

ذکر؛ نوجہ نفس

نویسنده

احمد رضا اخوت



مکتبہ القرآن اترات

مکتبہ القرآن اترات

ذکر: توجه نفس

از مجموعه کتاب‌های «راهبردی» حوزه «انسان»

website: www.QuranEtratSchool.ir

احمد رضا اخوت

نشر قرآن و اهل بیت نبوت (ع)

اول، بهار ۱۳۹۷

۱۰۰۰ نسخه

تهران، خیابان کارگر شمالی، پلاک ۱۴۳۷، طبقه سوم

تلفن: ۰۲۱-۸۸۵۳۶۷۹۵

قلم، م. ان بسیج، خیابان ایرانی، کوچه ۴، پلاک ۲۱، واحد ۲

شماره: ۰۲۵-۳۷۷۶۶۹۹

۱۲۰،۰۰۰ ال

قیمت

سرشناسه: اخوت، احمد رضا، ۱۳۴۷ - عنوان: روان پدیدآور: ذکر: توجه نفس / نویسنده احمد رضا اخوت. مشخصات نشر: تهران: نشر قرآن و اهل بیت نبوت (ع)، ۱۳۹۵. مشخصات ظاهری: ۱۶۴ ص: مصور. فروست: مجموعه کتاب‌های «راهبردی» حوزه «انسان». شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۳۹۰۰۰۴۰۶ وضعیت فهرست نویسی: فیبا یادداشت: کتابخانه: م. ان بسیج: ۱۶۰-۱۶۱: همچنین به صورت زیرنویس. یادداشت: نمایه. موضوع: ذکر موضوع: Islamic meditations موضوع: ذکر: جنبه‌های قرآنی موضوع: Islamic meditations - Quranic teaching: جنبه‌های قرآنی: ۱۳۹۵ BPT۶۶/الف/۱۳۷۵۸ رده بندی دیویی: ۲۹۷/۷۷ شماره کتابشناسی ملی: ۸۸۵۳۶۷۹۵

سامانه پیامکی جهت ثبت و ارسال سفارشات: ۰۲۱-۴۹۸۸۴۹۹

مقدمه ۹

فناحه: توجه نفس ۱۵

۱. منظور از توجه نفس ۱۷

۲. کلمات دلالت‌دهنده به توجه نفس در قرآن ۱۸

۳. آسیب‌های توجه نفس ۲۰

۴. صفات توجه نفس ۲۰

فصل اول: معناشناسی ذکر و توجه نفس ۲۳

۱. مفهوم لغوی ذکر ۲۵

۲. ویژگی‌های ذکر در قرآن و روایات ۲۸

۳. معناشناسی ذکر براساس آیات و روایات ۴۰

فصل دوم: ساختارشناسی ذکر ۴۳

۱. خاستگاه ذکر و توجه نفس ۴۵

۲. حق، عامل ذکر و حفظ	۴۷
۳. ذکر، عامل حیات هر مؤلفه ساختار وجودی	۵۰
۴. مؤلفه‌های ساختاری جریان ذکر	۵۳
۵. هویت یافتن مؤلفه‌های ساختاری جریان ذکر	۵۸
فصل سوم: فرایندشناسی ذکر	۶۳
۱. جریان ذکر	۶۵
۲. انواع جریان ذکر	۷۴
۳. حالات جریان ذکر	۷۵
۴. مراتب ذکر	۷۵
۵. مهارت‌های جریان ذکر	۷۶
۶. آثار جاری شدن ذکر	۷۹
۷. غایت فرایند ذکر	۷۹
فصل چهارم: مانع‌زدایی تحقق ذکر	۸۳
۱. مانع ذکر	۸۵
۲. آسیب‌شناسی پس از منع ذکر	۱۰۳
۳. نشانه‌های مبرومت از ذکر	۱۲۷
۴. مقابله ساختاری با مانع ذکر	۱۳۵
خاتمه: مختصات ذکر در هستی و زندگی	۱۴۵
۱. مصادیق ذکر و توجه نفس	۱۴۷
۲. جایگاه ذکر در بسترهای مختلف	۱۴۹
۳. ارتباط	۱۵۶
منابع	۱۵۷
نمایه	۱۶۱

مقدمه

«توجه نفس»، جوهره وجودی انسان است. جوهره‌ای که ذاتش ربوبی است و شکفته شدنش به معنای خلیفه‌بودن، یا خدا در هستی است.

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٢٠﴾ (سوره مبارکه بقره)

(به خاطر بیاور) هنگامی را که پروردگارت به فرشتگان گفت: «من در روی زمین، جانشینی [نماینده‌ای] قرار خواهم داد». فرشتگان گفتند: «پروردگارا!» آیا کسی را در آن قرار می‌دهی که فساد و خونریزی کند؟! (زیرا، بحوادث زمینی دیگر، که قبل از این آدم وجود داشتند نیز، به فساد و خونریزی آلوده شدند، هدف از آفرینش این انسان، عبادت است.) ما تسبیح و حمد تو را بجای می‌آوریم، و تو را تقدیس می‌کنیم. پروردگار فرمود: «من حقایقی را می‌دانم که شما نمی‌دانید.»

انسان بی‌جهت به مقام خلیفه‌اللهی نائل نشده، بلکه اتصال او به هستی‌آفرین به قدری او را واجد کمالات می‌کند که فاصله‌اش را با ذات هستی به حداقل رسانده و از بیشترین حظ و بهره از قدرت و علم و حیات در بین موجودات برخوردار می‌شود. از این روست که در قرآن «فراموشی» از خداوند عامل فراموشی از خود دانسته شده است.

وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَٰئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ ﴿٢٠﴾ (سوره مبارکه بقره)

و چون کسانی مباشید که خدا را فراموش کردند و او [نیز] آنان را دچار خودفراموشی

کرد آنان همان نافرمانانند.

توجه به خداوند، توجه به نفس و توجه به نفس توجه به خداوند را منجر می‌شود و این نیست مگر آنکه انسان در ساختار توجهی خود از اسماء الله بهره‌افری دارد.

وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ هَؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ﴿٢٠﴾ قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ ﴿٢١﴾ قَالَ يَا آدَمُ أَنْبِئْهُمْ بِأَسْمَائِهِمْ فَلَمَّا أَنْبَأَهُمْ بِأَسْمَائِهِمْ قَالَ أَلَمْ أَقُلْ لَكُمْ إِنِّي أَعْلَمُ الْغَيْبِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَأَعْلَمُ مَا تُبْدُونَ وَمَا كُنْتُمْ تَكْتُمُونَ ﴿٢٢﴾ وَإِذْ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا إِلَّا إِبْلِيسَ أَبَى وَاسْتَكْبَرَ وَكَانَ مِنَ الْكَافِرِينَ ﴿٢٣﴾ (سوره مبارکه بقره)

و [خدا] همه [معانی] نامها را به آدم آموخت سپس آنها را بر فرشتگان عرضه نمود و فرمود: «اگر راست می‌گویید، از اسامی اینها به من خبر دهید.» گفتند: «منزهی تو! ما را جز آنچه [خود] به ما آموخته‌ای، هیچ دانشی نیست تویی دانای کیم.» فرمود: «ای آدم، ایشان را از اسامی آنان خبر ده.» و چون [آدم] ایشان را از اسماءش خبر داد، فرمود: «آیا به شما نگفتم که من نهفته آسمانها و زمین را می‌دانم و آنچه را که پنهان می‌داشتید می‌دانم؟» و چون فرشتگان رفتند، فرمود: «ای آدم سجده کنید»، پس بجز ابلیس - که سر باز زد و کبر ورزید و از کافران است - همه به سجده درافتادند.

برای انسان مرتبه‌ای از «توجه» قرار داده شده که می‌تواند هوشیارانه به رؤیت خود و دیگران و از همه مهم‌تر خالق هستی بپردازد. می‌تواند خود را ارزیابی کند. کنترل نماید، تمرکز کند، باعث دوری خود یا نزدیکی‌اش به چیزی شود، خود را در معرض علم قرار داده و معرفت را دریافت کند، و یا از بدی‌های متنفر و رد را از آنها جدا کند. می‌تواند دوست داشته باشد، رغبت و میل به چیزی یافته و یا بتواند چیزی را ناخوش داشته باشد و ... همه اینها مواردی هستند که توان توجه را یادآوری می‌کند و در صورت بررسی هر چه بیشتر درباره این توان قدسی را به اثبات می‌رساند. مطالعه‌ای که به تحقیق از مصادیق بارز معرفت نفس است. معرفتی که می‌تواند انسان قدسی را به آدمی بشناساند و انسان مُلک‌خوی را به او معرفی کند. و می‌تواند قدرت غیبی و ملکوتی انسان را به یادش آورد تا از حسیض مادیات خود را بیرون کشیده و توجه در بند خویش را آزاد و به بهشت روانه سازد. و می‌تواند راز حیات طیبه را که در نهایت رضایت و خرسندی است و یقینی تام را برای انسان به ارمغان می‌آورد به روی او بگشاید. و...

به دلیل ارتباط تنگاتنگ توجه نفس و ذکر، برای تبیین ماهیت توجه نفس و بررسی

ویژگی‌های آن چاره‌ای جز شرح و بسط مفهوم ذکر نیست به همین دلیل بخش عمده‌ای از کتاب به این موضوع اختصاص یافته است.

به دلیل ارتباط مستقیم توجه نفس و ذکر و نیز معنای مثبتی که پیوسته برای ذکر در نظر گرفته می‌شود، منظور از توجه نفس نیز مفهومی مثبت و در رده مفهوم ذکر است. مطالعه مباحث یاد شده در خصوص ذکر و توجه نفس در مباحث مختلفی قابل استفاده است که برخی از آنها به شرح زیر می‌باشد:

۱. در مباحث مربوط به تبیین ساختار وجودی انسان: زیرا توجه نفس به منزله قوه مدیریت ساختار وجودی است.

۲. در مباحث مربوط به تعلیم و تزکیه: زیرا فعال کردن توجه فرد و ذکر در فرد یکی از بنایات تعلیم و تزکیه است.

۳. در مباحث مربوط به امام شناسی: زیرا نسبت امام در هستی و جامعه همانند نسبت نبوت در عناصر وجودی انسان است.

۴. در مباحث مربوط به دعا: زیرا از ذکر می‌توان به عنوان بستر اصلی ادعیه نام برد.

در انتها ذکر نکات زیر ضروری به نظر می‌رسد:

- کتاب حاضر را می‌توان به عنوان کتابی که متعلق به همه منظومه‌های پایه و سایر منظومه‌های کاربردی است معرفی کرد. این منظومه‌ها در کتاب «ولایت، فرایند هدایت» شرح داده شده است.

- به دلیل وسعت مطالب مربوط به ذکر و تعداد بسیار رویکردهای به آن، رویه اصلی کتاب بر اختصار بوده است.

- قالب کلی کتاب در تبیین موضوع ذکر ارائه فهم ساختار و مبانی از مفهوم ذکر است. به همین دلیل با وجود قابلیت بحث در ورود به مباحث اخلاقی و فقهی از ورود به این موضوعات خودداری شده است. طبیعی است خلأ این مباحث لازم است در پژوهش‌های دیگری برطرف گردد.

کتاب حاضر به پیامبر اعظم صلی الله علیه و اله به عنوان نقطه ثقل ذکر در عالم هستی و زندگی فردی و اجتماعی انسان تقدیم می‌شود. طبیعی است با شناخت هر چه بیشتر این حقیقت بزرگ، عظمت «ذکر» در هستی و زندگی انسان معلوم می‌گردد و با محجوب و مهجور بودن این شناخت، حقیقت ذکر و ارزش آن نیز مخفی، محجوب و مهجور می‌ماند.