

---

## آفات نفس از دیدگاه آبای صحرا و عرفای مسلمان (با تکیه بر آرای غزالی)

---

علی بادامی\*

### ◀ چکیده:

تربیت و تزکیهٔ نفس، مقدمهٔ تعالی روح و نجات انسان و از مهم‌ترین موانع سیر و سلوک محسوب می‌شود. پدران صحرا مبارزه با آفات نفس را مقدمهٔ ضروری برای شروع سیر معنوی و طی مقامات طریقت می‌دانند. عارفان مسلمان نیز بر تطهیر نفس و دوری از ردایل اخلاقی بسیار تأکید می‌کنند. این مقاله با روش پژوهش توصیفی- تحلیلی و با رویکرد مقایسه‌ای درصدد آن است تا آفات نفس را از دیدگاه پدران صحرا و عرفای مسلمان در قرون اولیه شکل‌گیری تعالیم آنان بررسی کند. هم‌آبای صحرا و هم‌عرفای مسلمان با شناخت نفس طیبیانه و روانکاوانه، آفاتی را تشخیص داده و برشمرده‌اند که تا حدودی زیادی عناوین این آفات و ردایل و راه‌های مقابله با آنها به هم شباهت دارد. هر دو مکتب برای کنترل پرخوری و شکم‌بارگی، جوع و گرسنگی؛ برای ترک شهوت پرستی، پاکدامنی؛ برای ترک دنیا دوستی، زهد و ریاضت؛ برای ترک پرحرفی و شره سخن؛ سکوت و خاموشی و برای کنترل خشم و حسد و جاه‌طلبی، تواضع و فروتنی را سفارش کرده‌اند.

◀ **کلیدواژه‌ها:** آفات و ردایل نفس، راه‌های مقابله با آفات نفس، پدران صحرا، عرفای مسلمان.

### مقدمه

نخستین راهبان مسیحی، حدود دو هزار سال پیش در صحرای مصر، فلسطین، عربستان و ایران زندگی می‌کردند، در قرون اولیه میلادی شکل گرفتند و در قرن چهارم شهرت یافتند. دور از شهر، زن و فرزند و بی‌توجه به دنیا و مافیها در دل صحراها و کوه‌ها می‌زیستند، روزه‌داری، سکوت و نیایش از آنان شخصیتی منحصر ساخته بود پاک‌زیستی و پاک‌بازی آنان بعدها مورد توجه قرار گرفت؛ تا جایی که مردم برای شنیدن سخنانشان راهی زیستگاه آنان می‌شدند، به روایتی مشهور، پدران صحرا یکصد و بیست هفت نفر و مادران صحرا سه نفر بوده‌اند که در مجموع نزدیک به هزار و دویست و دو سخن‌نغز از آنان روایت شده است.

از دیرباز مراحل سیر و سلوک در عرفان مسیحی به سه مرحله گسترده تطهیر، اشراق و اتحاد تقسیم می‌شود که تا حدودی با مراحل سه گانه طریقت مورد استناد عرفای اسلامی: تخلیه، تحلیه و تجلیه شباهت دارد. (Mystical dimensions..., p.98) در هر دو مکتب، سالک از زهد، ریاضت، فقر و خلوت‌گزینی شروع می‌کند و پس از طی مقامات و سیر در قلمرو توبه، انابت و عشق الهی به وحدت وجود، وصال و کشف و شهود می‌رسد. هر دو مکتب برای آماده‌سازی سالک جهت این سیر معنوی دستورالعمل و اوامر و نواهی مشخص و مشابهی از سوی پیران برای مرشدان تعیین و صادر می‌کنند که سالک می‌باید آن‌ها را بدون چون و چرا بپذیرد و بکار بندد تا این که به مقصد نهایی که همانا شناخت و سرانجام برقراری رابطه آگاهانه، عاشقانه و حضوری با آن حقیقت غایی است نائل شود. عرفای هر دو مکتب بر اساس تصویری که از این مسیر دارند، طریقت را توصیف کرده و مقدمات پیمودن این راه را تعیین می‌کنند؛ هر دو در مواجهه و مبارزه با نفس، آفات و موانع یکسانی را دیده‌اند و برای تطهیر و تزکیه آن روش‌های تقریباً یکسانی را پیشنهاد کرده‌اند، راهبان و صوفیان، حکم طبیبانی را یافته بودند که برای دردهای حاصل از نفس،

داروهای یکسانی را به تناسب تجویز می‌کردند، به عبارت دیگر به مصداق سخن علی(ع) که فرمود: «دائکَ فیک و دوائکَ فیک» این حکیمان با تأمل، تدبّر و شهود عارفانه به دردها و درمان‌های مشترکی پی برده بودند.

این مقاله درصدد است تا آفات نفس را از دیدگاه آبای صحرا با عرفای مسلمان که در سخنان امام محمد غزالی به خوبی نمود یافته است بسنجد و تشابهات و احیاناً اختلافات این دو مکتب عرفانی را با یکدیگر بررسی کند. گفتنی است که علت دشواری پژوهش در زمینه آرا و افکار آبای صحرا قِلّت منابع آن است. این مهم، نخست به سبب نوپایی شکل‌گیری اندیشه‌ها و باورهای عارفانه در میان آبای صحراست. دیگر این که اساساً منابع کافی برای ورود همه جانبه به موضوع چنان‌که اقتضای آن را دارد، در دسترس جامعه پژوهشی نیست؛ با این حال تا جایی که ممکن بوده سعی شده تا با اتکا و استناد به منابع موجود، سخنان آبای صحرا دسته‌بندی و سپس با آرای عارفان مسلمان سنجیده شود تا روشن شود عارفان هر یک از دو مکتب در زمینه نفس و آفات آن، چه نظرها و داوری‌هایی داشته‌اند. در این نوشتار، مهم‌ترین رذایل نفسانی و گناهان شیطانی (Desert Christian, p.322,370) از نظر هر دو مکتب در ذیل هفت عنوان می‌آید که عبارت‌اند از: ۱- پرخوری و شکم‌بارگی ۲- شهوت‌پرستی (زنا) ۳- دنیا دوستی (مال‌پرستی) ۴- پرحرفی و شره سخن ۵- خشم و حسد ۶- جاه‌طلبی و ریا ۷- غرور.

پیش از پرداختن به موضوع ذکر چند نکته ضروری به نظر می‌رسد تا نشان دهد ملاک ما در تقسیم‌بندی رذایل به هفت قسمت چه بوده است.

نخست: این هفت رذیلت یا هفت گناه، مورد توجه جدی عرفای هر دو مکتب عرفانی بوده و غزالی هم در *احیاء علوم‌الدین* تحت عنوان مهلکات به آن‌ها پرداخته است. آنچه را غزالی در ذیل عناوینی کلی می‌آورد به ترتیب عبارت‌اند از: ۱- آفت شهوت شکم و فرج ۲- آفت‌های زبان ۳- آفت خشم و کینه و حسد ۴- نکوهش دنیا

۵- نکوهش دوستی مال و بخل ۶- نکوهش جاه و ریا ۷- نکوهش کبر و عجب ۸- نکوهش غرور. (ر.ک: احیا علوم‌الدین، مهلکات) این آفت‌ها را چنان‌که وی به تفکیک برشمرده و شرح و بسط داده بیش از هفت آفت می‌شود، غزالی آن‌ها را در ذیل هشت عنوان جای داده است؛ برای نمونه نکوهش دنیا و دوستی مال و بخل دوگانه‌هایی هستند که حکم مترادف را دارند. گویا غزالی در تفکیک این عناوین به حکم یک روان‌شناس عمل کرده است تا یک فقیه و عارف. بنابراین در شمارش این رذایل به هفت عنوان که در هر دو مکتب از امهات رذایل نفس، محسوب می‌شود، بسنده شد.

نکته دیگر آن که غزالی متعلق به قرن پنجم است و استناد به آرای او در باب عارفان پیش از خود، می‌تواند محل نزاع باشد؛ ما با علم به این موضوع و با این نگاه که غزالی خود را پیرو روش‌های صوفیان پیش از خود می‌داند (شک و شناخت (المنقذ من الضلال)، ص ۵۰-۶۷)؛ و آثار آنان را به دقت مطالعه کرده و اندیشه‌های پراکنده آنان را طبقه‌بندی کرده است به این کار مبادرت کرده‌ایم.

دوم: در مسیحیت به‌رغم این که یوحنا کاسین و اواگریوس از رذایل شیطانی هشتگانه: شکم‌بارگی، زنا، پول‌پرستی، غم، خشم، سستی و ملالت، جاه‌طلبی و غرور نام می‌برند. (Desert Christian, p.322,370) با این حال در جای دیگر حرص، مال دوستی و غرور را از گناهان اصلی می‌شمارند که مابقی گناهان از آن‌ها ناشی می‌شوند و یا در جای دیگر پرویی، حرص، پرگویی، اندیشه‌های بیهوده و تکبر را ملکه نفسانیات می‌شمارند (Writing from..., p. 55,59) بنابراین می‌توان گفت که گناهان و رذایل اصلی همان هفت مورد ذکر شده‌اند که مابقی گناهان را دربردارند.

سوم: هر دو از مجموعه رذایلی را که برشمرده‌اند رذیله اول، دوم و آخر (به ترتیب شکم‌بارگی و پرخوری، شهوت‌پرستی و غرور) در این دو مجموعه همانند

است و در مابقی رذیلت‌ها نیز اگر نظم و ترتیب را لحاظ نکنیم تا حدود زیادی به هم شباهت دارند.

چهارم: هر دو، راه‌های تقریباً مشابهی را برای مبارزه با این بیماری‌ها و رذایل و علاج آن‌ها پیشنهاد کرده‌اند. (جهت اطلاع بیشتر ر.ک: احیاء علوم‌الدین ربع، مهلکات؛ پدران صحرا، پند و امثال نخستین راهبان مسیحی)

## آفات نفس در عرفان مسیحی و اسلامی

### ۱- پرخوری و شکم‌بارگی

مسیحیت، اولین قدم را برای غلبه بر امیال و هواهای نفسانی، کنترل شکم و شکم‌بارگی می‌داند و لذا تأکید خاصی بر کم‌خوری و رژیم غذایی داشته و معتقد است که انسان با خوردن و نوشیدن زیاد در دامن شیطان می‌افتد و فقط با رها کردن جان از تمام دغدغه‌های مادی و معنوی و سکنی گزیدن در «کلمه» می‌تواند در زندگی و مرگ عیسی (ع) شریک شود. اکنون برای اینکه این آفات را بر پایه رأی عارفان مسیحی و مسلمان بسنجیم، نخست آنچه را عارفان سده‌های نخستین مسیحی در این باب گفته‌اند می‌آوریم و سپس به نقل سخنان عارفان مسلمان می‌پردازیم.

در انجیل آمده است: «پس خود را حفظ کنید مبدا دل‌های شما از پرخوری و مستی و اندیشه‌های دنیوی سنگین گردد و آن روز ناگهان بر شما آید.» (متی: ۳۴/۲۱)

- ما به خاطر مسیح ... تا به همین ساعت گرسنه، تشنه، عریان، کوبیده و آواره هستیم. (قرنتیان: ۱۱/۴)

- عیسی (ع) گفت: جگرهای خود را گرسنه دارید و تن‌ها برهنه، شاید که دل‌های شما، خدای را ببند. (احیاء علوم‌الدین مهلکات، ص ۱۷۳)

از عیسی (ع) علیه‌السلام روایت کرده‌اند که شصت صباح ایستاد، مناجات رب خود کرد و هیچ چیز نخورد، پس آرزوی نان بر دل او گذشت و از مناجات قطع شد. (همان، ص ۱۷۷)

او اگریوس گفت: تنی چند از اسلاف ما می‌گویند: غذای مختصر و منظم همراه عشق بی رنگ، راهب را چون دژی است که طوفان شهوات و آز بدان ره نباشد. (پدران صحرا، پند و امثال نخستین راهبان مسیحی، ص ۵)

پوئمن گفت: اگر نبوکدنصر به اورشلیم نیامده بود، معبد پروردگار در آتش نمی‌سوخت، به همین نحو اگر شهوت بارگی به حریم نفس پا نگذاشته بود، ضمیر آدمی با وسواس شیطانی برانگیخته نمی‌شد. (حکمت مردان صحرا سخنانی از راهبان صحرائشین سده چهارم میلادی، ص ۹۴)

پوئمن گفت: وقتی داوود با شیر می‌جنگید، گلوی شیر را گرفت و فوراً او را کشت، اگر ما هم گلو و شکم خود را بفشاریم و از خدا برای این کار کمک بگیریم، خواهیم توانست بر شیری که ناپیداست غلبه کنیم. (In the heart..., P.55)

پدر یوحنا برای رساندن پیامش معمولاً از تمثیل‌های کوچک استفاده می‌کرد: یکبار گفت شاهی بود که شهر دشمنش را در محاصره داشت؛ این شاه سرچشمه آب شهر را قطع کرد و کلیه ورودی‌ها را مسدود نمود تا دشمن تشنگی بکشد و تسلیم شود، یوحنا در ادامه گفت: میل و خواهش ما هم این‌گونه است، اگر انسان روزه بگیرد و گرسنگی بکشد دشمن روح، ضعیف می‌گردد. (Desert Christian, p.201)

همین معانی را با عبارتهایی گاه مشترک و گاه مختلف در آثار اسلامی نیز می‌بینیم؛ آنجا که قرآن می‌فرماید: و شما را به ترس و گرسنگی امتحان کنیم. (بقره/۱۵۵)

پیامبر (ص) اکرم فرمود: با نفس‌های خود مجاهده کنید به گرسنگی و تشنگی، چرا که مزد آن، چون فرد مجاهده کننده است در راه خدای و هیچ کاری نزد خدای، دوست‌تر از گرسنگی و تشنگی نیست. (احیاء علوم‌الدین، ص ۱۷۱)

حکیمی را پرسیدند که نفس را به چه بند کنم؟ گفت: به گرسنگی و تشنگی در بند کن و به خمول و ترک عزّ مذلل گردان. (همان، ص ۱۷۷)

تربیت روح با مهار کردن جسم از اصول اساسی رهبانیت است و اعتقاد مفروض در عرفان مسیحی این است که مادیات موجب فساد ماهیت واقعی انسان می شود و با مهار پیوسته نفسانیات مادی، روح به مرحله رهایی می رسد و اولین اقدام در این مسیر غلبه بر میل پرخوری و شکم بارگی است؛ زیرا پرخوری و شکم بارگی موجب برانگیخته شدن افکار و امیال شهوانی و نفسانی می شود و آنتونی تأکید داشت که انسان با خوردن و نوشیدن زیاد در دامن شیطان می افتد. (جهت اطلاع بیشتر: The emergence..., p.3,16,17; Desert Christian p.176,384,385)

عرفای مسلمان نیز جوع و گرسنگی را بهترین راه حصول به روحانیت و معنویت می دانستند و به همین دلیل صوفیان علاوه بر ماه رمضان در اغلب مواقع روزه دار بودند؛ زیرا حداقل حقیقت روزه امساک و گرسنگی است و گرسنگی، تاریکی قلب را به روشنایی مبدل می کند و پیش شرط وصول به اشراق و تنویر است و بعضی گرسنگی را موهبتی می دانستند که در خزاین الهی موجود است و تنها از ناحیه خداوند به کسانی داده شده است که مورد لطف و عنایت الهی قرار گرفته اند و تمجیدهای زیادی از زبان صوفیان در خصوص فضیلت و فواید گرسنگی و روزه وجود دارد و برای آن فضائلی بسیار قائل اند. (احیاء علوم الدین، ص ۱۸۷-۱۷۸)

## ۲- شهوت پرستی (زنا)

در مسیحیت تأکید می شود آرامش قلب در سایه مقاومت در برابر شهوات حاصل می شود نه پیروی از آنها. در قلب انسان شهوت ران هیچ آرامشی وجود ندارد؛ آرامش واقعی در درون انسانی است که عقیده راسخ دارد و همیشه به شهوات خود لگام می زند.

در کتاب مقدس آمده: شنیده‌اید که به اولین گفته شده است زنا مکن، لیکن من به شما می‌گویم، هر کس به زنی نظر شهوت اندازد همان دم در دل خود با او زنا کرده است؛ پس اگر چشم راست تو را بلغزاند قلعش کن و از خود دور انداز، زیرا تو را بهتر آن است که عضوی از اعضایت تباه گردد، از آن که تمام بدنت در جهنم افکنده شود و اگر دست راست تو را بلغزاند قطعش کن و از خود دور انداز، زیرا تو را مفیدتر آن است که عضوی از اعضای تو نابود شود از آن که کل جسدت در دوزخ افکنده شود. (متی: ۵-۲۷-۳۰)

و می‌گوید: با زنان معاشرت نکنید. (همان، ۱ قرنتیان، ۹/۵) از زنا بگریزید. (۱ قرنتیان، ۱۷/۸)

عیسی (ع) گفت: بپرهیزید از نظر که آن در دل تخم شهوت کارد و آن فتنه‌ای بزرگ است. (مهلکات، ص ۲۱۲)

پوئمن گفت: همان‌گونه که محافظ پادشاه در کنارش آماده باش می‌ایستد، روح نیز باید در مقابل دیو شهوت همیشه آماده مقابله باشد. (پدران صحرا، ص ۳۳)

زاهدی گفت: ما نمی‌توانیم وسوسه شهوت را بزداییم، اما در برابر آن می‌ایستیم. (همان، ص ۳۵)

در قرآن نیز آمده است: بگو مؤمنان را تا چشم خود را از ناشایسته فرو خوابانند و اندامشان را محفوظ دارند. (نور / ۳۰)

پیامبر (ص) فرمود: نظر حرام، تیری زهرآلود است از تیرهای ابلیس، پس هر که آن را از بیم خدای تعالی بگذارد خدای تعالی او را ایمانی دهد که حلاوت آن در دل خود بیابد. (احیاء علوم‌الدین، ۲۱۲)

ابوسلیمان دارایی گفت: هر که زن کرد به دنیا مایل شد. (همان، ص ۲۱۲)

مالک بن دینار گفت: هر که بر شهوات دنیا غلبه کرد، دیو از وی بترسد. از استاد ابوعلی شنیدم که حکایت کرد از بعضی مشایخ گفتند: اهل دوزخ آن‌ها ایند که شهوات



ایشان غلبه کرده است بر حمیت ایشان از بهر آن فزویحت شدند. رساله قشیریه، ص ۲۱۴)

در عرفان مسیحی، راهبان با این اعتقاد که با ریاضت نفس می‌توان به کشف و شهود و دریافت وحی نایل شد، ریاضت‌های بسیار سختی را متحمل می‌شدند و حتی از امور مباحی چون خوردن، نوشیدن و پوشیدن معمولی چشم می‌پوشیدند. اوریجن به واسطه اشتیاق زیاد به رهبانیت، خود را خصی نمود تا مصداق این آیه انجیل قرار گیرد «... کسانی که خود را جهت ملکوت آسمانی، خصی نمودند.» (متی: The origins of... , p.72; ۲۰/۱۹) گرچه بعدها چنین عملکردی را محکوم کرد. (Early Christian mystics, p.21) تاریخ رهبانیت علاوه بر مردان، زنان زیادی را نام می‌برد که دوشادوش مردان دل به رهبانیت سپردند و در این مسیر تا آنجا پیش رفتند که از انجام امور مباحی چون ازدواج و تمامی لذایذ جسمی و دنیوی خودداری می‌کردند تا بهتر بتوانند به منزلت‌های عالی در سلسله‌مراتب روحانی دست یابند و تجرد را کمال و تأهل را بزرگ‌ترین حجاب برای زندگی زاهدانه و عاشقانه بدانند، دنیای اولیه مسیحی شاهد شکل‌گیری دیرهای زیادی است که این زنان بنا کرده‌اند برای نمونه خواهران خونی و نسبی بانیان عرفان مسیحی یعنی آنتونی، پاخامیوس و اگوستین از جمله آنان بودند که با تجرد، سرپرست دیرهایی بودند که هزاران هزار راهبه را آموزش و تعلیم می‌دادند (جهت اطلاع بیشتر ر.ک: Women in Christianity, P.2; Desert Christian, p.440; The way of the mystics. p.36-8.) و اما عرفای اسلامی (به جز نوادر) برخلاف ادعای بعضی از راهبان مسیحی که ندای «أرید آن أخصی» را سر می‌داند به استناد قول پیامبر (ص) که فرمود: «من از دنیای شما سه چیز را دوست دارم: زن، عطر و نماز که نور چشم من است» (کیمیای سعادت، ج ۲ ص ۱۲۵) سعی کردند برای ایجاد اعتدال بحث عقیف بودن را مطرح کنند و بدیهی است که عفت در جایی معنا دارد که شهوتی باشد و نفس در عین قدرت بر معصیت آن را فروکوبد.

### ۳- دنیادوستی (مال پرستی)

دنیا را و آنچه در دنیاست دوست مدارید؛ زیرا اگر کسی دنیا را دوست دارد، محبت پدر در وی نیست، زیرا آنچه در دنیاست از شهوت جسم و خواهش چشم و غرور زندگانی از پدر نیست بلکه از جهان است. (یوحنا: ۱۵:۲-۱۶)

افاگریوس می‌گفت: برادری به جز کتاب انجیل چیزی نداشت و آن را برای سیر کردن فقرا فروخت و جمله‌ای گفت که ارزش دارد به خاطر بسپاریم: «من فروختم کلامی را که دستور می‌داد همه چیز را فروخته به فقرا دهید.» (پدران صحرا، ص ۴۸)  
حواریون عیسی (ع) را گفتند که چگونه است که تو بر آب می‌روی و ما نمی‌توانیم گفت: دینار و درم را نزدیک شما چه منزلت است؟ گفتند: منزلت خوب.  
گفت: نزد من آن و کلوخ یکسان است. (احیاء علوم‌الدین، ص ۴۹۱)

در قرآن نیز آمده است: ای کسانی که ایمان آورده‌اید مبادا اموال شما و فرزندان شما را از یاد خدا غافل سازد و هر کس چنین کند پس آن‌ها همان زیانکارانند.  
(منافقون/۹) می‌فرماید: اموال و فرزندان را صرفاً (وسیله) آزمایش‌اند. (تغابن/۱۴)  
پیامبر اسلام (ص) فرمود: دوستی مال و شرف نفاق رویاند، چنانکه آب تیره رویاند. (احیاء علوم‌الدین، ص ۴۹۰)

و باز هم او فرمود: دو گرگ گرسنه‌ای که در شبانگاه وارد آغل گوسفندان شوند، بسیار فسادتر از آن باشد که دوستی مال و جاه در دین مرد مسلمان. (همان، ص ۴۸۹)  
محور آموزش‌های عرفا چه در اسلام و چه در مسیحیت، مبارزه با دنیادوستی بود؛ آن‌ها به دنیا به دیده تحقیر می‌نگریستند و تعبیر زیادی را در ذم و نکوهش دنیا می‌آوردند. خود به خود این باور در ذهن پیروان آنان تقویت می‌شد که دنیا واقعاً مذموم و مطرود است. بر این اساس پاره‌ای از صوفیه به‌ویژه در مسیحیت به خود حق می‌دادند که کاملاً از اجتماع و فعالیت‌های دنیوی و اجتماعی کناره‌گیری کنند، به‌طوری که نفی دنیا و احتراز از آن یکی از آداب صوفیه تلقی می‌شد و در این امر

تا آنجا پیش رفتند که فقط به ضروریات و قوت لایموت از دنیا اکتفا می‌کردند. داستان‌های زیادی در این مورد در متون عرفانی اسلام و مسیحیت نقل شده است. با این حال کسانی از عرفا (مخصوصاً در اسلام) نیز بودند که به دیده ممدوح به دنیا نگاه می‌کردند و بر این باور بودند که دنیا هدف نیست، بلکه وسیله است، مقصد نیست، بلکه گذرگاه آخرت است، مزرعه آخرت است، محل تجارت اولیاء... است، محل عبادت و بندگی است. (اوصاف پارسایان، ص ۱۰۴-۱۰۲)

#### ۴- پرحرفی و شره سخن

همگی ما بسیار می‌لغزیم و اگر کسی در سخن گفتن نلغزد مرد کامل است و می‌تواند عنان تمام جسد خود را بکشد و اینک لگام را بر دهان ایمان می‌زنیم تا مطیع ما شوند و تمام بدن آن‌ها را برمی‌گردانیم، اینک کشتی‌ها نیز چقدر بزرگ است و از بادهای سخت رانده می‌شود، لکن با سگان کوچک به هر طرفی که اراده ناخدا باشد برگردانیده می‌شود، همچنان زبان نیز عضوی کوچک است و سخنان کبرآمیز می‌گوید: اینک آتش کمی چه جنگل عظیمی را می‌سوزاند و زبان آتشی است... گلوی ایشان گور گشاده است و به زبان‌های خود فریب می‌دهند، زهر مار در زیر لب ایشان است و دهان ایشان پر از لعنت و تلخی است. (یعقوب: ۴/۳-۶)

- در حجره خود با دل خویش به گفتگو بنشین و آرام گیر. (مزامیر: ۴/۴)

- ای قوم من بیایید به حجره‌های خویش داخل شوید و درهای خود را در محبت خویش ببندید، خویشتن را اندک لحظه‌ای پنهان کنید تا غضب بگذرد. (اشعیا: ۲۰/۲۶)

از پدر آگاتون نقل شده است که او سه سال تمام یک سنگ را در دهانش نگهداشت تا بالاخره یاد گرفت سکوت کند. (The Letters, 1995, p.201)

لوبجینوس از لوسیوس پرسید: من سه اندیشه دارم، نخست می‌خواهم به زیارت بروم، به او پاسخ داد: اگر زبانت را حفظ نکنی هرگز نمی‌توانی زائر خوبی باشی،

پس زبانت را در لگام نگاه دار تا همین جا زیارت را انجام دهی و به سفر  
نروی. (پدران صحرا، ص ۱۰)

آرسینوس در حال مناجات صدایی را شنید که به او گفت: از همه انسانها فرار  
کن، سکوت اختیار کن و آرامش داشته باش و تو نجات داده خواهی شد. (همان،  
ص ۱۰۷)

پدر پوئمن گفت: این ظرف خالی را ببینید، اگر کسی آن را با تعدادی مار،  
سوسک، عقرب پر کند و درش را ببندد آیا این حیوانات در داخل ظرف نمی‌میرند؟  
ولی اگر در ظرف بسته نباشد آیا این حیوانات بیرون نمی‌آیند و مردم را نیش  
نمی‌زنند، زبان انسان هم چنین است، اگر دهان بسته باشد و شخص از زبانش  
مراقبت کند همه مخلوقات شرور در داخل آن می‌میرند، اما اگر زبان بکار بیفتد همه  
شرها بیرون می‌ریزند و برادرها را نیش می‌زنند و خداوند خشمگین خواهد  
شد. (The fathers of the desert, P.219)

و در قرآن نیز آمده است: إِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا (اعراف/ ۲۰۴)  
پیامبر اسلام (ص) فرمود: ایمان بنده راست نشود، آنگاه که دل او راست نشود و  
دل او راست نشود، آنگاه که زبان او راست نشود و در بهشت نرود مردی که همسایه  
او از بدی او امن نباشد. (مهلکات، ص ۲۳۲)

جنید گفت: هر که حق را شناخت زبانش از بیان بازماند. سلیمان بن داود  
علیه‌السلام گفت: اگر سخن از نقره است، خاموشی از زرست. ابویحیی گفت:  
نگهداشت زبان بر مردمان سخت‌تر از نگاهداشت درم و دینار است. (مهلکات،  
ص ۲۳۵)

ابن مسعود گوید: هیچ چیز نیست سزاوارتر از به زندان داشتن زبان. ابوحمزه  
بغدادی گوید: سخن نیکو گفتمی، هاتف آواز داد سخن‌های نیکو بسیار گفتمی اگر  
خاموش باشی نیکوتر بود. (همان، ص ۱۸۵)

یکی از ویژگی‌های مهم عرفان پدران صحرا، فردی بودن آن است؛ این مهم در قرون چهارم و پنجم شکل گروهی به خود گرفت. در بطن این عرفان فردی و جمعی میل به انزوا و سکون و سکوت وجود داشت و به خاطر همین عرفا همیشه به تنهایی زندگی می‌کردند و به ندرت با مردم دیگر ارتباط داشتند و به‌ویژه با ظهور قدیس آنتونی، عرفان مسیحی به شدت به سوی خلوت‌گزینی و غارنشینی و سلول نشینی در دل بیابان‌ها و غارها و کوه‌ها گرایش پیدا کرد؛ به‌طوری که راهبان هفته‌ای یک بار آن هم برای عبادت جمعی و یا تهیه غذا دور هم جمع می‌شدند و مابقی اوقات را در سکوت و انزوا می‌گذراندند. آنان معتقد بودند در عزلت آنان، خداوند همواره در میان ایشان ساکن شده و با آن‌ها اتحاد برقرار می‌کند و با عزلت‌نشینی به ذکر و نیایش می‌پرداختند تا به آرامش برسند و در این سکون و سکوت بود که امکان تجلی و اشراق الوهی برای آنان فراهم می‌آمد. (Desert Christian, p28)

سکون و سکوت حیاتی‌ترین تجربه عرفانی آنان بود و به همین دلیل در کلیسای ارتدکس و دیرها مراسمی با آداب خاص برای عزلت و سکوت به وجود آمد و در طی این آداب به مسئله سکوت اهمیت زیادی داده شد و عرفایی چون یوحنا کاسین و اوگرایوس تأکید خاصی بر سکوت داشتند، به‌طوری که به خاطر اهمیت آن در طریقت، طریقه‌ای به نام هسوخیا (Pathes to..., p.70) بوجود آمد که بر آرامش درونی یا آسودگی به معنای حالت مراقبت شدید، ذکر و گوش دادن به ندای خدا و گوش کردن تأکید زیادی داشت و معتقد بود که از سکوت، انرژی حاصل می‌شود که بر نفسانیات لگام می‌زند و تشنه و اختلاف روحی و روانی انسان را از بین می‌برد و فکر را تا رؤیت خدا بالا می‌برد، یاد خدا در اعماق قلب از طریق سکوت میسر می‌شود. (Early Christian mystics, p.87)

پدر موسی در اهمیت سکوت می‌گفت: برای راهب بیش از همه چهار چیز لازم است: اطاعت از دستورهای الهی، فروتنی، فقر و سکوت. (Ibid, p.4-89)

و یا پدری گفت: اگر ستایش شدید سکوت کنید، اگر به شما توهین شد سکوت کنید، اگر خسارت دیدید سکوت کنید، اگر منفعتی به شما رسید سکوت کنید، اگر سیر شدید، اگر گرسنه شدید نیز سکوت کنید، زیرا سکوت علاج مهم‌ترین آفت روح یعنی زبان و پرحرفی و پرگویی است (Writings from..., P.170)، آفتی که در متون عرفانی و اسلامی از آن با عباراتی چون آتش، مار، فرعون، منشأ رحمت و لعنت، کشتی بودن ناخدا... یاد شده و مرتباً به سالکان تذکار داده می‌شود که مالک زبان خود باشند که دروغ یکی از بزرگ‌ترین و مصیبت‌بارترین رذایل است و در صورت چیرگی عادت دروغ بر آدمی به مرور زمان آدمی بیشتر و بیشتر در تاریکی فرو خواهد رفت تا این که سرانجام دل‌مرده می‌شود.

#### ۵- خشم و حسد

- شنیده‌اید که به اولین گفته شده است قتل مکن و هر که قتل کند سزاوار حکم شود، لیکن من به شما می‌گویم هر که به برادر خود بی‌سبب خشم گیرد مستوجب حکم باشد و هر که برادر خود را راقا گوید مستوجب قصاص باشد و هر که احمق گوید مستحق آتش جهنم بود. (متی: ۲۱/۵۰-۲۲)

- دل آرام، حیات بدن است؛ اما حسد، پوسیدگی استخوان‌هاست. (امثال: ۳۰/۱۴)  
- از راهب بزرگ، آگاتو، نقل است که می‌گفت: انسان خشمگین حتی اگر مردگان را زنده کند چون به خشم آمده است مورد رضای خدا قرار نمی‌گیرد. (حکمت مردان صحرا، ص ۱۹۳)

- خشم و نفرت، تحریک قلب را زیاد می‌کند و بخشش و ملایمت، آن را خاموش می‌سازد. (Early fathers..., p.99)

- غرور و تکبر، دشمنان قدرتمند کمال هستند و لجاجت، دشمن مهلک آن است. (The fathers of ..., p.248)

پدری گفت: وقتی افکار غرورآمیز بر تو هجوم آورد: از خود بپرس که آیا همه دستورات خدا را انجام داده‌ای یا نه؟ دشمن خود را دوست داشته‌ای یا نه؟ از موفقیت دشمن خود خشنود شده‌ای یا نه، سقوط او تو را غمگین کرده است یا نه؟ اگر پیوسته می‌بینی بنده‌ای هستی که دنبال سود نیست و گناه تو از هر کس دیگر بیشتر است، پس خود را بلندمرتبه محسوب نکن، هر مقدار کار خوب انجام داده باشی به یاد داشته باش که با غرورورزی، همه خوبی‌هایت بی اثر خواهند شد. (Book VII, XIII, 3)

سیسوئیس گفت: کینه‌جویی موجب جدایی انسان از خدا می‌شود. (The wisdom of ..., p.68)

پدر ماکاریوس گفت: اگر برای تو اتهام هم سنگ ستایش، فقر هم سنگ ثروت، محرومیت هم سنگ فراوانی نعمت شد در آن صورت تو نخواهی مرد. (In the heart of..., p.27)

و در قرآن آمده است: «وَالكَاطِمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ» (آل عمران/۱۳۴) و باز فرمود:

بگو به پروردگار سپیده‌دم پناه می‌برم... و از شرّ حسود آنگاه که حسد ورزد. (فلق/۵)

ابوهریره روایت کرد که مردی پیامبر(ص) را گفت: مرا کاری مختصر فرمای که بدان داخل بهشت شوم گفت: «لَا تَغْضَبْ». (مهلکات، ص ۲۴۱) و پیامبر(ص) فرمود: خشم، ایمان را تباه می‌کند همچنان که سرکه عسل را. (همان، ص ۳۴۲)

و حکیمی را گفتند فلان کس نفس خود را به غایت ضابط است، گفت: اگر چنین است شهوت او را خوار نگرداند و در هوس نیندازد و خشم غلبه نکند. (همان، ص ۳۴۳)

خداوند تعالی وحی فرستاد به سلیمان علیه‌السلام که وصیت کنم ترا به هفت هیچ: بندگان نیک را غیبت مکن و هیچ‌کس را از بندگان من حسد مکن؛ سلیمان(ع) گفت: یا رب مرا از این بس. (همان، ص ۲۳۲) گویند موسی(ع) مردی را دید نزدیک عرش، خواست که به جای او بود، گفت: صفت این مرد چیست؟ گفتند: حسد نکردی مردم را بدان چه خدای ایشان را دادی. (همان، ص ۲۳۳)

\*

مسیحیت منشأ رذایل اخلاقی چون خشم، کینه و حسد را توجه به نفسانیات و خواهش‌های جسمانی می‌داند و بارها به صراحت متذکر شده که توجه به امور جسمانی و دنیوی موجب حسد، نزاع و جدال می‌شود؛ زیرا انسان‌های نفسانی و غیرروحانی تولد تازه ندارند و تنها به وسیله طبیعت غریزی کنترل می‌گردند آنجا که می‌گویند: «کیست از مردمان که امور انسان را بداند جز روح انسان که در وی باشد، هم‌چنین نیز امور خدا را هیچ‌کس ندانسته است جز روح خدا» (۱ قرن‌تیان: ۱۲/۲)؛ و این نوع انسان‌ها تحت تسلط شیطان قرار دارند و غلام جسم و هوس‌های آن هستند و فقط انسان‌های روحانی هستند که به مدد روح القدس می‌توانند تولدی تازه یافته و از شر این رذایل نجات پیدا کنند، آنجا که می‌گویند «زیرا اگر بر حسب جسم زیست کنید هر آینه خواهید مرد لکن اگر افعال بدن را به وسیله روح بکشید همانا خواهید زیست زیرا کسانی که روح خدا هدایت می‌شوند ایشان پسران خدایند.» (رومیان: ۱۳/۸) کینه‌ورزی از گناهان است که هم ردیف قتل شمرده شده است: «هر که از برادر خود نفرت نماید قاتل است.» (یوحنا: ۱۵/۳) و لذا هر که در کینه‌توزی غوطه‌ور می‌گردد، مرتکب خطا گشته «اگر تقصیرهای مردم را نیامرزید پدر شما هم تقصیرهای شما را نخواهد آمرزید.» (متی: ۱۵/۶)



جاه‌طلبی و ریا و تظاهر به دین‌داری در آیین و عرفان مسیحی به شدت نهی شده است. آنجا که می‌فرماید: هر آینه به شما می‌گویم هر که ملکوت خدا را مثل بچه کوچک قبول نکند، داخل آن نشود. (مرقس: ۱۵/۱۰)

این را بدان که در ایام آخر زمانه‌ای سخت پدید خواهد آمد، زیرا که مردمان خودپرست خواهند بود و طمّاع و لاف‌زن و متکبر و بدگو و نامطیع دین و ناسپاس و ناپاک و بی‌الفت و کینه‌دل و غیبت‌گو و ناپرهیز و بی‌مروت و متنفر از نیکوکاری و خیانت‌کاری و تندمزاج و مغرور که عشرت را بیشتر از خدا دوست می‌دارند. (تیموتاوس: ۲/۱/۳)

زنهار! عدالت خود را پیش مردم به جا می‌آورید تا شما را ببینند، و آلا نزد پدر خود که در آسمان است اجری ندارید، پس چون صدقه دهی، پیش خود کرّنا منواز چنان‌که ریاکاران در کنیسه‌ها و بازارها می‌کنند تا نزد مردم اکرام یابند... بلکه چون صدقه دهی، دست چپ تو از آنچه دست راست می‌کند مطلع نشود تا صدقه تو در نهان باشد و پدر نهان بین تو، تو را آشکارا اجر خواهد داد. (متی: ۴/۱/۶)

... و چون عبادت کنی مانند ریاکاران مباش... که در کنار کنیسه‌ها و گوشه‌های کوچه‌ها ایستاده نماز گذارند تا مردم ایشان را ببینند... لیکن تو چون عبادت کنی به حجره خود داخل شو و در را بسته، پدر خود را که در نهان است عبادت نما و پدر نهان بین تو را آشکارا اجر خواهد داد. (متی: ۷-۵/۶)

درباره فریسیان گفت... این قوم مرا به لب‌های خود، حرمت می‌دارند لیکن دلشان از من دور است. (مرقس: ۷/۷)

آرسنیوس می‌گفت: با تمام قدرت تقلّا کن نیت را خالص کنی، اگر خود را بجوییم او خودش را به ما نشان خواهد داد و اگر او را نگهداریم او در کنار ما باقی خواهد ماند. (In the heart..., p.33)

و اما در عرفان اسلامی در خصوص حبّ جاه و ریا آمده است:

قرآن می‌فرماید: تِلْكَ الدَّارُ الْآخِرَةُ، نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِي الْأَرْضِ وَ  
لِأَفْسَادِهَا وَ الْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ (قصص: ۸۳)

آن سرای آخرت است که برای کسانی قرار می‌دهیم که در زمین خواستار  
برتری جوئی و فساد نیستند و عاقبت از آن پرهیزگاران است.

پیامبر فرمود، هلاک مردمان به متابعت هوا و دوستی ثناست. (احیاء علوم‌الدین  
مهلکات، ص ۵۸۳)

. ابراهیم سختیانی گفت: نشان صدق، آن که نخواهد هیچ‌کس وی را شناسد و  
حسن بصری (رضی) می‌گوید: هر احمق که کسی بیند که از پس وی فراشوند به هیچ  
حال دل وی بر وی بنماند. بشر حافی: هیچ‌کس را نمی‌شناسم که دوست دارد که  
مردمان وی را بشناسند که دین وی تباه شود و رسوا گردد. (کیمیای سعادت، ج ۲،  
ص ۱۸۲)

عرفا به استناد قول مشهور «الشهرة آفة و راحة فی الخمول» اصل جاه‌طلبی را  
انتشار صیت و شهرت دانسته که امری نکوهیده است و گمنامی و خمولی پسندیده  
است، مگر این که برای نشر دین از سوی خدا به کسی مرحمت گردد زیرا حبّ جاه  
و مال دو رکن دنیا و دنیاپرستی است و دنیا دوستی نیز سرمنشأ تمامی آفت‌ها،  
خصومت‌ها و نزاع‌هاست و شخص دنیا طلب، طالب مال مردم است، ولی شخص  
جاه طلب، طالب مالک شدن دل‌های مردم است که برتر از طالب مال بودن است و  
بزرگان دین گفته‌اند جاه‌طلبی موجب هلاک و نابودی است و بقول علی (ع) «آفة  
العلماء الرياسة» (غرر الحکم و درر الکلم: ۱۳۸۴، ص ۴۵۲) آفت دانشمندان دنیا دوستی و  
جاه‌طلبی است و آخرین چیزی که از دل مؤمنان بیرون می‌رود ریاست و جاه‌طلبی  
است و حبّ جاه را غایتی نیست و نمونه آن فرعون است که به واسطه همین  
جاه‌طلبی مردمان را می‌کشت و در مقابل اعتراض ادعای ربوبیت می‌کرد. (مهلکات،  
ص ۵۸۴-۵۷۸)

«فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ الَّذِينَ هُمْ يَرَاؤُنَ». پس وای بر نمازگزاران آنان که از نمازشان غافل‌اند و آن‌هایی که ریا می‌کنند. (ماعون: ۴-۶)

پیامبر فرمود: مخوف‌تر چیزی که بر شما می‌ترسم شرک اصغر است گفتند یا رسول... شرک اصغر چیست؟ گفت: ریا

باز فرمود: به خدا پناه جویند از چاه حزن، گفتند: یا رسول... آن چیست؟ فرمود: وادی‌ای است در دوزخ که برای قاریان ریا کننده ساخته شده است. (کیمیای سعادت، ج ۲، ص ۲۰۸)

شدادبن اویس (رضی) گفت: رسول... را دیدم که می‌گریست، گفتم: چرا می‌گری، گفت می‌ترسم که امت من شرک آورند نه آنان که بت یا ماه پرست و یا آفتاب پرستند، لکن عبادت به ریا کنند. (احیاء علوم‌الدین مهلکات، ص ۶۱۶)

و در مورد رذیلت ریا باید گفت که تاریخ ملت ما گواه این تراژدی خون‌بار بوده و هست که دامنه این تظاهر و ریاکاری در زندگی فردی و اجتماعی ما چه مصائبی را به وجود آورده... و شاید مهم‌ترین آفت این بیماری مهلک ریا این بوده و هست که روح آزادگی و حریت را در انسان‌ها می‌کشد و از رهگذر همین چشم‌انداز، عرفا بحث اخلاص را که همان داشتن رابطه صمیمانه با خداست مطرح می‌کنند که می‌توان با اخلاص این بیماری مهلک را علاج کرد و فرقه‌ای مهم و تأثیرگذار در عرفان اسلامی به نام ملامتیه که اساس مشکلات روحی انسان و جامعه را ریا می‌دانستند، شکل می‌گیرد. (کیمیای سعادت، ج ۲، ص ۲۳۸)<sup>۱</sup>

## ۷- غرور

سالکان به هر آیینی سلوک کنند، گفتار و رفتار مشترکی از خود به جا می‌گذارند در انجیل آمده: تکبر، پیشرو هلاکت است و دل مغرور، پیشرو خرابی. (یعقوب: ۶/۴)

خدا متکبران را مخالفت می‌کند اما فروتنان را فیض می‌بخشد. (عوبدیا، ص ۳)

اما هر که فخر نماید به خداوند فخر نماید، زیرا نه آن که خود را مدح کند مقبول افتد؛ بلکه آن را که خداوند مدح نماید. (۲ قرنیتان: ۱۸-۱۷)

ای که در شکافه‌ای صخره، ساکن هستی و مسکن تو بلند می‌باشد و در دل خود می‌گویی کیست که مرا به زمین فرود بیاورد، تکبر دلت، تو را فریب داده است. (پدران صحرا، پند و امثال نخستین راهبان مسیحی، ص ۷)

پوئمن می‌گوید: چون راهب دیرنشین از دو چیز نفرت و بیزاری جوید از این دنیا رفته است، برادری پرسید آن چیست پاسخ داد: تن‌پروری و تکبر. (The fathers of the desert, p.248)

آب‌سیسوس گفت: چهار چیز، نفسانیات را برمی‌انگیزاند و انسان را آلوده می‌کند: پرخوری در غذا و شراب، زیاده‌روی در خواب، بیهوده گذراندن وقت و لودگی کردن، با نخوت راه رفتن در حالی که لباس پرنقش و نگار پوشیده باشد. (Ibid, p.582)

کتاب مقدس، انسان‌های مغرور و متکبر را به خاری تشبیه می‌کند که اندک زمانی ظاهر می‌شوند و ناپدید می‌گردند (یعقوب، ۱۳/۴۰-۱۷) و غرور را از رذایلی می‌شمارد که تمامی فضایل را از بین می‌برد و دشمن قدرتمند کمال و مقامی آدمی است. آدم‌های مغرور، همیشه مورد لعن و نفرین خدا هستند و عرفای مسیح برای علاج این آفت روحی و جسمی بر این باورند که تنها با صدقه دادن و خیرات و اعمال نیک، نمی‌توان بر آن غلبه کرد؛ بلکه با تفکر، توبه، پشیمانی و تواضع است که می‌توان روح مغرور را متواضع کرد، آن‌ها می‌گویند یک فکر سرگردان با خواندن دعا و شب‌زنده‌داری با ثبات می‌شود و امیال شدید جسمانی با گرسنگی و کار کردن و تنهایی فروکش می‌کند و خشم شدید با خواندن مزامیر، بلند همتی و بخشندگی، آرام می‌گیرد. ("Early fathers from ...", p.99,102,156) با این حال بهترین تدبیر

برای علاج این رذیلت مصیبت‌بار با روی آوردن فضیلت مقابل آن یعنی تواضع ممکن است.

شاگردان نزد عیسی (ع) آمده گفتند: «چه کس در ملکوت آسمان بزرگ‌تر است: آنگاه عیسی (ع) طفلی طلب نمود، در میان ایشان برپاداشت و گفت (مهلکات ص ۷۱۳) «هر آینه به شما می‌گویم تا بازگشت نکنید و مثل طفل کوچک نشوید، هرگز داخل ملکوت آسمان نخواهید شد، پس هر که مثل این بچه کوچک خود را فروتن سازد، همان در ملکوت آسمان بزرگ‌تر است». (متی: ۱۸/۱-۵)

پدری گفت: به تواضع عشق بورز، تواضع تو را از گناهان مصون می‌دارد. (Desert Christian..., p.206")

مادر سینکلیتیکا گفت: همان‌گونه که ساخت کشتی بدون میخ ممکن نیست، نجات بدون تواضع هم ممکن نیست. (The wisdom of..., p.103)

پدری گفت: تواضع، همان مکان مقدّسی است که خدا دستور می‌دهد خودمان را در آن قربانی کنیم. (Ibid, p.103)

هیپریکیوس گفت: درخت زندگی در ارتفاع است، انسان با نردبان تواضع از آن بالا می‌رود.

پدر روحانی گفت: انسان باید همان‌گونه که بینی‌اش هوا را تنفس می‌کند تواضع را تنفس نماید. (Ibid, p.23)

پدر موسی گفت: راهب باید برای همسایه‌اش بمیرد و هرگز درباره او قضاوت نکند، وقتی از او پرسیدند منظور چیست او پاسخ داد اگر کسی در قلبش فکر نکند سه روز است مرده و اینک در قبر خوابیده نمی‌تواند این گفته را بفهمد. (In the heart..., p.23)

راهب بزرگ، یوحنا کوتوله، گفت: تواضع دروازه خداست، پدران ما به سبب توهینی که به آنها روا داشته شد و تحمل نمودند، وارد شهر خدا شدند (The wisdom of the desert, p.122)

برادری از پیری پرسید تواضع چیست او پاسخ داد: تواضع، درخت زندگی است که تا بهشت رشد می‌کند. (Book VII-xIII, p.8)

در مسیحیت تواضع، سرسلسله فضایل و کبر، سرسلسله رذایل به شمار می‌رود. برادری از پیمنیوس پرسید ایمان چیست گفت: یعنی همیشه در حالت تواضع و چشم‌پوشی از گناه دیگران به سر بردن و به همسایه خود نیکی کردن (Book VII, xvii-2) و برادری از پیری پرسید: ترس از خدا چگونه به درون روح راه می‌یابد پیر گفت: باید ابتدا متواضع بود، در مورد هیچ‌کس داوری نکرد، هیچ‌کس را حقیر و محکوم نشمرد و تصمیم گرفت مالک هیچ‌چیز نشد در آن صورت ترس از خدا وارد روح ما خواهد شد. (Book VII-XXI-2) بنابراین تواضع اساس ایمان است و سنت‌گرایی، تأکید می‌کند آن‌هایی که در پی تواضع هستند باید همیشه خود را گناهکار بدانند. (Philokalia, p.93) او‌اگرایوس در تمثیلی می‌گوید: جهان یک حرف است که مسیح آن را با خط خوش منقوش نموده، این خلقت موسوم به حرف، اگرچه فی ذاته زیباست ولی برای خوانده شدن است؛ زیرا شیوه بازگشت به نزد خدا را به ما می‌آموزد، ما برای کشف راز قرائت آن به ادبیات روحانی نیاز داریم که با تواضع و خشوع قلبی قابل حصول است. (Desert Christian...p154)

و در داستان دیگری در پدران صحرا آمده است که یک‌بار شیطان با ماکاریوس روبرو شد و چنین گله و شکایت کرد: هر کار که تو می‌کنی من هم می‌کنم، تو روزه می‌گیری من هم روزه می‌گیرم، تو شب‌زنده‌داری می‌کنی من اصلاً نمی‌خوابم، فقط یک کار تو من را آزار می‌دهد، فروتنی و تواضع تو، چون تو فروتنی من نمی‌توانم علیه تو کاری بکنم. (Ibid, p.196)

یوحنا کاسین تأکید داشت که چشیدن مزه بهشت هم اکنون نیز امکان دارد به شرط این که خالصانه و خاضعانه دعای معروف را هر دم و هر ساعت از صمیم قلب تکرار کنیم، ای خداوند به یاریم بیا، ای صاحبم برای نجاتم تعجیل کن (The wisdom of the desert, p.122) و در متون عرفانی مسیحی بارها تأکید شده خودسری و تکبر و گستاخی متعلق به کسانی است که از سوی خدا لعن شده‌اند و محبت و تواضع و ملایمت با کسانی است که مورد لطف و برکت خدا قرار دارند.

غرور، بیماری کشنده‌ای است که تنها به تواضع، می‌توان آن را چاره کرد؛ قرآن به تصریح می‌گوید تنها خضوع، این بلیه را از دل، زبان و رفتار آدمی می‌برد. آن جا که می‌فرماید: «قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ» (مؤمنون/۲۳) و باز فرمود: «وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَ لَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طَوْلًا» (اسراء/۳۷)

هم چنان فرمود: «عِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا» (فرقان/۶۳) پیامبر (ص) فرمود: هر کس به اندازه خردل، کبر در دل داشته باشد وارد بهشت نشود و هر کس به اندازه خردل ایمان داشته باشد در دوزخ نشود. (رساله کشمیری، ص ۲۱۷)

بزرگی گفت: التواضع: الافتخارُ بالقَلْبِ و الإعتناقُ لِلذَّلهِ و تَحْمُلُ أَثْقَالِ أَهْلِ الْمَلَكَةِ تواضع یعنی افتخار به کمی و گردن نهادن به ذلت و تحمل سختی‌های مردم. (خلاصه شرح تعرف، ص ۲۸۹)

فضیل عیاض گوید: قُرْأَى رَحْمَانَ اصحاب خشوع و تواضع باشند و قُرْأَى عَصَاهُ اصحاب کبر و تکبر. (همان، ص ۲۱۹)

ابویزید را گفتند بنده متواضع که باشد؟ گفت: آن که خویشتن را مقامی نبیند و مجالی و اندر میان مردمان هیچ کس را از خویشتن بدتر نداند. (همان، ص ۲۲۰)

تواضع از فضایل اخلاقی است که در قرآن و حدیث و متون اخلاقی و عرفانی بر آن تأکید شده، البته در قرآن واژه تواضع بکار نرفته است، اما واژه و تعبیر دیگری وجود دارد که تقریباً هم معنی تواضع است و آن واژه خشوع است و در معنی تواضع به استناد قول مشهور «اذا تواضع القلب خَشَعَتِ الجوارحُ» گفته‌اند؛ تواضع به اعتبار خلقیات و افعال ظاهر و باطن و خشوع به اعتبار جوارح است و نیز گفته‌اند؛ تواضع و راضی بودن به منزلتی فروتر از استحقاق خود است و عرفا تأکید دارند که تواضع، از صفات و سلامت دل برآمده که منشأ آن قلب است که سپس در افعال و اقوال ظاهر می‌گردد.

و یکی از نشانه‌های ظاهری تواضع تقدم در سلام کردن، نشستن در پایین مجلس، غذا خوردن با خادمان و محرومان و ترک تجمل در جامه و خوراک است، تواضع اصل و اساس هر شرف است و آثار و برکات زیادی بر آن مترتب است که مهم‌ترین آن بزرگی و ارج یافتن در دنیا و آخرت است. (جهت اطلاع بیشتر: احیاء علوم‌الدین مهلکات، ص ۱۴-۷۱۱)

اکنون پس از معرفی و سنجش آفات نفس در نگاه آبای صحرا و عرفای مسلمان بهتر است این نکته را متذکر شویم: عارفان مسلمان مانند فیلسوفان، متلکمان، متشرعان، ادیبان و... بدیهی است که به رفتار، نوشتار و کردار زاهدان و عارفان پیش از خود توجهی داشته‌اند؛ چه مسیحی باشند چه بودایی، هندی و... راهی را که عارفان و زاهدان پیش روی راهروان می‌گذاشتند سینه به سینه نقل می‌شده، گاه بی آن که بدانند قائل و عامل این رهنمودها که و چه بوده است، آن را به عنوان روشی برای رهایی از رذایل نفسانی برمی‌گزیدند؛ اما نکته‌ای را که نباید از نظر دور داشت این است که زاهدان و عارفان، بی آنکه متأثر از زمان و مکان باشند، متأثر از کشش‌ها و کنش‌های درونی خود در مقابله با خواهش‌های نفسانی‌اند. از این منظر الزاماً راهروان نیستند که رهنمودها را به بازماندگان منتقل می‌کنند، این راه است که خود



می‌گوید: «چه باید کرد؟». عارفان و زاهدانی که در کوه‌ها و غارها می‌زیستند و از ترس آلودگی به دنیا و دنیادوستان به غار تنهایی خویش پناه آورده بودند در مقام عمل به راه‌ها و نتایج مشترکی می‌رسیدند. به عبارت دیگر سهم آموزه‌های پیشینیان در شکل‌گیری رفتارهای زاهدانه و عارفانه به اندازهٔ تجربیاتی که خود سالک در مسیر سلوک به دست می‌آورد نیست. این تجربیات است که بعدها از زبان به آموزه‌ها راه می‌یابد یعنی رفتار، گفتار می‌شود.

## نتیجه

### تشابهات

- ۱- هر دو مکتب عرفانی برای نفس مراتبی قائل‌اند که در مرتبه پایین نفس پر از تشویش، اضطراب و امارهٔ بالسوء است و در مرتبه بالاتر، اطمینان، آرامش، صلح و سلامت بر آن حاکم است.
- ۲- هر دو بر این باورند که در مسیر مبارزه با نفس می‌بایست مستمر و بی‌وقفه تلاش کرد و با کنار گذاشتن رذائل و طی مقامات می‌توان به تضعیف و تذلیل آن پرداخت. در نظر آنان رذایل و آفات نفس تقریباً مشترک است. نفس قابل کشتن نیست بلکه قابل کنترل است.
- ۴- هر دو شهوت‌رانی و زنا را از گناهان کبیره می‌دانند که موجب غضب خدا و برافروختن آتش فتنه و خصومت می‌شود و لذا با امر به عقیف بودن به پیروان خود تأکید می‌کنند که دامن خود را حفظ کنند و از شهوت و زنا دوری کنند.
- ۵- از آموزش‌های اصلی هر دو مکتب مبارزه با دنیادوستی و مال‌پرستی است نفی دنیا و ترک لذت‌های آن، احتراز از جلوه‌های فریبندهٔ دنیا یکی از آداب مهم عرفا است؛ زندگی در صحرا و دیرها و روی آوردن به خانقاه‌ها برای نجات از وسوسه‌های دنیاست.

۶- پرحرفی و شرح سخن آفت مهمی است که هر دو مکتب، سکوت و خاموشی را برای حفظ انسان از این آفت توصیه می‌کنند. هر دو مکتب زبان را یکی از بزرگ‌ترین نعمت‌های خدا و در عین حال بزرگ‌ترین ابزار شیطان در گمراه کردن انسان می‌دانند و تأکید می‌دارند که پرحرفی و پرگویی بزرگ‌ترین لغزشگاه انسان است.

۷- هر دو خشم و کینه و حسد را از رذائلی می‌شمارند که موجب حجاب عقل و روح شده و انسان را به دام شیطان می‌اندازند و تداوم آن موجب بیماری روح و انهدام ایمان می‌گردد.

۸- جاه‌طلبی و ریا از رذایل نفسانی است تظاهر به دین‌داری و دین‌فروشی و فریب مردم از کارهای زشت پیروان ادیان است. سرمنشأ بسیاری از خصومت‌ها و نزاع‌ها جاه‌طلبی و ریاکاری است. ریا عامل نابوده‌کننده ایمان است. البته عرفای مسلمان بر ترک ریا بیشتر تأکید کرده‌اند و ریا را نوعی شرک خفی تلقی نموده‌اند.

۹- هر دو دنیا را دار غرور می‌دانند و غرور را از جمله رذائلی می‌شمارند که سر منشأ آن غفلت و جهل است و بهترین راه مبارزه با آن تواضع است.

#### اختلافات

۱- در مبارزه با رذیلت شهوت‌پرستی مسیحیت تا حدودی بر مجرد بودن و ریاضت‌های سخت مثل خصی شدن... تأکید می‌کرد در حالی که اسلام بیشتر بر عقیف بودن و ازدواج توصیه می‌کند.

۲- در عرفان اسلامی بیشتر از مسیحیت بر آفت ریا تأکید شده؛ به طوری که فرقه ملائمه دعوت خود را از نقطه اخلاص و مبارزه با «ریا» شروع می‌کند و اساس مشکلات روحی انسان و جامعه را ریا می‌داند.

۳- عرفان مسیحی برای مراقبت هر چه بیشتر از زبان و محافظت بهتر از قلب برای سکوت اهمیت زیادتری قائل بود به طوری که همین عقیده بعدها موجب پیدایش طریقه‌ای به نام هسوخیا گردید که به سکوت و ذکر قلبی توجه خاصی داشت.

#### پی‌نوشت‌ها:

۱. جهت اطلاع نک: عبدالباقی گولپینارلی، ترجمه دکتر توفیق سیحانی، نشر روزنه، تهران ۱۳۷۸، صص ۲۱-۷.

#### منابع

- قرآن کریم.
- کتاب مقدس، عهد عتیق و عهد جدید؛ ویلیام گلن، هنری مرتن، ترجمه فاضل خان همدانی، انتشارات اساطیر، تهران ۱۳۸۰.
- احیاء علوم‌الدین ربیع‌های عبادات، مهلکات و منجیات (ج ۱ و ۳ و ۴)؛ محمد غزالی، ترجمه مؤیدالدین محمد خوارزمی به کوشش حسین خدیوچم، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، تهران ۱۳۷۷.
- اوصاف پارسایان؛ عبدالکریم سروش، مؤسسه فرهنگی صراط، تهران ۱۳۷۱.
- پدران صحرا، پند و امثال نخستین راهبان مسیحی؛ بندیکت وارد، ترجمه کانون یوحنا رسول با تیراژ محدود مختص استفاده مسیحیان.
- حکمت مردان صحرا، سخنانی از راهبان صحرائشین سده چهارم میلادی؛ توماس مرتون، ترجمه فروزان راسخی، نشر نگاه معاصر، تهران ۱۳۸۴.
- رساله قشیریه؛ عبدالکریم بن هوازن قشیری، ترجمه ابوعلی حسین بن احمد عثمانی، با تصحیحات و استدراکات بدیع‌الزمان فروزانفر، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، چاپ نهم، تهران ۱۳۸۵.
- شرح‌التعرف لمذهب التصوف ربیع‌های اول و دوم؛ ابوابرهیم اسماعیل بن محمد مستملی بخاری، با مقدمه و تصحیح و تحشیه محمد روشن، انتشارات اساطیر، تهران ۱۳۶۳.
- شک و شناخت (المتقذ من الضلال)؛ محمد غزالی، ترجمه صادق آیینه‌وند، امیرکبیر، تهران ۱۳۶۲.
- غررالحکم و دررالکلم؛ علی (ع) ابن ابی طالب، با شرح و ترجمه فارسی سید هاشم رسولی محلاتی، ج اول و دوم، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، تهران ۱۳۸۴.

- کشف‌المحجوب؛ علی بن عثمان هجویری، به تصحیح ژوکوفسکی با مقدمه قاسم انصاری، انتشارات ظهوری، چاپ هفتم، تهران ۱۳۸۰.
- کیمیای سعادت؛ محمد غزالی، به کوشش خدیوجم، انتشارات علمی و فرهنگی، ج ۱ و ۲، چاپ هشتم، تهران ۱۳۷۸.
- *اللمع فی التصوف*؛ ابونصر سراج طوسی، تصحیح و تحشیه رینولد آ. نیکلسون، ترجمه مهدی محبتی، انتشارات اساطیر، تهران ۱۳۸۸.
- *The origins of the Christian mystical tradition, from Plato to Deny*, Louth Andrew, Oxford University press 2007.
- *In the heart of the desert the spirituality of the desert fathers and mothers*, John Chryssavgis, world wisdom, Indiana 2003.
- *The fathers of the desert*, Hahn Countess, Hahn translated from the German by Emily f. Bowden, in two volumes, Burns and Oates, London 1907.
- *Paths to the heart Sufism and the Christian east*, James Custing s. (edited), world wisdom, Canada 2002.
- *The emergence of monasticism from the desert fathers to the Early Middle Ages*, Marilyn Dunn, Black well publishing 2003.
- *The wisdom of the desert*, James O. Hannay, Digitized for Microsoft Corporation, by the internet archive 2007.
- *Desert Christian "an introduction to the literature of Early Monasticism"*, William Harmless, Oxford university Press ,2004.
- "Hsychasm ,"in *New Catholic Encyclopedia*, F.X. Murphy Vol. 6, edited by Berard L. Marthler and... Catholic university of American, Second edition 2007.
- *"Early fathers from the philokalia"* , Kadolou Bovsky.E and G.E.H Palmer translated from the Russian text, London 1973
- *Women in Christianity*, Hans Kung, translated by John Bowden: continuum, London 2001.
- *Early Christian mystics*, Bernard McGinn, and Patricia ferris McGinn, NewYork 2003.
- *The essential writings of the Christian mysticism*, Bernard McGinn, NewYork 2006.
- *The Letters of St. Anthony*, Rubenson Samuel, fortress press, California 1995.
- *Mystical dimensions of Islam*, Annemarie Schimel, University of North Carolina: Press chapel Hill 1975.
- *The way of the mystics*, Margaret Smith, Sheldon press, London 1976.