

نفسی خواطر

خاموشی بر دو قسم است: یکی به زبان و خاموشی دوم خاموشی نفس است از حدیث با قلب، نفس هرگاه که دل را فارغ یافت چون محبی که مجال سخن با محبوب را بیاید، بادل در سخن می آید و از هر کوزه حکایات گذشته و آینده و اسباب مساءت و مسرت، معروض دل می دارد، دل چون به استماع سخنان او مشغول است از استماع سخنان غیب و قبول الهامات محروم می ماند، چنانچه نور آفتاب پیوسته متناثر است، اگر زمینی روشن نمی شود برای حجابی است، همچنین خطاب از غیب پیوسته متناثر است اما غوغای نفس نمی گذارد که آن سخنان به گوش دل رسد که: کز تو دل زاین فکرها حالی کنی پر ز کوههای اجلالی کنی. (عبدالله قطب بن محیی مکتوب 241)

جان همه روز از لگد کوب خیال وز زیان و سود و از خوف زوال
نی صفا می ماندش نه لطف و فر نی به سوی آسمان راه سفر

(مولوی)

بر خیز که عمر آدمی در گذر است در جام صبح صد هزاران اثر است
در هر خبری دو صد پریشانی بود در بی خبری است که صدای خبر است

حضرت استاد

. باید سعی کنی اندیشه های درون را برون افکنی و مذکور را در درون بری. اگر چه آنجا که اندیشه های برونی رود مذکور خود در درون باشد که جاء الحق و زهق الباطل.
(تکل 1 ص 163)

منظردل نیست جای صحبت اغیار دیو چو بیرون رود فرشته در آید.

. تا در ظلمات خیال غوطه وری، در زلال با صفای حقیقت شنا نتوانی کرد.
(اندرگاه ش 55)

. وقتی هیچ خیالی نباشد انسان با خدای خود مرتبط است.
(بانه ش 83)

. در آن ساعت که تنها نشستی و در بر خود بستنی و از اغیار رستی نه تصوّر کنی که از همه رمیدی که بسا غوغای نفس در همان خلوت سرا از غوغای بیرون بیشتر بود؛ لازم است در آنجا که نشستی فقط به خود نگری و هیچ خیال نه خوب و نه بد، بر اندیشه نگرانی که خلوت حقیقی وحدت بود و چون با همین علم حضوری به درون نگری هر چه از آن سوی در رسد جز نور نباشد.

(سفر سحر ص 181)

. در میان هزار خیال و غوغای صد هزار صوت می خواهیم دمی به یاد خدا باشیم، در این ناهار بازار کجا صدای اذان، کسی را برای نماز از کسب باز می دارد؟ پس چاره جز این نیست که خیال ها و اندیشه ها را از دل برانیم و بعد خدا را جای آن بنشانیم.

(حدیث آرزومندی ص 175)

. با آن که خیال رنگی از هستی ندارد، اما روی انسان اثر می گذارد؛ تو در تاریکی شب از صدای ضربتی تصور می کنی دزد به خانه ات آمده، ضربان قلبت زیاد می شود، رنگ چهره ات دگرگون می گردد، از جای بر

می خیزی، چراغ را روشن می کنی، خانه را جست و جو می نمایی، می یابی که هیچ خبری نبود، و این عدم این همه آثار وجودی آفرید. (هانس 175)

. در مجلسی اگر در جلو تو همگی بر خاستند و تو را به بالای مجلس کشانند، بر خود بسی بیالی و اگر کسی در ورود تو از جای بر نخاست و در پایین مجلس نشستی، بر حقارت خود بسی تأسف خوری، این مثال نمودی از خیال است؛ چه نه آن بالا نشینی چیزی بر تو افزود و نه این پایین نشینی چیزی از تو کاست، اما هر دو، ساعاتی از عمر تو را به خود مشغول می کند. ای عزیز! چون وجه الله در دل نشست، راهزن هر خیال باشد.

هر دم از روی تو نقشی زدم راه خیال با که گویم که در این پرده چه می بینم؟

(حافظ)

و این هنر عشق است که تا عشق در دل ننشیند، غوغای دل به خاموشی نگراید. ((مَنْ أَحَبَّ شَيْئًا أَكْثَرَ ذَكَرَهَا)) (هر که هر چیز را دوست دارد یاد آن زیاد کند) (حضرت علی) (هانس 176)

. هر چند علایق و معاشرت های غیر ضروری کم شود، خواطر برای پذیرای یاد محبوب آماده تر گردد. (هانس 178)

. ای عزیز! اگر نتوانی در تمام شئون زندگی خواطر را از خاطر برانی بر آن باش که حداقل نمازت در نفی خواطر گذرد که برای اغلب مردم اکثر خواطر را شیطان در نماز بر خاطر گذراند. (هانس 204)

غیر از خدا که هرگز در فکر آن نبودی هر چیز که تو کم شد وقت نماز پیدا است

. ای عزیز! چاره جز این نیست که با تمرین، خواطر را از خاطر برانیم و برای این کار کمتر ببینیم و کمتر بگوییم و کمتر بشنویم و کمتر معاشرت کنیم، چون نوع خواطر درباره دیده ها و شنیده ها و گفته ها و معاشرت هاست، تو آن گاه که ذهنت از هر خاطره خالی است متصل به خدایی؛ اکنون

اگر توجّهی به او کنی یاد همچون آبشاری بر قلبت جاری می شود و آن گاه است که این فرمایش رسول الله را در یابی که: ((الصلاه معراج المؤمن)) (بهارانوار) آن جا که شمیم عطر آگین قرب وزید، از آن طرف جاذبه و کشش است و دیگر، هیچ چیز از خواطر مزاحمت نتواند کرد.

(هآن ص 205)

. کودکان در دنیایی از خیال زندگی می کنند، پسر بچه ای اسب چوبین خود را اسب واقعی می پندارد و دختر بچه ای در مقابل عروسکش خود را مادر می پندارد. هر چند آدمی رشد عقلی یابد از خیالات به تدریج بیرون می آید، بسیاری از مردم که فاقد رشد عقلی اند تا پایان عمر از عالم خیال بیرون نمی آیند، حال رشد عقلی خود را با فقدان خیالات و اعتقاد به واقعیات بسنج.

(هآن ص 216)

. عارف زمانی به درک حقیقت نائل شود که پندار و خیالات را واپس زده و جمال حقیقت را از پس ابر ضخیم پندار تماشا کند، مگر نه این است که قرآن می فرماید: ((كُلُّ شَيْءٍ هَالِكٌ إِلَّا وَجْهَهُ)) این سخن داستان آینده نیست، الساعه چنین است، حیات هر موجود با جنبه وجه اللّهی اوست و به غیر از هستی خداوند، هستی در عالم نیست: (هُوَ حَيَاتٌ كُلِّ شَيْءٍ) (اوست حیات هر چیز) (اصول کافی، حضرت علی)

(هآن ص 250)

. ای عزیز! تا با هزار پندار به تماشای عالم نشستته ای، همه چیز را بینی جز خدا را، اما چون به توحید محمّدی در آمدی، هیچ دلبری را جز او نبینی، و چون در اندیشه جمله: (لا هو الا هو) پرداختی، هیچ ذات اصیلی را جز او شناسی.

(هآن ص 250)

. ای عزیز! اگر چشم بگشایی و از پرده دار خیال و اوهام پرده بر گیری و به تماشای حسن او در آفاق بنشینی، این نکته برایت روشن گردد که جان تشنه اوست و از هر چشمه که جامی نوشد، سرچشمه از جبال او سیراب است.

(هآن ص 264)

(سؤال از محضر استاد)

. مرحمت کنید بفرمایید باخیال های بیهوده که باعث آزار روح و مایه سلب توفیق می شود چه باید کرد؟

جواب

ای عزیز! اراده دوازده بان افکار و خیالات آدمی است که می تواند در برابر آنها باز کند یا ببندد. تصور کنید مشغول حل مسئله ای هستید و در آن می اندیشید و تمام ذهن مشغول آنست. تلفن زنگ می زند. در بر روی اندیشه مسئله می بنیدید و متوجه سخن تلفن می شوید بنابراین خیالات فراوان است ولی اگر شما دوازده بان آنها باشید در بر روی آنها می بنیدید و مقدمه هر عملی همین خیالات است که باید اجازه ورود به آنها ندهید.

سؤال

. راه رهایی از اوهام و بیرون آمدن از خیال چیست؟

جواب

انسان در یک آن به دو چیز نمی تواند بنگرد حتی شما در مطالعه با آنکه دو چشم دارید روی دو کلمه در یک آن نمی توانید بنگرید. مطالعه یعنی پرش دید روی کلمات، آنجا که فکر نباشد خیال جانشین آن می شود. سعی کنید به یکی از اسماء الهی توجه داشته باشید آنهم اسمی که در آفاق متجلی است مثلاً رزاق که شمول آن در اکسیرش برای همه موجودات زنده اعم از نبات و حیوان را در بر میگیرد و در این اندیشه خیال راه ندارد و توجه به سایر اسماء الهی که خود عبادت است.

سؤال

لطفاً در مورد خیال توضیح دهید و راه طهارت عملی آن را بفرمایید؟

جواب

خیال تجسم انگاری است که واقعیت در خارج ندارد و برخلاف تفکر، متمرکز ندارد از شاخه‌ای به شاخه دیگر حرکت می‌کند و بویژه مزاحم حضور در نماز است. باید محرم دل شد و آمین حضور را تمرین کرد، معاشرت‌های بی‌هوده را ترک کرد و سخن‌های غیر ضروری را رها کرد چون بگی خیالاتی به دنبال دارد و این کار مشکل و با تمرین حاصل می‌گردد.

سؤال

مراقبه فکری برایم غیر ممکن شده فکرهای بی‌هوده برایم عادت شده چه کنم؟

جواب

اینکه اظهار داشته‌اید خیال است نه فکر، فکر روی یک موضوع متمرکز می‌شود و پریشانی و تفرقه ندارد ولی خیال زمام‌گیر است، فکر خود نوعی عبادت است، گره‌ها با فکر بازمی‌شود و خداوند با فکر شناخته می‌شود و خود دستور تفکر فرموده: «افلا یفکرون؟» اما خیال که مزاحم نماز هم هست ناخودآگاه می‌آید و تحت تأثیر عوامل تداعی و معانی است که رفع آن کار آسانی نیست. 1- از معاشرت‌های غیر ضروری پرهیز کنید. 2- سخنهاى غیر ضروری را ترک کنید و محرم دل خود

باشید.

هر که شد محرم دل در حرم یار بماند
و آنکه این کار زندانست در انکار بماند

سؤال

. آیا خیالات آلوده موجب اثر در باطن و تغییر صورت باطنی می شود؟

جواب

هر عملی آغازش خیال و اندیشه است. بنابراین برای اینکه آدمی آلوده نشود تحت باید از عالم خیال به درآید.

سؤال

. نفی خواطر به چه معناست و کدام خاطره ها را در بر می گیرد؟ دستور اصلی جهت نفی خواطر برای سالکین کدام است؟

جواب

آدمی راسه عالم است: حس و خیال و عقل که اولی و دومی را سروکار با عالم ماده است ولی عالم عقل با ماده کاری ندارد، (عالم حس) چیزی را می بیند، گفتاری را می شنود که سروکار با بینایی و شنوایی دارد بعد در تنهایی روی آن چیز خیال می کند و مادام کارخانه خیال پرداز می در مغز انسان راه دارد و باعث حسگی و عدم به کارگیری عالم عقل است به طوری که یک نماز بدون خیال هم نمی توانیم بخوانیم.