**به نام خداوند بخشاینده­ی مهربان**

**شکایت از نفس و مانعیت آن**

**ایجاد انگیزه**

مناجات بدین معناست که انسان با خود خلوت دلی داشته باشد و همنشین و انیس خدای متعال شود تا بتواند در آن خلوت که اغیار حضور ندارند، با خدا سخن بگوید. یک نوع از این گفتگو، صحبت "شاکین" است؛ شاکین آن کسانی هستند که از نفس خود و شیطان فاصله گرفته­اند و می­خواهند راه خدای متعال را بروند ولی این دو مانع شده و اجازه حرکت نمی­دهند. به طوری که نفس می­خواهد امکانات را خرج راه خود کند و در این میان، شیطان هم درصدد دور کردن او از خدای متعال است و در اینجاست که باب شکایت نزد خداوند گشوده می­شود. البته این شکایت بعد از این است که انسان به نفس ریاضت­ داده و تلاش خود را کرده است ولی می­بیند که نفس او را رها نمی­کند؛ از آن­جا که گاهی به حرف او گوش داده و خواسته­اش را اجابت کرده که شاید دست بردارد ولی نفس سیری ناپذیر است و اینطور نیست که مثلا اگر شخصی در شب، خواسته­­ی نفس را اجابت کرد و خوابید، نفس به او بگوید: حال که به حرف من گوش دادی، به جبران آن، فردا شب همراهت می­شوم نماز شب را بخوانی، بلکه فردا شب شدیدتر حمله می­کند. اگر یک لقمه شبهه ناک خوردید، حرام را سر راه شما قرار می­دهد.

**متن ومحتوا**

**تمسک به خداوند و اسماء او برای نجات از نفس و شیطان**

کسی که انسان برای شکایت به او پناه می­برد، باید کسی باشد که بتواند شر نفس را از سر او کم کند و زمام آن را به فرد بدهد، البته فقط توانستن کافی نیست و این کار هر کسی نیست بلکه باید بخواهد که این کار را انجام دهد و به فکر انسان و دلسوز او باشد وگرنه دلیلی ندارد که انسان به او پناه ببرد. پس اگر کسی با خدای متعال مأنوس شد و حضور حضرت حق را احساس کرد و توانست با او خلوت و نجوا داشته باشد و و صراط مستقیم را دنبال کرد؛ احساس می­کند که حضرت حق، هم می­شنود، هم می­تواند، هم می­خواهد شکایت او را گوش دهد و هم به او کمک کند.

این مناجات و شکایت با این عبارت شروع می­شود که «إِلَهِي إِلَيْكَ أَشْكُو نَفْسا بِالسُّوءِ أَمَّارَةً وَ إِلَى الْخَطِيئَةِ مُبَادِرَةً وَ بِمَعَاصِيكَ مُولَعَةً وَ لِسَخَطِكَ مُتَعَرِّضَةً». اصل ورود به مناجات درک همین است که او خدای من است و اگر کسی این را درک نکند، نمی­تواند هیچ مناجاتی با خدای متعال داشته باشد. اینکه می­گویند وارد دعا نشوید الا اینکه اسمای حسنای خدا را متناسب با حاجتی که می­خواهید، یاد کنید و بعد شروع به دعا کنید، بخاطر این است که اگر انسان اسمای حسنی را یاد نکند، دعا اجابت نمی­شود. در روایت است که کسی وارد مسجد شد و زود شروع به دعا کرد و رفت. حضرت فرمودند: عجله کرد. دیگری آمد و دو رکعت نماز خواند و بعد اسمای حسنای خدا را یاد کرد و سپس حاجت خواست. حضرت فرمودند: این دعا درست انجام شده است (مكارم الأخلاق، ص: 274).

انسان اگر بخواهد دعا کند باید اسمای حضرت حق را متناسب با حاجتش بداند؛ اگر علم می­خواهد باید بداند که خدا علیم است، اگر رزق می­خواهد باید بداند که خدا رازق است و...، علاوه بر اینکه رازق است، سمیع و مجیب و رحمان و رحیم و... هم است و اگر این­گونه نباشد، دعا کامل نیست بلکه همچون انداختن تیر در تاریکی است. اینکه دعاهای ما مستجاب نمی­شود نیز به همین دلیل است، درغیر این صورت محال است که دعا اجابت نشود؛ زیرا وعده خداوند متعال است «ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ» (غافر/60) و اینکه دعای ما اجابت نمی­شود از دو حال خارج نیست؛ یا دعا واقع نمی­شود و یا انسان کیفیت اجابت دعا را اشتباه فهمیده است.

اجابت دعا توسط خدای متعال انواعی دارد. خداوند به موسای کلیم می­گوید: «قَالَ قَدْ أُجِيبَتْ دَعْوَتُكُمَا فَاسْتَقِيمَا»(يونس/89)؛ حضرت موسی علیه السلام و هارون برای پیروزی بر فرعون دعا کردند و خداوند فرمود: دعایتان مستجاب شده شما باید استقامت کنید. چهل سال بعد این دعایی که مستجاب شده بود به نتیجه رسید. بنابراین محال است که دعا استجابت نشود. کرم الهی به گونه ای است که اگر از او بخواهید حتما بنابر مصلحت، عطا می­کند. در روایت آمده است که گاهی انسان چیزی از خداوند می­خواهد اما خداوند بهتر از آنچه را که خواسته است به او می­دهد، هرچند ممکن است استجابت زمان­بر باشد. مثلا گاهی ممکن است که چهل سال زمان ببرد و گاهی هم به عالم برزخ موکول شود. وقوع دعا به این است که ما حضور حضرت حق را درک کنم. قرآن می­گوید: «أَنْ أَعْبُدَ الَّذِينَ تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ» (أنعام/56) بت­هایی که عبادت می­کنید نه می­شنوند و نه می­توانند ضرر و نفعی به شما برسانند، نه مهربانند و نه اجابت می­کنند. بنابر این بیانات قرآن، اگر انسان احساس نکند کسی را که صدایش می­زند در کنار او است، صدایش را می­شنود، مهربان است و می­خواهد اجابت کند، دعایی واقع نمی­شود.

واژه­ی «الهی» در مناجات، همه­ی اسمای حسنی است. وقتی شخص می­گوید الهی؛ گویا همه­ی اسمای حسنی را یاد کرده است و توجه به الوهیت حضرت حق دارد و در نتیجه توجه حضرت حق را نیز به خودش جلب می­کند. آنچه گفته شد به عنوان مقدمه­ی دعا بود و بعد از این مرحله به تحلیل دعا می­پردازیم.

«إِلَهِي إِلَيْكَ أَشْكُو نَفْسا بِالسُّوءِ أَمَّارَةً وَ إِلَى الْخَطِيئَةِ مُبَادِرَةً وَ بِمَعَاصِيكَ مُولَعَةً وَ لِسَخَطِكَ مُتَعَرِّضَةً، تَسلُک بی مَسالِک المَهالِک، وَ تَجعَلُنی عِندَک اَهوَنَ هالِک، کثیرَهَ العِلَلِ، طَویلَهَ الأمَلِ، اِن مَسَّهَا الشَّرُّ تَجزَعُ، وَ اِن مَسَّهَا الخَیرُ تَمنَعُ، مَیَّالَهَ اِلَی اللَّعبِ و اللَّهوِ، مَملوَّهً بِالغَفلَهِ وَ السَّهوِ، تُسرِعُ بی اِلیَ الحَوبَهِ، وَ تُسَوِّفُنی بِالتَّوبَهِ»؛ خدایا شکایت می­کنم آن هم فقط به سوی تو. چرا این­طور گفته شده است؟ چون فقط خدا به فکر بنده­اش است و دیگران نمی­توانند و نمی­خواهند که به فکر او باشند و برایش کاری انجام دهند. اینکه در برخی دعاها، تعبیر ائمه علیهم السلام این است که خدایا! به غربت ما در عالم برزخ رحم کن! غربت عالم برزخ را همه می­فهمند؛ چرا که همه همراهان از ما جدا می­شوند و ما با تنهایی قبر و عملمان تنها می­مانیم و هیچ کس با ما نمی­آید «وَ لَقَدْ جِئْتُمُونَا فُرَادَى كَمَا خَلَقْنَاكُمْ أَوَّلَ مَرَّةٍ»(أنعام/94). البته غربت ما در این دنیا بیشتر از عالم برزخ است ولی چون دور و بر ما شلوغ است، فکر می­کنیم که غربت نداریم.

در دعای ابوحمزه آمده که «ارْحَمْ في هذِهِ الدُّنْيا غُرْبَتي»؛ خدایا به غربت من در همین دنیا رحم کن. ممکن است انسان بگوید من کجا غریبم؟ پدر و مادر و فرزند و همسر و دوست دارم، زمین و آسمان با من هستند، گوش و چشم و زبان دارم کدام غربت؟! اگر کسی خوب متوجه باشد، می­فهمد که این­ها هیچ کدام در اختیار انسان نیستند و با او کاری ندارند و مسخر خدای متعال هستند. اگر هم گاهی تا دم مرگ ما را یاری می­کنند، برای این است که خدای متعال آن ها را مسخر ما قرار داده است و اگر او به یاد انسان نباشد، هیچ­کس به یاد او نیست مگر آن کسانی که خدای متعال به آن­ها مأموریت داده است که در سر سلسله­ی آن­ها معصومین علیهم السلام قرار دارند. پس قدم اول این است که اله دو طرف دارد؛ یک طرف این است که او اله بنده­اش است و انسان الهی به نام او دارد که همه چیز دارد و رحمتش مثل باران بر او می­بارد و طرف دیگرش این است که او با همه­ی وجود فقیر و نیازمند اوست. علم، حیات، رزق و قدرت او همه از اله است. اگر کسی به این دو مورد توجه کرد، متوجه می­شود که فقیر به غیر نیست و غیر از خدا هم کسی غنی و توانا نیست. بنابراین ملجأیی غیر از او نیست که نزد او شکایت ببرد. قدم بعدی «إِلَيْكَ أَشْكُوا» می­باشد یعنی اگر انسان می­خواهد از نفس و شیطان شکایت کند، نزد خداوند برود نه دیگران؛ چرا که آن­ها نمی­توانند مشکل او را حل کنند و موانع را از سر راه او بردارند.

**صفات نفس و کیفیات مانعیت او در سلوک انسان**

در مناجات شاکین، شکایت اول از نفس است که من نفسی دارم با صفاتی که سد راه من می­شود. این نفس «بِالسُّوءِ أَمَّارَةً»؛ نسبت به بدی فرمان می­دهد. البته اگر به حرفش گوش دادید، اماره می­شود و الا نمی­تواند بر شما تسلط پیدا کند. در قرآن از سه نفس یاد شده است؛ اماره، لوامه، مطمئنه. نفس اماره به بدی فرمان می­دهد. نفس لوامه اگر انسان کار بدی انجام داد، او را ملامت و دعوت به توبه می­کند. نفس مطمئنه نیز نفسی است که دیگر تلاطم و سر و صدا ندارد و به آرامش و حضور در محضر خدا و مقام ذکر و اطمینان رسیده است «أَلاَ بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»(رعد/28).

حال سؤال این است که آیا این­ها سه نفس جداگانه هستند یا یک نفس است که در یک مرحله اماره است که اگر تربیت شود لوامه می­شود و در مرحله بعد مطمئنه می­شود؟ این بحثی است که بزرگان به آن پرداخته اند . یک نفس اماره و دیگر نفس­هایی که ممکن است خدا به انسان بدهد لوامه و مطمئنه هستند. اگرچه ممکن است انسانی که دارای نفس مطمئنه است، نفس لوامه­اش را مهار زده و در اختیار گرفته است ولی نفس اماره هیچ وقت مطمئنه نمی­شود. نفس اماره آن قدر به ما نزدیک است که گاهی آن را با خودمان اشتباه می­گیریم. در واقع اوست که دعوت به حرام می­کند و اگر کسی اهل مراقبه باشد، می­فهمد که این دعوت از سوی نفسی است که از قوا و جنود شیطان است که بین دو پهلوی ما است. این نفس به بدی­ها فرمان می­دهد و بدون فوت وقت به خطاها اقدام می­کند حتی اگر انسان وارد میدان خطا نشود او پا به میدان می­گذارد.

«بِمَعَاصِيكَ مُولَعَةً» یعنی این نفس نسبت به معصیت حرص دارد و سیری ناپذیر است؛ یعنی اگر یک بار خواهش او را رعایت کردید، دفعه بعد ولع بیشتری دارد، تحریک بیشتری می­کند و دست از سر شخص برنمی­دارد.

«لِسَخَطِكَ مُتَعَرِّضَةً»؛ چنین نفسی نگران این نیست که خودش را در معرض غضب خدای متعال قرار دهد و انسان هم با او در معرض غضب قرار می­گیرد. چنانچه خدای متعال در قرآن در باب قوم لوط می­فرماید: «وَ لاَ يَلْتَفِتْ مِنْكُمْ أَحَدٌ»(هود/81)؛ وقتی قرار شد عذاب بر قوم لوط نازل شود، ما به او سفارش کردیم که دست اهل و عیال و مؤمنین خود را بگیرید و بیرون بروید و به پشت سرتان نگاه نکنید. این به معنای این نیست که با چشمتان به پشت سر نگاه نکنید بلکه یعنی دلتان متوجه پشت سر نباشد و نگویید این مادر و خواهر و قوم من است چون آنان ایمان نیاوردند و وقتی بنا شد که عذاب نازل شود، شما تعلقتان را با آن­ها قطع کنید و الا عذاب شما را هم فرا می­گیرد. نکته لعن­های فراوانی که داریم همین است که اگر دشمنان خدا را لعن نکنیم و یا دست­کم تبرای دل نداشته باشیم، عذابی که بر آن­ها نازل می­شود، ما را هم فرا می­گیرد.

«تَسلُک بی مَسالِک المَهالِک»؛ خداوند نفس مرا در راه­هایی که پایانش هلاکت است، سیر و سلوک می­دهد؛ یعنی رهایم نمی­کند و قدم به قدم مرا در این راه­ها می­برد و همه شهوات و غضبات مادی را در وجود انسان می­شوراند؛ یک هلاکت و یک جهنم نیست بلکه جهنم­هایی را برای انسان درست می­کند.

«وَ تَجعَلُنی عِندَک اَهوَنَ هالِک»؛ یعنی خدایا این نفس کاری با من می­کند که وقتی هلاک می­شوم در نزد تو خوارترین هلاک شدگان هستم. گاهی کسی زمین می­خورد و آدم دلش برای او می­سوزد، دستش را می­گیرد و بلندش می­کند؛ اما گاهی انسان به قدری بی­مقدار می­شود که زمین خوردنش احدی را نگران نمی­کند. وقتی جوانی از دنیا می­رود، همه غصه می­خورند؛ اما وقتی آدم به دوران کهولت می­رسد، کسی غصه اش را نمی­خورد؛ که البته این رفتار اشتباه است ولی منظور آن است که وقتی انسانی در حال از دست رفتن است، کسی به فکر او است و غصه اش را می­خورد و برایش ارزش قائل است؛ اما گاهی این نفس بلایی سر انسان می­آورد و او را به هلاکت می­اندازد که به خوارترین هلاک شده­ها نزد خدا تبدیل می­شود. به بیان دیگر انسان بر اثر همراهی با نفس در مقابل خداوند قرار می­گیرد و از چشم او می­افتد و وقتی رو به هلاکت است خدای متعال می­گوید: بگذارید هلاک شود و این خیلی بد است که آدم کارش به جایی برسد که وقتی هلاک می­شود به خدا بگوید: «رَبِّ ارْجِعُونِ»(مؤمنون/99)؛ خدایا برگردانم، خدا هم به فکر او نباشد و بگوید: «اخْسَئُوا»(مؤمنون/108) دیدید که آدم چگونه به حیوانات نهیب می­زند و دورشان می­کند؟ اگر دست در دست نفس دادید این چنین می­شود.

«کثیرَهَ العِلَلِ»؛ یعنی هزاران بیماری دارد و اگر دست در دستش دادی همه بیماری­ها از جمله حرص، بخل، ترس و... را به شما منتقل می­کند و ناگهان متوجه می­شوید که مجمع العیوب شده­اید، عیوبی که یکی از آن­ها برای زمین گیر کردن آدم کافی است؛ مگر اینکه انسان صفش را از نفس و صفاتش جدا کند و به خدا پناه ببرد و آن وقت خدا هم او را پناه می­دهد.

«طَویلَهَ الأمَلِ»؛ آرزوهای نفس یکی دوتا نیست و طولانی است. اگر انسان زمان زیادی هم به او دست دهد قانع نمی­شود و دست از سر او برنمی­دارد. وقتی این آرزو­ها را ایجاد و به شما تحمیل کرد آن وقت این آرزوهای طولانی غفلت از خدای متعال را در پی دارد.

«اِن مَسَّهَا الشَّرُّ تَجزَعُ وَ اِن مَسَّهَا الخَیرُ تَمنَعُ»؛ این نفس اگر سختی ببیند، داد و فریاد می­کند و اگر خوبی ببیند، مانع انجام خیرات می­شود. در حالی که فطرت انسان اینگونه نیست؛ اگر به او نعمت دهند، مثل جوی آن را رد می­کند و به دست خدا می­دهد و رشد می­کند و اگر هم نعمت را از او بگیرند پای تقدیر خدای متعال صبر می­کند و با صبر، رشد می­کند و خدا را پیدا می­کند. بنابراین نفس اینگونه است که اگر به او بدهید و یا از او بگیرید او ضرر می­کند، ولی مؤمن چه از او بگیری و چه به او بدهی رشد می­کند.

«مَیَّالَهَ اِلَی اللَّعبِ و اللَّهوِ»؛ این نفس بسیار به سمت لهو و لعب متمایل است. لهو یعنی چیز بی ارزشی که انسان را از خدا و کارهای مهم غافل می­کند. لعب یعنی آن چیزی که بازی است و هیچ هدف جدی­ای ندارد. نفس متمایل به محیط باطل وهمچنین ولایت ائمه­ی جور است، انسان را زیر بار دنیا می­برد «إِنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَ لَهْوٌ»(محمد/36) و از قوای دنیایی و شیطانی است که انسان را اهل حیات دنیا می­کند و او را به سمت لهو و لعب می­برد.

«مَملوَّهً بِالغَفلَهِ وَ السَّهوِ»؛ یعنی جای خالی در این نفس نیست و همه وجود آن پر از غفلت است و این­گونه نیست که جایی از آن ذکر و توجه و حضور باشد بلکه دائما اشتباه می­کند.

«تُسرِعُ بی اِلیَ الحَوبَهِ»؛ یعنی وقتی گناهی پیش می­آید مرا به سرعت به سمت آن هدایت می­کند و نمی­گذارد به عاقبت گناه فکر کنم. در روایت است که «نَبِّهْ بِالتَّفَكُّرِ قَلْبَكَ»(الكافي ج‏2، ص: 54). بنابراین انسان باید قلبش را با تفکر آگاه کند. چون می­داند اگر فکر کند گناه نمی­کند؛ پس پیش­دستی می­کند و به سرعت انسان را به سمت گناه هول می­دهد.

« وَ تُسَوِّفُنی بِالتَّوبَهِ»؛ این نفس تسویف در توبه می­کند؛ یعنی وقتی می­خواهم برگردم و توبه کنم می­گوید حالا دیر نمی­شود فردا توبه کن. در همین باب قرآن می فرماید: «وَ الَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَ مَنْ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ اللَّهُ وَ لَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَ هُمْ يَعْلَمُونَ»(آل عمران/ 135) یعنی آن­هایی که اهل تقوا هستند اگر گناه بکنند و بدی و فحشایی از آنان سربزند یا ظلمی در حق خودشان روا بدارند، بلافاصله متذکر به حضرت حق می­شوند و این ذکر، آن­ها را به مقام استغفار و توبه می­رساند و در ادامه­ی آیه می­فرماید: کسی جز خدای متعال نیست که چنین بنده­ای را می­بخشد و دستش را می­گیرد. بعد قرآن تصریح می­کند که این­ها اصرار بر گناه ندارند. روایات واژه­ی اصرار را معنا کرده­اند و فرموده­اند: اصرار بر گناه این است که آدم وقتی گناه می­کند از آن برنمی­گردد و توبه نمی­کند که خود این توبه نکردن، اصرار بر گناه است. (الكافي ج‏2، ص: 288).

این بخشش خدای متعال است: «اینکه می­گوید خود من به میدان می­آیم و دست چنین بنده­ای را می گیرم، تهدید خیلی بزرگی برای شیطان شد؛ از این رو تمام جنودش را جمع کرد. جنود گفتند: چه شده که ما را فراخوانده ای؟ شیطان گفت: آیه ای نازل شده که بر اساس آن خود خدا به میدان ما می­آید و اگر یک عمر سعی کردیم مؤمنی را تحریک کنیم و به زمین بزنیم با یک "یا الله" نقشه ما خنثی می­شود. به نظر شما چه کار کنیم؟ لشکریان شیطان شروع به تدبیر کردند و هر کدام گفتند: ما انسان را به فلان گناه تحریک می­کنیم. شیطان گفت: هیچ کدام از این­ها به کار نمی­آید، با این تهدیدی که خدا کرده است آن­ها هر گناهی بکنند، خداوند دست آن ها را می­گیرد تا اینکه یکی از سران شیطان گفت: من تسویف می­کنم. تسویف یعنی حالا دیر نمی­شود، از جوانی لذت ببرید، بعد که پیر شدی توبه می­کنی، امشب را صبر کن فردا توبه می­کنی. شیطان گفت: تنها راه چاره همین است.

تعبیر امام سجاد علیه السلام این است که نفس اماره هم این چنین است و وقتی گناهی پیش می­آید، می­ترسد که آدم تأمل کند و از گناه عقب نشینی کند؛ از این رو به سرعت او را به سمت گناه می­برد. «حوبه» یعنی گناهی که همه وجود آدم را می­گیرد. حال اگر کسی این نفس را با این خصوصیات شناخت و خواست از آن فرار کند، تنها پناهگاه او خدای متعال است.

**گریز و روضه**

کردی هماره مرگ طلب از خدا علی

تامستجاب شد به نمازت دعاعلی

ای مهربان پدربه یتیمان زجای خیز

برکودکان خود ببر امشب غذای علی

امیرالمومنین درخانه دخترش مهمان بود حال عجیبی داشت هی به آسمان نگاه می کرد هی آیه استرجاع را تلاوت می کرد لحظه خروج از منزل مرغابی ها دور حضرت حلقه زدند و دامنش رامی گرفتند مثل اینکه التماس می کردند امشب به مسجد مرو، طبق معمول حضرت اذان صبح را گفته و به نماز ایستادند ناگاه صدای فزت رب الکعبه بلند شد و هاتفی صدا زد والله تهدمت ارکان السماء.....

عجب هنگامه ای درآن سحرشد به دست کافری شق القمرشد

کنون بربسترزهرای خسته علی خوابیده با فرق شکسته

امیرالمومنین را با فرق شکافت به منزل بردند نزدیک منزل که رسیدن حضرت فرمود مرا زمین بگذارید نمی خواهم زینب مرا اینگونه ببیند...یاامیرالمومنین طاقت نیاوردی حتی لحظه ی دخترت نگران و مضطرب شود ولی لا یوم کیومک یا ابا عبدالله عمه سادات وارد گودی قتلگاه شد نیزه شکسته ها و شمشیر ها را کنار زد تن بی سر برادر وغرق بخونش را دید ..........

وسیعلموا الذین ظلموا ای منقلب ینقلبون