

دفتر ششم ریاضت و حزن
دکتر محمد تقی فغانی

زنایگی معنوی

نام کتاب: زندگی معنوی

(دفتر ششم: ریاضت و حزن)

مؤلف: دکتر محمد تقی فغالی (هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی،

واحد علوم و تحقیقات، تهران)

تحقیق و تنظیم: امیر قربانی

ویراستار: سید علی آقایی

نشر: تیماسی (وابسته به مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین)

طراح: محمد عباسی زاده

صفحه آرا: سید اکبر موسوی

چاپ و صحافی: بوستان کتاب

نوبت چاپ: اول / تابستان ۱۴۰۰

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

ISBN: 978-622-6890-54-0

سرشناسه: فغالی، محمدتقی، ۱۳۴۱ - Faali, Mohammad Taqi / عنوان قراردادی: منازل
الساثرین، فارسی / شرح عنوان و نام پدیدآور: زندگی معنوی مؤلف محمدتقی فغالی؛
تحقیق و تنظیم امیر قربانی / مشخصات نشر: قم: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت
آل یاسین، نشر تیماس، ۱۴۰۰ / مشخصات ظاهری: ج. ۱/ ۱۴۵ * ۲۱/۵ / وضعیت فهرست
نویسی: فیبا / یادداشت: کتاب حاضر شرحی بر کتاب «منازل الساثرین» تألیف اسماعیل
عبدالله الانصاری است / یادداشت: کتابنامه / مندرجات: ج. ۱. بیداری، ج. ۲. بازگشت، ج. ۳.
محاسبه و انابه، ج. ۴. تفکر و تذکر، ج. ۵. اعتصام و فرار، ج. ۶. ریاضت و حزن / موضوع:
انصاری، عبدالله بن محمد، ۳۹۶-۴۸۱ ق. منازل الساثرین - نقد و تفسیر / موضوع: عرفان
- متون قدیمی تا قرن ۱۴ / موضوع: ۲. Th century Sufism - Early works to / موضوع:
تصوف - متون قدیمی تا قرن ۱۴ / موضوع: ۲. Th century Sufism - Early works to /
شناسه افزوده: قربانی، امیر، ۱۳۵۸ - شناسه افزوده: انصاری، عبدالله بن محمد، ۳۹۶-۴۸۱ ق.
منازل الساثرین /

شرح رده‌بندی کنگره: PBR۸۲/۶

رده‌بندی دیویی: ۲۹۷/۸۳

شماره کتابشناسی ملی: ۵۸۳۲۹۸۲

شابک دوره: ۴-۲۷-۶۸۹-۶۲۲-۹۷۸

www.timaas.ir

فهرست

❖ دیباچه ۱۳

باب نهم / ریاضت ۳۱

سرشت ریاضت ۳۵

❖ نشانه اول: گوهر ریاضت در قرآن ۳۶

❖ نشانه دوم: اهداف سالک از ریاضت ۳۷

❖ نشانه سوم: ریاضت با راهنمایان راهشناس ۴۰

❖ نشانه چهارم: مبارزه با نفس، ریاضت مشروع ۴۱

❖ نشانه پنجم: شیدایی مؤمن ۴۵

❖ نشانه ششم: عرفان ناب و رهنمایان طریق ۴۶

● چکیده مباحث ۴۹

ابعاد ریاضت مبتدیان ۵۱

❖ نشانه اول: توازن درون و برون ۵۲



۵۵..... نشانه دوم: گوهر اخلاص

۵۷..... نشانه سوم: دایره فراخ انصاف و ورزی

۵۹..... چکیده مباحث ●

۶۱..... وجوه ریاضت برگزیدگان

۶۲..... نشانه اول: توحید و رهایی از پریشان خاطری

۶۳..... نشانه دوم: مقامات عرفانی به مثابه امانات الهی

۶۴..... نشانه سوم: برده‌داری اسرار مکاشفه

۶۴..... چکیده مباحث ●

۶۵..... خصیصه ریاضت سرآمدان

۶۶..... نشانه اول: برگزشتن از کثرات

۶۸..... نشانه دوم: امتنانی بودن طاعات و آثار آن‌ها

۷۱..... چکیده مباحث ●

۷۱..... حاصل سخن





باب یازدهم / حزن ۷۵

سرشت حزن ۸۱

● نشانه اول: حزن ایجابی و سلبی در قرآن ۸۱

● نشانه دوم: علل حزن آدمیان و لزوم اصلاح بینش ۹۱

● نشانه سوم: شادی بخشی و شادی خواهی دین ۹۵

● نشانه چهارم: حزن سپید اولیای الهی ۹۶

● چکیده مباحث ۹۷

اندوه مبتدیان راه سلوک ۹۹

● نشانه اول: خدمت رسانی و انواع آن ۹۹

● نشانه دوم: اهمیت توجه به خدمات دیگران ۱۰۸

● نشانه سوم: شاخصه زندگی اصیل ۱۰۹

● نشانه چهارم: گذر از خودخواهی نامطلوب ۱۱۱

● نشانه پنجم: بایستگی توجه به خطاها ۱۱۳

● نشانه ششم: اصول عمر و مدیریت آن ۱۱۴

● چکیده مباحث ۱۲۴



❁ دیباچه

معرفت، مهم‌ترین عامل برتری انسان است. انسان به وسیله عقل، که مهم‌ترین قابلیت وجودی اش است، می‌تواند معرفت را برگزیند یا در تاریک‌خانه نادانی و رکود، از تلاش و کوشش برای نیل به عرفان خود را محروم نماید.

نیک‌بختی و شوربختی ایام عمر و نیز سعادت‌مندی و شقاوت‌مندی زندگی، محصول تصادف یا جبر و کُهری که ملازم حیات بشر باشد، نیست، بلکه عینیت انتخاب‌ها و سلوک‌های لحظه‌به‌لحظه آدمی است. زندگی در عین پیچیدگی ظاهری، از وضوح و شفافیت باطنی حیرت‌انگیزی برخوردار است. بشر به میزان توجه و دقت‌ورزی در رویارویی با شرایط گوناگون و متعدد زندگی، زمینه بهره‌وری افزون‌تر یا محرومیت بیشتر خویش را از حقایق عمیق و لطایف شیرین آفرینش فراهم می‌آورد. بی‌شک، خالق کائنات و نیروهای بی‌شمار او در زمان مناسب و به مقتضای فضل و عدل، بهره‌مندی یا حرمان وی را رقم می‌زنند.

به‌طور کلی، وضعیت بنی‌آدم بعد از هبوط دو گونه است؛ صعود یا سقوط. بعد از آنکه پدر انسان‌ها از میوه ممنوعه استفاده کرد و عصیان خدا نمود، هبوط نصیب آدم و فرزندان وی شد و از این طریق جایگاه و محل استقرار دائمی انسان‌ها سیاره منجمدی به نام زمین شد:

ثُمَّ اجْتَبَاهُ رَبُّهُ فَتَابَ عَلَيْهِ وَهَدَىٰ. قَالَ اهْبِطَا مِنْهَا جَمِيعًا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى؛ آنگاه از آن [درخت ممنوعه] خوردند و برهنگی آنان برایشان نمایان شد و شروع کردند به چسبانیدن برگ‌های بهشت بر خود و [این‌گونه] آدم به پروردگار خود عصیان ورزید و بیراهه رفت سپس پروردگارش او را برگزید و بر او ببخشود و [وی را] هدایت کرد.

هر یک از فرزندان آدم به راهی رفتند و مسیری برای خود برگزیدند. با نگاه کلی می‌توان گفت که آدمیان یکی از دوراه را در پیش گرفتند؛ برخی به سمت آسمان رفتند و راه هدایت، رفعت و صعود پیش گرفتند و بعضی دیگر زمینی شدند مسیر گمراهی، نابودی و سقوط را پیمودند:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ. ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ؛ [که] به راستی انسان را در نیکوترین اعتدال آفریدیم سپس او را به پست‌ترین [مراتب] پستی بازگردانیدیم.

هر لحظه دو راه پیش‌روی انسان وجود دارد؛ راهی به سمت بالا و راهی به سوی پایین. مسیری در راستای آسمان و مسیری به سمت زمین، راهی به رهایی و راهی به وابستگی. جاده‌ای به سمت خدا و جاده‌ای به سمت خودیت و در یک کلام مسیری به سمت صعود یا سقوط. کسی که در مسیر هدایت و صعود باشد، اهل رشد است و در اصطلاح قرآنی «رشد» نامیده می‌شود و تحت پوشش نام «رشد» خدا خواهد بود. اما کسی که به سمت زمین، نردبان سقوط و تنزل را می‌پیماید و تحت پوشش اسم «مُضِلُّ» قرار می‌گیرد، انسان‌ها یا اهل صعودند یا اهل سقوط و خود به این امر واقف‌اند و بصیر؛ زیرا که خداوند معرفت به این دو مسیر را درون انسان‌ها به ودیعت نهاده است:

لَا إِكْرَهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِنْ بِاللَّهِ فَقَدْ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ لَا انْفِصَامَ لَهَا وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ؛ در دین هیچ اجباری نیست و راه از بیراهه به خوبی آشکار شده است.

فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا؛ سپس پلیدکاری و پرهیزکاری‌اش را به آن الهام کرد.

۱. طه، ۱۲۲، ۱۲۱.

۲. تین، ۴ و ۵.

۳. بقره، ۲۵۶.

۴. شمس، ۸.