

کیمیای سعادت





کیمیای سعادت

(جلد دوم)

ربع مهلکات و ربع منجیات

ابوحامد امام محمد غزالی طوسی

به کوشش
حسین خدیوچم



تهران ۱۳۸۰



نیمه دوم متن کیمیای سعادت

شامل

ربع مهلکات و ربع منجیات

رکن سوم در مهلکات

واندر این رکن نیزده اصل است:

اصل اول. - اندر ریاضتِ نفس.

اصل دوم. - در علاج شهوتِ شکم و فرج.

اصل سوم. - در علاج شره سخن و آفتهای زبان.

اصل چهارم. - در علاج بیماری خشم و حقد و حسد.

اصل پنجم. - در علاج دوستی دنیا.

اصل ششم. - در علاج دوستی مال و آفتِ بخل.

اصل هفتم. - در علاج دوستی جاه و حشمت.

اصل هشتم. - در علاج ریا و نفاق اندر عبادت.

اصل نهم. - در علاج کبر و عُجب.

اصل دهم. - در علاج غرور و فریفتگی.



اصل اول. - اندر ریاضت نفس و طهارت آن از خوی بد

و ما اندر این اصل فضل خوی نیکو بگوئیم؛ پس حقیقت خوی نیکو پیدا کنیم که چیست؛ پس پیدا کنیم که خوی نیکو به دست آوردن ممکن است به ریاضت؛ پس طریق آن بگوئیم که چیست؛ پس علامت خوی بد بگوئیم؛ پس تدبیر آن کسی که عیب خود بشناسد بگوئیم؛ پس علامت خوی نیکو پیدا کنیم؛ پس طریق پروردن کودکان و تربیت ایشان بگوئیم؛ پس راه مجاهدت مرید اندر ابتدای کار پیدا کنیم.

پیدا کردن فضیلت و ثواب خوی نیکو

بدان که خدای - تعالی - بر مصطفی (ص) ثنا گفت بر خوی نیکو و گفت: **وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ**.^۱ و رسول (ص) گفت: «مرا فرستاده اند که تا مکارم اخلاق را تمام کنم.» و گفت (ص): «عظیمتر چیزی که اندر ترازو نهند خوی نیکوست.»

و یکی از پیش روی رسول (ص) برآمد و گفت: «دین چیست؟» گفت: «خُلُق نیکو.» از راست وی اندر آمد، و از چپ اندر آمد، و همچنین می پرسید، و وی همچنین می گفت تا باز پسین بار، گفت: «می ندانی؟ آنکه خشمگین نشوی.»^۲

۱- (قرآن ۱/۶۸)، و توبرخویی بزرگواری.

۲- در «ترجمة احياء»: پیغامبر در او نگرست و گفت... نمی دانی! دین آن است که در خشم نشوی: (ربع مهلکات، ص ۱۴۲)

و پرسیدند وی را (ص) که «فاضلترین اعمال چیست؟» گفت:
«خوی نیکو.»

و یکی رسول (ص) را گفت: «مرا وصینی کن.» گفت: «هر کجا باشی از حق-تعالی-بترس.» گفت: «دیگر.» گفت: «از پس هر بدی نیکویی بکن تا آن را محو کند.» گفت: «دیگر.» گفت: «مخالفت با خلق به خوی نیکو کن.»

و گفت (ص): «هر که را خدای-تعالی- خوی نیکو و روی نیکو ارزانی داشت، وی را خورش آتش نکند.»

و رسول (ص) را گفتند: «فلان زن به روز روزه همی دارد، و به شب نماز همی کند، ولیکن بدخوی است و همسایگان را به زبان برنجاند.» گفت: «جای وی دوزخ است.»

و رسول (ص) گفت: «خوی بد، طاعت را همچنان تباه کند که سرکه انگبین را.»

و رسول (ص) اندر دعا گفتی: «بار خدایا! خلق من نیکو آفریدی، خُلق من نیز نیکو گردان.» و گفتی (ص): «بار خدایا! تندرستی و عافیت و خوی نیکو ارزانی دار.»

و پرسیدند رسول (ص) را که «چه بهتر که حق-تعالی- بنده را بدهد؟» گفت: «خُلق نیکو.»

و گفت (ص) که «خوی نیکو گناه را همچنان نیست کند که آفتاب بیخ را.»

و عبدالرحمن سَمْرَه (رض) می گوید: نزدیک رسول (ص) بودیم، گفت: «دوش چیزی بدیدم عَجَب: مردی را دیدم از امت خویش، اندر زانو افتاده، و میان وی و میان حق-تعالی- حجابی بود، خوی نیکوی وی بیامد و حجاب برگرفت و وی را به حق-تعالی- رسانید.» و گفت (ص): «بنده به خوی نیکو درجه کسی بیابد که به روز روزه باشد، و به شب نماز کند؛ و درجات بزرگ اندر آخرت بیابد اگرچه ضعیف عبادت بود.»

و نیکو خوترین خُلق رسول ما بود (ص)؛ و یک روز زنان در پیش وی

بانگ همی کردند و غلبه همی داشتند؛ چون عمر (رض) اندر شد، بگریختند؛ عمر (رض) گفت: «ای دشمنان خویش، از من حشمت دارید؟ از رسول خدای - تعالی - حشمت ندارید؟» گفتند: «توازوی تندتری و درشتتر.» رسول (ص) گفت: «يَا ابْنَ الْخَطَّابِ، بدان خدای که جان من در حُکمِ وی است که هرگز تورا شیطان اندر راهی نبیند که نه آن راه را بگذارد و به راهی دیگر شود از هیبت تو.»

فُضَيْلِ عِيَاضِ (ره) گفت که «صحبت با فاسقی نیکو خوی دوستتر دارم از آنکه با فُرّای بدخوی.»

و ابن المبارک (ره) با بدخویی اندر راه افتاد، و چون از وی جدا شد بگریست؛ گفتند: «چرا همی گریی؟» گفت: «این بیچاره از نزدیک من برفت، و آن خوی بد همچنان با وی برفت، و از وی جدا نشد.»

و کتانی^۱ (ره) گوید: «صوفی^۲ خوی نیکوست: هر که از توبه خوی نیکوتر، از تو صوفیتر.»

و یحیی بن مُعَاذِ (رض) گوید: «خوی بد معصیتی است که با وی هیچ طاعت سود ندارد، و خوی نیکو طاعتی است که با وی هیچ معصیت زیان ندارد.»

حقیقتِ خوی نیکو

بدان که اندر حقیقتِ خوی نیکو - تا آن چیست و کدام است سخن بسیار گفته اند؛ و هر یکی آنچه فرایش آمده است بگفته است و تمامی آن نگفته است؛ چنانکه یکی می گوید: «روی گشاده داشتن است.» و یکی می گوید: «رنج مردمان کشیدن است.» و یکی می گوید: «مکافاتِ بد ناکردن است.» و امثال این. و این همه بعضی از شاخه های وی است، نه حقیقت و تمامی وی. و ما حقیقت وی و حدّ تمامی وی پیدا کنیم.

بدان که آدمی را از دو چیز آفریده اند: یکی کالبد که به چشم سر

۱- مراد ابوبکر کتانی است. ۲- صوفی، تصوف.

بتوان دید، و یکی روح که جز به چشم دل اندر نتوان یافت.
 و هر یکی را از این دو نیکویی و زشتی است. یکی را حُسنِ خَلق گویند و یکی را حُسنِ خُلُق. و حُسنِ خُلُق عبارت از صورتِ باطن است، چنانکه حُسنِ خَلق عبارت از صورتِ ظاهر است. و چنانکه صورتِ ظاهر نیکو نباشد بدانکه چشم نیکو بود و بس یا دهان نیکو بود و بس یا بینی نیکو بود و بس تا آنگاه که بینی و چشم و دهان جمله نیکو نبود و اندر خور یکدیگر نبود، همچنین صورتِ باطن نیکو نبود تا آنگاه که چهار قوت اندر وی نیکو نبود: قوت علم، و قوت خشم، و قوت شهوت؛ و قوت عدل میان این هر سه.

اما قوتِ علم، بدان زیرکی می خواهیم،^۱ که نیکویی وی بدان حد باشد که به آسانی راست از دروغ بازدارد^۲ اندر گفتارها، و نیکو از زشت بازدارد اندر کردارها، و حق از باطل بازدارد اندر اعتقادهای. چون این کمال حاصل شد دل آدمی را، از آنجا که حکمت پدید آید که سر همه سعادتهاست؛ چنانکه حق - عَزَّوَجَلَّ - گفت: **وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا.**^۳

و نیکویی قوتِ غضب بدان بود که اندر فرمانِ حکمت و شرع بود؛ به دستوری وی برخیزد، و به دستوری وی بنشیند.

و نیکویی قوتِ شهوت هم بدین بود که سرکش نبود و به دستوری شرع و عقل بود؛ چنانکه طاعتِ آن بر وی آسان بود.

و نیکویی قوتِ عدل آن باشد که غضب و شهوت را ضبط همی کند اندر تحتِ اشارتِ دین و عقل.

و مثلِ غضب چون سگ شکاری است، و مثلِ شهوت چون اسب، و مثلِ عقل چون سوار؛ که اسب گاه بود که سرکش بود و گاه بود که فرمانبردار

۱- مراد ما از قوت علم زیرکی است. ۲- باز دانستن، باز شناختن، تمیز دادن.

۳- (قرآن، ۲/۲۶۹)، و هر که را دانش دادند، خیری فراوان دادند.

و فرهخته^۱ بود، و سگ گاه بود که آموخته بود و گاه بود که بر طبع خویش باشد؛ و تا این آموخته نبود و آن فرهخته نبود، سوار را امید آن نباشد که صید به دست آورد بل بیم آن بود که خود هلاک شود، که سگ اندر وی افتد، یا اسب وی را بر زمین زند.

و معنی عدل آن باشد که این هردو اندر طاعتِ عقل و دین دارد: گاه شهوت را بر خشم مسلط کند تا سرکشی وی بشکند، و گاه خشم را بر شهوت مسلط کند تا شره وی بشکند.

چون این هر چهار بدین صفت بود، این نیکوخویی مطلق بود. و اگر از این بعضی نیکو باشد، این نیکوخویی مطلق نبود؛ همچنانکه کسی را دهان نیکو بود و چشم زشت، یا چشم نیکو بود و بینی زشت، که این نیکورویی مطلق نبود.

و بدان که این هر یکی چون زشت شود، از وی خلقهای زشت و کارهای زشت تولد کند. و زشتی هر یکی از دو وجه بود: یکی از افزونی خیزد که از حد بشده باشد، و یکی از کمی که ناقص بود.

و قوت علم، چون از حد بشود و اندر کارهای بد به کار دارند، از وی گربزی^۲ و بسیار دانی خیزد؛ و چون ناقص بود از وی ابلهی و حماقت خیزد؛ و چون معتدل باشد از وی تدبیر نیکو و رای درست و اندیشه صواب و فراست راست خیزد.

و قوت خشم چون از حد بشود آن را تهور گویند، و چون ناقص بود آن را بددلی^۳ گویند و بیحمتی، و چون معتدل باشد - نه بیش و نه کم - آن را شجاعت گویند. و از شجاعت کرم و بزرگ همتی و دلیری و جلم و بردباری و آهستگی و فرو خوردن خشم و امثال این اخلاق خیزد. و از تهور لاف و عُجب و کبر و گندآوری^۴ و بارنامه کردن^۵، و اندر کارهای با خطر خویشتن اندر افکندن و امثال این خیزد. و چون ناقص باشد^۶ از وی خوار خویشتنی^۷ و

۱- فرهخته، دست آموز، تربیت شده. ۲- گربزی، حيله گری، مکاری. ۳- بددلی، ترس.

۴- گندآوری، دلیری، جسارت. ۵- بارنامه کردن، نازش، فخر فروختن. ۶- و چون قوت خشم

ناقص باشد. ۷- خوار خویشتنی (مقابل «بزرگ خویشتنی»)، خود کوچک بینی.

بیچارگی و جَزَع و تَمَلَّق و مَدَّلَت خیزد.

و اما قوت شهوت، چون به افراط بَوَد آن را شَرَه گویند، و از وی شوخی و پلیدی و بیمروتی و ناپاکی و حسد، و خواری کشیدن از توانگران، و حقیر داشتن درویشان و امثالِ این خیزد. و اگر ناقص بَوَد، از وی سستی و نامردی و بی خویشتنی^۱ خیزد. و چون معتدل بَوَد، آن را عفت گویند، و از وی شرم و قناعت و صبر و مسامحت و ظرافت و موافقت خیزد.

و هر یکی را از این، دو کناره است که مذموم است و زشت است و میانه‌ای است که آن نیکو و پسندیده است. و آن میانه، اندر میان این دو کناره، باریکتر است از موی؛ و صراطِ مستقیم آن میانه است؛ و به باریکی همچون صراطِ آخرت است؛ هر که بر این صراط برود - راست - فردا بر آن صراط ایمن بَوَد.

و برای این است که خدای - تعالی - اندر همه اخلاق به میانه فرمود و از هر دو طرف منع و زجر کرد و گفت: **وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا**.^۲ بستود کسی را که اندر نفقه نه تنگ گیرد و نه اسراف کند و بر میانه بایستد. و رسول (ص) را گفت: **وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ**.^۳ گفت: دست اندر بند مدار که هیچ چیز بندهی، و بیکبازگی گشاده مدار که همه بدهی و بی برگ فرومانی.

پس بدان که نیکوخوی مطلق آن بَوَد که این همه معانی اندر وی معتدل بَوَد و راست؛ چنانکه نیکوروی آن بَوَد که همه اندامهای وی راست بَوَد و نیکو. و خَلَق اندر این به چهار گروه اند:

یکی آن باشد که کمالِ این همه صفات وی را حاصل بَوَد، وی نیکوخوی بکمال باشد، همه خَلَق را به وی اقتدا باید کرد، و این نبَوَد الا

۱- بی خویشتنی، بی شخصیتی ۲- (قرآن، ۶۷/۲۵)، و ایشان که آنگه که نفقه می کنند

(و خوردند) نه به گزاف کنند و نه به تنگی زیند، میان این و آن راست باز ایستند.

۳- (قرآن، ۲۹/۱۷).

مصطفی (ص) را، چنانکه نیکوروی مطلق یوسف (ع) بود. دُدیگر آنکه این همه صفات اندر وی به غایت زشتی بود، و این بدخوی مطلق بود، و واجب بود وی را از میان خَلق بیرون کردن، که وی نزدیک بود به صورتِ شیطان، که شیطان به غایت زشتی بود؛ و زشتی شیطان زشتی باطن و صفات و اخلاق است.

سوم آنکه اندر میان این دو درجه بود، لکن به نیکویی نزدیکتر. چهارم آنکه اندر میانه باشد، ولکن به زشتی نزدیکتر. و چنانکه اندر حُسن ظاهر، نیکوی بغایت و زشتی بغایت کمتر بود و بیشتر اندر میانه باشد، اندر خُلُق نیکو همچنین بود. پس هرکسی را جهد باید کرد تا اگر به کمال نرسد، باری به درجه کمال نزدیکتر بود، و اگر همه اخلاق وی نیکو نبود، باری بعضی یا بیشتر نیکو بود.

و چنانکه تفاوت اندر نیکوروی و زشت روی نهایت ندارد، اندر خُلُق نیز همچنین باشد.

این است معنی خُلُق نیکو به تمامی؛ و این نه یک چیز است، و نه ده، و نه صد، که بسیار است؛ ولکن اصل آن با قوتِ علم و غضب و شهوت و عدل آید، و دیگر همه شاخه‌های وی بود.

پیدا کردن آنکه خُلُق نیکو به دست آوردن ممکن است

بدان که گروهی گفتند: چنانکه خُلُق ظاهر بَنگردد از آنکه آفریده‌اند - کوتاه درازنشود به حیلَت، و دراز کوتاه نشود و زشت نیکو نشود - همچنین اخلاق که صورتِ باطن است بَنگردد. و این خطاست، که اگر چنین بودی تأدیب و ریاضت و پند دادن و وصیت نیکو کردن همه باطل بودی، و رسول (ص) نگفتی: حَسَبُوا أَخْلَاقَكُمْ، خوی خویش را نیکو کنید. و این چگونه محال بود، که مرستوران را به ریاضت از سرکشی باز نرمی توان آورد و صید وحشی را فرا اُنس توان داشت.

و قیاس این برخلفت باطل است، که کارها بر دو قسم است: بعضی هست که اختیار آدمی را بدان راه نیست؛ چنانکه از آسته^۱ خم با درخت سیب نتوان کرد، اما از وی درخت خرما توان کرد— به تربیت و نگاهداشتِ شروط آن. همچنین اصلِ خشم و شهوت ممکن نیست به اختیار از آدمی بیرون کردن، اما خشم و شهوت را به ریاضت با حدّ اعتدال توان آورد. و این به تجربت معلوم است، اما اندر حق بعضی از خلق دشوارتر بود. و دشواری آن به دو سبب بود: یکی آنکه اندر اصلِ فطرت قویتر افتاده بود؛ دُ دیگر آنکه مدتی دراز طاعت آن داشته بود تا مستولی شده باشد.

و خلق اندر این بر چهار درجه اند:

درجه اول آنکه ساده دل باشد، که هنوز نیک از بد نشناخته بود، و هنوز خوی فراکار نیک و بد نکرده باشد،^۲ ولیکن بر فطرت اول است، و این نقش پذیر بود و زود صلاح پذیرد: وی را به کسی حاجت بود که تعلیم کند، و آفتِ اخلاق بد فرا وی بگوید، و راه به وی نماید. و کودکان در ابتدای فطرت همه همچنین باشند، و راه برایشان پدر و مادر بزنند، که ایشان را بر دنیا حریص بکنند، و فروگذارند^۳ تا چنانکه خواهند می روند و زندگانی می کنند: خون دین ایشان اندر گردن مادران و پدران است. و برای این گفت حق-تعالی: **فُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا**...

درجه دوم آن بود که هنوز چیزی بد اعتقاد نکرده است، ولیکن خوی فرا متابعتِ شهوت و غضب کرده است مدتی، لکن می داند که آن ناکردنی است: کار وی صعبت بود، که وی را به دو چیز حاجت است:

یکی آنکه خوی فساد از وی بیرون کنند؛

۱- آسته، هسته. ۲- به کار نیک و بدخونگرفته باشد. ۳- به حال خود رها می کنند.

۴- (قرآن، ۶/۶۶)، خود را و خاندان خود را از آتش دوزخ نگاه دارد.

دُدیگر آنکه تخم صلاح اندر وی بکارند. لکن اگر در وی جدی و بایستی^۱ پدید آید، زود با صلاح آید و خوئی از فساد باز گُند.

درجه سوم آنکه با آنکه خوی فرا فساد کرده باشد، نداند که این ناکردنی است، که آن در چشم وی نیکو شده بود؛ و این با صلاح نیاید الا به نادر^۲.

درجه چهارم آنکه با این همه، فخر بکند به فساد و پندارد که آن کاری^۳ است - چون کسانی که لاف زنند که ما چندین کس بکشتیم، و چندین شراب بخوردیم: این علاج پذیر نباشد، مگر که سعادت آسمانی در رسد؛ که آدمی بدان راه نبرد.

پیدا کردن طریق معالجت

بدان که هر که خواهد که خُلقی بد را از خود بیرون کند، آن را یک طریق بیش نیست. و آن، آن است که هر چه آن خُلُق وی را می فرماید، وی خلاف آن همی کند؛ که شهوت را جز مخالفت نشکند، و هر چیزی را ضد وی بشکند؛ چنانکه علاج علتی که از گرمی خیزد سردی خوردن است؛ هر علت که از خشم خیزد، علاج وی بردباری کردن است؛ و هر چه از تکبر خیزد، علاج وی تواضع کردن است؛ و هر چه از بخل خیزد، علاج وی مال بدادن است؛ و همچنین است همه.

پس هر که به کارهای نیکو عادت کند، اخلاق نیکو اندر وی پدیدار آید. و سیر این که شریعت کار نیکو فرموده است این است که مقصود از این، گردیدن دل است از صورت زشت به صورت نیکو. و هر چه آدمی به تکلف^۴

۱- بایست، نیاز، ضرورت. ۲- به نادر، به ندرت. ۳- هنری است.

۴- به تکلف، به رنج نه به دلخواه.

عادت کند، طبع وی گردد؛ که کودک اندر ابتدا از دبیرستان^۱ و تعلیم گریزان بود، و چون وی را به الزام فرا تعلیم دارند طبع وی شود، و چون بزرگ شود همه لذت وی اندر علم بود: خود از آن صبر نتواند کرد؛ بلکه کسی که کبوتر بازیدن، یا شطرنج بازیدن، یا قمار بازیدن عادت گیرد - چنانکه طبع وی گردد - همه راحت‌های دنیا و هر چه دارد اندر سر آن دهد و دست از آن بدارد؛ بلکه چیزهایی که برخلاف طبع است به سبب عادت طبع گردد.

تا^۲ کسانی باشند که فخر کنند - بر عیاری^۳ - بر آنکه بر چوب خوردن صبر کنند و بر دست بردن صبر کنند؛ و مختثان - با فضیحتی کار ایشان^۴ - با یکدیگر در مختثی فخر آرند؛ بلکه اگر کسی نظاره کند در میان حجامان و کتاسان، ایشان نیز همچنان اندر کار خویش با یکدیگر فخر کنند که علما و ملوک باهم؛ و این همه ثمرت عادت است. بلکه کسی که گل خوردن خوئی فرا کند، چنان شود که از آن صبر نتواند کرد، و بر بیماری و خطر هلاک صبر همی کند.

پس چون آنچه ضد و خلاف طبع است به عادت طبع همی گردد، آنچه بر موافقت طبیعت است، و دل راهم چون طعام و شراب است تن را،^۵ اولیتر که به حاصل آید به عبادت و معرفت حق - تعالی - و طاعت وی. و زیر دست داشتن غضب و شهوت مقتضای طبع آدمی است؛ چه، او از گوهر فریشتگان است و غذای وی این است. و آنکه میل وی به خلاف این است، از آن است که بیمار شده است تا غذای وی ناخوش شده است نزدیک وی.^۶ و بیمار، باشد که طعام را دشمن دارد و آنچه وی را زیان دارد بر آن حر یص بود.

پس هر که چیزی دیگر از معرفت و طاعت حق - تعالی - دوستتر

۱- دبیرستان، مکتب. ۲- حتی. ۳- بر عیاری، از سرعیاری؛ در «ترجمه احیاء» بل فاسق عیاری پیشه را می‌بینیم که مفاخرت می‌کند... (ربیع مهلکات، ص ۱۶۳).
 ۴- با وجود رسوایی کار ایشان. ۵- و برای دل همان حکم دارد که خوردنی و آشامیدنی برای تن دارد. ۶- که در نتیجه غذای وی (آدمی) برای او نامطبوع شده است.

دارد، وی بیمار است؛ چنانکه حق - تعالی - گفت: **فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ** ^۱ و گفت: **إِلَّا مَن آتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ** ^۲ و چنانکه تن بیمار^۳ در خطر هلاک این جهان است، دل بیمار^۴ در خطر هلاک آن جهان است. و چنانکه بیمار را امید سلامت نبود الا بدانکه بر خلاف نفس خود داروی تلخ همی خورد به فرمان طیب، بیماری دل را نیز هیچ حیل^۵ نبود الا مخالفت هوای نفس به قول صاحب شریعت که طیب دلهای خلق است.

و در جمله، **طَبَّ تَن وَ طَبَّ دَل** هر دو یک راه دارد: گرمی را سردی سازد، و سردی را گرمی. و همچنین کسی که تکبر بر وی غالب بود، به تکلف تواضع کند شفا یابد؛ و اگر تواضع غالب بود و به حدّ خسیسی^۷ رسیده باشد، به تکلف تکبر کند وی را شفا بود.

پس بدان که اخلاق نیکو را سه سبب است:

یکی آنکه اصل فطرت است؛ و آن عطا و فضل حق - تعالی - است، که کسی را در اصل فطرت نیکو خلق آفریند - مثلاً سخی آفریند، متواضع آفریند - و چنین بسیار بود.

دوم آنکه به تکلف افعال نیکو کردن گیرد، تا وی را آن عادت شود. سوم آنکه کسانی را بیند که اخلاق و افعال ایشان نیکو بود، صحبت با ایشان دارد که به ضرورت آن صفات اندر طبع وی همی گیرد، اگر چه از آن خبر ندارد.

هر که را این هر سه سعادت برآید - که اندر اصل فطرت نیکوخوی باشد، و صحبت با اهل خیر دارد، و افعال خیر عادت کند - وی به درجه کمال باشد. و هر که از این هر سه محروم ماند - که به اصل فطرت ناقص بود، و صحبت با اشرار دارد، و نیز افعال شر عادت کند - به درجه کمال بود اندر شقاوت.^۸

۲- (قرآن، ۸۹/۲۶)، مگر که او به الله آورد

۴- دلی که بیمار است.

۷- خسیسی.

۱- (قرآن، ۱۰/۲)، در دلهای ایشان بیماری است.

دلی رسته از شرک. ۳- تنی که بیمار است.

۵- حیل، چاره. ۶- در جمله، اجمالاً، خلاصه.

۸- شقاوت (مقابل سعادت)، نگونبختی، نکبت.

و میان این، درجه‌های بسیار است، که بعضی باشد و بعضی نه، و سعادت و شقاوت هر یکی به مقدار آن باشد. **فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ، وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ.**^۱

فصل [اول همه سعادت‌ها اعمال خیر است به تکلف]

بدان که اعمال به جوارح است، ولكن مقصود از آن گردش دل است؛ که دل است که بدان عالم سفر خواهد کرد، و همی باید که با جمال و کمال بود تا حضرت الاهیّت را بشاید،^۲ و چون آینه‌ای راست بود و بی زنگار تا صورت ملکوت اندر وی بنماید،^۳ و جمالی بیند که آن بهشت که صفت وی شنیده است اندر وی حقیر گردد. و اگر چه اندر آن عالم نیز تن را نصیب است، و لكن اصل دل است، و تن تبع است.

و بدان که دل دیگر است و تن دیگر؛ و دل از عالم ملکوت است و تن از عالم شهادت. و این اندر عنوان کتاب بشناخته‌ای.

اما اگر چه تن از دل جداست، و لكن وی را بدو علاقتی است که از هر معاملتی نیکو که بر تن برود نوری به دل پیوندد، و به هر معاملتی زشت که بکند ظلمتی به دل پیوندد. و آن نور تخم سعادت است، و این ظلمت تخم شقاوت است. و به سبب این علاقت آدمی را بدین عالم آورده‌اند، تا از این تن دامی سازد و آلتی، که خویشتن را صفات کمال حاصل کند.

و بدان که کتابت صنعتی است که صفت دل است، و لكن فعل آن به انگشت است. اگر کسی خواهد که خط وی نیکو شود، تدبیر آن بود که به تکلف خط نیکو همی نویسد، تا اندرون وی نقش خط نیکو بپذیرد. چون پذیرفت، انگشت وی آن صورت از باطن گرفتن گیرد و به نبشتن ایستد. پس همچنین از فعل نیکوی بیرون، درون وی خلق نیکو بگیرد، و چون خلق نیکو

۱- (قرآن، ۸ و ۷/۹۹)، هر که همسنگی مور خرد نیکی کند، بیند آن [و پاداش آن]؛ و هر که همسنگی مور خرد بدی کند، بیند آن [و پاداش آن].
 ۲- تا شایسته پیشگاه خداوند شوی.

۳- بنماید، نمودار شود.

صفتِ درون باشد، آنگه افعالِ صفتِ آن خُلق گیرد. پس اول همه سعادت‌ها اعمال خیر است به تکلف؛ و ثمره وی آن است که درون دل صفتِ خیر گیرد، آنگاه نور آن باز بیرون افتد، و اعمال خیر به طبع و طوع اندر پذیرفتن ایستد. و سرّ این، آن علاقت است که میان دل و تن است، که این اندر آن اثر همی کند، و آن اندر این. و برای این است که هر فعل که به غفلت رود حَبطه^۱ است، که آن فعل دل را هیچ صفت ندهد، که^۲ دل از آن غافل بود.

فصل [همه اخلاق نیکو باید که طبع شود و تکلف برخیزد]

بدان که بیماری را که سردی باشد، نشاید چیزهای گرم بسیار خوردن، که باشد که حرارت نیز علتی شود؛ بلکه آن را ترازویی و معیاری است که نگاه باید داشت. و نباید دانست که مقصود آن است که مزاج معتدل بود: نه به گرمی میل دارد و نه به سردی. چون به حدّ اعتدال رسید علاج بازگیرند، و جهد باز آن افتد تا بر آن اعتدال نگاه دارند و چیزهای معتدل خورند.

همچنین همه اخلاق دو طرف دارند: یکی محمود است و یکی مذموم؛ و مقصود اعتدال است. مثلاً بخیل را فرماییم تا مال همی دهد تا آنگه که دادن بر وی آسان شود، ولکن نه چنانکه به حدّ اسراف کشد، که آن نیز مذموم است. لکن ترازوی آن از شریعت است، چنانکه ترازوی علاج تن علم طب است. باید که چنان شود که هر چه شرع فرماید که «بده»، بدهد و دادن آن بر وی آسان بود که اندر وی تقاضای نگاه داشتن و امساک کردن نبود؛ و هر چه شرع فرماید که نگاه باید داشت، اندر وی تقاضای دادن نبود، تا معتدل باشد. پس اگر اندر وی تقاضای آن همی نماید ولکن به تکلف بکند، هنوز بیمار است، لکن ستوده است - که باری به تکلف دارو همی خورد - که این تکلف راه آن است که طبع گردد وی را.

و برای این گفت رسول (ص) که «فرمان حق-تعالی- به طوع کنید، پس اگر نتوانید به گُزه بکنید، که در آن صبر کردن نیز خیر بسیار است.»
و بدان که هر که مال به تکلف دهد، او سخی نبود، بلکه سخی آن بود که دادن مال بر وی آسان بود؛ و هر که مال به تکلف نگاه دارد، وی بخیل نبود، بلکه بخیل آن بود که طبع وی نگاه داشتن بود.

پس همه اخلاق باید که طبع شود و تکلف برخیزد، و بلکه کمالِ خُلق آن بود که عنان خویش به دست شرع دهد، و فرمانبرداری بر وی آسان بود، و اندر باطن وی هیچ منازعت بنماند؛ چنانکه حق - تعالی - گفت: *فَلَا وَرَتَّكَ لِابْتِمْنَانٍ حَتَّى يُحْكَمُوا فِيهَا شَجَرَاتُ بَيْتِهِمْ ثُمَّ لَا يَجِدُوا فِي أَنْفُسِهِمْ حَزْبًا...^۱*، گفت: ایمان ایشان بدان تمام شود که ترا حاکم خویش کنند، و اندر دل ایشان هیچ گرانی و تنگی نبود.

و این را سَری است که هر چند که این کتاب احتمال آن نکند،^۲ بدان اشارتی کرده آید.

بدان که سعادت آدمی آن است که به صفت فریشتگان شود، که وی از گوهر ایشان است و اندر این عالم غریب آمده، و معدن وی عالم فریشتگان است، و هر صفت غریب که از اینجا برد، وی را از موافقت ایشان دور کند: همی باید که چون آنجا شود هم به صفت ایشان شود، و از اینجا هیچ صفت غریب نبرد.

و هر که را شَرّه نگاه داشتن مال بود، وی به مال مشغول است؛ و هر که را شَرّه خرج کردن بود، هم به مال مشغول است. و هر که بر تکبر کردن حریص بود، به خلق مشغول است؛ و هر که بر تواضع حریص بود، هم مشغول است به خلق. و ملایکه نه به مال مشغول اند و نه به خلق، بلکه خود از عشق حضرتِ الاهییت به هیچ چیز دیگر التفات نکنند.

پس همی باید که علاقتِ دل آدمی از مال گسسته شود و از خلق بریده گردد، تا از آن به جملگی پاک شود. و هر صفت که ممکن نیست

۱- (قرآن، ۶۵/۴). ۲- آن را بر نتابد، تحمل آن ندارد.

آدمی از آن خالی بود، باید که بر میانه آن بایستد تا از وجهی به آن ماند که خالی باشد؛ همچنانکه آب، چون از گرمی و سردی خالی نیست، آنچه فاترا بود و معتدل بود، بدان ماند که از هر دو خالی است.

پس اعتدال و میانه اندر همه صفات که فرموده‌اند برای این بهتر است. پس نظر باید که به دل بود تا از همه گسسته شود، و به حق - تعالی - مستغرق گردد. چنانکه گفت **فَلِی اللّٰهُ ثُمَّ دَرَزْهُمْ فِی خَوْضِهِمْ یَلْعَبُونَ**.^۲ بلکه حقیقت **لَا إِلَهَ إِلَّا اللّٰهُ** خود این است. و به سبب آن ممکن نیست که آدمی از همه آلاشی خالی باشد که گفت: **وَإِنْ مِنْكُمْ إِلَّا وَاِرْدُهَا كَانَ عَلٰی رَبِّكَ حَتْمًا مَّقْضٰیًا**.^۳ پس، از این معلوم شود که نهایت همه ریاضتها و مقصود همه مجاهدتها آن است که کسی به توحید رسد، که او را ببند و بس، او را خواند و بس، او را طاعت دارد و بس، اندر باطن وی هیچ تقاضای دیگر بنماند. چون چنین شود، خُلقِ نیکو حاصل شده بود، بلکه از عالم بشریت برگزیده باشد و به حقیقت حق رسیده.

فصل [راههای رسیدن به خُلقِ نیکو]

بدان که ریاضت کاری دشوار است و جان‌کننده است؛ ولیکن اگر طبیب استاد بود، و راه فرا داروی لطیف داند، بسیار آسانتر گردد. و لطف طبیب آن است که مرید را به اول درجه به حقیقت حق نخواند، که طاقت آن ندارد، که اگر کودک را گویند: «به دبیرستان شو تا به درجه ریاست رسی»، وی خود لذت ریاست نداند که چه باشد، لکن باید گفت: «به دبیرستان شو تا شبانگاه چوگان و گوی به تو دهم تا بازی کنی.» تا کودک به حرص آن به دبیرستان شود. و چون بزرگتر شود، وی را ترغیب کند

۱- فاتر، نیمگرم. ۲- (قرآن، ۹۱/۶)، بگو [آن فرستنده تورات و آن درآموزنده] خدای است، پس ایشان را گذارتا در بازی خویش فراخ می روند. ۳- (قرآن، ۷۱/۱۹)، و نیست از شما هیچ کس مگر به دوزخ رسیدنی [گذرگاه یا بُنگاه]، بر خداوند تو بریدنی است و درواخ کرده (مضبوط و یقینی) این وعده.

به جامه نیکو و زینت، تا دست از بازی بردارد. چون بزرگتر شود، وی را به خواجگی و ریاست وعده دهد و گوید: «جامه دیبا کار زنان باشد.» و چون بزرگتر شود آنگاه گوید: «خواجگی و ریاست دنیا اصلی ندارد، که همه به مرگ تباه شود.» آنگه وی را به پادشاهی جاوید وعده دهد.

پس باشد که مرید در ابتدای کار بر اخلاص تمام قادر نبود: وی را رخصت دهد که مجاهدتی همی کند بر شره آنکه مردمان وی را به چشم نیکو نگرند، تا آرزوی ریاضه شکم و شره مال اندروی بشکند؛ چون از این فارغ شود و رعوتی اندر وی پدیدار آید، آنگاه شره رعوت اندر وی بشکند بدانکه فرماید^۱ که اندر بازار گدایی کند؛ چون وی را قبولی در آن پدیدار آمد؛ از آن منع کند و به خدماتی خسیس^۲ مشغول گرداند، چون خدمت طهارت^۳ جای^۴ و غیر آن.

و همچنین از این^۴ هر صفتی که در وی پدید می آید، آن را علاج همی فرماید به تدریج و به یکبار همه نفرماید که طاقت آن ندارد. و بر آرزوی ریا و نام نیکو همه رنجها بتواند کشید، که مثال آن همه صفتها چون مار و کژدم است، و مثال ریا چون اژدهاست که همه را فرو برد. و باز پسین صفتی که از صدیقان بشود^۵ این باشد..

پیدا کردن تدبیر در شناختن بیماری دل و عیوب نفس

بدان که چنانکه درستی تن و دست و پای و چشم بدان بود که هر یکی از جمله این، آنچه وی را برای آن آفریده اند بر آن قادر بود به تمامی - تا چشم نیکو بیند، و پای نیکو رود - همچنین درستی دل بدان بود که آنچه خاصیت وی است و وی را برای آن آفریده اند، بر وی آسان بود، و آن را که طبع وی است اندر اصل فطرت، دوستدار بود.

۱- از این راه که فرمان دهد. ۲- خسیس، پست. ۳- طهارت جای، مستراح. ۴- از این، از این نوع. ۵- شدن، رفتن، زایل شدن.

[نشانه های درستی دل]

و این اندر دو چیز پدیدار آید: یکی اندر ارادت، و یکی اندر قدرت.

اما اندر ارادت آنکه هیچ چیز از خدای-تعالی- دوستتر ندارد، که معرفت خدای-تعالی- غذای دل است، چنانکه طعام غذای تن است. هر تن که شهوت طعام از وی بشد یا ضعیف گشت، بیمار است؛ و هر دل که محبت خدای-تعالی- از وی بشد یا ضعیف شد، بیمار است. و برای این است که حق-تعالی- گفت: **قُلْ إِنْ كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ...،** گفت: اگر پدران و پسران و مال و تجارت و عشیرت و قرابت و هر چه دارید دوستتر همی دارید از خدای-تعالی- صبر کنید تا فرمان حق-تعالی- در رسد تا ببینید.

اما اندر قدرت آن است که فرمانبرداری حق-تعالی- بر وی آسان گشته باشد، و حاجت نیاید بدانکه خویشتن را به ستم بر آن دارد، بلکه خود لذت وی باشد، چنانکه رسول(ص) گفت **وَجَعَلْتُ قُرَّةَ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ.**^۱ پس کسی که این دو معنی از خویشتن نیابد، این علامتی درست است بر بیماری دل: به علاج مشغول باید شد. و باشد که پندارد که بدین صفت است و نباشد، که آدمی به عیب خود نابیناست.

و عیوب خویش به چهار طریق بتواند شناخت:

یکی آنکه در پیش پیری پخته و راه رفته بنشیند تا آن پیر اندر وی همی نگردد و عیوب وی با وی همی گوید؛ و این اندر این روزگار غریب و عزیز^۳ است.

دوم آنکه دوستی مشفق را برخویشتن رقیب^۴ کند، چنانکه به مدهانت^۵ عیب وی بنپوشد، و به حسد زیادت بنکند، و این نیز عزیز است.

۱- (قرآن، ۲۴/۹). ۲- نماز روشنی چشم من شد. ۳- عزیز، کمیاب.

۴- رقیب، مراقب، ناظر، نگهبان. ۵- مدهانت، چرب زبانی، چاپلوسی.

داود طایبی (ره) را گفتند که «چرا با خلق همی ننشینی و نیامیزی؟» گفت: «چکنم صحبت قومی که عیب من می بیند و از من پنهان دارند؟»

سوم آنکه سخن دشمنان در حق خویشان بشنود، که چشم دشمن همه بر عیب او افتد و اگر چه به دشمنی مبالغت کند ولیکن سخن وی نیز از راست خالی نباشد.

چهارم آنکه در مردمان همی نگرد: هر عیب که در کسی بیند، خود از آن حذر همی کند، و به خویشان گمان همی برد که وی نیز همچنان است.

عیسی (ع) را گفتند «تورا ادب که آموخت؟» گفت: «هیچ کس. هر چه از دیگران مرا زشت آمد، از آن حذر کردم.» و بدان که هر که ابلهتر بود، به خویشان نیکو گمانتر بود، هر که عاقلتر بود، به خویشان بدگمانتر بود. عمر (رض) از حذیفه (رض) همی پرسید که «رسول (ص) سر منافقان با تو بگفته است، در من چه می بینی از آثار نفاق؟»

پس باید که هر کسی طلب عیب خود همی کند، که چون علت نداند علاج نتواند کرد.

و همه علاجها با مخالفت شهوت آید، چنانکه حق - تعالی - گفت:

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ، فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ.^۱

و رسول (ص) صحابه را چون از غزا باز آمدندی، گفتی: «از جهاد

کهنین به جهاد مهین باز آمدید.» گفتند: «آن چیست؟» گفت: «جهاد نفس.»

و رسول (ص) گفت: «رنج خود از نفس خود باز دارید، و هوای وی

۱ - (قرآن. ۴۰/۷۹ و ۴۱)، و اما آنکه بترسد از ایستادن پیش خداوند خویش و باز دارد تن را از آرزوها، حقا که بهشت او را جایگاه است.

به وی مدهید اندر معصیت حق - تعالی - که فردا بر تو خصمی^۱ کند و بر تو لعنت کند، تا همه اجزای تو یکدیگر را لعنت همی کنند.»
حسن بصری (رض) گوید که «هیچ ستور سرکش، به لگام سخت اولتر از نفس نیست.»

سری سقطی (ره) گوید: «چهل سال است تا نفس من همی خواهد که گرده ای به انگبین فرو برم و بخورم، هنوز نخورده ام.»
ابراهیم خواص (ره) گوید: اندر کوه لکام لبنان همی شدم، انار بسیار دیدم. مرا آرزو آمد، یکی باز کردم: ترش بود. دست برداشتم و برفتم. مردی را دیدم افتاده، و زنبور به وی گرد آمده و وی را همی گزیدند. گفت: «السلام علیک یا ابراهیم.» گفتم: «مرا به چه دانستی؟»^۲ گفت: «هر که حق - تعالی - را بشناسد، هیچ چیز بر وی پوشیده نباشد.» گفتم: «همی بینم که تو با حق - تعالی - حالتی داری، چرا اندر نخواهی، تا این زنبور از تو باز دارد؟» گفت: «تو نیز حالتی داری، چرا اندر نخواهی که تا شهوت انار از تو ببرد، که زخم شهوات اندر آن جهان بود، و زخم زنبور اندر این جهان.»
بدان که اگر چه انار حلال است، ولکن اهل حزم دانسته اند که شهوت حلال و حرام هر دو یکی است. اگر در حلال بر وی نبندی، و وی را باز حد ضرورت نبری،^۳ طلب حرام کند. و بدین سبب اندر مباحات، شهوات نیز بر خویشتن حَجْر کرده اند؛^۴ تا از دست شهوت خلاص یا بند. چنانکه عمر (رض) گفت: «هفتاد باب از حلال دست برداشتیم از بیم آنکه اندر حرام افتیم.»

و سبب دیگر آنکه نفس چون خوی فرا تنعم کند،^۵ مباحات دنیا را دوست گیرد، و دل اندر وی بندد، و دنیا بهشت وی گردد، و مرگ بر وی دشوار شود، و بطرف^۶ و غفلت اندر دل وی پدید آید؛ و چون ذکر و مناجات کند

۱ - خصمی (بی «مصدری»)، خصومت، داوری، تظلم. ۲ - دانستن، شناختن.

۳ - به حد ضرورت باز نبری. ۴ - حجر کردن، منع کردن. ۵ - چون به ناز و نعمت خو کند.

۶ - بظر، دانه گرفتن، خوشدل شدن، سرمستی.

لذت آن نیابد. و چون شهوات مباح از وی باز داری، شکسته و رنجور شود و از دنیا نفور گردد و شوق نعیم آخرت اندر وی پدیدار آید. و اندر حال حزن و شکستگی، یکی تسبیح در دل چندان اثر کند که اندر حال شادی و تنعم صد چند آن اثر نکند.

و مثل نفس همچون باز است که تأدیب وی بدان کنند که مر او را اندر خانه کنند و چشم بدوزند، تا از هر چه اندر آن بوده است خوی باز کند،^۱ آنگاه اندک اندک گوشت بدومی دهند تا بابازدار الفت گیرد، و مطیع وی گردد. همچنین نفس را با حق - تعالی - انس پیدا نیاید، تا آنگه که مر او را از همه عاداتها فطام^۲ نکنی، و راه چشم و زبان و گوش اندر نبندی، و به غزلت و گرسنگی و خاموشی و بیخوابی وی را ریاضت ندهی. و این اندر ابتدا بر وی دشوار باشد - چنانکه بر کودکی که وی را از شیر باز کنند - آنگاه پس از آن چنان شود که اگر شیر به ستم به وی دهند نتواند خورد.

و بدان که ریاضت هر کسی بدان است که آنچه بدان شادتر است به ترک آن بگوید، و آنچه بر وی غالبتر است آن را خلاف کند: آن کس که شادی وی به جاه و حشمت بود، به ترک آن گوید؛ و آن را که شادی به مال است، خرج کند. و همچنین هر که را سلوت گاهی^۳ است بجز خدای - تعالی - آن به قهر از خود جدا کند، و ملازم آن گردد که جاویدان ملازم وی خواهد بود، و هر چه وی را وداع خواهد کرد به مرگ، خود به اختیار وداع کند. و ملازم وی حق - سبحانه و تعالی - است چنانکه حق - تعالی - وحی کرد به داود (ع) که «یا داود، لابد تو منم،^۴ مرا ملازم باش!» و رسول (ص) گفت که جبریل اندر درون من دمید: أَحَبُّبٌ مِّنْ أَحَبِّبْتَ فَإِنَّكَ مُفَارِقُهُ هر که را خواهی از دنیا دوست همی دار که از تو باز خواهند استدن آن را. والسلام.

۱- خوی باز کردن، ترک عادت کردن. ۲- فطام، کودک از شیر بازداشتن، بازداشتن (از خوی).
۳- سلوت گاه، مایه شادی و تسلی دل. ۴- تورا از من گزیری نیست.

اندریدا کردن علامات خوی نیکو

بدان که علامات خوی نیکو آن است که حق - تعالی - در قرآن صفت آن می کند مؤمنان را در سوره قَدْ اَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ^۱ تا به آخر آیت عَشْرَه^۲ و در این آیت که می گوید: التَّائِبُونَ الْعَابِدُونَ...^۳ و این آیات که می گوید: وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا تا آخر.^۴

و هر چه اندر علامت منافقان گفته است، علامت خوی بد است. چنانکه رسول (ص) گفت: «هَمَّتْ مُؤْمِنٌ نَمَازَ وَ رَوْزَهَ وَ عِبَادَتَ بَدَ، وَ هَمَّتْ مَنَافِقٌ طَعَامَ وَ شَرَابَ بَدَ چُونِ سَتُورِ.» و حاتم أصم (ره) گوید که «مؤمن به

۱- (قرآن، ۱/۲۳)، به درستی برستند گرویدگان.

۲- از آیه اول تا به آخر آیه دهم سوره ۲۳ (سوره مؤمنون) که ترجمه آن این است: جاوید پیروز آمد گرویدگان. ایشان که در نماز خویش آرامیدگان و فروشکستگان اند. و ایشان که از و بیهده (=بیهده) روی گردانندگان اند. و ایشان که زکات مال دهندگان اند. و ایشان که فرجهای خویش نگهدارند مگر برجفتان خویش یا بر بردگان (کنیزکان) خویش، که ایشان نانکوهیده باشند. هر که بیرون از آن چیزی جوید، ایشان از اندازه پسند در گذشتگان اند. و ایشان که امانتها و عهدهای خویش را گوشوانان (نگه دارندگان) اند و ایشان که بر هنگام نمازهای خویش بر ایستادگان اند. ایشان اند که بهشت را میراث بران اند.

۳- (قرآن، ۱۱۲/۹)، با خدای گروندگان اند. خدای پرستان اند، خدای ستاینندگان اند، روزه داران اند، نماز گزاران اند، نیکوکاری فرمانندگان اند، و از ناپسند باز زندگان اند، و اندازه های خدای را کوشندگان (حافظون) اند و شادکن گرویدگان را.

۴- (قرآن، ۶۳/۲۵ به بعد)، و بندگان رحمان [که ستوده اند] آن اند که می روند در زمین به کم آزاری و چون نادانان در روی ایشان نادانی گویند، گویند ما از سخن نادانان بیزاریم. و ایشان که در شبها خداوند خویش را بسجود باشند و پبای. و ایشان که گویند خداوند ما! بگردان از ما عذاب دوزخ، که عذاب آن کافر را ستوهی نمای است جاوید. و آن بد آرامگاهی است و بودنی جای. و ایشان که آنگه که چون خواسته هزینه کنند، نه گزاف کنند و نه به تنگی زیند، و میان این و آن راست باز ایستند. و اینان که بالله خدایی دیگر نخوانند، و نکشند تنی که الله خون آن حرام کرد مگر بحق، و زنا نکنند و هر که از این افعال چیزی کند، پاداش بزهکاری خویش بیند. توی بر توی کند او را عذاب روز رستخیز، و در آن عذاب جاوید ماند خوار کرده به نومیدی. مگر او که باز گردد و بگردد و کردار نیک کند، ایشان اند که الله - تعالی - ایشان را به جای بدیهای [کرده] ایشان نیکبها [ی ناکرده] دهد، و الله آمرزگار است و بخشاینده. و هر که باز گردد با خداوند خویش و کردار نیک کند، او را به نزدیک خداوند خویش باز گشتن گاه است هر که باز گردد. و ایشان که گواهی دروغ ندهند، و هر که به ناپسند و سخن بیهوده بگذرند، آزاد و نیکو بگذرند، و ایشان که چون پند دهند ایشان را به سخنان خداوند ایشان، به روی نیفتند چون کر [به شب] و نابینا [به روز]. و ایشان که می گویند خداوند ما! ببخش ما را از جفتان ما و فرزندان ما روشنایی چشمها و ما را پیشوایان پرهیز گاران کن...

فکرت و عبرت مشغول بود، و منافق به حرص و امل. مؤمن از همه کس ایمن بود مگر از حق - تعالی، و منافق از همه کس ترسان بود مگر از حق - تعالی؛ و مؤمن از همه کس نومید بود مگر از حق - تعالی، و منافق به همه کس اومید دارد مگر به حق - تعالی؛ و مؤمن مال فدای دین کند، و منافق دین فدای مال کند؛ و مؤمن طاعت همی دارد و همی گرید، و منافق معصیت همی کند و همی خندد؛ و مؤمن تنهایی و خلوت دوست دارد، و منافق مخالطت و زحمت^۱ دوست دارد؛ و مؤمن همی کارد و ترسد که ندرود، و منافق نکارد و طمع دارد که بدرود.»

و چنین گفته اند که «نیکو خوی آن بود که شرمگین بود، و کم گوی و کم رنج و راستگوی و صلاح جوی و بسیار طاعت و اندک زلت و اندک فضول و نیکو خواه بود همگنان^۲ را، و اندر حق همگنان نیکو کردار و مشفق و با وقار و آهسته و صبور و قانع و شکور و تئک دل^۳ و رفیق و کوتاه دست و کوتاه طمع؛ نه دشنام دهد نه لعنت کند و نه غیبت کند، نه سخن چینی کند و نه فحش گوید، نه شتابزدگی نماید نه کین در دل دارد نه حسود بود، پیشانی گشاده، زبان خوش، دوستی و دشمنی و خشم و خشنودی وی برای حق - تعالی - بود و بس.»

و بدان که بیشتر خوی نیکو از احتمال و بردباری پدید آید، چنانکه رسول (ص) را بسیار برنجانیدند و دندان بشکستند، و گفت: «بارخدا یا! ایشان را راه نمای که همی ندانند.»

ابراهیم ادهم (ره) اندر دشت همی شد، لشکری^۴ به وی رسید، گفت: «توبنده ای؟» گفت: «آری.» گفت: «آبادانی کجاست؟» اشارت به گورستان کرد. گفت: «من آبادانی می جویم.» گفت: «آنجاست آبادانی.» لشکری چوبی بر سر وی زد چنانکه خون آلود شد، و وی را بگرفت و به شهر آورد. چون یاران وی را بدیدند، لشکری را گفتند: «ای ابله، این

۱- زحمت (در مقابل خلوت)، ازدحام و شلوغی. ۲- همگنان، همگی. ۳- تنک دل (در مقابل سخت دل)، نرمدل. ۴- یکی از لشکریان.

ابراهیم ادهم است - یگانه روزگار. « لشکری از اسب فرود آمد و پای وی بوسه داد. پس وی را گفت: «چرا گفתי من بنده ام؟» ابراهیم گفت: «از آنکه بنده حق - تعالی - ام.» گفت: «چرا نشانی آبادانی به گورستان کردی؟» گفت: «همه را آنجا وعده است، پس آنجا آبادان باشد.» لشکری گفت: «چون بی ادبی کردم مرا در حل کن^۱.» پس ابراهیم گفت: «چون سر من بشکست وی را دعا کردم.» گفتند: «چرا؟» گفت: «از آنکه دانستم که مرا ثواب خواهد بود به سبب وی، نخواستم که نصیب من از وی نیک بود، و نصیب وی از من بد بود.»

و بوعثمان حیری را یکی به دعوت خواند تا وی را بیازماید. چون به در خانه رسید، اندر نگذاشت،^۲ و گفت: «چیزی نمانده است.» وی^۳ برفت. چون پاره ای برفت، از پس وی بشد^۴ و بازخواند.^۴ باز آمد.^۵ چون به در خانه رسید،^۵ اندر نگذاشت،^۴ و همان گفت.^۴ باز گشت.^۵ تا چند بار همچنین می کرد و وی را چون همی خواند^۴ همی آمد،^۵ و چون همی راند^۴ همی شد.^۵ گفت: «سخت نیکوخوی مردی!» گفت: «این که از من دیدی خوی سگ است: چون بخوانی بیاید، و چون برانی بشود؛ این را چه قدر بود؟»

یک روز طشتی خاکستر به سر وی فرور یختند از بامی. جامه پاک کرد و شکر گفت. گفتند: «چرا شکر کردی؟» گفت: «کسی که مستحق آتش بود به خاکستر با وی صلح کنند، جای شکر بود.»^۶

و علی بن موسی الرضا (ع) را رنگ سیاه بود، و بر در سرای وی اندر نیشابور گرمابه ای بود که چون اندر گرمابه شدی، خالی بکردندی. یک روز گرمابه خالی بکردند و وی اندر گرمابه شد، و آن گرمابه بان غافل ماند. روستایی فرو گرمابه شد، وی را دید پنداشت هندویی است از خادمان گرمابه. گفت: «خیز، آب بیاور.» بیاورد. دیگر^۷ گفت: «خیز، گل بیاور.» بیاورد

۱- حلال کن. ۲- اندر نگذاشت، نگذاشت وارد شود. ۳- بوعثمان. ۴- میزبان.

۵- بوعثمان. ۶- در «ترجمه احیاء»: آمده است که بوعثمان حیری به کویی گذشت، از بامی تغار خاکستری بر سر وی فرور یختند... (ربع مهلکات، ص ۱۹۴).

۷- دیگر،

همچنین وی را کار همی فرمود، و وی همی کرد. چون گرمابه بان باز آمد، و آواز روستایی شنید که با وی حدیث می کرد^۱، ترسید و بگریخت. چون به درآمد^۲ گفتند: «گرمابه بان بگریخت از بیم این واقعه.» گفت: «بگو مگر یز، که جرم آن را بوده است که تخم به نزدیک کنیزکی سیه بنهاد.»

عبدالله درزی (ره) از جمله بزرگان وقت خویش بوده است، گبری وی را هر سالی درزی فرمودی و هر باری سیم قلب فرا دادی، و وی فراستدی و هیچ چیز نگفتی. یک بار غایب بود، شاگرد سیم قلب فرا نستد. چون باز آمد^۳ گفت: «چرا چنین کردی؟ که چندین سال است که وی با من این همی کند و من بروی آشکارا نکردم و از وی فراستده ام تا مسلمانی را فریفته نکند بدان سیم نبهره، و آن را درزیر خاک کرده ام.»

اویس قرنی (رض) همی رفتی و کودکان سنگ همی انداختندی اندر وی، گفتی: «باری سنگ خُرد اندازید تا ساق من شکسته نشود که آنگاه نماز بر پای نتوانم کرد.»

یکی احنف قیس (رض) را دشنام همی داد و با وی همی رفت، و وی خاموش می بود. چون به نزدیک قبیله خویش رسید بایستاد و آن کس را گفت: «اگر باقی مانده است این جایگاه بگویی که اگر قوم من بشنوند تورا برنجانند^۴.»

زنی مالک دینار را گفت: «ای مرایی^۵!» گفت: «نام من اهل بصره گم کرده بودند، تو باز یافتی.»

این است نشان کمال نیکو خوئی که این قوم را بوده است. و این صفت کسانی باشد که خویشان به ریاضت^۶ از صفات بشریت پاک کرده باشند به کلیت، و جز حق - تعالی - نبینند، و هرچه بینند از وی بینند. و کسی که از خویشان نه این بیند و نه چیزی اندک مانند این، باید که غره نشود و به خویشان گمان نیکو خوئی نبرد. والسلام.

۱ - حدیث کردن، سخن گفتن. ۲ - چون علی بن موسی الرضا (ع) بیرون آمد.
 ۳ - چون عبدالله درزی باز آمد. ۴ - رنجاندن، آزار دادن. ۵ - مرایی، ریاکار.
 ۶ - بار ریاضت.

پیدا کردن پروردن و ادب کردن کودکان

بدان که کودک امانتی است در دست مادر و پدر؛ و آن دل پاکِ وی چون گوهری است نفیس، و نقش پذیر است چون موم و از همه نقشها خالی است؛ چون زمینی پاک است که هر تخم که در وی افکنی بروید: اگر تخم خیر افکنی به سعادت دین و دنیا برسد و مادر و پدر و استاد در آن ثواب شریک باشند، و اگر برخلاف این باشد بدبخت شود و ایشان در هر چه بروی رود شریک باشند.

و حق - تعالی - می گوید **فُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِبِكُمْ نَاراً** خود را و کودک خود را از آتش دوزخ نگاه دارید. و کودک را از آتش دوزخ نگاه داشتن اولیتر از آنکه از آتش دنیا.

و نگاه داشتن وی بدان بود که وی را به ادب دارد، و اخلاق نیکو اندر وی آموزد، و از قرین بدنگاه دارد - که اصل همه فسادها از قرین بد خیزد - و وی را اندر تنعم و آراستن جامه خوی فرا نکند^۲ که آنگاه از آن صبر نتواند کرد و همه عمر اندر طلب وی ضایع باشد. بلکه باید که اندر ابتدا جهد آن کند تا زنی که وی را شیر دهد بصلاح و نیکو خوی و حلال خواره بود، که خوی بد از دایه سرایت کند، و شیر که از حرام حاصل آید پلید بود: چون گوشت و پوست کودک از آن روید، اندر طبع وی باز آن^۳ مناسبتی پدیدار آید که پس از بلوغ ظاهر شود.

و چون زبان وی گشاده شود، باید که اول سخن وی «الله» باشد، و این وی را تلقین همی کند. و چون چنان شود که اندر بعضی لچیزها شرم دارد، این بشارتی باشد و دلیل آن بود که پرتو نور عقل بر وی افتاده باشد. از شرم شحنه ای سازد که وی را هر چه زشت باشد تشویر^۴ همی دهد. و اول چیزی که اندر وی پیدا آید، شره طعام بود: باید که آداب خوردن

۱- (قرآن، ۶/۶۶). ۲- ص ۲۲/ح ۱. ۳- باز آن، با آن. ۴- تشویر دادن،

به وی آموختن گیرد تا به دست راست خورد، و بسم الله بگوید، و به شتاب نخورد، و خُرد بخاید، و چشم بر لقمه دیگران نیفکند، و تا یک لقمه فرو نبرد دست به دیگر لقمه نبرد، و دست و جامه آلوده بنکند. و گاه گاه وی را نان تهی دهد تا همیشه خوی فرا نانخورش نکند. و بسیار خوردن اندر چشم وی زشت بکند و گوید: «این کار ستوران و بیخردان باشد.» و کودک بسیار خوار را در پیش او عیب کند و کودک اندک خوار و با ادب را پیش وی ثنا گوید، تا رگ مباحات اندر وی بجنبد و وی نیز چنان کند.

و جامه سپید در چشم وی بیاراید، و جامه ابریشمین و رنگین در چشم وی نکوهیده دارد و گوید که «آن کار زنان باشد و کار رعنیان، و خوبستن آراستن کار مختثان^۱ بود نه کار مردان.» و نگاه دارد^۲ تا کودک آن که جامه ابریشمین دارند و تنعم کنند با وی نیوفتند و ایشان را نبیند، که آن هلاک وی بود، که وی را نیز آرزو کند.

و از قرین بد نگاه دارد، که هر کودک که وی را نگاه ندارند، شوخ و دروغزن و لجوج و بیباک گردد، و به روزگار دراز این از طبع وی نشود. و چون به دبیرستان^۳ دهد، قرآن بیاموزد. پس از آن به اخبار و حکایات پارسایان و سیرت صحابه و سلف مشغول کند. و البته نگذارد که به اشعار که در وی حدیث عشق و صفت زنان باشد مشغول شود. و نگاه دارد وی را از ادیبی که گوید: «طبع بدان لطیف شود.» که آن نه ادیب بود، بلکه آن شیطان بود که آن تخم فساد اندر دل وی بکارد.

و چون کودک کاری نیک بکند و خوی نیکوبروی پدید آید، وی را بر آن بستاید و چیزی دهد وی را که بدان شاد شود و اندر پیش مردمان بروی ثنا گوید. و اگر خطایی کند یک بار دوبار نادیده انگارد، تا سخن خوار^۴ نشود - خاصه که پنهان دارد - چه اگر بسیار گفته آید با وی، دلیر شود و

۱- مختث، مرد زن رفتار وزن صفت. ۲- مواظب باشد. ۳- دبیرستان، مکتب.

۴- خوار، بی قدر.

آشکارا بکند. چون معاودت کند، یک بار اندر سیر تویخ کند و گوید: «ز ینهار تا کس از تو این بندانند، که رسوا شوی در میان مردمان، و تورا به هیچ کس بندانند.»^۱ و پدر باید که حشمت خویش با وی نگاه دارد، و مادر وی را به پدر همی ترساند.

و باید که نگذارد وی را که به روز بخسبد، که کاهل شود. و شب بر جامه^۲ نرم نخواستند تا تن وی قوی شود.

و هر روز یک ساعت وی را از بازی باز ندارد تا فرهخته شود و تنگدل نشود که از آن بدخوی گردد و کوردل شود.

و وی را خویی فرا کند بدانکه با همه کس تواضع کند، و بر سر کودکان فخر نکند و لاف نزند.

و از کودکان چیزی فرایستاند، بلکه بدیشان دهد. و گوید که «بستدن کار گدایان باشد و بیهمتایان.» و طمع ز روسیم و کالا که از کسی فرایستاند، البته راه باز ندهد که از آن هلاک شود و در کارهای زشت افتد.

و وی را بیاموزد تا آب دهن و بینی پیش مردمان نیندازد، و پشت با مردمان نکند، و بادب نشیند و دست فرا زیر زنخندان نهد که آن دلیل کاهلی باشد، و بسیار نگوید، و البته سوگند نخورد، و سخن نگوید تا نپرسند، و هر که مهتر از وی بود وی را حرمت دارد و اندر پیش وی نرود،^۳ و زبان وی از لعنت و فحش نگاه دارد؛ و چون معلم وی را بزند بگوید تا فریاد و جزع بسیار نکند و شفیع نینگیزد، و صبر کند و بگوید که «کار مردان این باشد، و بانگ کردن کار زنان بود و پرستاران.»^۴

چون هفت ساله شد به نماز و طهارت فرماید به رفق. چون ده ساله شد، اگر در نماز تقصیر کند بزند و ادب کند.

و دزدی و حرام خوردن و دروغ گفتن اندر چشم وی زشت گرداند، و

۱- تورا کس شمارند، بر تو قدری نهند. ۲- جامه نرم، جامه خواب، رختخواب.

۳- بر سر کودکان، در جمع کودکان. ۴- پیشاپیش بزرگتر از خود راه نرود.

۵- پرستار، کنیز، خادمه.

همیشه آن را همی نکوهد.

چون چنین پروردند، هرگه که بالغ شود آسرار این آداب با وی بگویند که «مقصود از طعام آن است که بنده را قوت طاعتِ خدای - تعالی - بَدَد؛ و مقصود از دنیا زادِ آخرت است - که دنیا با کس بنماند، و مرگ ناگاه اندر آید - عاقل آن بَدَد که از دنیا زادِ آخرت برگیرد تا به بهشت و خشنودی خدای - تعالی - رسد؛ و صفتِ بهشت و دوزخ با وی بگفتن گیرد و ثواب و عقاب کارها با وی همی گوید. چون به ابتدا بادب پرورید، این سخنها چون نقش برسنگ بَدَد؛ و اگر فرا گذاشته باشند،^۱ چون خاک از دیوار فروریزد.

سهل تستری (ره) گوید: سه ساله بودم که شب نظاره کردمی اندر خال^۲ خویش، محمد سوار، که نماز شب کردی، یک راه مرا گفت: «آن خدای را که تورا بیافرید، یک راه یاد نکنی ای پسر؟» گفتم: «چگونه یاد کنم؟» گفت: «شب که اندر جامه خواب همی گردی، سه بار بگوی - به دل نه به زبان: خدای - تعالی - با من است، خدای - تعالی - به من همی نگرد: خدای - تعالی - مرا همی بیند.» گفتم: «چند شب آن همی بگفتم.» پس گفت: «هر شبی هفت بار بگوی.» همی گفتم. پس گفت: «هر شبی پانزده بار بگوی.» همی گفتم. پس حلاوت آن در دل من افتاد. چون سالی برآمد، مرا گفت: «آنچه تورا گفتم یاددار همه عمر، تا آنکه که در گور نهند تورا، که این دست گیرد تورا اندر این جهان و آن جهان.» چند سال همی گفتم تا حلاوت آن در سر^۳ من پدید آمد. پس یک روز خال مرا گفت: «هر که حق - تعالی - با وی بَدَد و به وی همی نگرد و وی را همی بیند، معصیت نکند. زینهار که معصیت نکنی! که وی تورا همی بیند.» پس مرا به دبیرستان فرستادند. دل من پراکنده می شد، گفتم: «هر روز یک ساعت بیش مفرستید.» تا قرآن بیاموختم، و آنگاه هفت ساله بودم. چون ده

۱- رها کرده باشند. ۲- خال، دایی. ۳- توجه دارد. ۴- سر، باطن، ضمیر.

ساله شدم روزه پیوسته داشتمی و نان جوین خوردمی تا دوازده ساله شدم. اندر سال سیزدهم مرا مسئله‌ای اندر دل افتاد، گفتم: «مرا به بصره فرستید تا از علمای بصره بپرسم.» بفرستادند. و از همه علمای بصره پرسیدم، حل نکردند. به عبادان^۱ مردی را نشان دادند، آنجا شدم، وی مسئله من حل کرد. مدتی با وی بودم. پس با تستر^۲ آمدم، و به یک درم سیم جو خریدم، و روزه به نان جوین گشادمی - بی نانخورش - و یک سال به یک درم سیم بسنده کردم. پس عزم کردم که به سه شبان روز هیچ چیز نخورم تا برآن قادر شدم. پس فرا پنج شدم، و فرا هفت شدم، تا به بیست و پنج شبان روز رسانیدم که هیچ چیز نخوردمی و بیست سال بر این حال صبر کردم. و شب همه زنده داشتمی.

این حکایت برای آن کرده آمد تا معلوم گردد که هر کار که عظیم بود، تخم آن اندر کودکی افکنده باشند. والسلام.

پیدا کردن شرایط مرید اندر ابتدای مجاهده و چگونگی رفتن راه دین به ریاضت

بدان که هر که به حق نرسید از آن بود که راه نرفت؛ و هر که راه نرفت از آن بود که طلب نکرد؛ و هر که طلب نکرد از آن بود که ندانست و ایمان وی تمام نبود. چه، هر که بداند که دنیا منقص است و روزی چند است، و آخرت صافی است و جاوید است، اردات طلب زاد آخرت اندروی پیدا آید، و بروی بس دشوار نبود که چیزی حقیر اندر عوض چیزی نفیس دهد، که امروز کوزه سفالین بگذاشتن تا که فردا کوزه زرین بستاند بس دشوار نبود.

پس سبب این همه ضعف ایمان است، و سبب ضعف ایمان

۱- عبادان، شهر آبادان کنونی. ۲- باتستر، به تستر (شوشتر).

برسیدن^۱ راهبران است که دلیل و راهبر راه دین علمای پرهیزگار باشند، و این برسیده است.^۲ چون راهبر و دلیل نیست، راه خالی بمانده است، و خلق از سعادت خویش بازمانده اند. و آنکه مانده است از علما، دوستی دنیا بردل ایشان غالب شده است. چون ایشان اندر طلب دنیا باشند، خلق را از دنیا به آخرت چون خوانند؟ و راه دنیا ضد راه آخرت است، که دنیا و آخرت چون مشرق و مغرب است؛ که به هر کدام که نزدیکتر می شوی، از آن دیگر دور می شوی.

پس اگر کسی را ارادت حق - عزوجل - پدید آید، و از آن جمله شود که حق - تعالی - می گوید: *وَمَنْ أَرَادَ الْآخِرَةَ، بَايَدَ كِه بَدَانَدَ كِه اَيْنَ كِه مِي كُويد: وَسَعَىٰ لَهَا سَعْيُهَا*^۳، که چیست آن سعی. و بدان که آن سعی رفتن راه است. و رونده را اول شرایط آن است که از پیش به جای باید آورد؛ آنگاه دستاو یزی هست که به وی اعتصام باید کرد؛ آنگاه حصنی هست و حصارى که پناه با وی باید داد.

[حجابهای میان حق و خلق]

اما شرط آن است که اول، حجاب میان خود و حق بردارد تا از آن قوم نباشد که حق - تعالی - می گوید: *وَجَعَلْنَا مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ سَدًّا وَمِنْ خَلْفِهِمْ سَدًّا*^۴ و حجاب چهار است: مال و جاه و تقلید و معصیت.

۱- برسیدن، تمام شدن، باقی نماندن. ۲- عالم پرهیزگار تمام شده و باقی نمانده است. در «ترجمه احياء»: پس مانع از رسیدن عدم راه رفتن است، و مانع راه رفتن عدم ارادت، و مانع ارادت عدم ایمان، و سبب عدم ایمان، عدم راه نمایندگان و پند دهندگان و عارفان که راه خدای نمایند، و بر حقارت دنیا، و نیستی آن، و بزرگی کار آخرت و همیشگی آن، تنبیه فرمایند. (مهلکات، ص ۲۰۴)

۳- *وَمَنْ أَرَادَ الْآخِرَةَ وَسَعَىٰ لَهَا سَعْيَهَا وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَئِكَ كَانَ سَعْيُهُمْ مَشْكُورًا* (قرآن، ۱۹/۱۷)، و هر که آخرت می خواهد و سرای پسین و آن را کار آن کند و [در آن کار که می کند] گرویده بود خدای را - تعالی - به یکتایی شناسا، ایشان آن اند که کار که کردند آن از ایشان پسندیده آید و پاداش داده.

۴- (قرآن، ۹/۳۶) و کردیم پیش ایشان دیواری [تا فرا حق نبینند] و از پس ایشان دیواری [تا حق نشوند].

اما مال از آن^۱ حجاب است که دل را مشغول همی دارد، و راه نتوان رفت الا به دن فارغی: باید که مال از پیش برگیرد، الا به مقدار حاجت که اندر آن مشغله‌ای نباشد. و اگر کسی باشد که هیچ چیز ندارد، و تیماروی دیگری می‌دارد، راه وی زودتر انجام کند.

اما حجاب جاه و حشمت بدان برخیزد که بگر یزد و جایی شود که وی را نشناسند؛ که چون نامدار بود، همیشه به خلق و به لذت اقبال خلق مشغول باشد، و هر که از خلق لذت یابد به حق نرسد.

اما تقلید حجاب از آن است که چون مذهب کسی اعتقاد کرد، و بر سبیل جدل سخن وی بشنید، هیچ چیز دیگر اندر دل وی جای نماند. باید که آن فراموش کند و به معنی *لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ* ایمان آورد و تحقیق آن از خویشتن طلب کند. و تحقیق وی آن بود که وی را هیچ معبود نماند که طاعت دارد وی را جز حق- تعالی و هر که هوی بر وی غالب بود، هوی معبود وی بود. و چون این حال حقیقت شود، باید که کشف کارها از مجاهده جوید نه از مجادله.

و اما معصیت حجاب مهین است؛ که هر که بر معصیت مُصر باشد، دل وی تاریک بود: حق وی را چگونه منکشف شود؟ خاصه قوت حرام، که آن اثر که قوت حلال کند اندر نور دل هیچ چیز نکند. و اصل آن است که از لقمه حرام حذر کند، و قوت جز حلال نخورد. و هر که خواهد که آسرار دین و شریعت وی را مکشوف شود پیش از آنکه ظاهر شرع همه به معاملات به جای آورد، همچون کسی بود که خواهد که تفسیر قرآن براند پیش از آنکه تازی بیاموزد.

[دلیل راه]

و چون این حجابها برگرفت، مثل وی چون کسی بود که طهارت کرد و شایسته نماز گردید. اکنون وی را امام حاجت بود که به وی اقتدا کند. و آن پیر است، که بی پیر راه رفتن راست نیاید: که راه پوشیده است و راههای شیطان به راه حق آمیخته است، و راه حق یکی است و راه باطل هزار، چگونه ممکن گردد بی دلیل راه بردن؟ چون پیر به دست آورد، کار خویش باید که جمله با وی گذارد، و تصرف خود اندر باقی کند،^۱ و بداند که منفعت وی اندر خطای پیر بیش از آن بود که اندر صواب خویش. و هر چه شنود از پیر که وجه آن بداند، باید که از قصه موسی و خضر - علیهما السلام - یاد آورد،^۲ که آن برای حکایت پیر و مرید است، که مشایخ چیزها بدانسته باشند که به عقل فراسر آن نتوان شد.

اندر روزگار جالینوس، یکی را از انگشتی از دست راست درد خاست. طبیبان ناقص علم، دارو بر انگشت وی می نهادند، هیچ سود نداشت. جالینوس دارو بر کتف چپ وی نهاد، گفتند: «این چه ابلهی است! درد اینجا و دارو آنجا، چه سود دارد؟» انگشت بهتر شد. و سبب آن بود که وی بدانسته بود که خلل اندر اصل عصب اوفتاده است، و دانسته بود که اعصاب از دماغ و پشت آید، و آنکه از چپ خیزد به جانب راست آید، و آنکه از راست خیزد به جانب چپ آید. و مقصود از این مثالی است تا بدانند که اندر باطن مرید راهیچ تصرف نباید که بود.

از خواجه بوعلی فارمذی (ره) شنیدم که گفت: یک راه شیخ خویش را - ابوالقاسم گرگانی (ره) که پیر^۳ من بود - خوابی حکایت کردم، بر من

۱- اندر باقی کردن، در باقی کردن، ترک کردن، به دور افکندن.

۲- اشاره به داستان موسی و رهبری از رهبران خدا (خضر) که در سوره کهف (۱۸) قرآن آمده است، موسی رهبری (خضر) را پذیرفت لیکن به سه کار او (سوراخ کردن کشتی، کشتن نوجوان، دست باز نهادن و با جای بردن دیواری که می خواست بیفتد از بیخ) انکار کرد چون غایبات آنها را به عقل نمی توانست دریابد. (قرآن، ۱۸/۶۵ به بعد).

۳- در اینجا «شیخ» به معنی استاد و «پیر» به معنی مراد است.

خشم گرفت و یک ماه با من سخن نگفت. و من آن را هیچ سبب نمی دانستم تا آنگاه که بگفت که «اندر آن حکایتِ خواب چنین گفتی که 'تو- که شیخی- با من سخن چنین گفتی اندر خواب، من گفتم: چرا؟'» گفت: «اگر اندر باطن تو چرا را جانبودی، اندر خواب بر زبان تو نرفتی.»

پس چون کار به پیر تفویض کرد. اول کار پیر آن بود که وی را در حصاری کند که آفات گرد وی نگردهد. و آن حصار چهار دیوار دارد: یکی خلوت، و یکی خاموشی، و یکی گرسنگی، و یکی بیخوابی؛ که گرسنگی راه شیطان بسته دارد، و خواب اندک دل را روشن کند، و خاموشی پراکندگی حدیث از دل باز دارد، و خلوت ظلمتِ خلق از وی بگرداند و راه چشم و گوش بسته دارد.

سهل تستری (ره) گوید که «آبدالان که آبدال شدند به^۱ عزلت و گرسنگی و خاموشی و بیخوابی شدند.»

چون از راه مشغله بیرون برخاست، آنگاه راه رفتن گیرد. و اول راه آن بود که عقبات راه، پیشین بریدن گیرد. و عقبات راه صفت‌های نکوهیده است در دل. و آن بیخ کارهاست که از آن باید بگریخت - چون شره مال و جاه و شره تنعم و تکبر و ریا و غیر آن - تا مادتی مشغله از باطن قطع اوفتد و دل خالی شود. و باشد که کسی از این همه خالی باشد تا به یک چیز بیش آوده نبود، پس جهد قطع آن کند به طریقی که شیخ صواب بیند و به وی لایقتر داند، که این به احوال بگردد.^۲ اکنون چون زمین خالی کرد، تخم پاشیدن گیرد؛ و تخم ذکر حق - تعالی - است، چون از غیر وی خالی شد. پس اندر زاویه بنشیند و الله الله همی گوید، بر دوام - به دل و زبان - تا آنگاه که به زبان خاموش شود و دل گفتن گیرد. آنگاه دل نیز از گفتن باز ایستد و معنی کلمت بر دل غالب شود - آن معنی که اندر وی حروف نبود، و تازی و پارسی نبود - که گفتن به دل هم حدیث بود، و حدیث غلاف و پوست این

۱- به، با، به وسیله. ۲- به اختلاف احوال تغییر کند و مختلف باشد.

تخم است نه عین تخم. پس آن معنی باید که اندر دل متمکن شود و مستولی شود و غالب گردد، چنانکه تکلفی نباید کرد که دل را فرا آن دارد، بلکه چون عاشقی شود که دل از آن به تکلف باز نتواند ستدن.

شبلی فرامرید خویش - حصری - گفت که «اگر از جمعه تا جمعه که به نزدیک من آیی، جز حق - تعالی - بر دل تو گذر کند، حرام بود بر تو به نزدیک من آمدن.»

پس چون دل از خار و سواس دنیا خالی کرد و این تخم بنهاد، نیز هیچ چیز بنماند که به اختیار تعلق دارد؛ و اختیار کرد تا آنجا بود. پس از این، منتظر همی باشد تا چه روید و چه پیدا آید. و غالب آن بود که این تخم ضایع نشود که حق - تعالی - همی گوید: *وَمَنْ كَانَ يُرِيدُ حَرْثَ الْآخِرَةِ نَزِدْ لَهُ فِي حَرْثِهِ*^۱ گوید: هر که کار آخرت برزد^۲ و تخم بپاشد، ما زیادت ارزانی داریم وی را.

و از اینجا احوال مریدان مختلف بود: کس باشد که وی را معنی این کلمت آشکارا پدید آمدن گیرد، و خیالهای باطل پیش وی آید. و کس باشد که از این رسته بود، و لکن جواهر ملایکه و ارواح انبیا وی را به صورتهای نیکو نمودن گیرد - چنانکه اندر خواب بود، و چشم باز کرده بود نیز، که آن همی بیند. و پس از این، احوالی دیگر بود که شرح آن دراز است، در گفتن آن فایده ای نبود که آن راه رفتن است نه راه گفتن، و هر کسی را چیزی دیگر پیش آید. و آن که راه خواهد رفت، اولیتر آنکه از آن خود هیچ چیز نشنیده باشد، که انتظار آن دل وی مشغول کند و حجاب گردد.

آن قدر که تصرف علم را به وی راه است تا اینجاست. و از گفتن مقصود آن است تا بدان ایمان پدیدار آید، که بیشتر علما این را منکر باشند، و هر چه از تعلم عادت^۳ اندر گذشت، خود باور نکنند.

اصل دوم. - از عَقَبَاتِ راه دین، شهوتِ شکم و فَرَج است

بدان که معده حوض تن است، ورگها که از وی همی شود به هفت اندام، چون جویهاست، و منبع همه شهوتها معده است. و این غالبترین شهوتی است بر آدمی. چه، آدم که از بهشت بیرون افتاد به سبب این شهوت بیوفتاد. و آنگاه این شهوتِ اصل همه شهوتهای دیگر است؛ که چون شکم سیر شد، شهوتِ نکاح جنبیدن گیرد. و به شهوتِ شکم و فَرَج قیام نتوان کرد الا به مال؛ پس شره مال پدیدار آید. و مال به دست نتوان آورد الا به جاه و حشمت؛ پس شره جاه پدیدار آید. و مال و جاه نگاه نتوان داشت الا به خصومت با خلق؛ و از آن حسد و تعصب و عداوت و کبر و ریا و کین و جدل همه پدیدار آید.

[علاج شهوتِ شکم]

پس معده را فرا گذاشتنِ اصل همه معصیتهاست، و زبردست داشتنِ شکم و گرسنگی عادت کردنِ اصل همه خیرهاست. و ما اندر این اصل فضلِ گرسنگی بگوییم، پس فایده‌های گرسنگی بگوییم، پس طریق ریاضت اندر اندک خوردن بگوییم، پس اختلاف احوال مردمان در آن بگوییم، پس آفتِ ریا به کم خوردن بگوییم، پس آفتِ شهوتِ فَرَج و ثوابِ کسی که شهوت از آن نگاه دارد بگوییم.

پیدا کردن فضیلت و ثواب گرسنگی

رسول (ص) گفت: «جهاد کنید با خویشتن به گرسنگی و تشنگی، که ثواب آن چون ثواب جهاد است با کفار و هیچ کردار نزدیک حق - تعالی - دوستتر از گرسنگی و تشنگی نیست.» و گفت (ص): «هر که شکم پر کرد، وی را به ملکوت آسمان راه ندهند.» و پرسیدند از رسول که «فاضلترین کیست؟» گفت (ص): «آنکه اندک خورد و اندک خندد، و به عورت پوشی قناعت کند!» و گفت (ص): «سید و مهتر همه کردارها گرسنگی است.» و گفت (ص): «جامه پوشید، و طعام و شراب خورید اندر نیم شکم که آن جزوی است از نبوت.» و گفت (ص): «اندیشه یک نیمه عبادت است، و اندک خوردن جمله عبادت است.» و گفت: «فاضلترین شما به نزدیک حق - تعالی - آن است که تفکر و گرسنگی وی درازتر است؛ و دشمنترین شما به نزدیک حق - تعالی - آن است که طعام بسیار خورد و آب بسیار خورد و بسیار خسبد.» و گفت: «حق - تعالی - با فریشتگان مباحات کند به کسی که اندک خورد، و گوید: 'بنگرید! که وی را مبتلا بکردم به شهوت طعام و برای من دست بداشت؛ گواه باشید ای فریشتگان! که به هر لقمه که بگذاشت، درجه ای اندر بهشت وی را بدهم.'» و گفت (ص): «دل‌های خود را مرده مگردانید به بسیاری طعام و شراب، که دل همچون کشت است: که چون آب بسیار اندر وی شود بمیرد.» و گفت (ص): «آدمی هیچ وعاء^۲ پر نکند بتر از شکم. بس بود آدمی را لقمگکی چند که پشت وی راست همی دارد؛ و اگر چاره نباشد، سه یکی از شکم طعام را و سه یکی شراب را و سه یکی نفس را.» و به دیگر روایت: «سه یکی ذکر را.»

و عیسی (ع) گفت: «خویشتن را گرسنه و برهنه دارید تا باشد که دل‌های شما حق را ببیند.»

۱- در «ترجمه احیاء»: کسی که کم خورد و کم خندد و راضی شود بدانچه عورت او را ببوشد... (ربیع مهلکات، ص ۲۲۲) ۲- وعاء، ظرف، آوند.

و رسول ما گفت (ص) که «شیطان اندر تن آدمی روان است چون خون در رگ: رهگذر وی تنگ بکنید به گرسنگی.» و گفت (ص): «مؤمن به یک روده خورد و منافق به هفت.» معنی آن است که شهوت و خورش منافق هفت چند آن است که از مؤمن.

عایشه (رض) گوید که رسول (ص) گفت: پیوسته در بهشت می کوبید^۱ تا درتان باز کنند.^۲ گفتم: «یا رسول الله! به^۳ چه گوئیم؟» گفت: «به گرسنگی و تشنگی.» و بوجحیفه را آروغی برآمد اندر پیش رسول (ص)، گفت: «دور دار این آروغ خویش؛ که هر که اندر این جهان سیرتر، اندر آن جهان گرسنه تر.» عایشه (رض) می گوید که «رسول (ص) هرگز سیر نخوردی، و بودی که مرا رحمت آمدی بروی از گرسنگی، دست به شکم وی فرود آوردی و گفتمی: 'تن من فدای توباد! چه باشد اگر از دنیا چندان بخوری که گرسنه نباشی؟' گفت: 'یا عایشه! اولوالعزم از پیغمبران، برادران من، از پیش برفتند، و از حق - تعالی - کرامتها یافتند؛ ترسم که اگر من تنعم کنم درجه من از درجه ایشان کمتر باشد. روزکی چند صبر کنم به اندکی، دوستر دارم از آنکه حظ من از آخرت کمتر باشد. و هیچ چیز بر من عزیزتر از آن نیست که به برادران خویش رسم؛» عایشه (رض) می گوید: «به خدای که رسول پس از این، یک هفته بیش زندگانی نیافت.»

و فاطمه (رض) پارگگی نان اندر دست داشت، به نزدیک رسول (ص) آمد. گفت: «این چیست؟» گفت: «یک قرص پخته بودم بی تو نتوانستم خورد.» گفت: «از سه روز باز، این پیشین طعام^۴ است که اندر دهان پدر تو خواهد رسید.»

بوهریره (رض) می گوید که «هرگز سه روز دمامد نان گندمین نخوردند اندر خانه رسول (ص).»

بو سلیمان دارانی (ره) می گوید که «یک لقمه از طعام شبانگاه

۱- می کوبید، بکوبید. ۲- درتان باز کنند، شما را (برای شما) در باز کنند. ۳- به، با.

۴- در «ترجمه احیاء»: این اول طعامی است... (ربع مهلکات، ص ۲۲۷).

کمتر خورم دوستتر دارم از آنکه همه شب تا روز نماز کنم.» و فضیل (رض) با خویشتن همی گفت: «از چه همی ترسی؟ از آن می ترسی که گرسنه بمانی؟ هیهات! که حق- تعالی- گرسنگی به محمد دهد و اصحاب وی، و از تو و امثال تو بازدارد.»^۱ و کهمس (ره) گفت: «بار خدایا مرا گرسنه و برهنه همی داری، و با خود به شبهای دراز اندر خلوت همی داری، این منزلت به چه یافتم نزدیک تو؟ که تو این با اولیای خویش کنی.» مالک دینار گفت: خنک کسی که وی را چندان غله بود که کفایت وی باشد و از خلق بی نیاز بود.» محمد واسع (ره) گفت: «نه! که خنک کسی که بامداد گرسنه بود و شبانگاه گرسنه بود و از حق- تعالی- بدان خشنود بود.» و سهل تستری گفت: «بزرگان و زیرکان نگاه کردند هیچ چیز نافعتر اندر دین و دنیا از گرسنگی ندیدند و هیچ چیز اندر آخرت زیانکارتر از سیری ندیدند.» عبدالواحد زید گفت که «حق- تعالی- هیچ کس را به دوستی نگرفت مگر به گرسنگی، و هیچ کس برآب نرفت^۲ الا به گرسنگی، و هیچ کس را زمین در نوشتند تا شبی صد فرسنگ برفت^۳ الا به گرسنگی. و اندر خیر است که موسی (ع) اندر آن چهل روز که حق- تعالی- با وی سخن خواست گفت هیچ چیز نخورد.

پیدا کردن فواید گرسنگی و آفات سیری

بدان که فضل گرسنگی نه از آن است که اندر وی رنج است،

۱- در «ترجمه احیاء»: از چه می ترسی؟ می ترسی که گرسنه مانی؟ مترس! از آنکه تو نزدیک خدای خوارتر از آنی که ترا گرسنه دارد، محمد (ص) و یاران او را گرسنه داشت. (ربع مهلکات، ص ۲۲۷).
 ۲- برآب راه نرفت. ۳- به هیچ کس توانایی در نوشتن زمین ندادند که در نتیجه هرشب صد فرسنگ بپیماید (مراد طوی الارض است). در «ترجمه احیاء»، و طی الارض نکردند مگر به گرسنگی. (ربع مهلکات، ص ۲۳۰).

چنانکه فضل دارو نه از آن است که تلخ است، لکن اندر گرسنگی ده فایده است:

فایده اول آنکه دن صافی و روشن گردانند؛ و سیری مردم را کوردل و گند اندیشه کند، و بخاری از معده بر دماغ شود که مردم را کالیو^۱ کند تا اندیشه بشولیده^۲ شود. و از این گفت رسول (ص) که «دل‌های خویش را زنده گردانید به اندک خندیدن و پاک گردانید به گرسنگی تا صافی تُتک^۳ شود.» و گفت (ص): «هر که خویشتن گرسنه دارد دل وی زیرک شود و اندیشه وی عظیم گردد.» شبلی (ره) گفت: «هیچ روز گرسنه ننشستم لله را^۴ که نه اندردل خویش حکمتی و عبرتی یافتم تازه.» و رسول (ص) گفت: «سیر مخورید که نور معرفت اندر دل شما کشته شود.»^۵ پس چون معرفت راه بهشت است، و گرسنگی درگاه معرفت است، گرسنه بودن در بهشت زدن است، چنانکه گفت اَدْبُمَا قَرَعَ بَابَ الْجَنَّةِ بِالْجُوعِ.^۶

فایده دوم آنکه دن رقیق شود چنانکه لذت ذکر و مناجات بیابد. و از سیری قَسْوَت و سختی دل خیزد تا هر ذکر که همی کند بر سر زبان باشد و اندر درون دل نشود. جنید (ره) می گوید: «هر یکی از شما میان خود و میان حق - تعالی - توبره پرطعام بنهاده است و آنگاه همی خواهد که لذت مناجات یابد؛ هرگز این نبود.»

فایده سوم آنکه بَطَر^۷ و غفلت دروازه دوزخ است، و شکستگی و بیچارگی و عاجزی درگاه بهشت است؛ و سیری بَطَر و غفلت آورد، و گرسنگی عاجزی و شکستگی آورد. و تا بنده خود را به چشم عجز نبیند - که

۱- گیج، کودن ۲- پریشان. ۳- رقیق، نرم ← ص ۲۴/ح ۳.

۴- برای خدا. ۵- خاموش شود.

۶- کوفتن در بهشت را با گرسنگی ملازم شوید. ۷- بَطَر ← ص ۲۱/ح ۶.

به یک لقمه که از وی درگذرد، جهان بر وی تنگ و تاریک شود- عَزَّ و قُدْرَتِ خِداوند نَبیند. و برای این بود که کلید خزاین روی زمین بر رسول (ص) عرضه کردند گفت: «نخواهم، مگر روزی سیری و روزی گرسنگی: چون گرسنه شوم صبر کنم و چون سیر باشم شکر کنم.»

فایدهٔ چهارم آنکه چون سیر بود، گرسنگان را فراموش کند و بر خلق خدای شفقت نبرد و عذاب آخرت فراموش کند؛ و چون گرسنه بود، از گرسنگی اهل دوزخ یاد آورد؛ و چون تشنه بود، از تشنگی اهل قیامت یاد آورد. و خوف آخرت و شفقت بر خلق از درگاههای بهشت است. و بدین بود که یوسف (ع) را گفتند که «خزانهٔ روی زمین تو داری، گرسنه چرا باشی؟» گفت: «ترسم که اگر سیر شوم، درویشانِ گرسنه را فراموش کنم.»

فایدهٔ پنجم آن است که سر^۱ همه فایدهها و سعادتهاست که کسی نفس خویش را زیر دست خویش کند، و شقاوت آن است که وی زیر دست نفس بود؛ و چنانکه ستور سرکش حزبه گرسنگی رام و نرم نتوان کرد، نفس آدمی همچنین. و این یک فایده نیست که این کیمیای فواید است؛ چه همه معصیتها از شهوات خیزد و همه شهوات از سیری خیزد.

ذوالنون (ره) می گوید: «هرگز سیر نخوردم، که نه معصیت کردم یا قصد معصیت کردم.» و عایشه (رض) می گوید که «اول بدعتی که از پس رسول (ص) پدید آمد سیری بود، که چون قوم سیر بخوردند، نفس ایشان سرکشی اندر گرفت.»

و اگر به سبب، گرسنگی هیچ فایده نبود مگر آنکه شهوت فَرَج ضعیف شود و شهوت سخن بشود،^۲ تمام است؛ که هر که سیر بخورد، به فضول گفتن و غیبت کردن مشغول شود و شهوت فَرَج غالب شود. اگر فرح نگاه دارد، چشم

۱- در «ترجمهٔ احیاء»: و آن فایده‌های بزرگ است (ربع مهلکات، ص ۲۳۵). ۲- برود.

نگاه دارد؛ و اگر چشم نگاه دارد، اندیشه دل نگاه دارد؛ و گرسنگی همه را کفایت کند. و برای این گفتند بزرگان که «گرسنگی گوهری است اندر خزانه حق - تعالی: بدان دهد که دوستش دارد، و به هر کس ندهد.» و یکی از حکما گفته است که «هر مرید که سالی نانِ تهی خورد و نیمه آن خورد که عادت وی باشد، خدای - تعالی - اندیشه زنان را از دل وی برگیرد.»

فایده ششم اندک خفتن، که اصل همه عبادات و مناجات و ذکر و فکر است، خاصه به شب؛ و هر که سیر بخورد، خواب بر وی غلبه کند و همچون مرداری بیوفتد و عمر وی ضایع شود. و یکی از پیران بر سر سفره هر شب منادی کردی که «ای مریدان! نان بسیار مخورید که آنگاه آب بسیار خورید، و آنگاه بسیار خسبید، و آنگاه حسرت اندر قیامت بسیار خورید.» و هفتاد صدیق (ره) اتفاق کرده اند بر آنکه بسیار خفتن از آب بسیار خوردن است؛ و چون سرمایه آدمی عمر است، و هر نفسی گوهری است که بدان سعادت آخرت صید توان کردن، و خواب عمر به زیان آورد و ضایع کند، چه چیز بود عزیزتر از آن که خواب دفع کند؟ و هر که تهجد کند بر سیری، لذت مناجات نیابد و خواب غلبه کند و باشد که احتلام افتد و به شب غسل نتواند کرد و جُنب بماند و از عبادت بازماند و اندر رنج غسل افتد. و اگر به گرمابه شود، باشد که سیم ندارد؛ و بود که اندر گرمابه چشم بر عورت کسی افتد، و بسیاری آفت از آن تولد کند. بوسلیمان دارانی گوید که «احتلام عقوبت است.» و از این سبب گوید که آن اثر سیری باشد.

فایده هفتم آنکه روزگار بر وی فراخ شود و به عمل و به علم پردازد. که چون بسیار خورد، خوردن و پختن و خفتن و خریدن و ساختن و انتظار اسباب آن کردن، همه روزگار ببرد؛ و آنگاه به طهارت جای شدن و طهارت

کردن، این همه روزگار ببرد. و هر نفسی گوهری است. و سرمایه آدمی آن است: ضایع کردن بی ضرورتی ابله‌ی باشد.

سری سَقَطی گفت که «علی گرگانی را دیدم پست جو باز دهان می انداخت، گفتم: چرانا ن نخوری؟» گفت: میان این و میان آنکه نان خورم هفتاد بار تسبیح تفاوت همی کند و روزگار ضایع نمی کنم؛ و بدین سبب چهل سال است تا نان نخورده‌ام تا نباید خاییدن و این سود از من فوت نشود.» و شک نیست که هر که گرسنگی عادت گیرد، روزه داشتن بروی آسان شود و اندر مسجد اعتکاف تواند داشت و همیشه بر طهارت تواند بود. و چنین فایده‌ها نزدیک کسانی که تجارت آخرت کنند تحقیر نبود.

بوسلیمان دارانی گوید که «هر که سیر بخورد، شش چیز به وی درآید: حلاوت عبادت نیابد؛ و حفظ وی در یادداشتن حکمت کند شود؛ و از شفقت بر خلق محروم ماند- که پندارد که همه همچنان سیرند؛ و عبادت بروی گران شود؛ و شهوتهای وی زیادت گردد؛ و مؤمنان همه گرد مسجدها گردند و وی گرد طهارت جای گردد و مزبله‌ها.»

فایده هشتم آنکه هر که اندک خورد همیشه تندرست باشد، و از رنج بیماری و مؤنت دارو و ناز طبیب و رنج حجامت کردن و داروی تلخ خوردن رسته شود. و حکما و طبیبان اتفاق کردند که هیچ چیز نیست که همه نفع است و اندر وی هیچ زیان نیست، مگر اندک خوردن. یکی از حکما گفته است که «بهترین چیزی که آدمی خورد و نافعترین، انار است، و بترین گوشت قدید^۲ است: و چون قدید^۲ اندک خورد بهتر از آنکه ناز بسیار خورد.» و اندر خبر است که «روزه دارید تا تندرست شوید.»

فایده نهم آنکه هر که اندک خورد، خرج وی اندک بود و به مال بسیار حاجتمند نشود. و همه آفتها و معصیتها و دل مشغولیها از حاجت به مال

۱- آردحورا به دهان می انداخت. ۲- قدید، گوشت خشک.