

# بازگشت به خدا برآیند خوف و رجا

روی آنان گشوده و امیدوارشان کرده تا از مهر و عنایتش روی برنتابند و با همه گناه و خطایی که دارند به سویش توجّه نمایند و توبه کنند؛ چنان که می‌فرماید: ﴿تُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾<sup>۱</sup>.

اینک به تفصیل مطلب می‌پردازیم:

## خوف

در اصطلاح حالی است روحی که از رسیدن مکروهی یا از دست دادن محبوبی پدید می‌آید.<sup>۲</sup> تا خوف در دل است انسان پیرامون گناه نمی‌گردد، اما همین که خوف از دلش برفت راه گم کند و به بیراهه گرفتار آید.<sup>۳</sup>

## سبب خوف

خوف از علم و معرفت به وجود آید: نخست علم و اطلاع بنده به خطاهای خود، و غفلتی که داشته و گناهایی که مرتکب شده و با وجود این همه تقصیر، همیشه نعمت و رحمت حق شامل حالش بوده. مَثَل او چون کسی است که از پادشاهی خلعت و نعمت بسیار دریافت کرده باشد، آن‌گاه در حرم و خزانه او خیانت کند، ناگاه متوجه شود که پادشاه، او را در آن حال می‌دیده است و در ضمن داند که آن مَلِیک غیور است و منتقم. چنین است حال انسان در پیشگاه خدای

هر انسان با معرفت و اندیشه‌مندی چون به کردار گذشته خود نظر افکند، بی‌شک خویش را در برابر وجدانش شرمسار و در پیشگاه با عظمت آفریدگار گناهکار می‌یابد. اگر شخصی را این حال نباشد یا غافل و بی‌فکر است یا بی‌معرفت.

این حال که از آن به هشیاری وجدان تعبیر می‌کنند، مبدأ حرکتی است روحانی که از آگاهی برمی‌خیزد و انسان را به بازگشت به خدای مهربان و جبران خسران گذشته وا می‌دارد، در حالی که با نوعی بیم و خشیت همراه است.

بیمی که در این هشیاری و تنبّه آدمی را در برمی‌گیرد، بیم از جزای عمل و اجرای عدالت الهی است که سنتی است جاری و همگانی. از سوی دیگر انسان مؤمن باور دارد که خدای مهربان برای آنکه بندگان خطاکارش در حال بیم و ترس نمانند، دری از رحمت فراگیرش را به

۱- نور / ۳۱. ۲- جرجانی، التعریفات.

۳- رساله قشیریه، ص ۱۹۳.

حی حاضر؛ در این هنگام آتش خوف در جان وی پدید آید، چون احساس می‌کند دیگر هیچ قرب و منزلتی نزد پروردگار نخواهد داشت.

دوم معرفت: وقتی بنده صفات حق تعالی و جلال و بزرگی و توانایی او را شناخت و دانست که اگر باری تعالی همه عالم را هلاک کند یک ذره از مملکت او کم نشود به ناگاه آتش خوف در دلش افتد.<sup>۱</sup>

چگونه بنده از خدای نترسد و حال آنکه نه سرانجام کار خویش داند و نه برای او عملی است تا با توسل به آن استحقاق خلاصی یابد و نه قدرت بر انجام کاری دارد و نه گریزگاهی برای اوست.<sup>۲</sup>

امام صادق علیه السلام فرمود: مؤمن میان دو ترس قرار دارد: ۱- گناهی که انجام داده و نمی‌داند خدا درباره او چه می‌کند. ۲- عمری که باقی مانده و نمی‌داند چه گناهایی که مایه هلاک اوست مرتکب می‌شود، پس هر دم ترسان است و جز ترس اصلاحش نکند.<sup>۳</sup>

## انواع خوف

بنا به نقل علامه مجلسی<sup>۴</sup> علما بر اساس حالات بنده، انواعی را بدین شرح برای خوف برشمرده‌اند:

خوف، خشیت، وجل، رهبت و هیبت.  
خوف برای گناهکاران، خشیت برای عالمان، وجل برای فروتنان، رهبت برای عبادت‌کنندگان و هیبت برای عارفان است.

اما خوف به خاطر ارتکاب گناه است؛ چنان که خداوند می‌فرماید: ﴿وَلِمَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ جَنَّاتٍ ۖ﴾<sup>۵</sup>. خشیت به خاطر دیدن قصوری است که بنده در انجام عبادات می‌کند، خدای تعالی می‌فرماید: ﴿إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ﴾<sup>۶</sup>، اما وجل به خاطر ترک خدمت است. در قرآن

۱- محمد غزالی، کیمیای سعادت، ص ۴۰۱.

۲- قال النبی صلی الله علیه و آله: «... كَيْفَ لَا يَخَافُ الْعَبْدُ وَهُوَ غَيْرُ عَالِمٍ بِمَا تُخْتَمُ صَحِيفَتُهُ وَلَا لَهُ عَمَلٌ يَتَوَسَّلُ بِهِ اسْتِحْقَاقًا وَلَا قُدْرَةَ لَهُ عَلَى شَيْءٍ وَلَا مَفْرَجًا...» (بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۳۹۱).

۳- عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام قَالَ: «الْمُؤْمِنُ بَيْنَ مَخَافَتَيْنِ: ذَنْبٌ قَدْ مَضَى لَا يَدْرِي مَا صَنَعَ اللَّهُ فِيهِ وَ عَمْرٌ قَدْ بَقِيَ لَا يَدْرِي مَا يَكْتَسِبُ فِيهِ مِنَ الْمَهَالِكِ، فَهُوَ لَا يُصِحُّ إِلَّا خَائِفًا وَ لَا يُصْلِحُهُ إِلَّا الْخَوْفُ» (الكافي، ج ۳، ص ۱۱۴).

۴- انواع الخوف خمسة، خوف و خشية و وجل و رهبة و هيبته، فالخوف للعاصين و الخشية للعالمين و الوجس للمخبتين و الرهبة للعابدين و الهيبته للعارفين، أما الخوف فلأجل الذنوب قال الله عز و جل: ﴿وَلِمَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ جَنَّاتٍ﴾ و الخشية لأجل رؤية التقصير، قال الله عز و جل: ﴿إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ﴾ و أما الوجس فلأجل ترك الخدمة، قال الله عز و جل: ﴿الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ﴾ و الرهبة لرؤية التقصير قال الله عز و جل: ﴿يَدْعُونَنا رَغَبًا وَ رَهَبًا﴾ و الهيبته لأجل شهادة الحق عند كشف الأسرار قال الله عز و جل: ﴿وَيُحَذِّرُكُمُ اللَّهُ نَفْسَهُ﴾. (بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۳۸۰).

۵- الرحمن / ۴۶. ۶- فاطر / ۲۸.

می‌فرماید: ﴿الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ﴾<sup>۱</sup>.  
 رَهبت به سبب کوتاهی در انجام عبادات است،  
 چنان که می‌فرماید: ﴿يَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا﴾<sup>۲</sup>.  
 هیبت به خاطر مشاهده حق هنگام کشف اسرار  
 است: ﴿وَ يُحَذِّرُكُمُ اللَّهُ نَفْسَهُ﴾<sup>۳</sup>.

### ثمره خوف

ثمره خوف، در دل و تن و جوارح است.  
 ثمره خوف در دل این است که عبد را توان  
 پرداختن به شهوات نیست، بلکه حال دل در  
 خوف، خضوع و خشوع است و تمام مدت در  
 حال مراقبه و محاسبه و دقت به عاقبت خویش  
 است و چیزی از صفات رذیله چون کبر، حسد و  
 شره در وجودش باقی نماند. ثمره آن در تن،  
 شکستگی و زردی چهره است. و ثمره آن در  
 جوارح، نگه داشتن آن از ارتکاب معاصی و  
 رعایت ادب در طاعت پروردگار است.

خوف اگر از شهوات باز دارد عفت، اگر از  
 حرام باز دارد ورع، اگر از شبهات باز دارد تقوا و  
 اگر از هر چه جز زادراه آخرت است باز دارد،  
 صدق نامیده شود<sup>۴</sup>.

با توجه به آنچه گذشت، خوف از احوالی  
 است که وجود آن ضرور است. «انسان مؤمن  
 سزاوار است از خداوند بترسد، گویی که اشراف  
 بر جهنم دارد و بدو امیدوار باشد، گویی از  
 بهشتیان است»<sup>۵</sup>. در واقع بهترین کارها، رعایت  
 اعتدال در خوف و رجا است<sup>۶</sup>.

اینک بجاست حدیثی که امام سجاده<sup>(ع)</sup> به

نقل از پیامبر اکرم<sup>(ص)</sup> آورده‌اند ذکر شود:  
 رسول خدا<sup>(ص)</sup> فرمود: منجیات به سه دسته  
 تقسیم می‌شود.

گفتند: ای رسول خدا! منجیات چیست؟  
 حضرت فرمود: ترس از خداوند در کارهای  
 پنهانی، گویی که تو او را می‌بینی. اگر تو او را  
 نبینی، او تو را می‌بیند. رعایت عدل در خشنودی  
 و خشم، و میانه‌روی در توانگری و فقر<sup>۷</sup>.

و در دعای صحیفه است:

این جایگاه کسی است که در میان بیم و امید  
 به تو ایستاده و تو شایسته‌تر کسی هستی که به او  
 امید ورزد و سزاوارتر کسی که از او بترسد و پروا  
 کند<sup>۸</sup>. ای که خطاکاران از بیم تو به شدت

۱- انفال / ۲. ۲- انبیاء / ۹۰.

۳- آل عمران / ۳۰. ۴- کیمای سعادت، ص ۴۰۲.

۵- «ینبغی للمؤمن أن یخاف الله خوفاً كأنه مُشرفٌ علی النار، و یرجوه رجاءً كأنه من أهل الجنة...» (وسائل الشیعه، ج ۱۱، ص ۱۱۲).

۶- «خیر الأعمال اعتدال الرجاء و الخوف» (غور الحکم، ص ۶۶).

۷- علی بن الحسین<sup>(ع)</sup> قال: قال رسول الله<sup>(ص)</sup>: «ثلاثٌ منجیاتٌ و ثلاثٌ مهلكاتٌ. قالوا یا رسول الله! ما المنجیات؟ قال: خوفُ الله فی السرِّ، كأنَّک تراه. فإن لم تَکن تراه، فأنه یراک، و العدلُ فی الرضا و العَضْب، و القَصْدُ فی الغنا و الفقر...» (بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۷).

۸- «و هذا مقامٌ من... واقفاً بین الرغبه الیک و الرهبه»

می‌گیرند<sup>۱</sup>، قلبم را به خوف و هراس از خود نشاط بر عملش ده<sup>۲</sup> و ترس و وحشت اندوه از عذاب را روزی ام کن<sup>۳</sup>، تا به سبب بیم و خوف از سیئات در امان مانم<sup>۴</sup>.

تذکر: حکیم طوس، خواجه نصیر الدین با استناد به آیه‌ای از قرآن بر این باور است که: سالک چون به درجه رضا رسد خوف او به امن بدل شود<sup>۵</sup>: ﴿أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾<sup>۶</sup>.

نویسنده گوید این سخن تمام نیست؛ زیرا چنان که پیشتر گفتیم، خوف از علم به قصور یا تقصیر خود و معرفت به عظمت و عزت حق تعالی دست می‌دهد و در حال رضا هم این علم و معرفت هست و بلکه افزایش می‌یابد؛ اما حال رضا بنا به تعریفی که خواجه خود کرده «خشنودی است و آن ثمره محبت است و مقتضای عدم انکار است، چه در ظاهر و چه در باطن، چه در دل و چه در قول و چه در فعل»<sup>۷</sup>.

## رجا

رجا در لغت به معنای امید داشتن است<sup>۸</sup> و در اصطلاح، دل بستن به چیزی دلخواه که در آینده حاصل خواهد شد<sup>۹</sup>.

گفته‌اند رجا ایمنی دل است به جود کریم و رؤیت جلال است به چشم جمال و شادی دل است به وعده‌های نیکو<sup>۱۰</sup>.

خوف و رجا به سان دو قدم‌اند برای سالکان که بدان قطع منازل و مراحل کنند، گاهی به قدم خوف از مهلکه سستی و سکون می‌گذرند و

گاهی به قدم رجا از ورطه یأس و قنوط عبور می‌کنند<sup>۱۱</sup>.

حضرت علی‌رضی الله عنه شخصی را دید که از بسیاری گناهانش از آمرزش ناامید بود. به او فرمود: «نومید مشو که رحمت او از گناه تو عظیم‌تر است»<sup>۱۲</sup>.

آری رجا انسان را به طاعت می‌کشاند، همان‌گونه که خوف از معصیت باز می‌دارد.

گویند: عبادت خدای تعالی به امید فضل و کرم، نیکوتر از عبادت اوست با هراس از عقوبت؛ چرا که از امید محبت خیزد و از خوف

---

→ منك، أنت أولى من رجاءه و احق من خشية و اتقاه». (دعای ۳۲، ص ۳۳۱).

۱- «يا مَنْ لِيخْفِيته يَتَجَبَّ الخاطِئُونَ» (دعای ۲۴، ص ۳۷۴).

۲- «و انعشه بخوفك و بالوجل منك» (دعای ۴۳، ص ۴۵۰).

۳- «ارزقني خوف عم الوعيد» (دعای ۴۴، ص ۴۵۲).

۴- «و آمن من السيئات فرقا و خوفا» (دعای ۴۲، ص ۴۵۲).

۵- خواجه نصیرالدین طوسی، اوصاف الأشراف، ص ۳۸.

۶- انعام / ۸۲ - ۷- اوصاف الأشراف، ص ۶۱.

۸- تاج المصادر، ص ۹۰.

۹- رساله قشیریه، ص ۱۹۹؛ التعريفات، ص ۴۸.

۱۰- رساله قشیریه، ص ۱۹۹.

۱۱- عزالدین محمود کاشانی، مصباح الهدایه، ص ۳۹۵.

۱۲- کیمیای سعادت، ص ۳۸۶.

بیم نفرت<sup>۱</sup>.

امام صادق علیه السلام فرمود: پدرم می فرمود: هیچ بنده مؤمنی نیست، جز آنکه در دلش دو نور است: نور ترس و نور امید. اگر وزن شوند، هیچ یک بر دیگری افزون نباشد<sup>۲</sup>.

رجا سه گونه است: ۱- انسانی که نیکی کند و امیدوار است که مورد قبول حق واقع شود. ۲- انسانی که کار ناپسند کند و سپس به درگاه حق تعالی توبه کند و امیدوار باشد که خدا او را بیامرزد. ۳- انسانی که رجاء کاذب دارد؛ یعنی پیوسته مرتکب گناه می شود و امید دارد که خدای تعالی او را بیامرزد.

در این باب سخن حضرت صادق علیه السلام نقل کردنی است. یکی از اصحاب گوید: به امام صادق علیه السلام عرض کردم: مردمی هستند که گناه می کنند و می گویند ما امیدواریم و همواره چنین هستند تا مرگشان فرارسد.

حضرت فرمود: ایشان مردمی هستند که آرزوهایشان آنان را به این سو و آن سو می برد و دروغ می گویند، امیدوار نیستند، هرگاه کسی به چیزی امیدوار باشد آن را طلب کند، و هرگاه از چیزی بترسد از آن بگریزد<sup>۳</sup>.

### فواید رجا

«رجا شامل فواید بسیاری است، باعث ترقی درجات کمال شده و بر سرعت سیر در طریق وصول به مطلوب می افزاید: ﴿يَرْجُونَ تِجَارَةً لَّنْ تَبُورَ﴾ ﴿لِيُؤْتِيَهُمُ أَجْرَهُمْ وَيَزِدَّهُمْ مِنْ فَضْلِهِ﴾<sup>۴</sup>. نیز

رجا مقتضی حُسن ظن است به مغفرت و عفو باری تعالی و ثقت به رحمت او: ﴿أُولَئِكَ يَرْجُونَ رَحْمَةَ اللَّهِ﴾<sup>۵</sup>.

حضرت سجاد علیه السلام قطع امید از آنچه در دست مردم است و تنها امیدوار بودن به خدای وهاب را متذکر می شود. این امید تنها برای منافع دنیوی نیست، بلکه به مشکلات روحی نیز توجّه دارند که می فرمایند:

«الهی چون غم و اندوه سینه ام را بفشارد تو دلخوشی منی و چون محروم گردم تو محل امید منی و چون غم و غصه و مصیبت بر من هجوم آورد پناهم به توست»<sup>۶</sup>.

«ای خدای من آن را که جز تو عطاکننده ای نمی یابد نا امید مکن و کسی را که به وسیله

۱- همان، ص ۳۸۵.

۲- عن أبي عبد الله عليه السلام قال: «كان أبا عبد الله عليه السلام يقول: إنّه ليس من عبد مؤمن إلا في قلبه نوران: نور خيفة و نور رجاء لو وزن هذا لم يزد على هذا» (الكافي، ج ۳، ص ۱۱۰).

۳- عَمَّنْ ذَكَرَهُ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام قَالَ: قُلْتُ لَهُ قَوْمٌ يَعْمَلُونَ بِالْمَعَاصِي وَيَقُولُونَ نَجُو، فَلَا يَزَالُونَ كَذَلِكَ حَتَّى يَأْتِيَهُمُ الْمَوْتُ. فَقَالَ: «هُؤُلَاءِ قَوْمٌ يَتَرَجَّحُونَ فِي الْأَمَانِي، كَذَبُوا لَيْسُوا بِرَاجِينَ، مَنْ رَجَا شَيْئاً طَلَبَهُ وَ مَنْ خَافَ مِنْ شَيْءٍ هَرَبَ مِنْهُ» (وسائل الشيعه، ج ۱۵، ص ۲۱۶).

۴- فاطر / ۳۰-۲۹. ۵- بقره / ۲۱۸.

۶- «اللَّهُمَّ أَنْتَ عُدَّتِي إِنْ حَزَنْتُ وَ أَنْتَ مُسْتَجْعِي إِنْ حُرِمْتُ، وَ بِكَ اسْتِعَاذَتِي إِنْ كُرِهْتُ».

احدی جز تو یاری نشود خوار مگردان»<sup>۱</sup>.

«پروردگارا گناهانم مرا از تو مأیوس می‌گرداند و علم من به رحمت و اسعادت مرا از ترست ایمن می‌گرداند، پس خدایا بر محمد و آل محمد درود و رحمت فرست و امیدی که به تو دارم تحقق بخش و خوفی را که از تو دارم راست مدار و چنان که به تو حسن ظن دارم با من رفتار کن ای مهربان‌ترین مهربانان»<sup>۲</sup>.

«غیر تو کسی را نمی‌خوانم و به غیر حضرتت به احدی امید ندارم»<sup>۳</sup>.

باید توجه داشت رجا و تمنی، معنایی نزدیک به هم دارند و گاه در فارسی آن دو را مترادف می‌گیرند؛ اما میان آن دو فرق است، تمنی صاحبش را به کاهلی کشاند و رجا به عکس، او را به جد و جهد و امیدوار می‌دارد؛ چنان که امام صادق (علیه السلام) می‌فرماید: «مؤمن مؤمن نباشد تا آنکه ترسان و امیدوار باشد، و ترسان و امیدوار نباشد تا آنکه برای آنچه می‌ترسد و بدان امیدوار است عمل کند»<sup>۵</sup>.

نتیجه اینکه باید به وظایف عمل کرد و تکالیف شرعی را انجام داد، سپس امیدوار بود. علامت صدق رجا تهیه اسباب وصول است و آن دو چیز است: توجه به خدای تعالی و گسستن دلبستگیها و موانع که قرآن در این باره به نفی شرک و عمل صالح تعبیر کرده است<sup>۶</sup>:

﴿فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا﴾<sup>۷</sup>.

## توبه

طبیعت مادی انسان در زندگی دنیوی که محیط تزاحم و برخورد است کم و بیش لغزش و گناه را پیش می‌آورد؛ زیرا از یک سو انسان را غفلت از حق فرا می‌گیرد، و از دیگر سو گناه گرفتار خواهشهای نفسانی می‌شود و به ورطه خطا می‌افتد، و گاه فریب این سرای غرور را می‌خورد و از فرمان خدا سرپیچی می‌کند.

## ضرورت توبه

بی‌گمان بنده آلوده به گناه نمی‌تواند به پیشگاه قرب الهی بار یابد و از رحمتش بهره‌مند

۱- الهی لا تُخَيِّبُ من لا يَجِدُ مُعْطِيًا غَيْرَكَ، وَ لا تَتَّخِذُ مَنْ لَمْ يَسْتَعْنِ بِأَحَدٍ دُونَكَ (دعای ۲۴، ص ۳۷۷).

۲- اللَّهُمَّ إِنَّ ذُنُوبِي تُؤْيِسُنِي أَنْ أَرْجُوكَ، وَإِنَّ عِلْمِي بِسَعَةِ رَحْمَتِكَ يُؤْمِنُنِي أَنْ أَخْشَاكَ، فَصَلِّ عَلَيَّ مُحَمَّدَ وَ آلَ مُحَمَّدٍ، وَ حَقِّقْ رَجَائِي لَكَ وَ كَذِّبْ خَوْفِي مِنْكَ وَ كُنْ عِنْدَ حُسْنِ ظَنِّي بِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ (صحيفة السجادية الجامعة، دعای ۳۷، ص ۸۴).

۳- «فلا أدعو سِوَاكَ، وَ لا أَرْجُو غَيْرَكَ» (دعای ۳۸، ص ۴۳۷).

۴- رساله قشیریه، ص ۱۹۹.

۵- عن الحسن بن أبي سارة قال: سمعتُ أبا عبد الله (عليه السلام) يقول: «لا يكون المؤمنُ مؤمناً حتّى يكون خائفاً راجياً، وَ لا يكون خائفاً راجياً حتّى يكون عابلاً إيماناً يَخَافُ وَ يَرْجُوا» (الكافي، ج ۳، ص ۱۱۳).

۶- مصباح الهداية، ص ۳۹۵.

۷- كهف / ۱۱۰.

گردد؛ زیرا پس از گناه محبوب است و مهجور، آلوده است و دور افتاده. اما خدای رحمان در توبه را به روی بندگانش گشوده و آنان را امر به بازگشت از خطا کرده است<sup>۱</sup>، تا در ظلمت معصیت نمانند و به راه رستگاری و فلاح درآیند. عزالدین محمود کاشانی<sup>۲</sup> (م ۷۳۵) درباره

توبه می‌نویسد:

امیر المؤمنین علیؑ گفته است: «العَجَبُ مَنْ يَمُنُّ يَقْنَطُ وَمَعَهُ النَّجَاةُ». پرسیدند: «و ما النَّجَاةُ؟»

گفت: «التَّوْبَةُ و الاستغفار» و چون سبب رهایی نفس از مهالكِ ذنوب توبه است، کوتاهی و به تأخیر انداختن آن، ظلم به نفس است: ﴿وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ﴾<sup>۳</sup>.

اکنون که ضرورت توبه را دانستیم بدیهی است که برای سالک الی الله که در پی کسب معرفت بیشتر است، توبه نخستین گام این حرکت است؛ زیرا تا شخص قصد بازگشت به سوی خدای مهربان نکند گام در راه نگذاشته و رو به مقصد متعال نکرده است.

### معنای توبه

توب و توبه و متاب به معنای بازگشت از گناه و رجوع به حق تعالی است<sup>۴</sup>، با پشیمانی از معصیت و ترک اصرار بر آن و ادای همه حقوق الهی<sup>۵</sup>. حقیقت توبه آن است که رونده به سوی خدا از آنچه مانع وصول به محبوب حقیقی است، از مراتب دنیا و عقبی، اعراض نماید و رو

به سوی او آورد<sup>۶</sup>.

اهمیت توبه در طی مقامات عرفانی به آن حد است که خدای تعالی خود را دوستدار توبه‌کنندگان معرفی کرده<sup>۷</sup> و در احادیث و کتب اهل سلوک برای آن مقدمات و شرایطی برشمرده‌اند که نقلش لازم است:

### یقظه

مقدمه توبه یقظه است که نخستین قدم در راه بازگشت از گناه است، و در بعضی کتب با نام «تنبیه»<sup>۸</sup> از آن یاد شده که از نظر مفهوم به هم نزدیک است.

یقظه حالی است که در ابتدای توبه - که خود سرآغاز حرکت عرفانی است - به سالک دست می‌دهد و او را از خواب غفلت بیدار کرده، به خطاهایش آگاه می‌سازد، چنان که امام

۱ - «أَنْتَ الَّذِي فَتَحْتَ لِعِبَادِكَ بَاباً إِلَى عَفْوِكَ وَ سَمَّيْتَهُ التَّوْبَةَ. وَ جَعَلْتَ عَلَى ذَلِكَ الْبَابِ دَلِيلًا مِنْ وَحْيِكَ لِئَلَّا يَضَلُّوا عَنْهُ، فَقُلْتَ - تَبَارَكَ اسْمُكَ - (تَوَبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَصُوحًا)» (دعای ۲۰، ص ۳۵۱).

۲ - مصباح الهدایة، ص ۳۶۶.

۳ - حجرات / ۱۱.

۴ - تاج المصادر؛ معجم مقایس اللغة، ماده «ت و ب».

۵ - التعريفات، ص ۳۲.

۶ - گلشن راز، ص ۲۵۸.

۷ - ﴿إِنَّ اللَّهَ يُجِبُّ السَّوَابِينَ وَ يُجِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾ (بقره ۲۲۲).

۸ - مصباح الهدایة، ص ۳۶۶.

زین العابدین علیه السلام می فرماید:

«پروردگارا ما را از خوابی که سبب گرایش به او (شیطان) است بیدار کن و به توفیق خود ما را در مسیر مبارزه با او یاری ده»<sup>۱</sup>.

سپس حالت ندامت به او دست می دهد و او را به بازگشت از گناه و توجه به حق تعالی وامی دارد. در طلب چنین حالی است که حضرت زین العابدین علیه السلام می فرماید:

«اگر پشیمانی در پیشگاه حضرت توبه است، پس من از همه پشیمان ترم»<sup>۲</sup>.

حال که با قلبی شکسته و دلی پر از امید به سوی او باز می گردیم باید عزمی راسخ داشته باشیم که دیگر قدم در این راه نگذاریم و پیرامون گناه نگردیم، چنان که سیدالساجدین تعلیم می دهند:

«بارها در موقعیتی که در آنم از گناهان بزرگ و کوچکم و از گناهان پوشیده و آشکارم و از لغزشهای گذشته و تازه ام به سویت باز می گردم، مانند بازگشت توبه کننده ای که خیال گناه در درونش نگذرد و فکر برگشتن به گناه را به خاطرش راه ندهد»<sup>۳</sup>.

## انواع توبه

اهل معرفت توبه را سه نوع دانسته اند بر حسب میزان معرفت توبه کنندگان:

توبه عام که همه بندگان را شامل می شود و آن توبه گنهکاران است.

توبه خاص که ویژه انبیای سلف است، توبه

ایشان از ترک اولی باشد؛ زیرا ترک اولی شایسته آنان نیست، توبه حضرت آدم و دیگر انبیاء از این گونه است.

توبه اخص که برای مقربان خاص است و آن از دو چیز بود: اول، توجه به غیر حق تعالی که مقصد اصلی ایشان است گناه محسوب می شود. توبه پیامبر صلی الله علیه و آله آنجا که فرمود: «وَإِنَّهُ لَيُغَاثُ عَلَى قَلْبِي وَإِنِّي لَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ فِي الْيَوْمِ سَبْعِينَ مَرَّةً»<sup>۴</sup> از این نوع است<sup>۵</sup>، و دیگر، رضایت به مرتبه ای که از آن باید گذشت و به مراتب بالاتر دست یافت<sup>۶</sup>.

## مقارنات توبه

توبه کننده باید عیوب افعال خود را ببیند؛ یعنی به هیچ یک از افعالش به دیده استحسان ننگرد، بلکه آن را معیوب و ناتمام ببیند؛ چرا که به

۱- «و ایقظنا عن سنة بالرؤكون الیه و احسن بتوفیقک عَوْنَنَا عَلَیْهِ» (دعای ۲۹، ص ۳۹۶).

۲- «اللَّهُمَّ إِنْ يَكُنِ النَّدْمُ تَوْبَةً إِلَيْكَ فَآنَا أَنْدَمُ النَّادِمِينَ» (دعای ۲۱، ص ۳۶۵).

۳- «اللَّهُمَّ أَتَوُبُ إِلَيْكَ فِي مَقَامِي هَذَا مِنْ كِبَائِرِ ذُنُوبِي وَ صَغَائِرِهَا وَ بَوَاطِينِ سَيِّئَاتِي وَ ظَوَاهِرِهَا وَ سَوَالِفِ زَلَّاتِي وَ غَوَايِرِهَا وَ سَوَابِقِ خَطِيئَاتِي وَ حَوَادِثِهَا، تَوْبَةً مَنْ لَا يُجَدِّدُ نَفْسَهُ بِمَعْصِيَةٍ وَلَا يُضْمِرُ أَنْ يَعُودَ فِي خَطِيئَتِهِ» (دعای ۲۱، ص ۳۶۲).

۴- به درستی که تاریکی بر دل من می آید و من هر روز هفتاد مرتبه استغفار می کنم.

۵- اوصاف الأشراف، ص ۱۷.

۶- همان، ص ۲۱؛ کیمیای سعادت، ص ۳۲۲.



هر حال خالی از حظوظ نفسانی نیست. او باید پیوسته نفس خود را به محاسبه کشد و به بررسی افعالی که از وی صادر می‌شود پردازد. او باید بداند که هر آن و لحظه پروردگار مراقب حرکات، سکنت و نیات اوست. پس همان‌طور که در ظاهر از ارتکاب گناه خودداری می‌کند و شرم دارد، در باطن نیز باید مراقب نیات و خواطر خود باشد تا ظاهر و باطن یکی گردند.<sup>۱</sup>

### شرایط توبه

۱- ادای فرایض؛ یعنی تمام واجبات شرعی را در اوقات و ساعات معین شده انجام دهد و از منهیات بپرهیزد.

۲- قضای مافات: هر آنچه در گذشته از انجامش سرباز زده، حال قضایش را به جا آورد. بنابراین باید روزه‌های قضایش را بگیرد، نمازهای فوت شده را جبران کند و مخصوصاً حق الناس را که بر ذمه اوست ادا نماید.

۳- طلب حلال: باید در خوردنیها و پوشیدنیهایش دقت نماید که شبهه‌ای در آن نباشد؛ چرا که تصفیة آن در تصفیة باطن اثر زیادی دارد و شرع بر التزام آن تأکید نموده که «طَلَبُ الْحَلَالِ فَرِيضَةٌ بَعْدَ الْفَرِيضَةِ».

۴- ردّ مظالم؛ یعنی آنچه از حقوق دیگران که بر عهده اوست ادا شود. اگر این مظلمه از قبیل اموال باشد باید بازگردانده شود، اگر از قبیل جنایت باشد باید با قصاص یا دیه ذمه خود را از آن بری گرداند.<sup>۲</sup>

باید دانست که حق الناس دامنه گسترده‌ای

دارد و شامل پدر و مادر، معلّم، مصاحبان، همسایگان و غیر آنان می‌شود که تفصیل آن در رساله حقوق حضرت سجاد (ع) آمده است و به رعایت اختصار از آن در می‌گذریم. گفتنی است که توبه حق الناس فقط ادای ما فی الذمه به آن شخصی است که وامدارش می‌باشیم و تنها با استغفار پذیرفته نمی‌شود. حق پیامبر و ائمه معصومین (ع) این است که آنان را واجب اطاعت بدانیم و تعلیماتشان را که همان راه و رسم سلوک الی الله است پذیرا باشیم.

۵- مخالفت با نفس: که ریاضت دادن نفس است در برابر شهوات و خواسته‌هایش.<sup>۳</sup>

### نتایج توبه

هرگاه توبه با شرایطش انجام گرفت نتایجی در پی دارد که در حدیثی<sup>۴</sup> به شرح زیر ذکر شده است:

۱- پاک شدن گناهان: توبه‌کننده از گناه تمام گناهانش پاک می‌شود؛ مانند کسی که مرتکب هیچ گناهی نشده.<sup>۵</sup>

معاویة بن وهب گوید: شنیدم حضرت صادق (ع) می‌فرمود: چون بنده توبه نصح کند خدا او را دوست دارد و در دنیا و آخرت بر او

۱- مصباح الهدایه، ص ۳۶۸-۳۶۷.

۲- همان، ص ۳۶۹. ۳- همان.

۴- برای مطالعه حدیث به صورت کامل بنگرید به:

الکافی، ج ۴، ص ۱۶۶-۱۶۵.

۵- عن جابر عن ابی جعفر (ع) قال: سمعته يقول:

«التائب من الذنب کمن لا ذنب له...».

پرده پوشی کند.

گفتم: چگونه بر او پرده پوشی کند؟

فرمود: همه گناهانی که دو فرشته موکل او برایش نوشته اند، از یادشان ببرد و به اعضای بدن او وحی کند که گناهان او را پنهان کنید و به قطعه های زمین که در آن مرتکب گناه شده می فرماید: گناهانی را که بر روی تو انجام داده است پنهان کن. پس خدای را در حالی ملاقات می کند که هیچ چیزی که به ضرر او بر گناهانش گواهی دهد موجود نیست<sup>۱</sup> و تمام گناهان او پاک شده است.

۲- برخورداری از محبت الهی: در قرآن می فرماید: «خداوند توبه کنندگان را دوست دارد»<sup>۲</sup>.

محمد بن فضیل گوید: از حضرت موسی بن جعفر رضی الله عنه درباره آیه «توبه کنید به سوی خدا توبه نصوح» پرسیدم؟ فرمود: بنده باید از گناه توبه کند و دیگر به آن باز نگردد. محبوب ترین بندگان نزد خداوند کسانی هستند که در فتنه گناه واقع شوند و بسیار توبه کنند<sup>۳</sup>.

البته این بدان معنی نیست که ما خود را به مهلکه گناه افکنیم و سپس توبه کنیم، بلکه اگر به گناهی آزموده شدیم راه بازگشت برای ما باز است و خدا بازگشت کنندگان به سویی را بسیار دوست دارد؛ اما پر واضح است که اگر پیرامون گناه نگردیم کاری است با فضیلت تر؛ چنان که امام صادق رضی الله عنه می فرماید: کسی که خود را آلوده به گناه نکرده بهتر است از آن که گناه کند و توبه نماید<sup>۴</sup>.

۳- تبدیل سیئات به حسنات: در قرآن

می فرماید: «خداوند بدیهایشان را به خوبی تبدیل می کند»<sup>۵</sup>. همانند این مضمون در کتاب مصباح الهدایه نیز آمده است که بیانگر تشابه این معنی در ادعیه و سخنان عارفان است.

به نظر نویسنده توبه تنها عبادتی فردی نیست که باید در خلوت دل به آن پرداخت، بلکه ظهور واقعی آن در عرصه اجتماع است. سالک در هر موقعیت و مقام اجتماعی که قرار دارد در

۱- عن معاوية بن وهب قال: سمعت أبا عبد الله رضی الله عنه يقول: إذا تاب العبدُ توبةً نصحاً أحبَّه الله فسترَ عليه في الدنيا والآخرة»  
فقلت: وكيف يسترُ عليه؟

قال: «يُنسى ملكيه ما كتبنا عليه من الذنوبِ و يُوحى إلى جوارحه ائتمى عليه ذنوبه و يوحى إلى بقاع الأرض ائتمى ما كان يعملُ عليك من الذنوب، فيلقى الله حينَ يلقاه و ليس شيءٌ يشهدُ عليه بشيءٍ من الذنوب» (الكافي، ج ۴، ص ۱۶۴؛ بحار الانوار، ج ۶، ص ۲۲).

۲- ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ﴾ (بقره / ۲۲۲).

۳- قال محمد بن الفضيل: سألت عن قول الله عز و جل: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تَوْبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَصُوحًا﴾ فقال: «يتوب من الذنب ثم لا يعود فيه و أحب العباد إلى الله تعالى المُتُتَنُونَ التَّوَّابُونَ» (وسايل الشيعة، ج ۶، ص ۳۵۷؛ بحار الانوار، ج ۶، ص ۳۵۷).

۴- عن أبي جميله قال: قال ابو عبد الله رضی الله عنه: «إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْعَبْدَ الْمُفْتَنَ التَّوَّابَ و من لم يكن ذلك منه كان أفضل» (الكافي، ج ۴، ص ۱۶۸).

۵- ﴿فَأُولَئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ﴾ (فرقان / ۷۰).

## منابع و مآخذ

- ۱- جرجانی، علی بن محمد، التعريفات، تهران، انتشارات ناصر خسرو.
- ۲- ترجمه رساله قشیریه با تصحیحات بدیع الزمان فروزانفر، چاپ چهارم: انتشارات علمی - فرهنگی، ۱۳۷۴.
- ۳- غزالی، امام محمد، کیمیای سعادت، به کوشش حسین خدیو جم، چاپ چهارم: شرکت انتشارات علمی - فرهنگی، ۱۳۶۸.
- ۴- حرّ عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه، چاپ سوم: تهران، مکتبه الاسلامیه، ۱۳۹۶ق.
- ۵- طوسی، خواجه نصیرالدین، اوصاف الاشراف، تصحیح سید نصرالله تقوی، مطبعه دولتی آلمان در برلین به چاپ عکسی ۱۳۰۶ش.
- ۶- کاشانی، عزالدین محمود، مصباح الهدایه و مفتاح الکفایه، تصحیح استاد جلال الدین همایی، قم، چاپخانه ستاره.
- ۷- کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، ترجمه سید هاشم رسولی، تهران، کتابفروشی علمیه اسلامیه، بی تا.
- ۸- شبستری، محمد بن عبدالکریم، گلشن راز، با مقدمه و تصحیح صمد موحد، تهران، کتابخانه طهوری، ۱۳۶۸.
- ۹- بیهقی، احمد بن علی، تاج المصادر، تصحیح هادی عالمزاده، تهران، ۱۳۶۶.
- ۱۰- مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، چاپ دوم: بیروت، مؤسسه الوفا، ۱۴۰۳ق.
- ۱۱- صحیفه سجّادیه، با مقدمه سید محمد حسین الحسینی الجلالی. ①

صورت ارتکاب خطایی باید از این رمز فلاح بهره جوید و نه تنها در پیشگاه الهی توبه نماید، بلکه اگر در ادای وظایفش قصور یا تقصیری کرده از بندگان خدا پوزش طلبد و درصدد جبرانِ مافات برآید؛ زیرا یکی از شرایط توبه ادای حقوق ضایع شده دیگران است. بنا به توصیه امام سجّاد<sup>علیه السلام</sup> جامعه محل اجرای مکرمتهای اخلاقی است. حضرت می فرماید:

«پروردگارا! خویهای عالی را به من عطا فرما... صفاتی چون گستردن عدل و داد، فرو نشانیدن خشم، نرمخویی، فروتنی، خوشرفتاری و وقار... گفتن سخن حق اگر چه سخت باشد، کم شمردن نیکی خود در گفتار و کردار اگر چه بسیار باشد، بسیار شمردن بدی در گفتار و کردار اگر چه کم باشد»<sup>۱</sup>.

بنابراین نباید از گفتن سخن حق سر باز زد، گر چه ظاهراً به زیان ما باشد؛ زیرا خیر و صلاح جامعه بسی پر اهمیت تر از منافع شخصی است و در پایان باید به خدا پناه برد و قدرت انجام دادن چنین کاری را از او خواست چنان که حضرت می فرماید:

«اینک در مقام پناه آورنده به تو و اقرارکننده به گناه ایستاده‌ام»<sup>۲</sup>. «بارخدا یا به تو پناه می بریم از فته‌انگیزیهای شیطان و از حیله و مکرهای گوناگونش و از تکیه کردن به آرزوها و وعده‌ها و فریب او و در افتادن به دامهایش»<sup>۳</sup>.

- ۱ - صحیفه سجّادیه، با مقدمه سید محمد حسین الحسینی الجلالی، دعای ۳۶، ص ۴۲۱.
- ۲ - همان، دعای ۱۵، ص ۳۳۰.
- ۳ - همان، دعای ۲۹، ص ۳۹۶.