين، ص 183 و 184.
- [143](#). تذکرة المتقين، ص 202.
- [144](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 90.
- [145](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 145.
- [146](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 39.
- [147](#). عطش: 43.
- [148](#). عطش: 356.
- [149](#). شيدا: 82.
- [150](#). تذکرة المتقين، چ نهاوندي، ص 126.
- [151](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 233.
- [152](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 59.
- [153](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 263.
- [154](#). تذکرة المتقين، ص 211.
- [155](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 91.
- [156](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 128.
- [157](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 233.
- [158](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 264.
- [159](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 196.
- [160](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 128.
- [161](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 43.

- [162](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 195 به نقل از المراقبات، ص 122.
- [163](#). برنامه سلوک، علي شيرواني، ص 138.
- [164](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 195.
- [165](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 91.
- [166](#). برنامه سلوک، علي شيرواني، ص 138.
- [167](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 129.
- [168](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 183.
- [169](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 231.
- [170](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 231.
- [171](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 38.
- [172](#). دريائي عرفان، هادي هاشميان، ص 39.
- [173](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 306.
- [174](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 69.
- [175](#). عطش: 49.
- [176](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 37.
- [177](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 198.
- [178](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 188.
- [179](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 64.
- [180](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 40.
- [181](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 113.
- [182](#). برنامه سلوک، علي شيرواني، ص 138.
- [183](#). در محضر عارفان، واصف بادکوبه‌اي، ص 198.

- [184](#). خرمن معرفت، سيد عباس موسوي مطلق، ص 34.
- [185](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 48.
- [186](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 91.
- [187](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 129.
- [188](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 184.
- [189](#). خرمن معرفت، سيد عباس موسوي مطلق، ص 34.
- [190](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 112.
- [191](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 237.
- [192](#). عطش: 133.
- [193](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 239.
- [194](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 75.
- [195](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 79.
- [196](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 70.
- [197](#). نامه‌هاي عرفاني، علي محمدي، ص 135.
- [198](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 81.
- [199](#). عطش: 108.
- [200](#). عطش: 304.
- [201](#). كافي: 60/4.
- [202](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 36؛ من لا يحضره الفقيه: 65/2.
- [203](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 40؛ من لا يحضره الفقيه: 384/4.
- [204](#). بقره/159.
- [205](#). در محضر عارفان، واصف بادكوبه‌اي، ص 39؛ كافي: 54/1.

[206](#). [أل عمران/187](#).

[207](#). [بحار الانوار: 78/2](#).

[208](#). [تذكرة المتقين، ص 223](#).