

## یاد خداتنها در کثرت ذکر نیست

بخش دوم و پایانی/ آیت الله محمدتقی مصباح یزدی

### کثرت یاد خدا؛ اصالت کیفیت

در بعضی از آیات کریمه قرآن، تأکید شده است بر این که زیاد یاد خدا بکنید؛ مثلاً، در سوره احزاب می فرماید: «یا ایُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا اذْکُرُوا اللّٰهَ ذِکْرًا کَثِیرًا وَّ سَبِّحُوهُ بُکْرَةً وَّ اَصِیْلًا» (احزاب: ۴۱ و ۴۲) بسیاری از آیات هستند که مضمونشان چنین است. بعضی از آیات تعبیر دیگری دارند. صحبت از کیفیت یاد خداست، نه کمیتش؛ نه این که وقت زیادی صرف ذکر شود، یا الفاظ زیادی به عنوان یاد خدا بر زبان جاری شوند. بعضی آیات اشاره دارند به این که ذکرتان کیفیتش زیاد باشد. از این معلوم می شود که ذکر حقیقی فقط ذکر لفظی نیست. ذکر لفظی کثرت برمی دارد، یک بار، دو بار، ده بار، ولی در آنچه کیفیتش مورد تأکید باشد، شدید باشد، دیگر لفظ شدت ندارد؛ مثلاً، یا الله گفته شد که شدت و ضعف ندارد، می توان آن را بلند یا آهسته گفت. ولی شدت یک بحث دیگری است. در سوره بقره آیه ۲۰۰ پس از ذکر مناسک حج می فرماید: «فَاِذَا قَضَيْتُمْ مَنَاسِكَمَ فَاذْکُرُوا اللّٰهَ کَذِکْرِکُمْ اَبَآءَکُمْ اَوْ اَشْدَّ ذِکْرًا» پس از آن که از اعمال حج فارغ شدید، شما در معرض این هستید که شیطان شما را وسوسه کند و از یاد خدا غافل شوید. از جاهایی که شیطان به خوبی می تواند آدم را فریب بدهد همین است که وقتی انسان تکلیفی، وظیفه ای را انجام می دهد که به هر حال نیرویی از او می گیرد، وقتی وظیفه اش را انجام داد، آماده می شود برای این که دستخوش وسوس شیطان قرار گیرد؛ مثلاً، وقتی انسان به نماز می ایستد - با این که نمازهای ما غالباً همراه با غفلت هستند - همین که «السلام علیکم و رحمۃ الله و برکاته» را گفتیم قرار نداریم، نگاه می کنیم به این طرف و آن طرف ببینیم چه خبر است. تنها چند دقیقه محدود وقت صرف نماز شده و نگاهمان را این طرف و آن طرف نکرده ایم. اما همین که تمام شد، گویا مرغی از قفس می پرد. در اعمال حج هم همین طور است. همین که اعمال تمام می شوند، خب بار سنگینی را زمین گذاشته ایم، اما شیطان مهلت نمی دهد؛ بلافاصله محرماتی را که در حال احرام نمی شد انجام دهد، انجام می دهد، غافل می شود. قرآن مجید، بخصوص روی این مسئله تأکید می کند: اعمالتان که تمام شد، حواستان جمع باشد غافل نشوید: «فَاِذَا قَضَيْتُمْ مَنَاسِكَمَ فَاذْکُرُوا اللّٰهَ کَذِکْرِکُمْ اَبَآءَکُمْ اَوْ اَشْدَّ ذِکْرًا خدا را یاد کنید، آن طور که پدرانتان را یاد می کنید یا شدیدتر و عمیق تر. این که «یاد پدر» اینجا چه مناسبتی دارد، در این باره داستان هایی ذکر شده نمی خواهم تفسیر آیه و شأن نزولش را عرض کنم اما منظور کلمه «اشد ذکر» است.

شدت ذکر کثرت نیست، بلکه کیفیت آن است. یک وقت انسان چیزی را به یاد می آورد، اما کم رنگ به ذهنش خطور می کند و می گذرد؛ مثلاً، یاد دوستان توجه ضعیفی و اثر کم رنگی به شما می بخشد. اما وقتی شما به کسی علاقه و دل بستگی شدید دارید، وقتی یاد او می کنید تا عمق قلبتان نفوذ می کند. این «شدت یاد» است. بحث توجه عمیق است؛ چنان که تمام دل انسان را پر کند. [منظورم از «دل»، قلب یا احشا و امعا نیست، بلکه مرکز ادراک انسان است.]

پس یاد خدا کردن، هم از لحاظ کثرت مطلوب است که زیاد یاد خدا بشود (آنجا غالباً زیاد لفظی است) و هم از لحاظ عمیق بودن که یاد او سطحی نباشد، مثل موجی که روی آب نقش می بندد و زود می گذرد. این جور نباشد، سعی کنید این یاد در عمق وجودتان اثر بگذارد، در عمق قلبتان نفوذ کند. آن وقت آثار زیادی خواهد داشت. البته یاد سطحی هم در مقابل نبودنش بسیار کارساز است. همان را هم نباید از دست داد، اما نباید به این اکتفا کرد. سعی کنید وقتی یاد خدا می کنید یاد خدا تا عمق وجودتان اثر کند.

مراتب توجه به خدا

ما هر وقت یاد خدا می‌کنیم، یاد اسمی از اسماء الهی و صفتی از صفات او می‌افتیم، ولی ممکن است کسانی باشند که یاد آنها و توجه آنها به خدا توجه به یک صفت یا یک نام از نام‌های الهی نباشد. ما غالباً خدا را به عنوان آفریننده و روزی دهنده و به عنوان این که مهربان است، این که گناهان را می‌آمرزد یاد می‌کنیم. وقتی می‌گوییم: «خدا» یکی از این صفات به ذهنمان می‌آید. ولی بعضی افراد هستند که توجهشان به ذات خداست؛ یعنی چی، من درست نمی‌فهمم، ولی به هر حال، این را بدانیم که بعضی از مراتب یاد و توجه خدا هست که تمام وجود را فرا می‌گیرد. در آن حال، انسان از همه چیز غافل می‌شود. اگر شنیدیم که مولا امیرالمؤمنین علی علیه السلام در حال نماز حالتی برایش پیدا می‌شد که اگر تیر را از پای مبارکشان درآوردند، اصلاً متوجه نشد، این را خیلی بعید نشماریم. تربیت شدگان مکتب امیرالمؤمنین هم مراتبی از این توجه را دارند. این‌ها مراتب عالی‌تر خداست که مال آن‌هاست، به این مراتب نازلی که هم‌گاهی نصیب خودمان می‌شود، مغرور نشویم، بدانیم بالاتر از ما هم وجود دارد. باید زحمت کشید تا به آنجا رسید.

پس توجه به نفس مراتبی دارد. همین که آدم خودش را بیابد که من هم چیزی هستم، همه توجهش به این طرف و آن طرف نباشد، توجه کند که چه عیب‌هایی دارد - به جای این که به عیب‌جویی دیگران بپردازد - به مراتب وجود خودش متوجه باشد، از مرتبه مادی به مرتبه مثالی و صورت، بعد به مرتبه روح مجرد و تمرکز در روح خود با آن شهود و مراتب عالی‌تر معرفت می‌رسد. یاد خدا همین طور است: گاهی یاد کسی هستیم، اسمش را می‌بریم و گاهی معنای این لفظ برای انسان مجسم می‌شود. ولی بعضی‌ها هستند که یادشان جور دیگر است. داستانی را چند نفر موقتاً با اسناد متعدد از مرحوم مطهری برایم نقل کرده‌اند که ایشان خدمت یک شخص بزرگی از اولیای خدا رسیده بود و صحبت شده بود که چه کنیم معرفت خدا را بیش‌تر کسب کنیم؛ توجهمان در عبادت بیشتر باشد آن ولی خدا سؤال کرده بود: شما نماز که می‌خوانید چه جور توجه پیدا می‌کنید تا حضور قلب داشته باشید. ایشان گفته بود: من سعی می‌کنم وقتی می‌خواهم لفظی از اذکار نماز را بخوانم، توجه به معنایش پیدا کنم؛ لفظ را بگویم و به معنایش هم توجه پیدا کنم تا این موجب شود حضور قلب داشته باشم.

(معمولاً ما این جور هستیم که وقتی نماز می‌خوانیم، وقتی تمام شد، یادمان می‌آید که نماز می‌خواندیم. گاهی حتی به الفاظ هم درست توجه نمی‌کنیم که چه می‌خواندیم، اما بعضی‌ها به الفاظ توجه دارند، بخصوص آنها که در قرائت دقت دارند. اما بالاتر از این است که به معنایش توجه هم داشته باشند. آنها که می‌خواهند حضور قلب داشته باشند، اول معنا را تصور می‌کنند و لفظ را در مورد آن معنا به کار می‌برند. به هر حال، ایشان گفته بودند من برای حضور قلب این جور می‌کنم.) آن بزرگ فرموده بود: «توجه به الفاظ می‌کنی، توجه به مفاهیم می‌کنی، پس کی توجه به خدا می‌کنی» این مطلب خیلی بلندی است. به هر حال، مراتب توجه و یاد بسیار متفاوت است و باید سعی کنیم ان شاء الله از این حدی که هستیم، ترقی کنیم. اول ذکر لفظی را فراموش نکنیم، بعد سعی کنیم خودمان را عادت بدهیم با هر چه مواجه می‌شویم از آن جهت که با خدا ارتباط دارد، درباره اش فکر کنیم. اگر نعمتی برایمان حاصل می‌شود، بگوییم عجب نعمت خوبی خدا آفریده؛ مثلاً، بگوییم: الحمدلله، خدا لباس خوبی قسمت ما کرده، هوای خوبی استنشاق می‌کنیم، خدا چه برف خوبی نازل کرده و همه چیز را به خدا ارتباط بدهیم تا توجه به آنها ما را از خدا غافل نکند.