



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

یاد حق (عزاسم)

نکاتی مهم پیرامون دوام توجه
و یاد خدا در کلام بزرگان از عرفا

حسین کربلایی

سرشناسه	: کربلایی، حسین، ۱۳۶۴ -
عنوان و نام پدیدآور	: یاد حق (عز اسمه): نکاتی مهم پیرامون دوام توجه و یاد خدا در کلام بزرگان از عرفا/ حسین کربلایی.
مشخصات نشر	: تهران: یاسین نور، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۶۴ ص: ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۷۰۱-۸-۷
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: خدا و انسان (اسلام)
موضوع	: مجتهدان و علما -- ایران -- کلمات قصار
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۲ ی ۴/۲۲۶/۲۲ BP۲
رده بندی دیویی	: ۴۶۶/۲۹۷
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۱۶۳۶۷۴

یاد حق (عز اسمه)

نکاتی مهم پیرامون دوام توجه و یاد خدا در کلام بزرگان از عرفا

نوشته: حسین کربلایی
ناشر: یاسین نور
حروفچینی: قاسمی (رها)
سال نشر: ۱۳۹۲
نوبت چاپ: دوم
شمارگان: ۵۰۰۰ جلد
قیمت کتاب: ۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۷۰۱-۸-۷-۶۰۰-۷۹۷۸-۸-۹۲۷۰۱-۸-۷ ISBN:

دفتر انتشارات و پخش: شهر ری بازار قدیم حرم بازار نو، انتشارات یاسین نور،

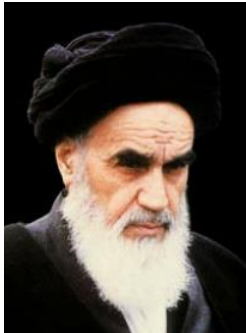
پلاک ۱۰

تلفن: ۰۲۱ - ۵۵۹۰۰۵۴۰ ۰۲۱ - ۵۵۹۶۸۲۱۵

کلیه حقوق چاپ و نشر این اثر متعلق به مؤلف می‌باشد.

تصاویر

تصاویر بزرگانی که در این کتاب به مناسبت، ذکری از آنها به میان آمده است.



آیت حق حضرت امام خمینی (ره)



عارف بالله علامه سیدمحمد حسین طباطبائی (ره)

اکثر افرادی که موفق به نفی خواطر شده و توانسته‌اند ذهن خود را پاک و صاف نموده و از خواطر مصفا کنند و بالاخره سلطان معرفت برای آنان طلوع نموده است در یکی از این دو حال بوده است. اول در حین تلاوت قرآن مجید، دوم از راه توسل به حضرت ابا عبدالله الحسین (علیه السلام). زیرا آن حضرت را برای رفع حجاب و موانع طریق نسبت به سالکین راه خدا عنایتی عظیم است.^۱

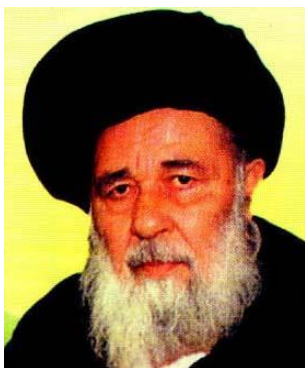


حضرت آیت‌الله العظمی محمدتقی بهجت (ره)

در این مطلب جای شک نیست که اگر انسان بدان موفق باشد برای او کافی است و تمام مطالب و نتایج ریاضات شاقه و دشوار را دارد و آن مطلب این است که انسان خود را در محضر خدا ببیند و خدا را در همه احوال مطلع از خود و در همه جا حاضر و بر همه کارها و احوال خود ناظر بدانند.^۲

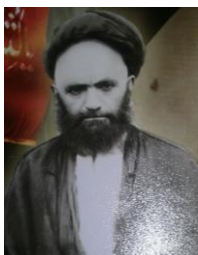
۱- کیش مهر، ص ۲۳۵.

۲- جرعه وصال، اندیشه‌های آیت‌الله بهجت، ص ۵۵.



حضرت آیت‌الله سیدعبدالکریم کشمیری (ره)

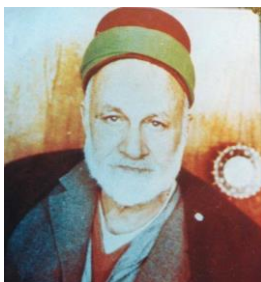
س: به چه معیاری می‌توان فهمید که شخص از نفس گذشته است؟
ج: اگر قلبا از مال دنیا گذشته باشد.^۱



آیت‌الله میرزا سیدعلی قاضی طباطبایی (ره)

اگر کسی نماز واجبش را اول وقت بخواند و به مقامات عالیه نرسد مرا لعن کند.^۲

۱- عرفان در کلام اولیای ربانی، ص ۵۹.
۲- عطش، ص ۳۰۱.



آیت حق مرحوم سید هاشم حداد (ره)

شخصی در مکاشفه دید که امام حسین (علیه السلام) مشغول جمع کردن خارهای بیابان هستند از ایشان می پرسند شما چه می کنید؟ می فرمایند، راه سالکان خدا را صاف و هموار می کنم.



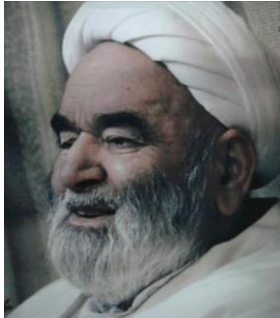
حضرت آیت الله سید محمد حسن الهمی طباطبایی (ره)



حضرت آیت‌الله میرزا جواد ملکی تبریزی (ره)



حضرت آیت‌الله میرزا محمدعلی شاه‌آبادی (ره)



عارف واصل حضرت آیت‌الله عزیز خوشوقت (ره)

يا أيها الذّین آمنوا اذکروا الله ذکراً کثیراً و سبّحوه بکره و
اصیلاً

ای کسانی که ایمان آورده اید خدا را بسیار یاد کنید و صبح و شام او را تسبیح گوید.

(احزاب ۴۱ و ۴۲)

بر سرِ آنم که گرز دست برآید
دست به کاری زخم که غصه سرآید
منظر دل نیست جای صحبت اصداد
دیو چو بیرون رود فرشته درآید

حافظ
(علیه الرحمه)

فهرست مطالب

تصاویر	۳
مقدمه	۱۱
بیان مجمل و کوتاهی از عالم الست	۱۲
بیانی از امام خمینی (ره) در رابطه با امکان تسلط بر قوه خیال و اوهام	۱۴
فصل ۱	۱۵
دوام توجه و یاد خدا در کلام حضرت امام خمینی (ره)	۱۵
فصل ۲	۱۷
دوام توجه و یاد خدا در کلام حضرت آیت الله العظمی بهجت (ره)	۱۷
فصل ۳	۲۶
دوام توجه و یاد خدا در کلام حضرت آیت الله سیدعبدالکریم کشمیری (ره)	۲۶
فصل ۴	۲۹
دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت الله سیدعلی قاضی طباطبایی (ره)	۲۹
فصل ۵	۳۲
دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت حق سید هاشم حداد (ره)	۳۲
فصل ۶	۳۴
دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت الله شاه آبادی (ره)	۳۴
فصل ۷	۳۶
دوام توجه و یاد خدا در کلام عارف کامل علامه سید محمد حسین طباطبایی (ره)	۳۶

فصل ۸..... ۴۸

دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت‌الله سیدمحمدحسن الهی طباطبایی ۴۸

فصل ۹..... ۴۹

دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت‌الله میرزاچواد ملکی تبریزی ۴۹

فصل ۱۰..... ۵۱

دوام توجه و یاد خدا در کلام سیدبن طاوس (رضوان‌الله علیه) ۵۱

فصل ۱۱..... ۵۲

دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت‌الله محمد شجاعی ۵۲

مصاحبه حجت‌الاسلام رشاد با عارف و اصل آیت‌الله عزیز خوشوقت ۵۶

بیانی از سید بحرالعلوم (رضوان‌الله علیه) در مورد نفی خواطر ۵۹

فهرست منابع ۶۱

مقدمه

کتاب حاضر مجموعه ایست از نکات بسیار مهم پیرامون دوام حضور و توجه به پروردگار عالم که از میان سخنان بعضی از عرفای بزرگ معاصر جمع آوری شده است. ضروریست خوانندگان محترم به این نکته توجه داشته باشند در تمامی موارد که اشاره به ذکر می شود منظور همان یاد خدا در دل و توجه قلبی است، نه ذکر لفظی و لسانی.

امید است مومنین عزیز با مطالعه این کتاب و تدبر در آن، توجه و ارتباط قلبی شان با حضرت حق (عز و جل) بیش از پیش مستحکم گردیده و این بنده را نیز از دعای خیر خود فراموش ننمایند.

و من ... التوفیق.

بیان مجل و کوتاهی از عالم الست

در «عالم الست» یا «روز ازل» که موطن قُرب و حضور است، انسان با شهود وجه کریم ربوبی و جمال و جلال بی نهایت او، به نحوی که در وهم نگنجد و در تصور نیاید، مجذوب وجه او و جمال و جلال او شد و عشق بر انسان حاکم گشت. به اقتضای عشق و انجذاب سخت، و به حکم غلیان محبت و هیمن آن، به زبان آمد و عشق خود اظهار کرد و گفت: معبود من، تویی محبوب من، مذکور من، مطلوب من، و مطاع من. در حالی که سخت مجذوب بود گفت: معبود من، با تو عهد می کنم غیر تو را نخواهم، غیر تو را یاد نکنم، غیر تو را طلب نکنم، غیر تو را اطاعت نبرم، و در این راه هر سختی را به جان می خرم و به عهد خود وفا می کنم و گفت: چگونه می شود از تو روی برگردانم، دل به غیر تو بدهم، غیر تو را یاد کنم، غیر تو را طلب کنم و از غیر تو اطاعت کنم!؟

به حکم عشق و جوشش آن متذکر این شد که نکند استغنائی جناب معبود پیش آید و او را کنار بزند و به آنچه در وهم

نگنجد گرفتار آید؟! لذا گفت: پروردگار من با تضرع و فقر از تو می‌خواهم به بندگی خود قبولم بفرمایی، از جوار خود دورم نگردانی، محرومم نکنی، به آتش فراق خود گرفتارم نسازی، و به آتش سخط خود عقوبتم نفرمایی، و مرا در جهنم طرد خود قرار ندهی. آنچه در دل مضطرب و پریشان، و در دل خائف و نگران داشت به زبان آورد و به تضرع پرداخت که تفصیل گفتنی‌های آن مجال مناسب خود را می‌طلبد، آنهم گفتنی‌های آن، و ناگفتنی‌ها هم ناگفتنی است و اهل آن را می‌خواهد و رسیدنی‌های آن هم مخصوص صاحبان آن است.

در این میان، براساس آنچه در آن روز گذشت، مشیت حق بر آن شد که انسان را در عین اینکه در آنجا هست، در عالم دنیا که عالم حجاب است هم وجود بخشیده و ظاهر کند، و توسط انبیاء و رسل آنچه را در آن روز گذشته است، به انسان یادآوری نموده و او را بیازماید که آیا در آنچه در آن روز و در آن مقام گفته است و عهد کرده است، صادق است یا نه؟ و به پیمان خود وفا می‌کند یا نه؟^۱

۱- اسماء الحسنی آیت‌الله محمد شجاعی، ص ۲۹ و ۳۰.

بیانی از امام خمینی (ره) در رابطه با امکان تسلط بر قوه خیال و اوهاجم

از قوایی که قابل تربیت است قوه خیال و قوه واهمه است که قبل از تربیت، این قوا چون طایری سخت فرار و بی اندازه متحرک از شاخه ای به شاخه ای و از چیزی به چیزی هستند. به طوری که انسان اگر یک دقیقه حساب آنها را نگه دارد می بیند که چندین انتقال متسلسل با تناسبات بسیار ضعیف ناهنجار پیدا نموده، حتی بسیاری گمان می کنند که حفظ طایر خیال و رام نمودن آن از حیز امکان خارج و ملحق به محالات عادیه است ولی این طور نیست و با ریاضت و تربیت و صرف وقت، آن را می توان رام نمود و طایر خیال را می توان بدست آورد، به طوری که در تحت اختیار و اراده حرکت کند که هر وقت بخواهد آن را در مقصدی یا مطلبی حبس کند که چند ساعت در همان مقصد حبس شود.^۱

۱- آداب الصلاه حضرت امام (ره)، ص ۴۴

فصل ۱

چون به پیامبر (ص) عرض شد دوست دارم که خاص ترین بندهٔ خدای تعالی باشم
حضرت فرمود خدا را فراوان یاد کن.

میزان الحکمه، ج ۴، ص ۱۸۴۱

دوام توجه و یاد خدا در کلام حضرت امام خمینی (ره)

و بدان ای عزیز که تذکر از محبوب و به یاد معبود به سر
بردن نتیجه‌های بسیاری برای عموم طبقات دارد، اما برای کمال و
اولیا و عرفا، که خود آن غایت آمال آنهاست و در سایهٔ آن به
وصال جمال محبوب خود رسند، هَنِيأَ لَهُمْ. و اما برای عامه و
متوسطین بهترین مُصلحات اخلاقی و اعمالی و ظاهری و باطنی
است. انسان اگر در جمیع احوال و پیشامدها به یاد حق تعالی
باشد و خود را در پیشگاه آن ذات مقدس حاضر بیند، البته از
اموری که خلاف رضای اوست خودداری کند و نفس را از

سرکشی جلوگیری کند.

پس ای عزیز در راه ذکر و یاد محبوب تحمل مشاق هر چه بکنی کم کردی، دل را عادت بده به یاد محبوب، بلکه به خواست خدا صورت قلب، صورت ذکر حق شود و کلمه طیبه لا اله الا الله صورت اخیره و کمال اقصای نفس گردد، که از این زادی بهتر برای سلوک الی الله و مصلحی نیکوتر برای معایب نفس و راهبری خوبتر در معارف الهیه یافت نشود. پس اگر طالب کمالات صوریه و معنویه هستی و سالک طریق آخرت و مسافر و مهاجر الی الله هستی، قلب را عادت بده به تذکر محبوب و دل را عجین کن به یاد حق تبارک و تعالی.^۱

۱- چهل حدیث، ص ۲۹۲-۲۹۱.

فصل ۲

پیامبر (ص): هیچ چیز را بر یاد خدا ترجیح نده چون او می فرماید:
«و یاد خدا بزرگ تر است».
میزان الحکمه، ج ۴، ص ۱۸۳۹

دوام توجه و یاد خدا در کلام حضرت آیت الله العظمی بروجردی (ره)

۱- س: چگونه در تمامی کارها و عبادات، اخلاص را فراموش نکنیم؟!
ج: بسمه تعالی - در عبادات و تمام کارها اختیارا راه ندهد، غیر از خدا را و غیر از یاد او را و همین، راه منحصر سعادت است.^۱
۲- غایت چیزی که از بشر می خواهند دائم الذکر بودن است، همان چیزی که در روایت آمده که سه چیز است که طاقت انجام آن را ندارند. یکی از آنها ذکرُ اللهِ علی کُلِّ حال

۱- جرعه وصال، اندیشه های آیت الله بهجت، ص ۱۱۵.

است و آن هم «ذِكْرُ اللَّهِ فِي كُلِّ مَوْطِنٍ إِذَا هَمَمْتَ عَلَى طَاعَتِهِ أَوْ مَعْصِيَتِهِ» دوام ذکر انسان را به مرتبه یقین می‌رساند. آیا ممکن است کسی دائم الذکر باشد و موقن نباشد؟ ابتدا انسان خیال می‌کند مشکل است، چون کوهی در برابر او اما به تدریج می‌فهمد که نه، چندان هم مشکل نیست. با دیگران حرف می‌زند ولی دلش پیش خداست.^۱

۳- انسان باید دائم الذکر باشد! زیرا کسی که دائم الذکر باشد، همواره خود را در محضر خدا می‌بیند و پیوسته با خدا سخن می‌گوید.^۲

۴- با کسی نشست و برخاست بکنید که همینکه او را دیدید به یاد خدا بیفتید، به یاد طاعت خدا بیفتید، نه با کسانی که در فکر معاصی هستند و انسان را از یاد خدا باز می‌دارند.^۳

۵- س: با نذر و قسم، تصمیمات اخلاقی می‌گیرم، بعد از مدتی عزم سست می‌شود و شکست می‌خورم، چه کنم؟
ج: یک دقیقه خود را در یاد خدا دیدید، اختیارا خود را منصرف نمایید، و به انصراف و غفلت غیراختیاری، اهمیت ندهید!^۴

۶- خدا می‌داند که این حالت مراقبه و توجه، چه تاثیری در روح انسان و در تحصیل علم و معرفت دارد!^۵

۱- العبد ص ۵۹.

۲- جرعه وصال اندیشه‌های آیت‌الله بهجت، ص ۷۷

۳- همان، ص ۷۵

۴- همان، ص ۷۵

۵- همان، ص ۵۵

۷- س: برای حضور قلب در نماز و تمرکز فکر، دستورالعملی بفرمایید؟

ج: بسمه تعالی - در آنی که متوجه شدید، اختیاراً منصرف نشوید!

۸- احساس حضور خدا در همه حال همه مسائل را حل می کند.

۹- در این مطلب جای شک نیست که اگر انسان بدان موفق باشد، برای او کافی است و تمام مطالب و نتایج ریاضات شاقه و دشوار را دارد! و آن مطلب این است که: انسان خود را در محضر خدا ببیند و خدا را در همه احوال مطلع از خود و در همه جا حاضر و بر همه کارها و احوال خود، ناظر بداند.^۲

۱۰- در مورد اذکار و اوراد و قرائت و امثال اینها، انسان همیشه تحری [کوشش در جستجو] و مراقبت نماید [که] چه عملی تا چه اندازه موافق با نشاط و حضور قلبی او است، همان را اختیار کند.^۳

۱۱- آیا ما بیش از این حاجت داریم که همین قدر مطلع باشیم که: خدا، بر ظاهر ما و بر باطن ما مطلع است؟!

اگر سلاطین عالم، می دانستند که انسان ممکن است در حال عبادت چه لذت هایی را ببرد، هیچگاه دنبال این مسائل مادی

۱- همان، ص ۳۰ و ۳۱

۲- همان، ص ۵۵.

۳- همان، ص ۱۱۴

نمی‌رفتند!^۱

۱۲- دستورالعمل جامع و مانع، یاد خداست در حلال و حرام، یعنی همیشه.^۲

۱۳- اگر نصف عمر هر شخصی در یاد منعم حقیقی است و نصف دیگر در غفلت، نصف زندگی، حیات او محسوب و نصف دیگر، ممات او محسوب است.^۳

۱۴- ترک معصیت، حاصل نمی‌شود بطوری که ملکه شخص بشود، مگر با دوام مراقبه و یاد خدا در هر حال و زمان و مکان و در میان مردم و در خلوت.^۴

۱۵- شفای صدور، در اتیان عبادات با حضور قلب است... باید در تقویت حضور قلب در هر موقع در عبادت، کوشا باشیم.^۵

۱۶- هدف باید این باشد که تمام عمر، صرف در یاد خدا و طاعت او و عبادت باشد، تا به آخرین درجه قرب مستعد خودمان برسیم.^۶

۱۷- بارها گفته ام و بار دگر می‌گویم: کسی که بداند «هر که خدا را یاد کند، خدا همنشین اوست»، احتیاج به هیچ وعظی ندارد.^۷

۱- همان، ص ۹۸

۲- همان، ص ۹۷

۳- همان، ص ۹۶

۴- همان، ص ۹۳

۵- همان، ص ۷۴

۶- همان، ص ۷۳

۷- همان، ص ۷۲

۱۸- کسی که بداند در مرآی و مسمع خداست، نمی‌تواند گناه کند. تمام انحرافات ما از اینست که خدا را ناظر و شاهد نمی‌بینیم.^۱

۱۹- اگر بنده توجه و ارتباطش را از غیر خدا قطع کند، ارتباطش با خدا قهری است.^۲

۲۰- اگر خود و کمال خود را خواهانیم، باید دوست خدا باشیم. و اگر دوست خداییم، باید دوست وسائط فیوضات از نبی و وصی باشیم.... پس کیمیای سعادت، یاد خداست، و او محرک عضلات به سوی موجبات سعادت مطلقه است.^۳

۲۱- آیه شریفه: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» «هان تنها با یاد خدا دل‌ها آرام می‌گیرند.»... سبب اطمینان و آرامش دل‌ها را، منحصرًا ذکر الله می‌داند... بنابراین ما که آرامش نداریم، می‌توانیم بگوییم ذاکریم؟^۴

۲۲- ما اگر خدا را همه جا حاضر و ناظر بینیم، چگونه باید باشیم؟!... در برابر ذاتی که حیولت و جدایی او از ما محال است، و در همه جا حاضر و بر ما ناظر است، چگونه باید باشیم و مرتکب معاصی نشویم؟! هر قدر این درک حضور تقویت شود، انسان محفوظ تر و مامون تر است و هر قدر تضعیف شود، مصونیت و مامونیت او کمتر است!^۵

۱- همان، ص ۷۱.

۲- همان، ص ۵۶.

۳- همان، ص ۹۲.

۴- همان، ص ۸۱.

۵- جرعه وصال اندیشه‌های آیت‌الله بهجت، ص ۸۱.

۲۳- گفتم که: الف، گفت: دگر، گفتم: هیچ، در خانه اگر کس است، یک حرف بس است. بارها گفته ام و بار دگر می گویم کسی که بداند هر که خدا را یاد کند خدا همنشین اوست احتیاج به هیچ وعظی ندارد می داند چه باید بکند و چه باید نکند. می داند که آنچه را که می داند باید انجام دهد. و آنچه که نمی داند باید احتیاط کند.^۱

۲۴- روزی از ایشان سؤال کردم: طریق آقا سیدعلی قاضی چه بود؟ یکبار فرمود: استغراق در ذکر. یکبار دیگر فرمود: راه محبت به خدا.^۲

۲۵- س: چگونه در نماز حضور قلب داشته باشیم؟
ج: آسان ترین روش، برای حضور قلب به طوری که کسی نگوید نمی توانم این است که- البته بین نماز و غیرنماز فرقی نیست، حضور قلب همیشه باید باشد ولی در نماز اهمیتش بیشتر است- اگر متوجه خدا و نماز شد اختیاراً خود را از این توجه اش منصرف نکند البته غفلتاً اشکالی ندارد و مثل دیگر موارد غفلت است. اگر انسان یک لحظه به یاد خدا افتاد و قلب خودش را منصرف نکرد، کافی است، هر چه هست و نیست این اختیار کارگر است. این را یا باید به عمل بفهمد یا به برهان (انسان در شبانه روز چقدر متوجه خدا می شود) توجه به خدا هم از طریق برهان ممکن است و هم از راه تجربه و عمل ممکن

۱- عرفان در کلام اولیای ربانی، مهدی لک، ص ۱۰۵
۲- العبد، ص ۴۸، به نقل از آقای قائمی

است این را بفهمد.^۱

۲۶- س: می‌خواهم در نماز تمام اذکار را درک کنم و بفهمم و آن نور را درک کنم و بینم تا با آن حرکت کنم.
ج: با شرایط حضور قلب اعمالتان را انجام دهید. در پاداش چه کار خواهند کرد به ما مربوط نیست.^۲

۲۷- س: برای تمرکز فکر در نماز دستورالعملی بفرمایید؟
ج: در آنی که متوجه شوید اختیاراً منصرف نشوید. [زمانی که در نماز توجه داشتید از روی اختیار توجه خود را از دست ندهید، که این کار در صورت مداومت به صورت عادت در خواهد آمد و شما به هنگام نماز به خودی خود متوجه خواهید بود].^۳

۲۸- احساس لذت در نماز یکسری مقدمات خارج از نماز دارد و یکسری مقدمات در خود نماز- آنچه که قبل از نماز بایستی ملاحظه شود و عمل شود این است که انسان گناه نکند، معصیت روح را مکدر می‌کند. نورانیت دل را می‌برد و اما هنگام خود نماز بایستی زنجیر و سیمی به دور خود بکشد تا غیر خدا داخل نشود. بایستی قلب را از غیر خدا منصرف کند، توجه اش به غیر خدا مشغول نشود البته اگر به طور غیراختیاری توجه اش به جایی رفت که هیچ، اما به محض التفات پیدا کردن بایستی

۱- قلب عارف، حامد اسلام جو، ص ۵۳.

۲- همان، ص ۵۰.

۳- قلب عارف، حامد اسلام جو، ص ۵۱.

قلبش را از غیر خدا منصرف کند.^۱

۲۹- آیت الله بهجت در دیدارهایی که این جانب با ایشان داشتم با رها به بیان‌های مختلف بر نقش توجه به خداوند متعال و تداوم ذکر در رسیدن به معرفت شهودی تأکید نمودند از جمله یکبار به آیه «أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ، أَلَا إِنَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ مُّحِيطٌ» اشاره کردند و فرمودند:

«توجه به خداوند متعال کلید وصول به مقامات معنوی و شهود حق تعالی است.»^۲

۳۰- یکی از رهنمودهای آیت الله بهجت در جهت تداوم ذکر مراقبت از بارقه‌هایی است که از یاد خدا در دل انسان درخشش پیدا می‌کنند، تلاش برای پیشگیری از خاموش شدن این بارقه‌ها موجب رسیدن سالک به شهود تام است ایشان فرمودند، راه رسیدن به شهود، مراقبت بر یاد خدا و از دست ندادن اختیاری توجهاتی است که احیاناً برای انسان حاصل می‌شود. غفلت غیر اختیاری اهمیتی ندارد. واضحاً را از دست ندادن، موجب وصول به شهود تام است.^۳

۳۱- در دیداری با آیت الله بهجت از ایشان پرسیدم که: چه گونه می‌توان به یقین رسید؟ ایشان پاسخ دادند: یک راهش تفکر در مسائل علمی است که انسان را به علم‌الیقین می‌رساند و

۱- همان، ص ۴۹

۲- به نقل از آیت الله محمدی ری شهری، زمزم عرفان، (یادنامه آیت الله بهجت)، ص ۱۱۷

۳- همان، ص ۱۲۳

راه دیگر دوام ذکر است.^۱

۳۲- از ایشان پرسیدم: راه رسیدن به حضور قلب در نماز

چیست؟

ایشان پاسخ دادند: دو کار در کنار هم: ۱- به وسوسه‌های
شیطانی که غیر اختیاری پیش می‌آید کاری نداشته باشد. ۲- هر
وقت در نماز توجه پیدا کرد اختیاراً به غیر خدا توجه نکند»
سپس در توضیح این مطلب فرمودند:

شیطان می‌خواهد اختیاراً انسان را متوجه غیر خدا کند. وقتی
دید که در حال اختیار، به غیر خدا توجه نمی‌کند، او را رها
می‌کند.^۲

۱- به نقل از آیت‌الله محمدی ری‌شهری، زمزم عرفان، (یادنامه آیت‌الله بهجت)، ص ۱۱۶
۲- همان، ص ۸۰

فصل ۳

امام صادق (ع) در پاسخ به این سؤال که گرامی ترین انسان نزد خدا کیست فرمودند: کسی که بیش از همه به یاد خدا باشد و به فرمان او عمل کند.

میزان الحکمه، ج ۴، ص ۱۸۴۱

دوام توجه و یاد خدا در کلام حضرت آیت الله سید عبدالکریم کشمیری (ره)

۱- نظر ایشان این بود که برای از بین بردن صفات رذیله دو راه درمان وجود دارد: یک راه مجاهده است که انسان باید زحمت و ریاضت بکشد تا آنها را بیرون کند اما یک راه دیگر هم هست که اگر به این مقام برسد همه رذائل با هم از بین می رود مثل کسی که غرق باشد و یک نفر بیاید او را نجات بدهد یا کسی که مثلاً پایش یا دستش نجس باشد و در آب کر همه بدنش تمیز و طاهر شود. اگر انسان دائماً یاد خدا باشد این صفات رذیله کم کم نه، بلکه همه اش با هم برچیده می شود. این

یاد و محبت خدا مانع می شود که انسان کار زشتی انجام دهد و ایشان با اینکه خودشان خیلی ریاضت کشیده بودند اما راه دوم را که محبت خداست اصلح می دانستند و خیلی بر آن تاکید داشتند.^۱

۲- نسبت به خدا حالت توجه داشته باشید تا با خدا رفیق شوید. نه تنها رفیق که او شفیق هم هست.^۲

۳- س: آخر ما توی دانشگاه و بیمارستان صبح تا شب مشغول بیمار! چگونه یاد خدا باشیم و با خدا باشیم؟

ج: شما هر مریض که می بینید متوجه خدا باشید، علاوه بر آن، روزی نیم ساعت برای خودتان ساکت باشید.^۳

۴- «به من می گفت: شما تو کلتنان باید به خدا قرص و محکم باشد. گفتم چه طور آقا؟ گفت: قلبت، توجهت، یک جا باشد نه همه جا، فقط به خدا توجهت مستقیم و صادق باشد!»^۴

۵- س: از او می پرسند ما وقتمان به درس و بحث می گذرد، چطور درس خواندن را با یاد خدا جمع کنیم که مانع نشود؟

ج: می گوید: درس را که خواندید، بقیه اش جزء ادمتم ذکره باشید! یاد خدا کنید! عبادت کنید! متواضع باشید!^۵

۶- س: آیا خلسه (یعنی در خود فرو رفتن و خالی کردن ذهن از هر چیز غیر حق) برای سالکین لازم است؟

۱- شیدا، به نقل از آقای قائمی، ص ۵۱

۲- همان، ص ۵۰

۳- همان، به نقل از دکتر محمدباقر لاریجانی، ص ۵۱، ۵۲

۴- همان، به نقل از حاج صاحب عضدالله، ص ۵۲

۵- شیدا، ص ۵۱- مصاحبه با آیت الله کشمیری، آرشیو شبکه اول سیما

ج: بعضی از اساتید عرفان دارای خلسه‌های طولانی بودند و بهتر آن است که چشم بسته باشد و در جای خلوت نشسته و افکار از همه جا به دور و فقط به حق مشغول باشد و لازمه اش آن است که از هر نوع تعیین و تقید ذهن را خالی کند.^۱

۷- از آیت‌الله کشمیری می‌خواهند تمام عرفان را در یک عبارت خلاصه کند و او تمام مجاهدت‌ها، تمام ریاضت‌ها و تمام سلوکش را در یک کلام خلاصه می‌کند و می‌گوید: قطع از ماسوی الله.^۲

۸- س: نظر جنابعالی درباره فنا فی الله چیست؟

ج: هر وقت عبد تمام کارهایش برای خدا شد و خودیت خود را ندید فانی فی الله می‌شود و محو در معبود می‌گردد.^۳

۹- از مستحبات نماز این است که انسان قبل از نماز سر سجاده بنشیند چرا که او زائر خداست. انسان برای اینکه موقع نماز متوجه باشد و از مشغولیات روزمره دور شود، مستحب است که قبل از نماز کمی بنشیند و فکر کند که در مقابل یک بی‌نهایت، یک کریم، یک عزیز، یک غفور، یک رحیم، یک جواد، یک واحد، یک وتر، یک احد و یک صمد نماز می‌خواند.^۴

۱- عرفان در کلام اولیای ربانی، مهدی لک ص ۶۰.

۲- شنیدم، به نقل از آقای قائمی، ص ۶۵.

۳- عرفان در کلام اولیای ربانی، مهدی لک، ص ۶۰.

۴- شنیدم، به نقل از حجت الاسلام آقای صداقت، ص ۵۶.

فصل ۴

پیامبر (ص): هر لحظه‌ای که بر فرزند آدم بگذرد و در آن به یاد خدا نباشد در روز رستاخیز برای آن لحظه افسوس خورد.
میزان الحکمه، ج ۴، ص ۱۸۴۱

دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت الله سید علی قاضی طباطبائی (ره)

۱- در کتاب تاریخ الاعلام آمده است که مرحوم قاضی بعضی از افراد را مرحله به مرحله تربیت می کرد: مرحله‌ی اول با صحبت و گفتگو. مرحله‌ی دوم، عبادات شرعی را دستور می داد که با پی بردن به اسرار عرفانی آن انجام دهد. مرحله‌ی سوم، حالت مراقبت دایمی را توصیه می فرمود. مرحله‌ی چهارم، بعد از گذشت مدتی از ممارست افعال عبادی بدنی، توصیه می فرمود به اعمال قلبی، به این ترتیب: ۱- تا آن جا که مقدور سالک باشد، با خواست و اراده‌ی

خودش کارها را انجام ندهد، بلکه با توجه به فعل و اراده و مشیت الهی.

۲- حالت حضور خدا را در دل به نظر آورد و آن را تثبیت کند.
۳- توجه نکردن به آنچه پیش می‌آید، از حالات درونی، همانند اندوه، سرور، قبض و بسط.

مرحله‌ی پنجم، می‌فرمودند: سالک باید به هر چه از معانی دقیق عرفان پی برد، در خود پنهان کرده و کتوم باشد، زیرا این معانی اسرار الهی است و باید آن را از نامحرمان نگهداری و حفظ کرد، مگر برای استاد خود.^۱

۲- حجت الاسلام آقای دکتر مرتضی‌تهرانی می‌فرمایند:
«آیت الله قاضی در پاسخ شخصی که از ایشان تقاضای سفارش کرد، فرمودند: قلم و کاغذ از جیب در آور و بنویس:

سررشته دولت ای برادر به کف آر
وین عمر گرنامه‌ی به خسران مسپار
یعنی همه جا با همه کس در همه کار

می‌دار نهفته چشم دل جانب یار.^۲

۳- سالک باید با حربه ذکر نفی خواطر کند، یعنی برای این که در ذهنش خطوط نکند متذکر به ذکر خدا و توجه به یکی از اسماء الله کند و بدین وسیله با وجود ذکر مجالی برای خاطر نخواهد بود و نفی خواطر خود به خود به تبع ذکر خواهد بود.^۳

۴- در بخشی از نامه آیت الله سیدعلی قاضی به یکی از

۱- دلداده، سیدعباس موسوی مطلق، ص ۱۱۳ و ۱۱۴

۲- عطش، ص ۳۰۶.

۳- عطش، ص ۱۴۷.

شاگردان آمده است:

... حرف را بر خود راه ندهید، عجله ننمائید، رفق را شعار خود نمایید و از اوراد دادن به غیر، مضایقه نیست... الا اینکه محل را ملاحظه نمایید تا طلب صادق ندیدید ندهید. اذاعه اسرار، حرام است. و اجازه دیگر لازم نیست. و بنده با قرآن استخاره نمی کند و تمام طرق ... توسل به ائمه اطهار و توجه تام به مبدا است. چون که صد آمد، نود هم پیش ماست.^۱

۵- و در بخش دیگری از نامه این چنین فرموده اند:

عرض می شود: کسانی را که به جهت ضعف و عدم استعداد قوه خیالیه، که مسکنش دماغ است، کشف حجب به (الله) خیالیه تعذر یا تعسر دارد. مناسب یا - متعین است - که پس از فراغ از مزاولات اعمال بدنیه، مِنَ الصَّلَاةِ وَ الصَّوْمِ وَ الْحَجِّ وَ الْخُمْسِ وَ اشباهها، به عوالم قلبیه اختیاریه، مثل ترک اراده به قدر طاقت و دوام حضور و ترک هم و غم و سرور و اشباه آنها پردازند و کم کم در خود فرا گرفته، تا ملکه شود ان شاء الله تعالی.^۲

۶- مَنْ كَانَ هَمُّهُ هَمَّ اللَّهِ كَفَاهُ اللَّهُ جَمِيعَ هَمومِهِ

هر کس همتش فقط خدا باشد، خداوند همه امورش را کفایت می کند.^۳

۱- همان، ص ۳۲۰- صفحات من تاریخ اعلام فی النجف اشرف، ص ۲۱۶-۲۱۳.

۲- همان، ص ۳۱۹- صفحات من تاریخ اعلام فی النجف اشرف، ص ۲۲۳-۲۲۱.

۳- دلداده، خاطرات آیت الله محمد صالح کمیلی، سیدعباس موسوی مطلق، ص ۱۱۶. عبارت این روایت شریف در کتاب اصول کافی ج ۲ ص ۲۴۶ چنین آمده است: مَنْ كَانَ هَمُّهُ هَمًّا وَاحِدًا، كَفَاهُ اللَّهُ هَمَّهُ.

فصل ۵

از سفارش‌های امام علی (ع) به فرزندش حسن (ع) در هنگام وفات:
در همه حال به یاد خدا باش.
میزان الحکمه، ج ۴، ص ۱۸۴۳

دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت حق سیدناشم خدا (ره)

۱- حجت الاسلام محمد صالح کمیلی می گوید:
«ایشان به جای اینکه مثلاً اذکار اربعینه را مفصل بگویند یا دستورات خیلی مفصلی بدهند، تمام دستوراتشان در یک جمله خلاصه می‌شد و آن اینکه همیشه و در هر حال، در هر حرکت و سکون به یاد خدا باشید. خدا را در نظر بگیرید و خودتان را در محضر خدا ببینید که (هُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ) این معیت معنوی را که خدا همراه شماست در خودتان تلقین کنید و تکرار کنید تا ملکه شود تا این مراقبت و این ملکه مانع شود از اینکه غفلت،

شما را فرا بگیرد یا قلب شما جای دیگری پراکنده شود یا به جای دیگری توجه کند. این سفارشی بود که کرارا از ایشان می شنیدیم.^۱

۲- هنگامی که دیگران از او می پرسند: چه کنیم نماز را بهتر بخوانیم؟ می گوید: علاوه بر توجه، سعی کنید خطورات نیاید. اگر خطوری آمد او را رد کنید. حیف است کسی نتواند دو رکعت نماز بدون خطور بخواند. توجه کامل و یکسره به سوی حق و انقطاع از غیر او و پاکی و طهارت سرّ، لازمه نماز است و از قول مرحوم قاضی می گوید: چنان نماز کنید که اگر کسی با شما حرفی زد متوجه نشوید.^۲

۳- علامه تهرانی از قول مرحوم مطهری می نویسد:

« یک بار که خدمتشان بودم از من پرسیدند: نماز را چگونه می خوانی؟ عرض کردم: کاملاً توجه به معانی کلمات و جملات آن دارم! فرمودند: پس کی نماز می خوانی؟! در نماز توجهت به خدا باشد و بس! توجه به معانی مکن!^۳»

۱- دلشده، ص ۲۰۸

۲- همان، ص ۹۹

۳- همان ص ۹۸

فصل ۴

امام علی (ع): کسی که به یاد خدای سبحان باشد همنشین اوست.

میزان الحکمه، ج ۴، ص ۱۸۴۵

دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت الله شاه آبادی (ره)

۱- بدون حضور قلب و اقامه روی دل به سوی مقصد، مقصود حاصل نگردد.^۱

۲- باید انسان در وقت ذکر مثل کسی باشد که کلام دهان طفل می گذارد و تلقین او می کند برای این که او را به زبان بیاورد و همین طور انسان باید ذکر را تلقین قلب کند و مادامی که انسان با زبان ذکر می گوید و مشغول تعلیم قلب است ظاهر به باطن مدد می کند، همین که زبان طفل قلب باز شد از باطن به ظاهر مدد می شود، چنان که در تلقین طفل نیز چنین است.

۱- قلب عارف، ص ۱۴۵

مادامی که انسان کلام در دهان او می‌گذارد او را مدد می‌کند، همین که او آن کلام را به زبان اجرا کرد، نشاطی در انسان تولید می‌شود که خستگی سابق را برطرف می‌کند، پس در اول از معلم به او مدد می‌شود و در آخر از او به معلم کمک و مدد می‌شود.^۱

فصل ۷

امام باقر (ع): مؤمن تا زمانی که به یاد خدا باشد، ایستاده یا نشسته یا خفته، پیوسته در نماز است. خداوند متعال می‌فرماید: «آنان که خدا را ایستاده و نشسته و به پهلو یاد می‌کنند».

میزان الحکمه، ج ۴، ص ۱۸۴۵

دوام توجبه و یاد خدا در کلام عارف کامل علامه سید محمد حسین طباطبائی (ره)

- ۱- إِذْ جَاءَ رَبَّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ. (صافات / ۸۴) مراد از قلب سلیم آن قلبی است که هیچ تعلقی به غیر خدا نداشته باشد.^۱
- ۲- تکرار ذکر خدای متعال با تنزیه فعل او از نقص و عیب، و او را به ثنای جمیل یاد کردن و مداومت در این کار، باعث انس قلبی انسان به خدا و یاد او می‌شود. و وقتی انس به زیبایی و جمال فعل خدا و نزاهت او زیاد شد، رفته رفته این انس، در قلب

۱- حکمت زلال. ص ۱۲۴

رسوخ پیدا می کند.^۱

۳- ذکر مطلوبی که به آن امر شده، عبارت است از اینکه انسان ساعت به ساعت و دقیقه به دقیقه، به یاد پروردگار باشد و اگر احیاناً غفلت و نسیانی دست داد، مجدداً مبادرت به ذکر نموده و نگذارد که غفلت در دلش مستقر گردد.^۲

۴- همانا دو راه است که در زندگی پیموده می شود: یا راهی است که حق در آن پیروی می شود، و یا راهی است که هوادر آن متابعت می گردد و به عبارت دیگر، یا راه ذکر خدا است و یا راه فراموشی خدا.^۳

۵- از آیه کریمه: *وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا*. (نساء/۳۶). هیچ چیزی را شریک خدا قرار ندهید!

ابتدائاً فهمیده می شود اینکه: نباید بت‌ها را پرستش نمود. و با نظری وسیعتر، اینکه، انسان از دیگران بغیر اذن خدا پرستش نکند و با نظری وسیع تر از آن، اینکه: انسان حتی از دلخواه خود نباید پیروی کند.

و با نظری وسیع تر از آن، اینکه: نباید از خدا غفلت کرد و به غیر او التفات داشت.^۴

۶- *وَادْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ* (جمعه/۱۰)
منظور از ذکر، اعم از ذکر زبانی و قلبی است، و شامل توجه

۱- همان، ص ۱۱۹

۲- همان، ص ۱۱۲

۳- همان، ص ۱۰۹

۴- همان، ص ۷۸

باطنی به خدا نیز می‌شود. و کلمه فلاح به معنای نجات از هر نوع بدبختی و شقاوت است.

وقتی انسان زیاد به یاد خدا باشد، این یاد خدا در نفس آدمی رسوخ می‌کند و در ذهن نقش می‌بندد، و عوامل غفلت را از دل ریشه کن ساخته، باعث تقوای دینی می‌شود که خود مظنه رستگاری است.^۱

۷- یاد خدای تعالی با ذکرى که لایق ساحت عظمت و کبریائی او است یعنی ذکر خدا با اسمای حسنی و صفات علیای او که قرآن در تعلیمش بیان نموده، تنها راهی است که انسان را به کمال عبودیت می‌رساند. هیچ کمالی برای انسان، برتر از آن، وجود ندارد!^۲

۸- یکی از شاگردان علامه طباطبایی (آیت الله امینی) می‌گوید:

در یکی از شب‌های آخر عمر علامه، در خدمت او بودم، یارای سخن گفتن نداشت، پی فرصت می‌گشتم که در آن لحظات نصیحتی کند، با چشم‌های نافذش به گوشه‌ی اتاق نگاه می‌کرد، خود را به او نزدیک کردم و گفتم: برای توجه به خدا و حضور قلب در نماز چه راهی را توصیه می‌کنید؟ به سوی من متوجه شد و با آهنگ بسیار ضعیف که با سختی شنیده می‌شد بیش از ده بار فرمود: مراقبه، مراقبه، توجه، توجه.

۱- حکمت زلال، ص ۱۲۸

۲- همان، ص ۱۲۷

حضرت علامه می‌خواستند بفرمایند برای حضور قلب، شرط اول این است که نمازگزار در آغاز نماز به خداوند توجه پیدا کند و شرط دوم این است که حال توجه را نگه دارد. آن قدر با نفس خویش مبارزه کند و آن قدر سعی و جدیت نماید تا توجه به خدا و حضور قلب برایش به صورت ملکه درآید.^۱

۹- خداوند سبحان برای مخلوقاتش مشهود است و از آنان غایب نیست، جز اینکه خودبینی مخلوقات و توجه به خودشان آنان را از مشاهده خداوند غافل ساخته و نمی‌گذارد متوجه شوند که آنان دائماً او را مشاهده می‌کنند. آری، علم به او همیشه و در هر حال هست ولیکن علم به علم است که گاهی (به خاطر سرگرمی به چیزهای دیگر) مفقود می‌گردد.^۲

۱۰- انسان وقتی به سیر در نفس خود پردازد و اغیار را از دل بیرون راند و با دل خلوت کند، از هر چیزی منقطع و به خداوند متعال می‌پیوندد و این خود باعث معرفت پروردگارش می‌شود چون انقطاع، به تنهایی تمامی حجاب‌هایی را که در بین است کنار می‌زند، اینجاست که آدمی با مشاهده ساحت عظمت و کبریایی حق، خود را از یاد می‌برد.^۳

۱۱- کمال توبه برای هر کسی میسر نیست، زیرا توبه رجوع به صفت عزت خداوند متعال است و عزت خدا، همان خویشستن داری اوست و اینکه نمی‌خواهد در مقابلش انا (من) گو باشد،

۱- قلب عارف، حامد اسلام جو، ص ۸۷ و ۸۸

۲- کیش مهر، ص ۲۳۴

۳- همان، ص ۲۳۳

تائب باید به مقامی برسد که من و تو در میان نبیند و غیر حق از ماسوی و حتی خود را نیابد و معرفت بدون رسیدن به مقام عزت حاصل نمی‌شود، زیرا در مناجات شعبانیه می‌خوانی: **وَ الْحَقِیْنِ بُنُورِ عِزِّكَ الْأَبْهَجِ**، یعنی از ماسوی چشم پوشم و غیر تو را نبینم.^۱

۱۲- اکثر افرادی که موفق به نفی خواطر شده و توانسته‌اند ذهن خود را پاک و صاف نموده و از خواطر مصفا کنند، و بالاخره سلطان معرفت برای آنان طلوع نموده است در یکی از این دو حال بوده است. اول، در حین تلاوه قرآن مجید. دوم از راه توسل به حضرت اباعبدالله الحسین (علیه‌السلام) زیرا آن حضرت را برای رفع حجاب و موانع طریق نسبت به سالکین راه خدا، عنایتی عظیم است.^۲

۱۳- مراد از لقاء الله، قرار گرفتن بنده است در مرحله ای که دیگر بین او و بین پروردگارش حجابی نباشد، همچنان که روز قیامت نیز این چنین است، چون روز قیامت، روز ظهور حقایق است، که قرآن کریم درباره اش فرمود: **وَيَعْلَمُونَ أَنَّ اللَّهَ هُوَ الْحَقُّ الْمُبِينُ**. (سوره نور آیه ۲۵). آن روز یقین می‌کنند که خدا حق آشکار است.^۳

۱۴- به یاد خدا باش تا خدا به یادت باشد! اگر خدا به یاد انسان بود، انسان از جهل نجات پیدا می‌کند. اگر در کاری

۱- همان، ص ۲۳۷

۲- همان، ص ۲۳۵

۳- کیش مهر، ص ۲۳۴

مانده است، اگر خدای قدیر به یاد انسان بود، هرگز انسان عاجز نمی‌شود و نمی‌ماند، و اگر در مشکلات اخلاقی گیر کرد، خدائی که دارای اسماء حسنی است و متصف به صفات عالیه، البته به یاد انسان خواهد بود، گره اخلاقی را هم می‌گشاید و انسان را از آن مشکل، رهایی می‌بخشد.^۱

۱۵- مداومت بر یاد خدا با تسبیح و تحمید، باعث می‌شود که انسان به قضای خدا راضی گردد.^۲

۱۶- ممکن است انسان در مواقعی از خدا غافل شود، و پروردگار یک تب سخت و خطرناک چهل روزه به او بدهد، برای اینکه یک بار از ته دل بگوید: یا الله! و به یاد خدا بیفتد.^۳

۱۷- تنها راه محبت و مهر است که نفس محب را بواسطه انجذابی که به سوی محبوب پیدا می‌کند، مجذوب وی نموده و همه چیز حتی خودش را از لوح دلش محو کرده و شعور و ادراکش را، تنها و تنها به محبوب اختصاص دهد و از اینجا روشن است که معرفت حقیقی حق سبحانه، جز از راه حب، صورت نمی‌گیرد.^۴

۱۸- دعای سحر حضرت باقر علوم نبیین (علیه السلام) را فراموش نکن، که در آن بهاء و جمال و عظمت و نور و رحمت و علم و شرف است، و حرفی از حور و غلمان نیست!^۵

۱- همان، ص ۲۳۸

۲- همان، ص ۲۴۲

۳- همان، ص ۲۳۹

۴- همان، ص ۲۳۹

۵- همان، ص ۲۳۸

۱۹- ذکر موجب زیادی معرفت و زیادی معرفت موجب زیادی محبت می گردد تا مرحله فنا که در این صورت خوف و ترس از نامطلوب در او نمی ماند.^۱

۲۰- نفی خواطر عبارت است از تسخیر قلب و حکومت بر آن، تا سخنی نگوید و عملی انجام ندهد و تصور و خطر ای بر او وارد نشود مگر به اذن و اختیار صاحب آن، و تحصیل این حال بسی صعب و دشوار است و لهذا گفته اند که نفی خواطر از اعظم مطهرات سرّ است. چون سالک در مقام نفی خواطر می افتد ناگهان متوجه می شود که سیل بنیاد کن خواطر و اوهام و خیالات او را فرا می گیرد و حتی خاطراتی که باور نمی کرد به خاطرش خطور کند از وقایع کهنه گذشته یا خیالات غیر قابل وقوع بر او راه می یابند.^۲

۲۱- مرتبه کامل از ادب آنست که سالک در همه احوال خود را در محضر حضرت حق - سبحانه و تعالی - حاضر دانسته و در حال تکلم و سکوت، در خوردن و خوابیدن، در سکون و حرکت و بالاخره در تمام حالات و سکنات و حرکات، ادب را ملحوظ دارد. و اگر سالک پیوسته توجه به اسماء و صفات الهی داشته باشد قهرا ادب و کوچکی بر او مشهود خواهد شد.^۳

۲۲- و حاصل بحث اینکه هیچ طریقی جز طریق معرفت نفس، موجب پیدایش معرفت حقیقی نمی گردد. و اما راه

۱- همان، ص ۲۳۷

۲- کب اللباب، علامه حسینی طهرانی، ص ۱۴۰.

۳- همان، ص ۱۱۸.

معرفت نفس پس نتیجه آن معرفت حقیقی است و مقصود از آن این است که انسان فقط توجه به خداوند سبحان نماید و از هر مانعی که انسان را به خود مشغول می‌سازد دست بردارد و به معرفت نفس پردازد تا اینکه نفس خود را آن طور هست مشاهده نماید و نیاز ذاتی آن را به خداوند سبحان دریابد و هر کس که به چنین مقامی دست یابد، مشاهده او از مشاهده مقومش که خداست، جداناپذیر خواهد بود، همانطور که قبلاً این مطلب روشن شده است. پس زمانی که خداوند سبحان را مشاهده کرد، آن وقت خدا را خواهد شناخت با یک معرفت بدیهی و روشن. سپس حقیقتاً نفس و خویشتن خویش را به وسیله او خواهد شناخت برای اینکه نفس او عین ربط و وابستگی به خدای سبحان است و آنگاه هر چیزی را به وسیله خداوند متعال شناسائی خواهد کرد.^۱

۲۳- پس نهایت و غایت خلقت جن و انس و وجود و کمال آنها، همان پرستش کردن خداوند سبحان است. یعنی فقط توجه به خدا داشتن و البته خود توجه نیز واسطه است و مقصود ذاتی نیست. پس خود حضرت سبحان غایت و هدف اصلی آنهاست.^۲

۲۴- لکن حقیقت که اهل حق آن را قبول دارند و از قرآن و سنت نیز به دست می‌آید این است که همانا شریعت اسلام به هیچ عنوان اجازه توجه به غیر خدای سبحان را برای اهل سلوک

۱- طریق عرفان علامه طباطبایی، ترجمه صادق حسن زاده، ص ۱۰۰.

۲- طریق عرفان علامه طباطبایی، ترجمه صادق حسن زاده، ص ۹۰.

نمی‌دهد.^۱

۲۵- برای شروع به طی کردن این راه و رسیدن به انقطاع از اسبابی که در شرع وارد شده استفاده می‌شود از قبیل توبه، انابه، محاسبه، مراقبه، صمت، جوع، خلوت، شب زنده داری.

و برای تحقق آنها به وسیله اعمال و عبادات مجاهدت نماید و با فکر و عبرت گرفتن این امر را تقویت نماید تا اینکه انقطاع برای نفس و توجه کامل پیدا کردن به خداوند سبحان، تحقق یابد و در این هنگام درخشش از غیب نمودار می‌شود و به دنبال آن، چیزی از نفحات الهی و جذبه‌های ربانی رخ می‌دهد و موجب محبت و صعود می‌شود و این همان ذکر است. آنگاه، بارقه‌ای دائمی می‌درخشد و جذبه‌ای پدیدار می‌گردد و به شوق منتهی می‌شود تا اینکه سلطان محبت در دل استقرار می‌یابد و ذکر بر نفس چیره می‌گردد، پس خداوند متعال تمام وجود او را دربرمی‌گیرد و امر پایان می‌یابد (وَ أَنَّ إِلٰهِي رَبِّيكَ الْمُتَّبِعِي).^۲

۲۶- حاصل کلام اینکه همانا از طریق معرفت نفس می‌توان به این هدف دست یافت و معرفت نفس نزدیکترین راه هاست. و این راه همان انقطاع از غیر خدا و توجه به خداوند سبحان در سایه معرفت نفس است.^۳

۲۷- پس تمام اسباب و دستوراتی که گفته شده از قبیل

۱- همان، ص ۸۵

۲- همان، ص ۱۰۶.

۳- همان، ص ۱۰۵.

مراقبه، خلوت و غیره، فقط برای دستیابی به این حالت قلبی است، سپس توجه کامل قلب تو به سوی خداوند سبحان و تشریف به حضرتش - عزّاسمه - می‌باشد و این همان ذکر خدا و تشریف به محضر حق است و آن آخرین کلید است و خداوند هدایتگر انسان است.^۱

۲۸- پس طریق منحصر به فرد برای دستیابی به معرفت، تصفیه دل از دنیا و زرق و برق آن و هر حجابی که مانع دیدار خداوند سبحان می‌گردد، می‌باشد و شایسته است از این مطلب به دست آوری که همانا این راه و روش از دو چیز ترکیب شده: فعل و ترک و این دو -توجه کامل کردن به خدا و عدم توجه به غیر خدا- به منزله دو امر متلازم و یا خود متلازم به شمار می‌آیند. و قبلاً گفته شد که همانا شناخت خداوند یک امر بدیهی و روشن و از بدیهی ترین بدیهیات است. آنچه که مانع شناخت خداوند است جهل نیست، بلکه غفلت است و این غفلت نیز در اثر مشغول شدن به امور بی ارزش و پست دنیا ایجاد می‌شود، پس خداوند برای هیچ کس دو تا «دل» قرار نداده است.^۲

۲۹- و اگر می‌خواهی درستی سخن ما را بیازمایی، مکان خلوتی را انتخاب کن که هیچ مشغول کننده‌ای از قبیل نور و صدا و اثاث منزل و غیره در آنجا نباشد، سپس طوری بنشین که

۱- همان، ص ۱۲۰.
۲- طریق عرفان علامه طباطبایی، ترجمه صادق حسن زاده، ص ۱۱۸ و ۱۲۰.

مشغول به کاری نشوی و حواست پرت نگردد و چشمانت را بسته نگهداری، آنگاه صورتی را مثلا صورت «۱» را در خیال خود مجسم نمایی که کاملا توجه ات به آن معطوف گردد و هشیار باشی که هیچ صورت خیالی وارد محوطه صورت «۱» نشود، پس در این هنگام که ابتدای کار است درمی یابی که صورتهای خیالی دیگر مزاحم تو شده و ذهن تو را می خواهند تاریک و مشوش نمایند، صورت هایی که بسیاری از آنها قابل تشخیص و شناسایی از یکدیگر نیست. صورت هایی که از افکار روزانه و شبانه و مقاصد و خواسته های توست، حتی این افکار چه بسا درباره این باشد که یک ساعت بعد از بیداری در فلان جا خواهی بود یا با فلان شخص ملاقات خواهی کرد یا فلان عمل را انجام خواهی داد، این در حالی است که تو در خیال خود فقط به صورت «۱» نظر داری و به آن توجه می کنی و این تشویش ذهن مدتی با تو خواهد بود و تداوم خواهد داشت. پس اگر چند روزی به تخلیه و پاکسازی این خیالات مزاحم اقدام نمایی، بعد از مدتی مشاهده می کنی که آن خیالات و خواطر رو به کاهش گذاشته و هر روز کم می شود و خیال نیز نورانی می گردد تا اینکه احساس می کنی هر چه به دل و ذهن تو خطوط می کند، چنان روشن است که گویا آن را با چشم حس خود مشاهده می کنی آنگاه این خواطر به طور تدریجی روز به روز کمتر می شود تا اینکه هیچ صورتی با صورت «۱» باقی نمی ماند، این مطلب را خوب تحویل بگیر! و از اینجاست که

صحت ادعای ما را قبول می کنی که همانا سرگرم شدن به امور
دنیوی عامل اصلی خود فراموشی و غفلت از ماورای ماده
می گردد.^۱

۱- طریق عرفان علامه طباطبائی، ترجمه صادق حسن زاده، ص ۱۱۹-۱۱۸.

فصل ۸

امیرالمؤمنین (ع): مؤمن بیوسته به یاد خداست و بسیار اندیشه می‌کند.
میزان الحکمه، ج ۴، ص ۱۸۴۱

دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت الله سید محمد حسن الی طباطبائی (ره)

- ۱- ایشان راه رسیدن به کمال و طی طریق معرفت را در مراقبت از اعمال و رفتار می‌دانست و معتقد بود حضور در مقام پروردگار کلید وصل است و غفلت‌ها خطرات بنیادی‌اند لذا همیشه توصیه به نظارت پروردگار می‌کرد.^۱
- ۲- یاد بگیرید جز خدا همه چیز را فراموش کنید و غفلت‌ها را از بین ببرید.^۲

۱- الهیه به نقل از سید محمد الهی، ص ۴۳

۲- همان، ص ۴۷

فصل ۹

امام علی (ع): در یاد خدا حیات دلهاست.

میزان الحکمه، ج ۴، ص ۱۸۴۱

دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت الله میرزا ابوالملکی تبریزی (ره)

۱- آخرین مقصد و مقصود در راه بندگی پروردگار این است که بنده از جمیع ماسوی الله بریده و فقط به خدا مشغول باشد. اگر بنده ای را قدرت بر این کار نبود، باید سعی کند که هر چه بیشتر خود را به این هدف نزدیکتر سازد و در سایر اموری که متعلق به اوست جز راهی که مناسب با این هدف است اختیار نکند.^۱

۲- ای عزیز! سالک باید بداند که این زندگی دنیایی به منزله سرمایه ای است که خداوند به او عنایت نموده که با آن به

۱- عرفان در کلام اولیای ربانی، مهدی لک، ص ۲۷.

تجارت پردازد و اگر می‌بیند که با این سرمایه نفیس‌ترین متاع‌ها را می‌تواند تهیه کند. در این زمینه سهل‌انگاری ننموده و بداند که در عالم وجود حتی در وهم، موجودی سودمندتر و نفیس‌تر و کامل‌تر و زیباتر و شریف‌تر و بخشنده‌تر از ذات ذوالجلال نیست بلکه هیچ نفع و جمال بهاء و شرف وجود و بلکه وجودی جز به او و در او و از او نیست. لذا عاقل هیچ مطلوبی جز حضرت حق برای خود اختیار نکند. اگر هم از جهتی مطلوب آدمی باشد باز مطلوبیتش از ناحیه اوست و چون عاقل این معنی را دانست و در طلب و جستجوی او برآمد و قتش را در پی چیزی غیر از او صرف نخواهد کرد و در پی کسب رضای او برخواهد آمد که «قُلْ اللَّهُ ثُمَّ ذَرْهُمْ» (بگو خدا، سپس هر چه غیر از اوست واگذار).^۱

۳- به جا است که برای شناخت آداب حضور حضرت ذوالجلال آداب حضور سلاطین و حکام را میزان قرار دهی. پس همچنان که عظمت این سلاطین با عظمت ذات اقدس حق قابل مقایسه نیست همچنین نسبت حق ادب حضور در محضر پروردگار هم با حق ادب حضور سلاطین و حکام قابل مقایسه نیست و با توجه به این امر است که می‌یابی نه تو و نه احدی قدرت مراعات حق ادب حضور پروردگار را ندارد.^۲

۱- مشهور خوبان، ص ۲۹.

۲- همان، ص ۳۱.

فصل ۱۰

امام علی(ع): همواره به یاد خدا بودن خوراک جان هاست.

میزان الحکمه، ج ۴، ص ۱۸۴۹

ووام توجه و یاد خدا در کلام سید بن طاوس (رضوان الله علیه)

اگر تو در همه‌ی مراحل زندگی و در تمام حرکات و سکونات خود به خداوند جل جلاله توجه پیدا کنی، و به معنای فرمایش او که فرمود: «وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ»: «جن و انسان را نیافریدم، مگر این که مرا پرستند.»^۱ معرفت و آگاهی داشته باشی همواره خود را برای اطاعت اوامر خدا آماده می کنی و در نتیجه، دستور خدا به نماز و حضور در پیشگاهش را امتثال نموده (اطاعت نموده) و برای این که او ذاتا مستحق عبادت است، پرستش می کنی.^۲

۱- سوره ذاریات، آیه ۵۶.

۲- قلب عارف، حامد اسلام جو، ص ۹۹ و ۱۰۰

فصل ۱۱

امام علی(ع): هر که دل خویش را با یاد پیوسته خدا آباد کند
در نهان و آشکار نیک کردار شود.
میزان الحکمه، ج ۴، ص ۱۸۴۷

دوام توجه و یاد خدا در کلام آیت الله محمد شجاعی (ره)

امر هفتم ذکر است و مراقبه جانب معبود در اینکه از یاد او غافل نباشد و همیشه او را یاد کند، لازم است در همه احوال از غفلت اجتناب کند و در ذکر حضرت معبود باشد. مقصود از ذکر در اینجا ذکر نفسی یعنی ذکر حق در باطن است به این معنی که باطنا همیشه و در همه احوال به یاد او و مشغول به ذکر باشد و از حضرت او غفلت نکند چه به زبان هم به ذکر (و به عبارتی به ورد) اشتغال داشته باشد و چه به زبان در حال ذکر یا ورد نباشد، و نیز چه در باطن به صورت ذکر خفی به ذکر

خاصی مشغول باشد و چه نباشد.

به طوری که اشاره کردیم مقصودمان اجتناب از غفلت و توجه باطنی به حضرت معبود در همه احوال و یاد جناب او در همه اوقات است و این لازمه طلب صادقانه و شان طالب دردمند است که دائما به یاد مطلوب خویش باشد و از او غفلت نکند. آن هم مطلوبی که همیشه حاضر است و طالب در محضر او، و جز او مطلوب دیگری هم نیست. سالک در این مقام باید سعی جدی و مجاهدت پیگیر داشته باشد و سستی و مسامحه نکند والا موفقیت نخواهد داشت. باید به این معنی توجه داشته باشد که شیطان و نفس علی الاتصال می‌خواهند وی را به غفلت بکشانند. از وقتی که مجاهده در این امر را شروع می‌کند و تصمیم می‌گیرد همیشه در باطن خویش در حال ذکر باشد به لحاظ اینکه غفلت از خدای متعال مدتهای طولانی در وجود وی ریشه دار گشته است، در ظاهر امر، به بهانه‌های مختلف و بی‌شمار و در باطن امر به وسوسه شیطان و نفس به سوی غفلت کشیده خواهد شد.

لذا باید تصمیم بگیرد مراقب حال خود باشد و هر وقت به هر بهانه‌ای به غفلت کشیده شد، فوراً متذکر شود و استعاذه و استغفار نماید و به ذکر برگردد. غفلتی که عارض می‌شود، در حقیقت نزع شیطان و از طایف شیطانی یا شیطان طایف است که در اطراف دل دور می‌زند و مترصد اخلال و افساد در آن است. مترصد این است به هر بهانه‌ای باشد به دل راه یابد و آن را به

این سو و آن سو بکشد و از توجه به حضرت معبود و ذکر او باز دارد.

اگر با عنایات ربوبی و با مجاهده پیگیر در این مقام، موفق بر این شد که حال غالب بر باطن وی حال ذکر باشد در این صورت انس به حضرت معبود یافته و نظر خاص و عنایت مخصوص جناب او را به دست خواهد آورد، نظر و عنایتی که سالکان دردمند و طالبان سوخته را آرزوی آن است.

در حدیث قدسی آمده است:

أَيُّمَا عَبْدٍ أَطَّلَعْتُ عَلَى قَلْبِهِ فَرَأَيْتُ الْغَالِبَ عَلَيْهِ التَّمَسُّكُ
بذكري تَوَلَّيْتُ سِيَاسَتَهُ وَ كُنْتُ جَلِيسَهُ وَ مُحَادَثَهُ وَ اَنِيسَهُ.^۱

یعنی: هر بنده ای که بر دل او نظر انداختم و دیدم حال غالب بر آن ذکر من است تدبیر امور او را خود عهده دار شده و همنشین، هم صحبت و انیس او می شوم.

ذکر نفسی (به معنی ذکر در باطن) را به حقیقت کلمه می توان ذکر نامید. توجه داریم که حقیقت انسان همان روح او، دل او، و باطن اوست نه این جسد ظاهر و اجزاء آن که از آن جمله است زبان ظاهر. تو آن وقت به ذکر حضرت معبود پرداخته ای که روح تو، دل تو، و باطن تو متوجه حضرت او باشد نه اینکه زبان تو مشغول باشد و لفظ ذکر را بدون حضور دل، تکرار کنی، اگر فقط به زبان به ذکر پرداختی و باطن تو در غفلت و دل تو این سو و آن سو و اینجا و آن جا بود، در این

۱- بحار الانوار، ج. ۹۳، ص ۱۶۲.

صورت بدان که تو به ذکر نپرداخته ای و به یاد حضرت معبود
نبوده ای بلکه به ذکر غیر او، و به یاد این و آن بوده ای و فقط
لقلقه زبان به لفظ ذکر نموده ای!
اصل برکات الهی در این است که باطن انسان، و دل وی
مشغول به ذکر باشد و از یاد مطلوب غفلت نکند.^۱

۱- طریق عملی تزکیه (۲)، جلد سوم، ص ۲۵۹ - ۲۵۳

مصاحبه حجت الاسلام رشاد با عارف و اصل آیت الله عزیز خوشوقت (ره)



۱- چه مسیری می تواند جویندگان سلوک الهی را به مقصد برساند؟

«واجبی ترک نشود و حرامی را مرتکب نشویم. این است که ایمان را بالا می برد. ایمان که بالا رفت، بصیرت پیدا می شود.»

۲- یعنی ما ریاضتی فراتر از واجبات و محرمات شناخته شده در اسلام نداریم؟

«نه ریاضت سالم همین انجام واجب و ترک حرام از سن بلوغ تا آخر عمر است. این ریاضت اسلام است. ادامه این ریاضت ایمان را بالا می برد و ایمان که بالا رفت انسان بصیرت پیدا می کند و حجابها برطرف می شود.»

۳- پس این دستورات ریاضتی که بعضی به دیگران می دهند مشروع نیست؟

«باید منشأ آن همین دو آیه باشد: یا ایُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ» واجبات و محرمات را مراعات کنید. تا ایمان بالا برود و «یا ایُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا ادَّكُرُوا اللَّهَ ذِکْرًا کَثِیرًا» برای درجات بعد هم ذکر کثیر لازم است؛ این دو آیه اساس اخلاق و رشد است. اگر کسی بگوید که مثلاً وقتی شما یک چله می گیرید و در یک

محیط آرام تمرکز دارید، حالت ذکر شما تقویت می‌شود و قدرت ذکر و تذکر شما قوت پیدا می‌کند؛ این در همان مسیر است، البته منوط به اینکه خلاف شرع نباشد، فقط با اطاعت فرمان است که می‌توان به طرف خدا رفت؛ بنابراین در تمام مراحل چه در قسمت اول باشیم و چه در قسمت دوم، که واجب نیست ولی برای حرکت به طرف هدف الزامی است، این مسأله لازم است. یعنی اطاعت فرمان باید آنجا باشد.»

۴- من از این بیان حضرت‌عالی این جور برداشت می‌کنم که گویی ما چیزی به نام سلوک عرفانی نداریم و هر چه هست، همان دستورات شرعی واجب و حرام و مستحب و مکروهی است که در فقه بیان شده و دستورهایی که در قالب اخلاق ذکر شده است.

«بله همان آیه است. منتها مردم می‌خوانند ولی عمل نمی‌کنند. کم هستند افرادی که در طول عمر تقوا را رعایت کنند، کار خیر زیاد می‌کنند و کنار آن هم مرتکب گناه می‌شوند و همین گناهان حجاب می‌آورد. اینها افراد نادری هستند که کار حرام انجام نمی‌دهند و این می‌شود که ایمان مرتب در تزیاید باشد، و ایمان که در تزیاید باشد حرکت در مرحله دوم آسان‌تر می‌شود.»

۵- شما پیشتر فرموده بودید که مرحوم علامه می‌گفتند طی طریق و مراتب کمال پله پله است، چه مراحل دیگری برای سیر و سلوک الی‌الله وجود دارد؟

«بله، پله شریعت و پله رشد ایمان، این دو آنجا ادامه دارد،

منتها در آنجا دستورالعمل‌هایی به صورت ذکر مطرح است که باید عمل شود که یاد خدا باید بیشتر باشد، کمتر نمی‌شود باشد، چون خدا گفته کثیراً زیاد و کم نه، آنجا به ادامه تقوا عمل می‌شود به ادامه ذکر کثیر هم عمل می‌شود این آدم را جلو می‌برد و با این دو گام فرد بصیرت پیدا می‌کند و چیزهایی می‌بیند و می‌فهمد که دیگران نمی‌فهمند.»

۶- مرحوم علامه طباطبایی مراتب و منازلی برای سلوک قائل نبودند؟

«مرتب سلوک همین است. اول باید یاد بگیرد که چه چیز واجب است و عمل کند و بعد هم وارد ذکر کثیر شود. اگر این را ادامه بدهد وارد مرحله دوم می‌شود.»^۱

۱- دُرْمُکُون، علامه طباطبایی (شرح حال آیت‌الله خوشوقت)، ص ۱۵۶-۱۵۸

بیانی از سید بحر العلوم (رضوان الله علیه) در مورد نفی خواطر

اما نفی خواطر، عبارت است از صمت قلب و تسخیر آن، تا نگوید مگر به اختیار صاحب آن، و آن اعظم مطهرات سرّ است و مُنتج اکثر معارف حقّه و تجلیات حقیقیّه است و عقبه ایست کثود و گریوه ایست مشکل، و چون طالب اراده صعود بر آن کند، خواطر از جوانب بر آن حمله می کنند و وقت او را مشوش می دارند و سالک باید در این مقام مانند جبال رواسی ثابت بایستد و سر هر خاطری که حرکت کند و ظاهر شود به شمشیر ذکری بیندازد و در محقّرات خواطر تساهل نورزد، چه هر خاطری، اگر چه حقیر باشد، خاری است در پای دل که آن را در راه لنگ می سازد.^۱

۱- برگرفته از کتاب رساله سیر و سلوک منسوب به بحر العلوم، ص ۱۷۳

ز هر چه غیر یار استغفرالله
ز بود مستعار استغفرالله
دمی کان بگذرد بی یاد رویش
از آن دم بی شمار استغفرالله
زبان کان تر به ذکر دوست نبود
ز شرش الحذار استغفرالله
سرآمد عمر و یک ساعت ز غفلت
نگشتم هوشیار استغفرالله
جوانی رفت و پیری هم سرآمد
نکردم هیچ کار استغفرالله

فهرست منابع

- ۱- قرآن.
- ۲- کلینی، کافی، ۱۳۶۵ش، دارالکتب اسلامیه، تهران، ج ۲، ص ۲۴۶
- ۳- مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی، بحارالانوار، ۱۴۰۴ ق، الوفاء بیروت، ج ۹۰، ص ۱۶۲
- ۴- خمینی، روح الله، چهل حدیث، ۱۳۷۱، موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ره)، تهران، چاپ ۴۲، ص ۲۹۱-۲۹۲
- ۵- محمدی ری شهری، محمد، زمزم عرفان (یادنامه فقیه عارف حضرت آیت الله محمد تقی بهجت) ۱۳۸۹، دارالحدیث، قم، چاپ سوم ۱۳۸۹، صص ۱۱۶، ۱۱۷، ۱۲۳، ۸۰
- ۶- شجاعی، محمد، اسماء حسنی، ۱۳۸۳، سروش انتشارات صدا و سیما) تهران، چاپ سوم، ۱۳۸۸، صص ۲۹، ۳۰.
- ۷- شجاعی، محمد، طریق عملی تزکیه (۲) جلد سوم، ۱۳۶۴، سروش انتشارات صدا و سیما) تهران، چاپ هشتم ۱۳۸۹، ص ۲۵۳ تا ۲۵۹.
- ۸- بحرالعلوم، سیدمهدی بن سید مرتضی، رساله سیر و سلوک منسوب به بحرالعلوم، ۱۴۲۵ ق، نور ملکوت قرآن، مشهد مقدس،

- چاپ هفتم، ۱۴۲۵ ه.ق، ص ۱۷۳
- ۹- علامه حسینی تهرانی، سید محمد حسین. رسالهٔ لبّ اللباب در سیر و سلوک اولی الالباب، ۱۴۲۹ ق، انتشارات علامه طباطبائی مشهد، چاپ پانزده، صص ۱۴۰، ۱۱۸.
- ۱۰- طباطبائی، محمد حسین، طریق عرفان ترجمه و شرح رسالهٔ الولایة، ترجمه صادق حسن زاده، ۱۳۸۷، آیت اشراق، قم، چاپ چهارم، صص ۹۰، ۱۰۰، ۸۵، ۱۰۶، ۱۰۵، ۱۲۰، ۱۱۸، ۱۱۹.
- ۱۱- موسوی مطلق، سید عباس، دلداده، ۱۳۹۰، آثار دانشوران قم، چاپ دوم، صص ۱۱۳، ۱۱۴، ۱۱۶.
- ۱۲- واحد پژوهش انتشارات هنارس، کیش مهر، ۱۳۹۰، انتشارات هنارس، قم، چاپ چهارم ۹۰، صص ۲۳۴، ۲۳۳، ۲۳۷، ۲۳۵، ۲۳۸، ۲۳۹، ۲۴۲.
- ۱۳- مهدی لک، عرفان در کلام اولیایی ربانی، ۱۳۸۸، اشکذر تهران، چاپ اول، صص ۲۷، ۶۰، ۵۹، ۱۰۵.
- ۱۴- هیأت تحریریه موسسه شمس الشموس، العبد، ۱۳۹۰، انتشارات شمس الشموس، تهران، چاپ اول، صص ۴۸، ۵۹.
- ۱۵- هیأت تحریریه موسسه شمس الشموس، دلشده، ۱۳۸۶، انتشارات شمس الشموس، تهران، چاپ چهارم صص ۹۹، ۹۸، ۲۰۸، ۲۶۲.
- ۱۶- بخش فرهنگی مسجد و حسینیه الزهراء (س)، حکمت زلال ۱۳۸۷، انتشارات مسجد و حسینیه الزهراء (س) مشهد، چاپ اول ۱۳۸۷، ص ۷۸، ۱۱۲، ۱۰۹، ۱۱۹، ۱۲۴، ۱۲۷، ۱۲۸.
- ۱۷- هیأت تحریریه موسسه شمس الشموس، شیدا، ۱۳۸۳، انتشارات شمس الشموس، تهران، چاپ نهم ۸۹، صص ۵۰، ۵۱، ۵۶، ۵۲، ۶۵

۱۸- اسلامجو، حامد، قلب عارف (حضور قلب در نماز از دیدگاه
عارفان و عالمان ربانی، ۱۳۸۷، زائر، قم، چاپ سوم، صص ۹۹،
۱۰۰، ۸۸، ۸۷، ۱۴۵، ۵۰، ۵۳، ۴۸، ۵۱، ۴۹.

۱۹- هیأت تحریریۀ موسسه شمس الشمس، الهیه، ۱۳۸۴،
شمس الشمس، تهران، چاپ دوم، صص ۴۳، ۴۷.

۲۰- هیأت تحریریۀ موسسه شمس الشمس، عطش، ۱۳۸۵،
شمس الشمس، تهران، چاپ نهم، صص ۱۴۷، ۳۰۱، ۳۰۶، ۳۱۹،
۳۲۰.

۲۱- واحد پژوهش انتشارات هنارس، مشهور خوبان، ۱۳۹۰، انتشارات
هنارس، قم، چاپ سوم، صص ۳۱، ۲۹.

۲۲- واحد فرهنگی حسینیه الزهراء (س)، جرعه وصال (چکیده‌ای از
اندیشه‌های آیت‌الله بهجت) ۱۳۸۵، واحد فرهنگی حسینیه الزهراء
(س) مشهد مقدس، چاپ اول، صص ۷۷، ۷۵، ۵۵، ۳۰، ۳۱، ۱۱۵،
۱۱۴، ۹۸، ۹۷، ۹۶، ۹۳، ۷۴، ۷۳، ۷۲، ۷۱، ۵۶، ۹۲، ۸۱.

۲۳- خمینی، روح‌الله، آداب‌الصلاة، ۱۳۷۸، موسسه تنظیم و نشر آثار
امام خمینی، تهران، چاپ هفتم، ص ۴۴.

۲۴- مردی، عباسعلی، دُرّ مکنون علامه طباطبایی، شرح حال آیت‌الله
خوشوقت، ۱۳۹۰، امیرکبیر، تهران، چاپ اول صص ۱۵۶، ۱۵۷،
۱۵۸.

۲۵- محمدی ری‌شهری، محمد، میزان الحکمه، جلد ۴، ۷۷،
دارالحدیث، قم، چاپ پنجم، صص ۱۸۳۹، ۱۸۴۱، ۱۸۴۳، ۱۸۴۵،
۱۸۴۹، ۱۸۴۷.