

بسم الله الرحمن الرحيم

تدبر در قرآن

سوره مبارکه انسان

استاد ضرابی

جلسه اول ۱۸ / ۶ / ۱۴۰۳

آیه شریفه: « بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ - به نام خداوند رحمتگر مهربان »

وصیت اول و آخر: مراقبه مراقبه مراقبه...!

« بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ »: قلب مؤمن تجلیگاه رحمت خداوند (بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ) است و به واسطه همین رحمت، برخوردار از جمیع خیرات در دنیا و آخرت می گردد؛ همان طور که پیامبر رحمت (صلي الله عليه و آله) فرمود: « إِذَا مَرَّ الْمُؤْمِنُ عَلَى الصَّرَاطِ فَقِيلَ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ طَفَّتْ لَهُبُ النَّيرانِ وَ تَقُولُ: جُزْ يَا مُؤْمِنُ فَإِنَّ نوركَ قَدْ أَطْفَأَ لَهْبِي؛ » (جامع الأخبار، ص ۱۲۰) « هنگامی که مؤمن بر صراط می گذرد، و می گوید: بسم الله الرحمن الرحيم. ناگاه زبانه های آتش خاموش می شود و می گوید: ای مؤمن عبور کن زیرا نور تو آتش مرا خاموش کرد. »

ملک در سجده آدم، زمین بوس تو نیت کرد که در حُسن تو چیزی یافت، غیر از طور انسانی
مضامین سوره مبارکه انسان برکات وجود این رحمت را در دنیا و آخرت، به تفصیل و به زیباترین وجهی بیان می دارد، و نیز با بیانی هدایتگر سرنوشت آنان را که نسبت به پرورش عطوفت و رحمت، بی توجه و غافلند، بازگو می نماید؛

آیات آغازین این سوره مبارکه با طرح این سؤال (هَلْ أَتَى عَلَى الْإِنْسَانِ حِينٌ مِنَ الدَّهْرِ لَمْ يَكُنْ شَيْئاً مَذْكُوراً) و طرح این حقیقت که خدای متعال فرمود: « إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعاً بَصِيراً » تلنگری به فطرت انسان می زند که آیا اصل وجود تو از جود و رحمت الهی نیست؟
در ازل پرتو حُسن ز تجلی دم زد عشق پیدا شد و آتش به همه عالم زد

نظری کرد که ببند به جهان صورت خویش خیمه در آب و گل مزرعه آدم زد
اما مطلوبیت این رحمت و عطوفت که در آن شکی وجود ندارد وقتی ارزشمند است که با اختیار و اراده انتخاب شود؛ از این رو غلظت و خشونت (سبوعیت و حیوانیت) را خداوند در برابر رحمت و عطوفت قرار داد تا انسان راه خود را از میان گرایش ها و تمایلات متعارض پست و عالی، خوب و بد، انتخاب کند؛ « إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا » راهی به سوی جهنم (إِنَّا أَعْتَدْنَا لِلْكَافِرِينَ سَلَاسِلًا وَأَغْلَالًا وَسَعِيرًا) و راهی به سوی بهشت (إِنَّ الْأَبْرَارَ يَشْرَبُونَ مِنْ كَأْسٍ كَانَ مِزَاجُهَا كَافُورًا) می رود؛ و این یعنی ضرورت باور به اینکه زندگی در متن تعارض میان حق و باطل جریان دارد و آنچه انجام می دهیم مصداقی از حق یا باطل محسوب می شود و ما را به سوی فرجام آن پیش می برد و این همه بر اساس حکمت از سوی خداوند است «و نفس و ما سواها فالهما فجورها و تقواها» (شمس / ۷ - ۸) ولیکن کمتر انسانی چنین نگاهی را به زندگی روزمره خود دارد و خود را دائماً در مبارزه ای سرنوشت ساز می بیند: تطبیق این معنا با محتوای آخرین آیه از این سوره شریفه (يَدْخُلْ مَنْ يَشَاءُ فِي رَحْمَتِهِ وَالظَّالِمِينَ أَعَدَّ لَهُمْ عَذَابًا أَلِيمًا) جای تردید باقی نمی گذارد که موضوع محوری سوره همان محتوایی است که از آیات نخستین برداشت شد؛ بر این اساس انسان (به تعبیر حضرت امام - رحمة الله عليه) باید ملزم شود مثل

طبيب و پرستار مهربان از حال خود مواظبت نمايد و مهار نفس سرکش را از دست ندهد؛ زیرا به مجرد غفلت، مهار را می‌گسلد و انسان را به خاک مذلت و هلاکت می‌کشاند. (امام خمینی، شرح چهل حدیث، ص ۲۳۸)
چنانکه علی (علیه السلام) فرمود: «يَنْبَغِي أَنْ يَكُونَ الرَّجُلُ مُهَيِّمًا عَلَى نَفْسِهِ، مُرَاقِبًا قَلْبَهُ حَافِظًا لِسَانَهُ؛ (غرر الحكم: ۱۰۹۴۷) سزاوار است که انسان بر خویش اشراف داشته و همیشه مراقب قلب خود و نگهدار زبان خویشتن باشد» (غرر الحكم، آمدی، ص ۳۹۳)

علامه طباطبایی (ره) خطاب به جوانی که از ایشان دستور اخلاقی خواسته بودند چنین مرقوم داشتند "السلام علیکم: برای موفق شدن لازم است همتی برآورده و توبه نموده، به مراقبه و محاسبه بپردازید. به این نحو که: هر روز طرف صبح که از خواب بیدار می شوید، قصد جدی کنید که هر عملی پیش آید، رضای خدا عزّاسمه را مراعات خواهم کرد. آن وقت در هر کاری که می‌خواهید انجام دهید، نفع آخرت را منظور خواهید داشت، به‌طوری که اگر نفع آخری نداشته باشد، انجام نخواهید داد، هر چه باشد. و همین حال را تا شب وقت خواب ادامه خواهید داد. وقت خواب، چهار- پنج دقیقه‌ای در کارهایی که روز انجام داده‌اید، فکر کرده و یکی یکی از نظر خواهید گذرانید، هر کدام مطابق رضای خدا انجام یافته، شکر کنید و هر کدام، تخلف شده استغفار کنید و این رویه را هر روز ادامه دهید. این روش اگر چه در بادی (اول) حال، سخت و در ذائقه نفس تلخ می‌باشد، ولی کلید نجات و رستگاری است. (کتاب برنامه سلوک در نامه‌های سالکان، ص ۳۳۴)

قطع این مرحله بی‌همری خضر مکن! ظلمات است، بترس از خطر گمراهی
ایشان در اواخر عمر اکثراً چشمانشان بسته بود. خیلی‌ها تصور می‌کردند ایشان بیهوش هستند در حالی که علامه توجه به عوالم دیگر داشتند. آیت الله سعادت پرور می‌فرمود: «به دیدار ایشان که آخرین دیدار ما هم بود به نمایندگی از شاگردان ایشان رفتیم، به محض اینکه به بستر مبارک ایشان رسیدم علامه چشمانش را باز کرد و همین شاهد اینکه وی بیهوش نبوده است، علامه به من نگاه کردند اما صحبتی نکردند من هم گفتم: می‌دانم آخرین دیدار است آدم سلام دیگران را به شما برسانم و بعد هم آخرین وصیت شما را به دوستان سلوکی ابلاغ کنم ایشان سه بار فرمودند مراقبه، مراقبه و مراقبه یعنی گویی مراقبه اول و آخر سیر به سوی توحید و تقرب است. وصیت اول و آخرش ایشان این بود که اگر کسی مراقبه درست داشته باشد می‌تواند منازل سلوکی را طی کند». البته از منظر اخلاق عملی، درجات مراقبه دارای چهار مرتبه است:

۱. پرهیز از محرمات و انجام همه واجبات بدون کمترین سهل‌انگاری.
۲. انجام همه کارها برای رضای خدا و دوری از اموری که لهو و لعب نامیده می‌شود.
۳. پیوسته ناظر خود دیدن پروردگار جهان، که در اثر آن سالک کم‌کم اذعان و اعتراف می‌نماید که خدای متعال در همه جا حاضر و ناظر و نگران همه مخلوقات است.
۴. حاضر و ناظر دیدن خدا و مشاهده جمال الهی به طور اجمال. (رساله لبّ اللباب، سیدمحمّدحسین حسینی طهرانی، ص ۱۴۴)

آدم انبئهم باسما درس گو
شرح کن اسرار حق را مو به مو
درس آدم را فرشته مشتري
محرم درسش نه دیواست و پری
در بیان مختصری از آثار مراقبه می‌توانیم اهمّ آنها را اینچنین شمارش کنیم:

۱- حفاظت الهی: امام علی (ع) می‌فرماید: هر کس از خود محافظت کند، خداوند هم از او محافظت می‌کند. (آمدی، عبدالواحد بن محمد تمیمی؛ ص ۲۳۵)

۲- رسیدن به معرفت نفس: یکی از امور اهم در وصول به معرفت نفس، استقامت در مراقبت کامل است که همواره انسان به یاد خدا و در حضور او باشد و ظاهر و باطن انسان در جمیع شئون زندگی او مطابق دستور العمل مسیر تکاملی او باشد. (حسن زاده، آملی حسن؛ انه الحق، ص ۱۶۲) چون سالک در امر مراقبه

مواظبت نمود، حقتعالی از باب مهر و عطوفت انواری را بر او به عنوان طلایع ظاهر می‌گرداند. این مرحله ابتدای تجرّد نفسی است. (طهرانی سیدمحمدحسین حسینی؛ رسالۃالباب، ص ۳۲)

۳- صفای مشاهدات روحی و قلبی: هر چه مراقبت کامل‌تر باشد دریافت‌های قلبی و روحی که هدایای الهیه‌اند زلال‌تر و صاف‌ترند. (طهرانی سیدمحمدحسین حسینی؛ رسالۃالباب، ص ۳۲) و علاوه بر وسعت رزق معنوی، انطباق آن‌ها با واقعیت هم بیشتر است. (حسن زاده آملی، عیون مسائل النفس و سرح العیون فی شرح العیون، ص ۶۴۹) زیرا مراقبه، کشیک کشیدن نفس است. (حسن زاده آملی، انسان و قرآن، ص ۷۲)

۴- مصاحبت ربوبی و رنگ الهی گرفتن: زیرا همنشین مؤثر است و نفس انسانی خوپذیر و کسانی‌که در مصاحبت با ملکوت عالم به سر می‌برند کم‌کم ملکوتی می‌شوند. (حسن زاده آملی، نامه‌ها بر نامه‌ها، ص ۲۴۰) همانطور که روایت است که خدای متعال می‌فرماید: من همنشین کسی هستم که مرا یاد کند. (کلینی، کافی، ج ۲، ص ۴۹۶)

۵- کشف عوالم توحیدی: دوام در حضور و مراقبت موجب انصراف از ماسوی‌الله به سوی حقیقه الحقائق می‌گردد. (حسن زاده آملی، نصوص الحکم بر فصوص الحکم، ص ۲۷۱)

در اثر مراقبه تام و اهتمام شدید به آن و در اثر توجّه به نفس، به تدریج چهار عالم بر سالک منکشف خواهد شد:

۱. توحید افعال: یعنی ادراک می‌کند تمام افعال در جهان خارج استناد به ذات مقدّس او دارد. ۲. توحید صفات: در این مرحله، سالک هر گونه علم و قدرت و حیات و... را که در موجودات خارجیّه مشاهده می‌کند مستند به خدای تعالی می‌یابد. ۳. توحیداسماء: در این مرحله، صفات را قائم به ذات ادراک می‌کند. مثلاً عالمیت خود را عالمیت خدا ادراک می‌کند و قدرت و سمیعیت و بصیریت خود را همه از خدا می‌داند و بس. ۴. توحید ذات: در این مرحله، سالک ادراک می‌کند که آن ذاتی که تمام افعال و صفات و اسماء بدان مستند است، آن ذات واحد است، یک حقیقت است که تمام این‌ها قائم به اوست. در اینجا دیگر سالک توجّهی به صفت و اسم ندارد بلکه مشهودش فقط ذات است و بس. در این هنگام تجلّی ذاتی خواهد شد. (طهرانی، رسالۃالباب، ص ۱۵۱-۱۵۴)

۶. حل مشکلات سلوکی. (حسن زاده آملی؛ انه الحق، ص ۱۶۲)

۷. نفی خواطر: (طهرانی، رسالۃالباب، ص ۱۴۴)

همی گفت این مُعَمّا با قرینی
که در شیشه بماند اربعینی

سحرگه رهروی در سرزمینی
که ای صوفی! شراب آن‌گه شود صاف
صلی الله علی محمد و آله