

پاک باش و پاک دین

## مجموعه "زیر شمع عرفان"



در یک فضای آرام و ترحیماً بعد از مراقبه مطالعه شود. از تندخوانی پرهیز شود

خود خوانده به دیگران نیز دهند

# بخش ۱: عرفان (فرهش) چیست؟

۵ فروردین ۱۴۰۲

این مقاله را با نام خدا آغاز نمی‌کنم چون کل این مقاله درباره خداست و پس خود نام خداست. اگر با نام خدا آغاز کرده بودم شاید برخی از خواندن دست کشیده می‌پنداشتند که این هم مقاله ایست مانند بسیاری دیگر و منظور از خدا باور به یک رشته گمانه‌ها و مضامین ضعیف است و قرار است در ادامه چند بیت از حافظ یا شبستری بیاید، سپس هم چند قالب حرفها و نتیجه‌گیریهای کلیشه‌ای که در رادیو و تلویزیون تکرار می‌شوند و در پایان هم دانسته شود که مقاله برای خوشامد فلان کسان و یا بهر بهمان منافع نوشته شده. اما این مقاله چنین نیست.

عرفان که در ادب فارسی توصیف گشته در زمان‌هایی نگاریده شده که شاعر آزاد نبوده حرفی بر خلاف عقاید تعصبی و مذهبی آنروز بیاورد، و ازینرو مجبور می‌شده حرفهای خود را «لای لفافه» پیچیده چنانکه ظاهر آن با عقاید عوام جور آید. مثلاً عارف نمی‌توانسته به صراحت بگوید که خدا را به هر شکل می‌توان عبادت کرد و یا نیکی با خلق تمام آن چیز است که برای رستگاری کافی است، و در نتیجه داستانی نمادین مانند «موسی و شبان» را پدید آورده یا آن را در لباس مذهبی و در قالب حدیثی از پیامبر یا امامی نقل کرده تا نتیجه‌گیری مشابهی از آن کند (مثلاً هر که به همسایه خود نیکی کند بهشت بر او واجب می‌شود). این لفافه نویسی‌ها ادبیات قدیم را دشوار و مبهم کرده و یک معنای مشخصی از اکثر آن اشعار بر نمی‌آید.

آری که برخی شاعران و برخی اشعار به شکل صریح تری به مسائل بنیادین عرفان می‌پردازند، مانند آن دو بیت فردوسی که می‌گوید «به روز گذر اندیشه کن...» اما این شمار کم نوشته‌ها توسط حجمی صدها بار انبوه‌تر از اشعار دوپهلوی و گل و بلبل سایرین احاطه و خنثی شده. در نتیجه ادبیات عرفانی قدیم میراثی چند بعدی و هزار چهره گشته که هر کس هر نتیجه‌ای از آن متون تواند گرفت و این انتقادی به این ادبیات است.

اما ما شاعران آن زمان را محکوم نمی‌کنیم، شاید که مجبور بودند و چاره‌ای جز این نبوده. چه بسا دیگر کسانی که صراحتاً حرفهایی زدند و مورد ایذاء متعصبین و گردن کلفتان کوچ‌ه و بازار قرار گرفته، چه بسا به حکم ارتداد معدوم شده و نوشته‌های آنها سوزانده و حتی نامی از ایشان هم به ما نرسیده. پس می‌پذیریم که لفافه نویسی اقتضای آن زمان بوده. اما امروز زمان دیگری است و اقتضای دیگری. هر چند در داخل ایران هنوز شرایط مشابه گذشته است اما دنیا فراختر گذشته و به لطف مهاجرت و اینترنت می‌شود حرفهایی را بدون لفافه زد. دیگر نیازی به داستان موسی و شبان نیست و می‌توان آزادانه گفت آنچه را که باید گفت.

پس می‌خواهم بی‌لفافه بگویم. در کتاب اشعاع‌نبی وقتی از شوق خود را برای اعلام کلام و عدالت الهی می‌گوید آن را چنین توصیف می‌کند که می‌گوید «میخواهم این [کلام] را فریاد بزنم مانند زنی در وضع حمل و مانند سواری بر اسب نعره کشم و بتازم...» ما نیز به مانند و احساس وی می‌خواهیم نه فقط لفافه نویسی را کنار گذاشته بلکه فریاد زنی حقیقت را و با اسب در کوی‌ها بتازیم و بی‌پرده بگوییم آنچه را که هزار سال در ادب پارسی پنهان بوده. می‌خواهیم از عرفان بگوییم، در پاک‌ترین و خالص‌ترین شکل آن.

خواننده حقیقت جو وقتی این مقاله را بخواند در قلب خود روشنایی‌آشنایی را احساس کرده که فروغ چراغ حق است که در قلب تمام انسانهاست، و در این کلمات شبیه همانهایی می‌یابد که خود سالها در دل پنهان داشته. و از خواننده‌ای که به عرفان عقیده نداشته نیز می‌خواهیم با دید بی‌طرفی و بلند نظری یک بار این کلمات را مرور کند، که به راستی بزرگترین مشکل دنیای امروز نه بحران محیط زیست است و نه جنگ هسته‌ای بلکه از میان رفتن نیکی، اخلاق و عرفان فطری است که عامل تمام دیگر مشکل‌هاست. این عرفان که ما می‌گوییم جدای از ادیان تعصبی است. دینهای تعصبی و کیشهای خرافی را باید کنار گذاشت، اما عرفان را نه.

نویسنده که تا چند سال پیش در این باره نوشتارهایی می‌کرده خود نیز در مقطعی از این عرفان فطری به شک افتاده و مجدداً به راه سایر مذاهب رفته، اما پس از تجربیاتی دوباره به روشنگری حق و درک زیبایی به آن بازگشته و این اتفاق چند بار پیشتر نیز تکرار شده. خلاصه بگوییم: به هر راه و مذهبی که

رفتیم آخر به همین عرفان رسیدیم. پس دور باطل زدن کافیت و باقی عمر که چندان هم شاید نمانده باشد در راه عمل و گسترش همین عرفان بگذرد.

در بُعد تئوری آری عارف به خدا عقیده دارد. خدای عارف روح و سرچشمه حقیقت، درستی، زیبایی و تمام فروزه های نیکی است که در زندگی به دنبال آنها هستیم. عارف خدا را زنده می داند و با آن حرف می زند، چون او همه چیز را زنده و قابل مصاحبت می داند: این درخت، این سنگ و این خورشید نیز درجه ای از حیات را دارند و می توان با باطن آنها سخن گفت. دنیا زنده است، و اگر هم بگوییم نیست حداقل سرچشمه آن باید زنده باشد وگرنه ما اینجا سخن از زندگی نمی گفتیم.

با این حال چون شناخت و ارتباط با خدا اصلا خود هدف عرفان است و نیازمند تلاش در تمام ابعاد زندگی، پس با نوشتار نمی شود آن را به خوبی توصیف کرد و آنچه در بالا گفتیم در حد سواد و توان نوشتن بنده بود و ترسم این نوشتار به سوء تفاهماتی منجر شود. عارف با پیروی از مسیر عرفان در نهایت چراغی را در دل خود می افروزد و در آینه قلبش خدا را با چشم باطن می بیند و وصل می شود. بنابراین از نوشتن بیشتر دست کشیده و وصف او را به خود او واگذارم. به همین بسنده کرده که گوییم خدای عارف خدای خوبیست و خدایی ظالم با درخواستهای غیرمعقول نیست.

اما در بُعد عملی عرفان اعتقاد به دو گوهر نیک و بد دارد: گوهر نیک مظهر و تجلی فروزه های خداست و نیرویی است که روان انسان را به دنیای نور و نزدیکی خدا می رساند، و گوهر بد به عکس آن است و انسان را از حقیقت و از ذات حق دور و به دنیای تاریکی و اهریمنی می کشاند. این دو گوهر در همه چیز تجلی دارند، از جمله در کارهایی که انجام می دهیم، در حرفهایی که می زنیم، در فکریهایی که می کنیم. پس پاکی در این سه، به بیان زبان فرهنگ کهن: پندار نیک، گفتار نیک، کردار نیک، مسیر عملی در عرفان است. با این مسیر عارف به رستگاری یا به عبارت دیگر به «خانه روشن» که قرین حضور خداست می رسد.

بقیه اعمال عبادی مانند نیایش، روزه، سرود یا تلاوت کتابهای مقدس و غیره صرفاً «تمرین هایی» برای افزایش آسویی (نیروی نیک) و آموزش نفس به آیین نیکی هستند. این فرق بزرگیست که عرفان با مذهب های کنونی دارد. در این مذاهب اعمال مذهبی مانند نیایش و روزه تمرین برای چیز دیگری نیستند، بلکه

خود بخشی از دین بوده و باید به شکلی مشخص و فرمولیزه انجام شوند. نماز باید به شکل خاصی و در زمانهای خاصی انجام شود، روزه باید در یک بازه زمانی خاص انجام شده و اگر روزه دار مثلاً سی ثانیه قبل از زمان شرعی افطار بر حسب اشتباه قاشق برد و نوک زبانش به برنج خورد تمام روزه او باطل بوده و مانند این است که هیچ روزه نگرفته باشد. در این کیش ها نماز، روزه و سایر اعمال مذهبی خود هدف است و لازمه رستگاری. اما در عرفان تنها لازمه رستگاری نیکی یا به بیانی دقیقتر پندار نیک گفتار نیک کردار نیک است و سایر اعمال مذهبی و آیین ها تمرین برای آن هستند. این یعنی در مکتب عرفان نیایش می تواند به شکل های مختلف انجام شود، و یا اصلاً نشود.

البته ما مخالف اعمال مذهبی و آیین ها نیستیم و حتی گوییم برای اکثر افراد و بخصوص سالکان نوآموز انجام شکلی از آنها لازم است برای رشد عرفانی و گشایش ضمیر روحانی. مثلاً همه روزه سحرگاه پیش از طلوع آفتاب برخاستن و انجام شکلی از نیایش یا مراقبه بسیار تاثیر مثبت دارد در فزونی اشویی و نیروی نیکی. بدون این کارها و فقط با گفتن «خوب باش» نمی شود پیشرفت چندان کرد. پس ما نیایش ها و آیین ها را تایید می کنیم، و تنها مخالف این هستیم که آیین ها خود به هدف تبدیل شده و خدا را به سان دستگاه خودپردازی انگاشت که باید حتماً کد خاصی را وارد نمود تا جواب دهد. عرفان می گوید چنین نیست و خدا به قلب انسان می نگرَد. هر کاری که با نیت نیک و برای خدا انجام شود نیایش است و به شکل یا زبان خاصی نیاز نیست.

حال این کلمه نیکی که خلاصه مسیر عملی عرفان است کلمه ایست بسیار نیازمند شرح و بسط، و در اینجا است که درس عرفان عملی آغاز می شود که ما را بفهماند مظاهر نیکی در جامعه عصر حاضر چیست. اینجا است که معلمان و مربی های عرفان باید بیایند و مثال ها بزنند. این بخش از عرفان به خوبی قابل نوشتار است، بالعکس بخش دیگر در خصوص ماهیت خدا که در بالا به بحث آن پرداختیم و نوشتن نتوانستیم. پس در اینجا کمی در این خصوص می نویسم.

برای اکثر ما شاید نیکی فقط این معنی دهد که پول هایی به خیریه ها یا نیازمندان بدهیم. البته این خیلی خوب است و حتماً یکی از میادین نیکی همین بخشش مال است. اما فقط همین نیست. کارهای کوچک تر مانند گشاده رویی نیز به همان اندازه تاثیر گذار هستند. هر گونه کار در جهت مراعات حال دیگران، کارهایی چون آشغال نریختن، نوبت رعایت کردن، ساعت ۲ نصف شب با صدای بلند تلفن صحبت

نکردن، دوبله پارک نکردن و ... همه می توانند در جهت نیکی و در جهت عرفان باشند. شاید در شهری دوبله پارک کردن خلاف باشد و افراد از ترس جریمه دوبله پارک نکنند. اما برای عارف مساله مساله جریمه نیست، مساله عرفان است. او دوبله پارک نمی کند چون نیکی چنین حکم می کند و برای او نیکی همان شریعت است.

آری، عرفان مذهبی است که نیکی شریعت آن است. و جز نیکی چیز دیگری مورد توجه نیست. دعا و نیایش به تنهایی کارکردی ندارند. صبح قبل از طلوع بلند شدی و نیایش گفتی، نتیجه این نیایش باید این باشد که هنگام طلوع که از خانه بیرون شدی با گشاده رویی بروی و گشاده رویی را سرلوحه کارهای آن روز قرار دهی. در محله که نیایش به جماعت برگزار شد نتیجه باید آن باشد که زمین ها آباد شوند، آشغال ها جمع شوند، کارخانه احداث گردد ... وگرنه آن نیایش ها و تلاوت ها ارزش و پذیرشی از پروردگار نخواهند داشت.

در عرفان همین زندگی خود مسیر کمال است. نیاز به مراسم و مناسک جدایی نیست، نیاز به ترک زندگی و رفتن به صومعه یا غار نیست. زندگی خود نردبان است. رستگاری همین جاست، در همین خانه، در همین تاکسی، در همین بازار. انسان از مراحل مختلف زندگی می گذرد، از کودکی، نوجوانی، جوانی، میانسالی و پیری، و در هر مرحله از مسیرها و حوادثی عبور می کند و هر قسمت زندگی یک منزلی از منازل کمال انسان است. در هر منزلی دو گوهر نیک و بد متجلی شده هر کدام یک راه را در پیش پای انسان می گسترند و کل زندگی انسان تصمیم بر سر این دوراهی های نیک و بد است، و کل پیشرفت در عرفان خلاصه در این است که آیا تو نیک را انتخاب می کنی یا بد را؟ آیا رفتار دوستانه در برابر شخص عصبانی مقابلت را انتخاب می کنی یا مشت و سیلی بر او را، آیا کمک به همکاری برای ترفیع را انتخاب می کنی یا زیرآبش زدن را ... با هر انتخاب یک تغییر در مرتبه وجودی انسان حاصل می شود: انتخاب راه نیک باعث بلندی و انتخاب راه بد باعث پابینی آن می شود. برای عارف کل صحنه های زندگی از خیابان، اتوبوس، زیرگذر، اداره و ... محل های نیایش هستند و نیایش همان انتخاب مسیر نیک است و بس.

کارهای نیک که در بالا گفتیم عارف را به مقام «آشویی»، یعنی نیکوکاری رسانند. اما این تنها شکل نیکی نیست. شکل دیگر نیکی آموزش همین عرفان پاک به دیگران است. اگر عرفان به شکلی که در بالا

توصیف کردیم در رواج باشد و دیگران نیکی های عارفان را دیده بسیاری از ایشان علاقه مند شده و در اینجا زمینه برای آموزش پیش آمده که عده ای مربی و راهنمای عارفان شوند. علاوه بر آن هر کس باید فرزندان خود را نیز عارفان آموزد. آموزش عارفان عارف را به مقام «پیر» می رساند. پیر نه اشاره به سن دارد، بلکه به معنای درجه ای از صلاحیت در فروزه های نیک است که وی را مناسب آموزش عارفان سازد. البته پیر بودن به معنای کمال مطلق نیست. و سومین حالت نیکی مبارزه با ظلم و حمایت از مظلوم در برابر ظالم است. این گونه نیکی سطح بالایی از نیروی اشویی طلبد و ممکن است نیازمند فداکاری از مال یا حتی جان باشد. با انجام اینگونه نیکی عارف به مقام «جوانمردی» می رسد که بالاترین سطح نیکویی است. کسانی که در این راه کشته شوند قهرمان می شوند و در حقیقت نمیمیرند، بلکه در یاد و خاطره ملت ها به حیات ادامه داده و هر زمان به شکلی ظاهر می شوند. این از اسرار عارفان است.

پس عارفان یعنی گشاده رویی، میهمانداری، لباس تمیز و مرتب داشتن، زیبایی به وجود آوردن، ارباب رجوع رو معطل نکردن، مثل آدم رانندگی کردن، جوانمردی و غیره. هر کس به اندازه توانش و موقعیتش شکل و حالتی از نیکی را برگزیند. عارف در بین مردم زندگی می کند و مشکلات آنان را حل می کند. در یک جامعه که شماری عارف در آن باشند باید سطح خوبی از پیشرفت و رفاه و پدید آید و هرگاه اکثریت جامعه ای عارف شدند فقر نباید در آن جامعه باشد. باید بکوشیم عارفان به این شکل رواج گیرد و این ذهنیت منفی از دین و معنویت که هم در غرب و هم در شرق پدید آمده زوده گردد. آری غرب و شرق در سده های گذشته از دین های بد و کیش ها که به اسم عارفان و معنویت آمده بودند رنجها بردند، اما گناه آن باید به گردن خود این دینها انداخته شود. به کسی به اسم بنز پیکان قراضه ای فروختند و ماشین وسط راه از هم فرو ریخت، آیا حال باید بنز را محکوم کنیم؟!

اشکال این دین ها در این بوده و هست که همیشه چیزهایی جز نیکی را در دین لازم دانسته و تمام تمرکز پیروان به همین چیزها گیر می شود. مثلا دینداران امروزی تمام حواسشان این است که زن ها پوشش کامل داشته باشند، نماز در زمان های خاص خود ادا شود، آب وضو که روی آرنج میریزد تمام نقاط زیر آرنج را بگیرد و فضایی بی آب نماند، «ولا الضَّالِّین» حمد در نماز چند ثانیه کشیده شود، ماه رمضان رستورانی باز نکند و صدها چیز دیگر. آنچه که خارج از دایره توجه آنان قرار دارد این است که در رفتار و گفتار نیک باشند، غیبت نکنند، عقاید مخالف را تمسخر نکنند، نظافت را رعایت کنند، شب که

ساعت ۲ می رسند در پارکینگ را محکم نکوبند که کل آپارتمان بیدار شوند و بچه هایشان را مثل وحشی ها بار نیارند و غیره.

اما در عرفان تمام تمرکز بر روی نیکی است و هر چیز به جز آن نهایت به عنوان ابزاری برای پرورش نیکی در نظر گرفته شده و بخشی از دین نباشد. آری در هر جامعه ای هنجارهایی استقرار دارند. مثلا در یک جامعه شاید که پوششی خاصی برای زن ها یا مردها هنجار و یا قانون باشد و جمع این گونه پوشش را بپسندد. انسان عارف به این هنجار احترام می گذارد اما این ربطی به عرفان ندارد. او به این قانون احترام می گذارد همانطور که به قانون چراغ قرمز موقع رانندگی احترام می گذارد. احترام به یک قانون یا هنجار یک چیز است و پنداشتن آن به سان خواست خدا و بخشی از دین یک چیز دیگر.

اما نتیجه این نیکی چیست؟ چنانکه گفتیم نیکی عارف را به سوی خدا کشانده می کند. در واقع نیکی مظهري است از تجلیات ایزد و نامهای او. هر فروزه نیک یکی از نامهای خداست که در عالم هستی و در ذهن انسان نمایان می شود: پاکی، زیبایی، حقیقت، عدالت، دوستی، مهربانی، سازندگی، آبادی و غیره همه نامهای خدا هستند. انسان عارف با پرورش این فروزه ها خود را بیشتر و بیشتر شبیه خدا می کند تا آنجا که در نهایت مانند دو قوس که انحنای یکسان داشته باشند تقریبا منطبق با او می گردد.

در این مرحله عارف به حسی و حالتی رسد که آن را عشق نامیده اند اما این کلمه بسیار نادرستی است برای توصیف این حالت. عشق در کلام امروز معنای های دیگری پیدا کرده و خیلی مناسب این وضعیت نیست. اما کلمه مناسب تر شاید «تقدس» و یا «پرشدن از روح خدا» باشد. در این حالت پُری روح الهامات خدایی به وجود انسان حلول کرده و در تمام ابعاد هستی وی منعکس می گردد: در کارهایش، در گفتارش، در نگاهش، و آرامشی ماورایی وجودش را میگیرد چنانکه حرف زدنش آهسته تر می شود، راه رفتنش آهسته تر می شود، و کلامش کلام خدا می شود و حتی ممکن است کارهای خدایی از او سر زند ... این کمالی است که همه باید به آن برسیم. البته این درست است که در این حالت یک علاقه و بستگی به ذات حق پیدا می شود و از این جانب شبیه است به عشق، اما در کل واژه عشق بیشتر به علاقه غریزی مرد و زن اطلاق شده و توصیف گر این حالت نیست.



البته برای رسیدن به این عشق، یا به عبارت بهتر فرهش و تقدس ایزدی، لازم نیست به بالاترین مرحله اتصال رسید. حتی در همان مراحل اولیه رشحه هایی از این عشق و تقدس را احساس توان کرد. اساسا هر کار نیک که می کنیم یا فروزه نیک که در خود پرورش می دهیم یک چراغی را در دل روشن کرده که خدا را بهتر نمایان کند، و در نتیجه این نمایان شدن عشق یا تقدس خدایی را تجربه می کنیم. و نکته جالب آنکه نتیجه این عشق و حس تقدس این است که بیشتر کار نیک کرده و در جهت کسب فروزه های نیک تلاش می کنیم و این دور همین سان تکرار می شود.

یعنی در عرفان نیکی فقط برای رسیدن به هدف، که خدا باشد، نیست بلکه یک جور دور تسلسل گویی وجود دارد: که عارف کار نیک را از روی عشق و گرایش به خدا انجام می دهد و بعد همین کار نیک عشق و گرایش او را نیز فزونی میدهد. برای عارفان حتی در همان مراحل ابتدایی طریقت کار نیک به راستی برخاسته از یک عشق درون و شعور عرفانی است تا با دید بهشت-جهنمی و اینکه من کار نیک می کنم که به خدا برسم و از اهریمن در امان مانم. در اصل برای عارف کار نیک خداست و خدا همان کار نیک است و یک درک و علاقه واحد به این مسایل وجود دارد.

گیاهی است به اسم عشقه که چون پیچک به دور سایر گیاهان پیچیده تا آنها را خشک و خفه گرداند. نام عشق از اینجا آمده. در عرفان نیز همچنانکه شناخت عارف از خدا و تجلیات او بیشتر شود علاقه او نیز بیشتر شده و این علاقه چون گیاه عشقه او را احاطه کرده و مدام رشد می کند تا آنجا که در دست این گیاه فنا گردد. در ارتباط با این فنا آمده که سالک در مسیر عرفان حرکت می کند تا به دریا می رسد. دریا نماد حق است و وجود انسان به امواج این دریا تشبیه شده. سالک در پای دریا ایستاده و پیش از ورود به آن در آخرین لحظه کمی هراسان شده و به عقب نگاه می کند، اما می بیند برگشتی نیست و امواج دریای نور پیشتر به سوی او گسترده شده تا به درونش کشند. سپس او چنانکه گفته اند «دل به دریا» زده و با برداشت آخرین گام به امواج شرابین ایزدی وارد می شود و زود باشد که در آن گم و محو شده و کسی از او نشانی نخواهد یافت. این پایان کار است، این کمال مطلق است، این سعادت برهمنیست، این منزلیست که از آفتاب بالاتر است و کسانی که به آن وارد شده اند بازنگشته اند تا به ما حکایت کنند در آن چه ها گذشت.

---

نشر و کپی آزاد است، البتہ بہ شرط نیت نیک!

[pakdini.com](http://pakdini.com)