

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اخلاق اسلامی (۲)

رشته علوم و معارف اسلامی

پایه یازدهم

دوره دوم متوسطه

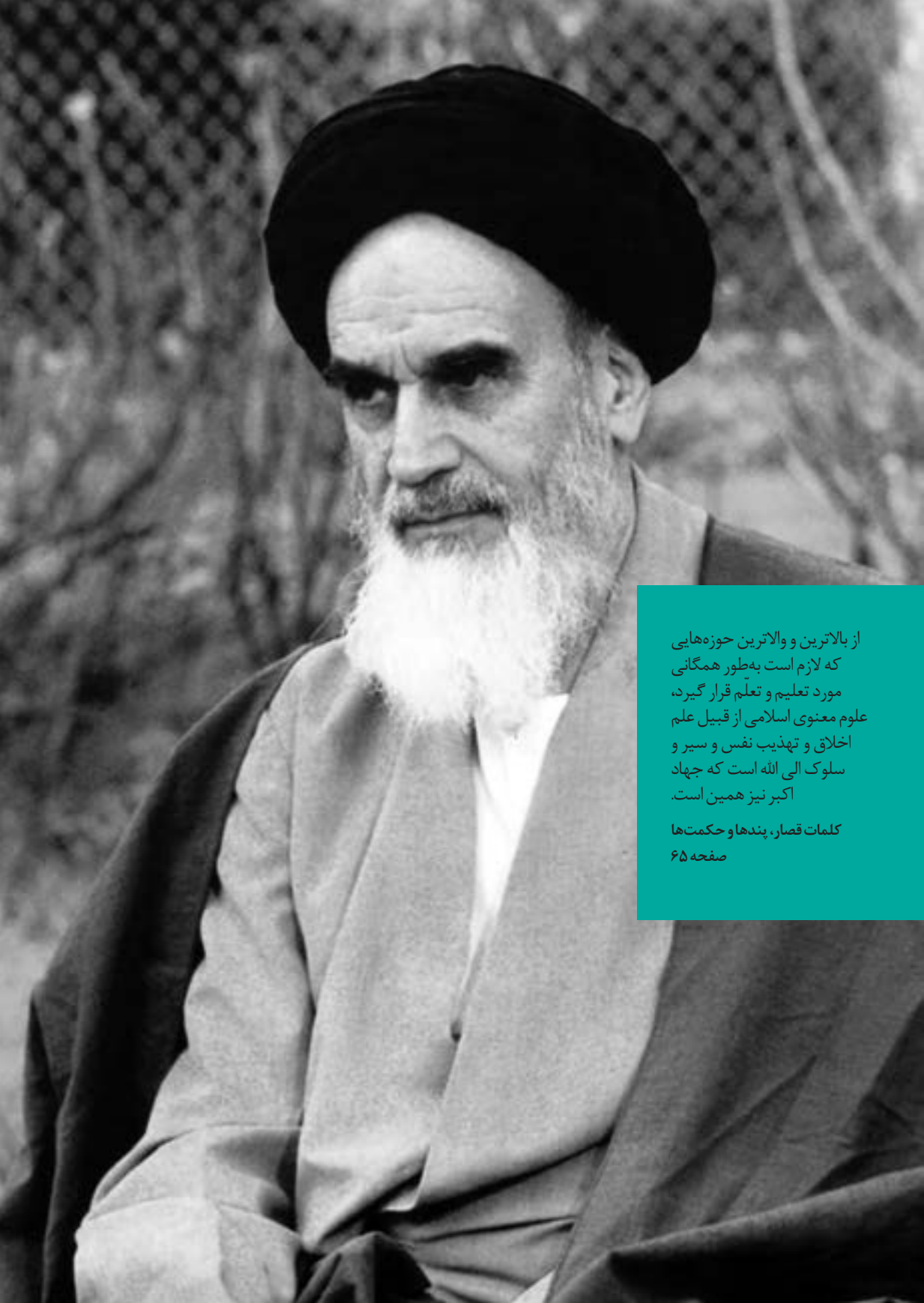
۱۳۹۶



وزارت آموزش و پرورش سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی

- نام کتاب: اخلاق اسلامی (۲) - پایه یازدهم دوره دوم متوسطه - ۱۱۱۲۳۵
- پدیدآورنده: سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی
- مدیریت برنامه‌ریزی درسی و تألیف: دفتر تألیف کتاب‌های درسی عمومی و متوسطه نظری
- شناسه افزوده برنامه‌ریزی و تألیف: فریال آمار، حمیدرضا تمدن، محمدمهدی حاجیان، سید یاسر حسینی، فضل الله خالقیان، سیدمحمد دلبری، زهرا زمردیان، سید سعید سیدحسینی، محمود متوشل آرانی، زهرا مشایخی، (اعضای شورای برنامه‌ریزی)
- مدیریت آماده‌سازی هنری: محمدمهدی عباسی آغوی (مؤلف)
- شناسه افزوده آماده‌سازی: اداره کل نظارت بر نشر و توزیع مواد آموزشی
- نشانی سازمان: لیدا نیک‌روش (مدیر امور فنی و چاپ) - جواد صفری (مدیر هنری، نگاشتارگر [طراح گرافیک] و طراح جلد) - مصطفی حسین‌زاده (صفحه‌آرا) - فاطمه باقری‌مهر، سیف‌الله بیک محمددلیوند، حسین چراغی و راحله زادفتح‌اله (امور آماده‌سازی)
- ناشر: تهران: خیابان ایرانشهر شمالی - ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش (شهید موسوی)
تلفن: ۸۸۸۳۱۱۶۱-۹، دورنگار: ۸۸۳۰۹۲۶۶، کد پستی: ۱۵۸۴۷۴۷۳۵۹
وبگاه: www.irtextbook.ir و www.chap.sch.ir
- چاپخانه: شرکت چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران تهران: جاده مخصوص کرج - خیابان ۶۱ (داروپخش) تلفن: ۴۴۹۸۵۱۶۱-۵، دورنگار: ۴۴۹۸۵۱۶۰، صندوق پستی: ۳۷۵۱۵-۱۳۹
- سال انتشار و نوبت چاپ: شرکت چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران «سهامی خاص»
چاپ اول ۱۳۹۶

شابک ۵-۲۹۰۶-۹۶۴-۹۷۸
ISBN: 978-964-05-2906-5



از بالاترین و والاترین حوزه‌هایی
که لازم است به‌طور همگانی
مورد تعلیم و تعلم قرار گیرد،
علوم معنوی اسلامی از قبیل علم
اخلاق و تهذیب نفس و سیر و
سلوک الی الله است که جهاد
اکبر نیز همین است.

کلمات قصار، پندها و حکمت‌ها
صفحه ۶۵

کلیه حقوق مادی و معنوی این کتاب متعلق به سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش است و هرگونه استفاده از کتاب و اجزای آن به‌صورت چاپی و الکترونیکی و ارائه در پایگاه‌های مجازی، نمایش، اقتباس، تلخیص، تبدیل، ترجمه، عکس‌برداری، نقاشی، تهیه فیلم و تکثیر به هر شکل و نوع، بدون کسب مجوز ممنوع است و متخلفان تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

فہرست مطالب

۸	اخلاق خدایی	درس اوّل :
۱۶	جنگ داخلی	درس دوم :
۲۴	سنگ‌ها را بردار!	درس سوم :
۳۶	امید به یار، بیم از نار	درس چهارم :
۴۵	در بند دوست	درس پنجم :
۵۴	درمان درد جان	درس ششم :
۶۴	چقدر می‌ارزی؟	درس ہفتم :
۷۴	آیین بی‌آزاری	درس ہشتم :
۸۳	شمع شو!	درس نہم :
۹۳	زیر نور ماہ	درس دہم :

سخنی با دانش‌آموزان

حرف اول

سراغ عابد رفت و پرسید : چطور کامل شوم؟ سرش را بلند کرد و گفت : فرزندم فقط خدا و بس. با خدا حرف بزن و به گناهانت اعتراف کن! بدون شناخت خدا و ارتباط با او کامل نمی‌شوی؟

با خود گفت گاهی با خدا درد دل می‌کنم ولی هنوز احساس درجا زدن دارم. نه این کافی نیست.

راهش را گرفت و رفت تا به مرتاضی رسید که در حال تفکر بود. پرسید : راه کامل شدن از کدام سو است؟

بدون هیچ حرکتی چشمانش را باز کرد و به او خیره شد. گفت راهش از درون خودت می‌گذرد. هیچ جایی نرو جز اینکه خودت را بشناسی و روی آن تمرکز و مراقبه کنی.

با خود گفت : درست است ولی دیگرانی که در کنارم هستند چه می‌شوند؟ خانواده، دوستان، مدرسه و... نه این هم عملی نیست.

این بار به سراغ دانشمندی رفت که می‌گفتند آدم روشن‌فکری است. حرف‌های جدیدی می‌زند و جوان‌ها دور و برش جمع می‌شوند. روشن‌فکر در جواب پرسش از گمشده او گفت : با دیگران قشنگ رفتار کن. مهربان باش و خودمحوری را کنار بگذار.

خسته شده بود و سردرگم. کدام درست می‌گویند؟ راه رسیدن به کمال از مسجد

و معبد می‌گذرد یا از خودم و شاید هم از دیگران باید به کمال رسید؟
فهمیدم. باید سراغ کسی بروم که خود، کامل‌ترین و عالم‌ترین است. بی‌تردید
آخرین فرستاده خدا از همه کامل‌تر است و عالم‌تر. کتابی برداشت درباره‌ او. چقدر
آرام شد وقتی دید نوشته است:

حسین علیه السلام از پدرش امیرالمؤمنین علیه السلام پرسید: زندگی پیامبر صلی الله علیه و آله چگونه بود؟
فرمود: پیامبر خدا صلی الله علیه و آله وقتی به منزل می‌رفت، زندگی‌اش سه بخش می‌شد: بخشی
برای خدا، بخشی برای خانواده و بخشی برای خودش که البته آن را هم بین خود و
دوستانش تقسیم می‌کرد.^۱

گمشده‌ام را یافتم. همه درست می‌گفتند ولی نه به تنهایی. هر یک به بخشی از
جواب رسیده بودند. برای رسیدن به کمال باید همه ابعاد وجود را کامل کنم؛ هم
رابطه با خدا لازم است و هم رابطه با خودم و هم رابطه با خلق. اگر هریک نباشد
تعالیل وجود آدمی به هم می‌خورد.

در این کتاب تلاش کرده‌ایم بخشی از راه‌های رسیدن به کمال اخلاقی در این
سه بُعد را همراه با راهکارهای عملیاتی برای شما خوبان فراهم آوریم. در جاده
پریچ و خم و پیراهن کمال، سعی کرده‌ایم نگوییم از این راه برو و از آن راه نرو،
بلکه می‌خواهیم به خود شما نشان دهیم که پایان هر یک چیست. این سبزه‌زار است
و آن شوره‌زار انتخاب با شماست.

از اینکه چشمانتان مهمان ماست خرسندیم و به همراهی‌تان می‌بالیم.

۱. شیخ صدوق، معانی الاخبار، ص ۸۱.

اخلاق خدایی

به روستای زیبایی گام گذاشته‌اید. زندگی واقعی را اینجا می‌توانید احساس کنید. سبزی زندهٔ سبزه‌زار و چمن، چشم‌هایت را می‌نوازد. طنین چلچله چه گوش‌نواز و نسیم دشت چه روح‌نواز است. درختی تناور در این دشت جلب توجه می‌کند. وقتی علاقه‌ات به آن بیشتر می‌شود که می‌بینی بای آن پراز توت‌های یاقوتی است. چه درخت با برکتی! هم خنکی دارد و سایه، هم زیبایی و منظره، هم ثمره و میوه. بی‌شک چنین درخت تناوری ریشه‌های محکمش در زمین چنگ زده‌اند که بادهای خم به ابرویش نمی‌آورد. آیا تاکنون درخت بی‌ریشه دیده‌اید.

اخلاق من و شما هم مانند درخت است؛ ریشه‌ای دارد و میوه‌ای، می‌تواند زیباتر شود وقتی که پرثمر باشد و تنومند گردد وقتی ریشه‌هایش محکم باشد. ریشهٔ اخلاق چیست؟

اخلاق ما چگونه می‌تواند درختی پرثمر باشد؟
چگونه می‌توان این درخت را تقویت کرد؟



رابطه عقیده و اخلاق

همه ما دوست داریم که درخت اخلاقمان همیشه زنده، بویا و پرثمر باشد. اما این مهم چگونه رخ خواهد داد؟

ریشه اخلاق و رفتار ما، اعتقادات ماست؛ مثلاً کسی که تنها برای حفظ منافعش راست می‌گوید، وقتی منفعتش در دروغ باشد، دیگر خبری از اخلاقی به نام راستگویی نخواهد بود؛ اما اگر کسی به خدا اعتقاد داشته باشد، قطعاً مانند او عمل نخواهد کرد.

اگر اعتقادات را محکم کردیم، میوه سالم و رسیده اخلاق را خواهیم چید، در غیر این صورت . . .

خداوند در مثالی زیبا با بیان رابطه عقیده حق و پاک با داشتن نتیجه و ثمر دائمی به این مسئله اشاره کرده است :

«أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ

أَصْلُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهَا فِي السَّمَاءِ. تُؤْتِي أُكْلَهَا كُلَّ حِينٍ بِإِذْنِ رَبِّهَا

وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ»^۱.

آیا ندیدی چگونه خداوند «کلمه طیب»^۲ را به درخت پاکیزه‌ای تشبیه کرده که ریشه آن (در زمین) ثابت، و شاخه آن در آسمان است؟! هر زمان میوه خود را به اذن پروردگارش می‌دهد (همیشه بهار است) و خداوند برای مردم مثل‌ها می‌زند، شاید متذکر شوند (و پند گیرند)!

«وَمَثَلُ كَلِمَةٍ خَبِيثَةٍ كَشَجَرَةٍ خَبِيثَةٍ أُجْتِثَّتْ مِنْ فَوْقِ الْأَرْضِ مَا لَهَا مِنْ قَرَارٍ»^۳.

و مَثَل «کلمه خبیثه» همچون درخت ناپاکی است که از روی زمین برکنده شده و قرار و ثباتی ندارد.

۱. ابراهیم، ۲۵-۲۴.

۲. مفسر بزرگ مرحوم طبرسی، کلمه طیب را کلمه توحید و شهادت به یگانگی خدا می‌داند. علامه طباطبائی نیز در تأیید همین سخن می‌فرماید: مراد از «کلمه طیب» که به «درخت طیب» تشبیه شده و صفاتی چنین و چنان دارد، عبارت است از عقاید حقی که ریشه‌اش در اعماق قلب و در نهاد بشر جای دارد. طبرسی، فضل بن حسن، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، ج ۶، ص ۴۸؛ طباطبائی، سید محمدحسین، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۱، ص ۱۵۵؛ ج ۱۲، ص ۵۱.

۳. ابراهیم، ۲۶.

دوستی دین و اخلاق

دانستیم که اخلاق نیکو ریشه در اعتقادات دینی و الهی دارد. ولی آیا در خارج از دین، اخلاق قابل تعریف و دستیابی نیست؟ یعنی آیا آدم‌هایی که دین ندارند، ولی سعی می‌کنند انسانیت داشته باشند، انسان‌های اخلاقی نیستند؟ بگذارید واضح‌تر بگوییم: شاید هیچ‌کس مدعی نشود دین بدون اخلاق داریم ولی چه اشکالی دارد اخلاق بدون دین داشته باشیم؟ اخلاقی که برآمده از دین نباشد یا به تعبیر دیگر، اخلاقی که توسط خود انسان و با محوریت او به وجود آمده و ارتباطش با خدا قطع باشد.

پیش از پاسخ به این پرسش لازم است معلوم کنیم که مراد ما از رابطه اخلاق با دین، بیشتر بُعد معرفتی و شناختی دین است. یعنی در اینجا مرادمان رابطه عقاید دینی با اخلاق است. به عبارت دیگر به دنبال بررسی این مسئله هستیم که اگر کسی اعتقاد درستی نداشت، ولی از فضائل اخلاقی خوبی برخوردار بود، فردی اخلاقی به‌شمار می‌رود؟

امیرالمؤمنین علی (علیه السلام) در نهج البلاغه می‌فرماید:

«أَوَّلُ الدِّينِ مَعْرِفَتُهُ وَ كَمَالُ مَعْرِفَتِهِ التَّصَدِيقُ بِهِ، وَ كَمَالُ التَّصَدِيقِ بِهِ تَوْحِيدُهُ، وَ كَمَالُ تَوْحِيدِهِ الْإِخْلَاصُ لَهُ»^۱.

آغاز دین شناخت خداست و نهایت شناخت او تصدیق به وجود اوست
و کمال تصدیق به وجود خدا یکتا شمردن اوست و نهایت یکتا شمردن او
اخلاص برای او است.

در این روایت می‌بینید که زیربنای تمام اعتقادات دینی توحید و یکتا شمردن خداست. خداشناسی نه تنها اول دین، بلکه پایه انسانیت نیز هست. زیربنای ساختمان انسانیت باید روی یک اصل بنا شود که جز توحید نخواهد بود. بنابراین پاسخ اشکال مطرح شده آن است که امور انسانی مانند نیکوکاری، ایثار، صلح و... نیاز به یک فلسفه دارد؛ فلسفه‌ای که به شما جواب دهد چرا باید از منافع خودم چشم‌پوشی کنم و به فلان مسئله اخلاقی توجه کنم؟ بدون کلیدواژه‌ای به نام خدا جواب ما ناتمام است. اگر خدا را کنار گذاشتیم باید به منافع مادی و مسائل ظاهری توجه کنیم و به دنبال سود و لذت خود باشیم. این قبیل امور نمی‌تواند

۱. نهج البلاغه، خطبه اول.

ریشه خوبی برای اخلاق باشد؛ چرا که در این دنیا سود و لذت هر انسان با دیگری تضاد می‌یابد و هیچ کس هم از سود و لذت خود چشم نمی‌پوشد، مگر برای درجه‌ای بهتر و بالاتر.^۱ حال باید به این مسئله بپردازیم که اعتقاد به خدا چگونه زیربنا و ضامن اخلاق و دستورات اخلاقی است و چگونه آن را در وجود ما تقویت می‌کند؟ خدای متعال با دو راه اخلاق را در ما زنده نگه می‌دارد:

(۱) از راه فطرتی که در درون نهاده است.

«وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا؛ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا»^۲

قسم به جان آدمی و آن کس که آن را (آفریده و) منظم ساخته؛ سپس فجور و تقوا (شر و خیرش) را به او الهام کرده است.

(۲) از راه توصیه‌های اخلاقی که توسط انبیای الهی فرستاده است.

یکی از توصیه‌هایی که همواره از سوی انبیای الهی صورت می‌گرفت، توصیه به اخلاق و رعایت دستورات اخلاقی بود. داشتن انصاف، حق‌پذیری، خوش‌رویی، مهرورزی و... در صدر این توصیه‌ها بود.

حال اگر کسی اعتقادات دینی داشت ولی از نظر اخلاق نقص داشت، این انسان از نظر خدا کامل نیست. از سویی اگر انسانی اعتقادات دینی درستی نداشت، ولی نکات اخلاقی مثل راستگویی و نیکوکاری و مانند آن را عمل کرد بر اساس راه اول یعنی فطرت عمل کرده؛ پس او هم اخلاق را مدیون خدایی است که فطرت پاک به او داده است و البته جزای کارهای خوبش را هم می‌گیرد، ولی نجات و کمال نهایی در گرو اعتقاد درست نیز هست. هم کار باید زیبا باشد و هم کننده کار^۳. کار این فرد زیباست ولی انجام دهنده آن، که خود اوست هنوز زیبا نشده است. اعتقاد درست و زیبا، حقیقت ما را زیبا می‌کند.

۱. ر.ک به: مطهری، مرتضی، مجموعه آثار، ج ۲۲، صص ۶۹-۶۸.

۲. شمس، ۸-۷.

۳. این مسئله اشاره به حسن فعلی و فاعلی دارد.

خداشناسی چه تأثیری در اخلاق دارد؟

۱) خدا سر آغاز اخلاق: خداشناسی سنگ زیرین آسیاب آدمیت و اخلاق است. انسانیت و آدمیت و اخلاق بدون شناختن خدا بی معناست؛ همان طور که گفتیم بدون خداشناسی نمی توان منطق درستی برای اخلاق پیدا کرد. پشتوانه و اعتبار همه مفاهیم اخلاقی، خداشناسی است. اگر اعتقاد درست نباشد، اخلاق مثل اسکناسی است که پشتوانه نداشته باشد. اسکناس بدون اعتبار تنها باعث تورّم است. انسانی که در ظاهر، اخلاق را رعایت می کند، ولی اعتقاد دینی ندارد، متخلّق نیست بلکه متورّم است. مگر فرانسوی ها اولین کسانی نبودند که اعلامیه جهانی حقوق بشر را منتشر کردند؟ ولی در جنگ جهانی اول و دوم چه کردند؟^۱

۲) خدا انگیزه ادامه اخلاق: بسیاری از مردم اگر خدا را نشناسند، خدایی که مهر و قهر دارد، خدایی که برای هر فعل اخلاقی، جزایی قرار داده است، انگیزه ای برای پایبندی به اصول اخلاقی ندارند.^۲ بسیاری از مردم می دانند رعایت قانون در رانندگی برای نظم جامعه و سلامت خودشان لازم و مفید است، ولی کم نیستند کسانی که اگر پلیس و جریمه ای نباشد، به رعایت قانون پایبند نیستند. تفاوت زیادی است بین اینکه بخواهی برای خوشامد مردم، فروتن باشی و سخاوتمند یا این صفات را برای خشنودی خدا و در درجه بعدی برای خَلق او داشته باشی. تا شناخت نباشد، انگیزه نیست. خدا را با همه کمالاتش که به اندازه خودت شناختی، جان تازه می گیری تا به سمتش حرکت کنی. اخلاق بی خدا اخلاق بی انگیزه و مرده است.

۳) خدا مقصد و غایت اخلاق: اخلاق، رسیدن به بالاترین کمال است. بالاترین کمال نزدیک شدن به خداوند است. پس مقصد اخلاق، رسیدن به خداست. رشد اخلاقی، یک سفر است. سفری که هم مبدأ می خواهد و هم مقصد. پرورش جان آدمی مسیری است که مبدأ و مقصدش یکی است؛ مانند مسابقه دو. خط آغاز و خط پایان یکی است. از خدا آغاز می شویم و به خدا باز می گردیم.

«إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ»^۳

ما از آنِ خداایم؛ و به سوی او باز می گردیم!

۱. ر. ک به: مطهری، مرتضی، مجموعه آثار، ج ۲۲، صص ۶۸۴-۶۷۴.

۲. مک ناوتن، دیوید، بصیرت اخلاقی، ترجمه محمود فتحعلی، صص ۲۱۳-۱۹۱.

۳. بقره، ۱۵۶.

به نظر شما می‌توان بدون دانستن نقطه شروع و پایان، وارد یک مسابقه برای کسب مدال و قهرمانی شد؟ خدا شروع و پایان ما؛ آغاز و انجام ماست.

اخلاق چه تأثیری در خداشناسی دارد؟

آیا همان طور که خداشناسی در اخلاق تأثیر دارد، متقابلاً اخلاق نیز کمکی به شناخت بهتر و بیشتر خدا خواهد داشت؟ پاسخ مثبت است. اخلاق به دلایل مختلفی بر شناخت بهتر خداوند اثرگذار است. برخی از این دلایل عبارت‌اند از :

۱) استدلال اخلاقی بر ضرورت شناخت خدا : یکی از معروف‌ترین دلایلی که اندیشمندان اسلامی بر ضرورت خداشناسی اقامه می‌کنند، دلیلی اخلاقی است که عبارت است از «لزوم شکر مُنعم». ^۱ هر انسانی با فطرت سالم می‌داند باید از کسی که به او نعمتی داده است سپاسگزاری کند. نعمت‌های خدا به ما بی‌شمار است، پس باید خالق این نعمت‌ها را شناخت تا از او تشکر کرد.

۱. مصباح یزدی، محمد تقی، فلسفه اخلاق، تحقیق و نگارش : احمد حسین شریفی، صص ۱۷۶-۱۷۵.



۲) بالا رفتن از پله کمال: کسی که به اخلاق برآمده از وحی پایبند باشد، به مراتب، به کمال نزدیکتر است. هرچه به کمال مطلق که خداوند است نزدیکتر باشی، شناخت و ایمان تو بیشتر خواهد شد. بالا رفتن درجه اخلاق، یعنی بالا رفتن درجه ایمان و باور. اخلاق و خداشناسی یکدیگر را ارتقا می‌دهند.^۱

۳) شناخت بهتر خدا: ما انسان‌ها دارای سه رابطه هستیم: با خدا، با خود و با خلق. بر همین اساس، اخلاق نیز به هر سه رابطه می‌پردازد: اخلاق الهی، اخلاق فردی و اخلاق اجتماعی.^۲ بخش اخلاق الهی که به صفاتی مانند عبودیت و اطاعت از خدا، ذکر، توکل، شکر، محبت خدا و مانند آن می‌پردازد بی‌تردید در شناخت حضوری ما از خدا تأثیری بی‌مانند دارد. برای اینکه به خدا توکل کنیم، یا از او شکرگزاری کنیم، یا محبتش را در دل پرورانیم و بالاخره عبادتش کنیم، باید او را بشناسیم. هر چه بیشتر این صفات اخلاقی را در خود پرورانیم در برابر، شناخت خدا هم در ما افزایش می‌یابد.

و خدایی که در این نزدیکی است...

غیر از آگاهی از وجود خدا، توجه به برخی از صفات الهی نیز در اخلاق نقش کلیدی دارد. به عنوان نمونه، صفت علیم، خبیر، بصیر، سمیع، قریب و مانند آن. آیات قرآنی زیر به خوبی صفات نظارتی خداوند؛ حاضر و ناظر را بیان می‌کند:

«وَكَمْ أَهْلَكْنَا مِنَ الْقُرُونِ مِنْ بَعْدِ نُوحٍ وَكَفَىٰ بِرَبِّكَ بِذُنُوبِ عِبَادِهِ خَبِيرًا بَصِيرًا»^۳

چه بسیار مردمی که در قرون بعد از نوح، زندگی می‌کردند؛ (و طبق همین سنت)، آنها را هلاک کردیم. و کافی است که پروردگارت از گناهان بندگان

آگاه، و نسبت به آن بیناست.

ما در برابر یک دوربین و یا ضبط صوت بی‌جان و یا کودکی نابالغ از رفتار خود مراقبت می‌کنیم. چه می‌شود که در برابر خداوند رحمان و فرمانده مقتدر جهان این چنین بی‌مهابا عمل می‌کنیم؟

۱. ر.ک: مصباح یزدی، محمدتقی، انسان‌سازی در قرآن، درس ششم، صص ۱۳۳-۱۳۲.
۲. ر.ک: همو، اخلاق در قرآن (معارف قرآن): انسان‌سازی در قرآن، درس ششم، صص ۱۳-۱۲۹.
۳. اسراء، ۱۷.

فعالیت ۱

چند نمونه از آیات قرآنی که به حضور و نظارت خداوند متعال بر تمام هستی اشاره دارد، پیدا کنید.

فعالیت ۲

با هماهنگی اعضای خانواده در یک زمان مشخص، دستگاهی مانند تلفن همراه، یا ضبط صوت را در حالت ضبط قرار دهید، همه باید تمرین کنند تا با توجه به ضبط صدا مواظب سخنان خود باشند. می‌توانید در پایان به صداهای ضبط شده گوش دهید. با این فعالیت برای شنیدن صدا و تصویرمان در روز قیامت بیشتر آماده خواهیم شد.

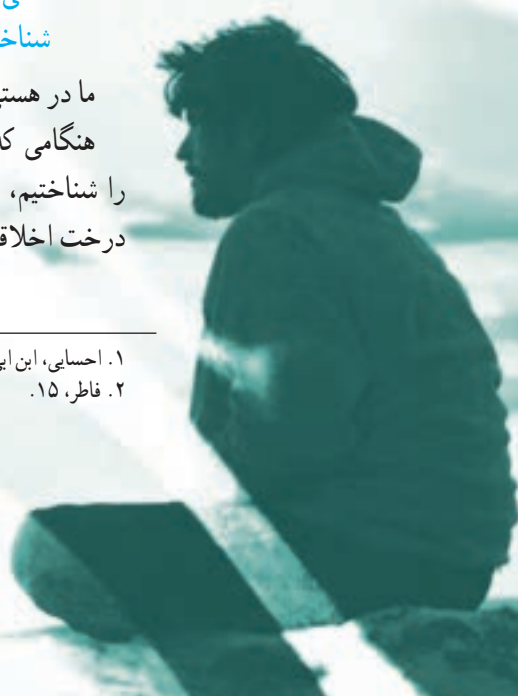
جنگ داخلی

دانستیم خداشناسی تأثیر زیادی در اخلاق دارد. حتماً می‌پرسید چگونه خدا را بشناسیم؟
می‌گوییم: خودتان را بهتر بشناسید! وقتی می‌خواهید یک مخترع را خوب بشناسید، سراغ بهترین محصول و اختراعش می‌روید. شما بهترین مخلوق خداوند هستید.
پیامبر اکرم ﷺ فرمودند:
«مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ»^۱

کسی که خود را شناخت پروردگارش را
شناخته است.

ما در هستی و بقای خود نیازمند به خدای بی‌نیازیم،^۲
هنگامی که خودمان، نیازمان و حالات درونی خویش
را شناختیم، خدایمان را بهتر و بیشتر خواهیم شناخت و
درخت اخلاقمان پرثمر خواهد شد.

۱. احسانی، ابن ابی جمهور محمد بن علی، عوالی اللئالی العزیزیه، ج ۴، ص ۱۰۲.
۲. فاطر، ۱۵.



به من بگو که هستی؟

جلوی آینه ایستاده‌ام. تصویرخودم را که می‌بینم می‌دانم حقیقت من همین تن و بدن ظاهری نیست.

لبخند می‌زنم. امروز حس خوبی دارم. حالات درونی من مانند محبت و شادی و غم، حکایت از روحی فراتر از این بدن دارد. چشمانم را می‌بندم و بدون اینکه به آینه پیش‌رو بنگرم درباره کارهای امروزم فکر می‌کنم. توان اندیشه و تفکر من یکی دیگر از قابلیت‌های روح من است.

فعالیت

روی یک صندلی راحت بنشینید. چشمانتان را ببندید. سعی کنید در فضایی آرام به هیچ قسمت از بدنتان توجه نکنید. روی فکرتان تمرکز داشته باشید. می‌توانید در فکرتان به خودتان توجه کنید و حتی با خود در فضای ذهن حرف بزنید بدون اینکه حسی از بدنتان داشته باشید.^۱

تحولات داخلی در کشور انسانی

به درونت که می‌نگری و در حالات مختلف خود توجه می‌کنی، می‌بینی که جنگ است. آن هم چه جنگی! هیچ چیز بدتر از جنگ داخلی نیست. وقتی سری به کشور وجود می‌زنی می‌بینی جنگ نیروها و قوای درونی برقرار است. در یک سو و در سnger انسانیت نیروی عقل و اندیشه، و در سوی دیگر نیروی جهل و نادانی که با سربازان شهوت^۲ و غضب، پشت سnger حیوانیت پناه گرفته‌اند. کار نیروی عقل، درک حقایق و فرق گذاشتن بین خوبی‌ها و بدی‌ها در مرحلهٔ اوّل و فرمان به انجام خوبی‌ها و بازداشتن از بدی‌ها در مرحلهٔ بعدی است. نیروی شهوت کارش جذب همه منافع و امور خوشایند است و نیروی غضب کارش دفع زیان‌ها و امور ناخوشایند است.^۳

۱. ر. ک: ابن‌سینا، الاشارات و التنبیها، شرح خواجه‌النصیرالدین طوسی، ج ۲، ص ۳۴۳. این فعالیت یک راهنمای درونی برای دریافت وجود نفس انسانی است.

۲. مراد از شهوت، تمایلات غریزی انسان است و شهوت جنسی تنها یکی از آنهاست.

۳. ر. ک: نراقی، ملامهدی، جامع‌السعادات، ص ۴۱.

البته قطعاً ما به شهوت و غضب نیازمندیم در غیر این صورت، نه غذایی می‌خوریم تا زنده بمانیم و نه از خطرات فرار می‌کردیم، ولی همه مشکل آنجایی است که شهوت و غضب به عنوان دو نیروی کمک‌کار برای نیروی عقل بخواهند جای او را که فرمانده است بگیرند. اگر نیروی عقل، پیروز میدان وجود انسان شود، فرشته‌صفت می‌شود، اگر نیروی شهوت غلبه کند، حیوان‌صفت و اگر غضب میدان‌دار کشور وجود شود، درنده‌خو می‌گردد. گاهی کلمه هوئی را به معنای مجموعه غضب و شهوت که غرایز حیوانی است به کار می‌برند:

آن خزان نزد خدا نفس و هواست عقل و جان عین بهار است و بقاست^۱

فعالیت کلاسی

برخی، انسان را دارای دو «خود» می‌دانند. خودِ عالی و خودِ دانی. با توجه به مطالب بالا آیا شما با این تقسیم‌بندی موافقید؟ چرا؟

ساکن کدام طبقه‌اید؟

حال که با نفس خود آشنایی اولیه پیدا کردیم خوب است بیشتر درباره حالات آن بدانیم. نفس ممکن است در سه حالت باشد؛ شبیه ساختمان سه طبقه و انسان در زمان‌های مختلف در یکی از آن طبقات و حالات باشد.

یک طبقه، نفس اماره است. جایی که انسان بدون هیچ مهار و کنترلی اسیر تمایلات حیوانی خویش است.^۲ سعدی چه زیبا می‌گوید:

کند مرد را نفس اماره خوار اگر هوشمندی عزیزش مدار^۳

به این نفس سرکش اماره می‌گویند زیرا بسیار به بدی‌ها امر می‌نماید و انسان ضعیف را رام دام گناه و زشتی می‌کند. یوسف (علیه السلام) در برابر خواسته زلیخا و همچنین نفس اماره راهی جز فرار از گناه نمی‌یابد:

۱. مولوی، مثنوی معنوی، دفتر اول.

۲. مصباح یزدی، محمدتقی، بهسوی او، ص ۳۴.

۳. سعدی شیرازی، بوستان، باب ششم.



«وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي، إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسَّوْءِ»^۱؛

و من هرگز نفس خویش را تبرئه نمی‌کنم، چرا که نفس امّاره فرمان به بدی‌ها می‌دهد.

بسیاری از انسان‌هایی که دین در زندگی آنان جایگاهی ندارد در این طبقه گرفتار شده‌اند. این دسته آنهایی هستند که عقلشان مغلوب شهوت یا غضبشان شده است.

چه خرابت می‌کند نفس لعین دور می‌اندازدت سخت این قرین^۲

طبقه دیگری که در آن توقف داریم نفس لوّامه است. این مرحله به حالتی از نفس گفته می‌شود که انسان در اثر توجه به انحراف و گناه و اشتباهی که کرده، پشیمان می‌شود و به ملامت خود می‌پردازد.^۳ به همین دلیل به آن، نفس ملامتگر می‌گویند. انسان در این مرحله ممکن است با پیمودن راه غرایز حیوانی (شهوت و غضب)، دچار لغزش و اشتباه شود، ولی با وجدان بیداری که دارد به سرعت پشیمان می‌شود و با سرزنش خود به توبه روی می‌آورد و به مسیر عقل باز می‌گردد. خدای متعال در قرآن کریم به این نفس قسم یاد می‌کند و این

۱. یوسف، ۵۳.

۲. مولوی، مثنوی معنوی، دفتر سوم.

۳. مصباح یزدی، محمدتقی، به‌سوی او، ص ۳۴.

نشان اهمیت آن است :

«وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ»^۱

سوگند به نفس بسیار سرزنش‌گر.

بیشتر انسان‌های مؤمن در همین مرحله‌اند. ولی می‌توان از آن فراتر رفت. بالاخره می‌رسیم به بالاترین طبقه ساختمان نفس انسان که بهترین مرحله است: نفس مطمئنه. وقتی کشمکش‌های اندیشه و غریزه به پیروزی اندیشه می‌انجامد جان به آرامش می‌رسد. اگر در مرحله آماره غریزه پیروز بود، و اگر در مرحله لوّامه، جدال و کشمکش بین این دو بیشتر به پیروزی عقل و اندیشه می‌رسید، ولی گاه نیز غریزه غلبه می‌یافت، در این مرحله به قدری عقل و اندیشه قدرت یافته که پیروز مطلق است.^۲

چقدر زیباست آرام گرفتن در دامن مهربان خدایی که در بالاترین طبقه در انتظار ماست :

«يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً»^۳

ای نفس به آرامش رسیده، خشنود و خداپسند به سوی پروردگارت بازگرد.

گام‌های انتخاب

حالا یک پرسش مهم! با وجود این نیروهای معارض در درون ما و با وجود سختی راه، آیا انسان می‌تواند خودش تصمیم بگیرد و راه درست را انتخاب کند؟ اگر چنین است به چه صورتی ما انتخاب می‌کنیم؟

بی‌تردید جواب مثبت است. درست است که ما عقلی داریم و دشمنانی قوی به نام قوای سرکش شهوت و غضب، ولی از آن سو خداوند تدبیری کرده است تا با طی مراحل به تصمیم‌های درست در انتخاب‌هایمان برسیم.

۱. قیامت، ۲.

۲. رک: مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، ج ۲۵، ص ۲۸۱؛ مصباح یزدی، محمدتقی، پسر وی او، ص ۳۱.

۳. فجر، ۲۸-۲۷.

روان‌شناسان معتقدند ما در هر کاری ابتدا شناخت پیدا می‌کنیم (در مرحله اول) سپس هیجان و احساس به سوی آن ایجاد می‌شود (مرحله دوم) و سپس رفتار را انجام می‌دهیم (مرحله سوم).

توضیح اینکه برای ایجاد تغییر در رفتار سه شرط یا رکن وجود دارد. رکن اول یادگیری، شناخت و آگاهی است. اگر یادگیرنده به فهم و درک نائل نشود، یادگیری تحقق پیدا نمی‌کند. منظور از فهم و درک، دانستن رابطه اجزای یک مفهوم و شناخت ویژگی‌های ذاتی آن مفهوم است. ولی شناخت برای یادگیری مؤثر کافی نیست، علاقه و گرایش فرد به موضوع نیز رکن دیگری است تا فرد از درون نسبت به چیزی انگیزه نداشته باشد، برای یادگیری آن چیز به تلاش و تکاپو نمی‌افتد و رفتار او تغییر نمی‌کند. همچنین عمل کردن و تجربه عملی شرط دیگر یادگیری است. بنابراین می‌توان گفت یادگیری یا تغییر نسبتاً پایدار در رفتار یادگیرنده دارای سه رکن شناخت، گرایش و عمل است.

فعالیت کلاسی

از نظر روان‌شناسان میان «علم، ایمان و عمل صالح» چگونه ارتباط برقرار می‌گردد؟

دایره دگرگونی

پیش از پایان باید به یک پرسش مهم دیگر پاسخ بدهیم. حتماً دیده‌اید برخی انسان‌هایی که عادت به رفتاری خوب یا ناپسند دارند. به راحتی آن را انجام می‌دهند و نیازی به فکر و زحمت ندارند؛ مثلاً کسی که انسان خوش اخلاقی است برای سلام کردن و لبخند زدن نیازی به فکر و تلاش زیاد ندارد به راحتی این کار را در روبه‌رو شدن با دیگران انجام می‌دهد. یا کسی که فردی تندمزاج است برای ابراز خشم نیاز به اندیشه و زحمت چندانی ندارد با کوچک‌ترین جرقه‌ای به حد انفجار می‌رسد و پرخاش می‌کند. دانشمندان اخلاق به این صفتی که در نفس انسان ریشه دوانده و با وجود آن افعالی به راحتی و بدون اندیشه از انسان سر می‌زند خلق می‌گویند.^۱ و اخلاق جمع همین واژه است.

۱. ر.ک: شبیر، عبدالله، اخلاق شبیر، ص ۳۱؛ مکارم شیرازی، ناصر، اخلاق در قرآن، ج ۱، ص ۲۴.

حال سؤال اینجاست که آیا با وجود رسوخ ریشه‌های یک اخلاق در جان انسان، امکان تغییر و دگرگونی آن وجود دارد؟ مگر می‌شود یک انسان بد اخلاق، خوش اخلاق شود یا برعکس؟ به چه دلیلی؟

پاسخ این است که مهم‌ترین دلیل بر جواب مثبت ما واقع شدن موارد متعدد از این ماجرا در عالم است. چه بسیار انسان‌هایی که عادات خوب و بد خود را تغییر داده‌اند. چه بسیار افرادی که مثلاً اعتیاد به سیگار را کنار گذاشته‌اند. چه بسیار انسان‌هایی که عادت به گناه را با آب زلال توبه شسته‌اند.

اگر انسان‌ها قابل تغییر نبودند، بخش بزرگی از تعالیم دین و اخلاق معنا نداشت. مثل اینکه بگوئیم دانش‌آموزان هیچ چیز جدیدی یاد نمی‌گیرند، ولی معلمان باز هم سال‌ها سر کلاس بیایند و درس بدهند و امتحان بگیرند! تدریس و امتحان گرفتن نشان می‌دهد، علم قابل آموزش است. اگر اخلاق قابل تغییر نبود، از حکمت خدا به دور بود که این همه انبیا را همراه کتب آسمانی برای تربیت و تغییر انسان‌ها بفرستد.

خوی سگ درندگی است، ولی یاد می‌گیرد شکار صاحبش را نخورد و فقط به دندان بگیرد و بیاورد! وقتی حیوانات با این هوش کم و غلبه‌غرایز خود، قابل تعلیم و تربیت‌اند، انسان‌ها با آن اراده آهنینی که دارند جای خود دارد. پس ما می‌توانیم تغییر کنیم و بهتر و بهتر شویم، شک نکنید!



فعالیت

یکی از عادت‌های بد خود را انتخاب کنید. یک هفته آن را زیر نظر بگیرید و خوب آن را شناسایی کنید؛ مثلاً اگر خوابتان زیاد است مقدار و زمان‌های آن را یادداشت کنید. حالا با کمک یک فرد آگاه تلاش کنید از میزان آن عادت بد بکاهید. دو هفته تلاش کنید و بعد از پایان، نتیجه را با روز اول مقایسه کنید.

سنگ‌ها را بردار!

وقتی کشاورز می‌خواهد آبی را از سرچشمه به زمین تشنه‌اش برساند، باید سنگ‌ها و موانع را از سر راه آب بردارد. نمی‌شود شما آب زلال را از بلندای کوه به دل صحرا برسانید بدون اینکه موانع راه را برطرف کنید. سنگ‌های ریز و درشتی که شاید راه آن را منحرف کنند.

پزشک وقتی می‌خواهد بیماری را درمان کند پیش از تجویز داروی تقویتی، باید میکروب‌ها را از بدن او بیرون کند.

ما هم که در راه سیر به سوی خدا و کمال مطلق راهی طولانی را در پیش داریم، موانع درونی و بیرونی پیش رو داریم. و بدون برطرف کردن آنها نمی‌توانیم به هدف برسیم.

به‌راستی موانع حرکت به سوی کمال کدام‌اند؟
چگونه می‌توان آنها را برطرف کرد؟



موانع رشد و کمال

الف) مانع درونی : نفس اماره

در درس پیشین دانستیم که نفس اماره پیوسته به بدی‌ها امر می‌کند. این نفس، یار نفوذی‌ای است که به نفع دشمن بیرونی ما کار می‌کند.^۱ حالا نوبت آن است که برخی از موانع درونی سیر اخلاقی که از نفس اماره سرچشمه می‌گیرند را با هم مرور کنیم.

۱) غفلت

ما در مسیری قدم گذاشته‌ایم که مقصدش خود خداست. خدایی که مظهر تمام کمالات و خوبی‌هاست. شما نمی‌توانید قدم از قدم بردارید و راهی سفر شوید پیش از اینکه از خواب غفلت بیدار شوید. انسان خواب‌زده و غافل از خود، خود را هم گم کرده است، تا چه رسد به خدا. بسیاری از کسانی که سر از دوزخ در می‌آورند خدا آنان را جزو غافلان می‌داند.^۲ پرنده وقتی شکار می‌شود که لحظه‌ای غفلت او را می‌گیرد.^۳ گاهی آن قدر گرفتار روزمرگی دنیا می‌شویم که یادمان می‌رود چه اخلاق‌های بدی داریم که باید اصلاح کنیم و چه فضائی مانده است که باید به دست آوریم. این است که نه فقط در طول روز از خود و خدا غافلیم که حتی در نماز و عباداتمان هم از تنها کسی که یاد نمی‌کنیم اوست.

چگونه از غفلت‌رهایی یابیم؟

غفلت از خود و غفلت از خدا دو نشانه از یک درد است؛ درست مانند شناخت خود و شناخت خدا که با هم رابطه داشتند. باید ضدّ این دو (غفلت از خود و خدا) را تمرین کنیم.

۱. أَعْدَى عَدُوِّكَ، نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنَبَيْكَ؛ دشمن‌ترین دشمن شما نفسی است که نزد شما است. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۳۶.

۲. وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالْإِنسِ أُولَئِكَ هُمُ الْمُفْسِدُونَ (اعراف، ۱۷۹).

۳. ر. ک: جوادی آملی، عبدالله، مراحل اخلاق در قرآن (تفسیر موضوعی قرآن کریم، ج ۱۱) ص ۲۶.

مراقب باش!

مراقبت از خوشتن، راه درمان غفلت از خود است، یعنی تمرین کنیم مثل یک پدر همیشه بالای سر نفس خود باشیم و از کارها و حرف‌ها و حتی فکرهاش مواظبت کنیم. مثل یک نگهبان مراقب ورود و خروج مملکت نفس خود باشیم. به تعبیر علامه حسن‌زاده آملی: کشیک نفس بکش و البته کشیک نفس کشیدن کشکی نیست!^۱

همیشه یادش باش!

ذکر و یاد خدا، راه مقابله با غفلت از خداست. همه عبادات حد دارد ولی تنها درباره ذکر خدا فرمود:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا»^۲

ای کسانی که ایمان آوردید، بسیار یاد خدا کنید.

ما دو نوع ذکر داریم:

۱) ذکر زبانی که مصداقی دارد از جمله:

■ نماز^۳

■ قرآن^۴



۱. ر. ک: حسن‌زاده آملی، حسن، نامه‌ها و برنامه‌ها، صص ۶۸-۷۱.

۲. احزاب، ۴۱.

۳. طه، ۱۴.

۴. حجر، ۹.

■ اذکاری که در روایات وارد شده است، مانند :

- بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ به ویژه در ابتدای کارها،
- صلوات بر پیامبر و اهل بیت ایشان،
- لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ،
- سُبْحَانَ اللَّهِ وَ الْحَمْدُ لِلَّهِ وَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَ اللَّهُ أَكْبَرُ

(۲) ذکر قلبی : ذکر زبانی مقدمه‌ای است برای اینکه در دلمان به یاد خدا باشیم. برای زبان باز کردن بچه، آن قدر کلمات را تکرار می‌کنند تا فراگیرد. باید آن قدر با زبان خدا را یاد کنیم تا قلب ما که هنوز کودک است، زبان حقیقتش به ذکر خدا باز شود.^۱

■ (۲) گرایش به دنیا و لذت‌های آن

گاهی شما از خواب بیدار شده‌اید، ولی یک تفریح جذاب، آن قدر شما را به خود مشغول کرده است که سفر را فراموش می‌کنید و با اینکه می‌دانید باید بروید، ولی انگیزه خود را از دست داده‌اید. دوستی دنیا برای مسافر سفر اخلاقی چنین حالتی دارد. امیرالمؤمنین (علیه السلام) در یکی از نامه‌هایشان به معاویه که مظهر بی‌اخلاقی و دنیاگرایی بود چه زیبا و در عین حال کوتاه نوشته‌اند :

«أَمَّا بَعْدُ، فَإِنَّ الدُّنْيَا مَشْغَلَةٌ عَنْ غَيْرِهَا وَ لَمْ يُصَبِّ صَاحِبُهَا مِنْهَا شَيْئًا إِلَّا فَتَحَتْ لَهُ حِرْصًا عَلَيْهَا وَ أَهْبَجًا بِهَا، وَ لَنْ يَسْتَغْنِيَ صَاحِبُهَا بِمَا نَالَ فِيهَا عَمَّا لَمْ يَبْلُغْهُ مِنْهَا وَ مِنْ وَرَاءِ ذَلِكَ فِرَاقٌ مَا جَمَعَ وَ نَقْضٌ مَا أَبْرَمَ وَ لَوْ اعْتَبَرْتَ بِمَا مَضَى خَفِظْتَ مَا بَقِيَ وَ السَّلَامُ»؛^۲

پس از یاد خدا و درود! همانا دنیا انسان را به خود سرگرم و از دیگر چیزها باز می‌دارد. دنیا پرستان چیزی از دنیا به دست نمی‌آورند جز آنکه دری از حرص به رویشان گشوده و آتش عشق آنان تندتر می‌گردد. کسی که به دنیای حرام برسد، از آنچه به دست آورده راضی و بی‌نیاز نمی‌شود و در فکر آن چیزی است که به دست نیآورده. اما سرانجام آن، جدا شدن از فراهم آورده‌ها و به هم ریختن بافته‌شده‌هاست. اگر از آنچه گذشته عبرت‌گیری، آنچه را باقی مانده می‌توانی حفظ کنی. با درود.

۱. ر.ک : حسن‌زاده آملی، حسن، نور علی نور در ذکر و ذاکر و مذکور.

۲. نهج البلاغه، نامه ۴۹.

البته خود دنیا چیز بدی نیست؛ دنیا همانند دریاست^۱ که اگر آب شور آن را بنوشی تشنه‌تر می‌شوی، یا اگر بدون کشتی واردش شوی، چه بسا غرق شوی. ولی همین دریا در دلش مروارید و مرجان و انواع غذاهای مفید دارد و وسیله سفر و جابه‌جایی است. پس آنچه در دنیا بد است گرفتار آن شدن و ترجیح دادن آن بر آخرت است.

چیست دنیا از خدا غافل شدن نی قماش و نقره و فرزند و زن
آب در کشتی هلاک کشتی است آب در بیرون کشتی پستی است

اندیشه، دشمن دنیاگرایی

خدا چه زیبا فرموده است :

«وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهْوٌ،

وَلِلْآخِرَةِ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ»^۲

و زندگی دنیا جز بازی و سرگرمی نیست، و قطعاً سرای بازپسین برای کسانی

که پرهیزگاری می‌کنند بهتر است. آیا نمی‌اندیشید؟

مضمون حدیث جالبی از نبی معظم صلی الله علیه و آله که ما را به تفکر وامی‌دارد این است که در روز قیامت مخزن‌هایی برای ایام عمر ما حاضر می‌کنند. مخزنی پر از نور و سرور که فرد با دیدنش خوشحال می‌شود. این مربوط به ساعاتی است که خدا را اطاعت کرده است. مخزن دیگر را باز می‌کنند که تاریک و ترس‌آور است و صاحبش را اندوهگین می‌کند. این مخزن بدبو مربوط به ساعات گناه است. مخزن سوم که خالی است مربوط به ساعاتی است که کارهای مباح مانند خواب را انجام داده است. انسان به خاطر از دست دادن این لحظات افسوس می‌خورد.^۳

۱. كَانَ لِقَمَانُ يَقُولُ لِابْنِهِ يَا بُنَيَّ إِنَّ الدُّنْيَا بَحْرٌ وَقَدْ غَرِقَ فِيهَا جِيلٌ كَثِيرٌ... يَا بُنَيَّ خُذْ مِنَ الدُّنْيَا بُلْفَةً وَلَا تَدْخُلْ فِيهَا دُخُولًا تُضِرُّ فِيهَا بِأَخْرَجَتِكَ وَلَا تَرْفُضْهَا فَتَكُونَ عَيْلًا عَلَى النَّاسِ؛ لقمان به فرزندش نصیحت می‌کرد: فرزندم! دنیا دریایی است که عده بسیاری در آن غرق شدند... فرزندم! از دنیا به اندازه کفایت بگیر و به اندازه‌ای داخل نشو که به آخرت زیان برساند و طوری نیز آن را دور نینداز که سرپار مردم باشی. محدث نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۳، ص ۱۶.

۲. انعام، ۳۲.

۳. ابن فهد حلی، احمد بن محمد، آیین بندگی و نیایش (ترجمه عده الداعی)، ص ۱۸۸.

■ (۳) تنبلی

گاه ما با مسافری مواجهیم که هم بیدار است و هم انگیزه دارد به سفر برود ولی تنبلی و تن‌پروری او را از رختخواب جدا نمی‌کند و مانع حرکت او می‌شود. امان از سستی و تن‌آسایی!

امیرالمؤمنین (علیه السلام) فرمودند:

«أَفَةُ التُّجِّعِ الْكَسْلُ»^۱

آفت موفقیت، تنبلی است.

و نیز فرمودند:

«الْكَسْلُ يُفْسِدُ الْآخِرَةَ»^۲

تنبلی، آخرت را تباه می‌کند.

تنبلی از آن بلاهایی است که هم دنیا را خراب می‌کند و هم آخرت را. آدم‌های موفق حتی اگر دین نداشته باشند ولی حتماً تنبلی هم ندارند.

راهکارهای مبارزه با تنبلی

- در زندگی خود، اهداف خرد و کلان برای خود ترسیم کنید.
- زندگی‌نامه افراد موفق را مطالعه کنید.
- با آدم‌های منظم و با نشاط نشست و برخاست کنید.
- از گام‌های کوچک شروع کنید و فقط شروع کنید. همیشه آغاز سخت‌تر از ادامه است.
- از ورزش و تحرک جسمی غافل نشوید.
- خواب و خوراک خود را تنظیم کنید و در هیچ کدام زیاده‌روی نکنید.
- همیشه برنامه‌ریزی داشته باشید، گرچه به همه آن عمل نکنید.
- از شکست ترسید و فقط به موفقیت فکر کنید.

۱. محدّث نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۳، ص ۴۵ به نقل غرر الحکم.

۲. همان.

سه هدف مهم در زندگی خود را بنویسید و بگویند برای رسیدن به آنها چه برنامه‌ای دارید؟

ب) مانع بیرونی : شیطان

حال که با راه‌های شکست دشمن درونی یعنی نفس اماره آشنا شدیم، تازه به مرحله‌ای رسیده‌ایم که باید با مشهورترین دشمن بجنگیم. بله، همان شیطان لعین! اگر حریف قدری در مسابقه نبود، از لذت پیروزی هم خبری نبود.

«إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ، فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا،

إِنَّمَا يَدْعُوا حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ»؛^۱

در حقیقت شیطان دشمن شماست؛ شما [نیز] او را دشمن بگیرید. [او] فقط دار و دسته خود را می‌خواند تا آنها از یاران آتش باشند.

■ شیطان کیست؟

واژه شیطان و شیاطین، به تعداد لفظ ملائکه یعنی، ۸۸ بار در قرآن آمده است.^۲ شیطان یعنی هر موجودی که از فرمان خداوند سرپیچی کند، چه از جن باشد، یا از انس^۳ که طبیعتاً از رحمت خدا دور و کارش وسوسه خلق است.^۴ ابلیس هم نام شیطان اصلی است که خود به عنوان جلودار شیاطین، کمک‌کارانی برای فریب انسان‌ها دارد.

البته خیلی ترسید شیطان نمی‌تواند ما را مجبور به هیچ کاری کند و تنها به بدی‌ها دعوت می‌کند و با وسوسه تلاش می‌کند ما را به گناه بیندازد.^۵

۱. فاطر، ۶.

۲. مصطفوی، سید حسن؛ التحقیق فی کلمات القرآن الکریم، ج ۶، صص ۶۳-۶۱.

۳. «وَكَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوًّا شَيَاطِينَ الْإِنْسِ وَالْجِنِّ» (انعام، ۱۱۲).

۴. مکارم شیرازی، ناصر و همکاران، تفسیر نمونه، ج ۱، ص ۱۹۲.

۵. «وَمَا كَانَ لِيَ عَلَيْكُمْ مِنْ سُلْطَانٍ إِلَّا أَنْ دَعَوْتُكُمْ فَاسْتَجَبْتُمْ لِي» (ابراهیم، ۲۲).

■ شگردهای شیطان

شیطان که خود را برتر از آدمیان می‌پندارد، سوگند یاد کرده فرزندان آدم را فریب دهد و از رسیدن به بهشت باز دارد. او از راه‌های زیر انسان را فریب می‌دهد.^۱

الف) وسوسه

■ وسوسه علمی و ایجاد شبهه اعتقادی

یکی از برنامه‌های شیطان این است که شما از عقل و اندیشه خود بهره نبرید؛ از همین رو، شما را درگیر حواس ظاهری و اوهام و خیالات می‌کند تا کمتر تفکر کنید. القای شبهات اعتقادی یکی از کارهای اوست. وسوسه ذهنی و افکار بیهوده تکرار شونده و آزار دهنده یکی دیگر از دست‌پخت‌های شیطان برای ما آدمیان است.

■ وسوسه به گناه

شیوه معمول شیطان برای گمراه کردن انسان‌ها، وسوسه است. با زمزمه در گوش دل ما حرف خود را القا می‌کند و این ماییم که باید در آنچه به ذهنمان خطور می‌کند، اندیشه کنیم. قرآن درباره وسوسه شدن آدم می‌فرماید:

«فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ، قَالَ يَا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ

وَمُلْكٍ لَا يَبْلَى»^۲

پس شیطان او را وسوسه کرد و گفت: «ای آدم! آیا می‌خواهی تو را به درخت زندگی جاوید، و ملکی بی‌زوال راهنمایی کنم؟!»

ب) وعده دروغ و آرزوهای طولانی

قرآن کریم هشدار می‌دهد که شیطان با وعده‌های دروغ به سراغ شما می‌آید:

«مَا يَعْدُهُمُ الشَّيْطَانُ إِلَّا غُرُورًا»^۳

شیطان ایشان را تنها به فریب‌کاری وعده می‌دهد.

۱. قَالَ فَبِعَزَّتِكَ لَا أُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ. (ص، ۸۲)

۲. طه، ۱۲۰.

۳. نساء، ۱۲۰ و اسراء، ۶۴.

اگر این کار را کنی چنین و چنان می‌شود. مثلاً صدقه نده که فقیر می‌شوی. یکی از دام‌های شیطان برانگیختن انسان به سوی آرزوهای بلندی است که باید تمام عمر را بیهوده در راه دستیابی به آنها تلف کند.^۱

ج) آسان‌سازی و زیباسازی گناهان

شیطان که گاهی ممکن است در لباس دوست هم باشد، تلاش می‌کند گناهان را آسان و زیبا^۲ جلوه دهد:

«الشَّيْطَانُ سَوَّلَ لَهُمْ وَ أَمَلَى لَهُمْ»^۳

شیطان اعمال زشتشان را در نظرشان زینت داده و آنان را با آرزوهای طولانی فریفته است!



سیاست گام به گام

شیطان در رسیدن به اهداف خود، از روش گام به گام بهره می‌برد.

«وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطَوَاتِ الشَّيْطَانِ، فَإِنَّهُ يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ»^۴

هر کس پیرو گام‌های شیطان شود، او به زشتی‌ها و بدی‌ها فرمان می‌دهد.

دوستی با افراد فاسد، شرکت در مجالس آنان، ارتکاب گناهان کوچک، ارتکاب گناهان بزرگ و در نهایت، قساوت قلب و بدعاقبتی و پایانی شوم، نمونه‌ای از گام‌های شیطان است.^۵

قرآن کریم درباره حيله و مکر شیطان می‌فرماید:

۱. نساء، ۱۱۹.

۲. نحل، ۶۳: «تَاللَّهِ لَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَىٰ أُمَمٍ مِّن قَبْلِكَ، فَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَالَهُمْ فَهُوَ يُوَفِّيهِمُ الْيَوْمَ وَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ» به خدا سوگند، به سوی امت‌های پیش از تو پیامبرانی فرستادیم؛ اما شیطان اعمالشان را در نظرشان آراست؛ و امروز او ولی و سرپرستان است؛ و مجازات دردناکی برای آنهاست!

۳. محمد، ۲۵.

۴. نور، ۲۱.

۵. قرآنی، محسن، تفسیر نور، ج ۶، ص ۱۶۰.

«كَمْثَلِ الشَّيْطَانِ إِذْ قَالَ لِلْإِنْسَانِ اكْفُرْ فَلَمَّا كَفَرَ قَالَ إِنِّي بَرِيءٌ مِنْكَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ رَبَّ الْعَالَمِينَ؛ فَكَانَ عَاقِبَتُهُمَا أَنَّهُمَا فِي النَّارِ خَالِدِينَ فِيهَا وَ ذَلِكَ جَزَاءُ الظَّالِمِينَ»^۱

کار آنها همچون شیطان است که به انسان گفت: «کافر شو(تا مشکلات تو را حل کنم)!» اما هنگامی که کافر شد، گفت: «من از تو بیزارم، من از خداوندی که پروردگار عالمیان است بیم دارم!»؛ سرانجام کارشان این شد که هر دو در آتش دوزخ خواهند بود، جاودانه در آن می‌مانند؛ و این است کیفر ستمکاران!

■ سپر دفاعی در برابر شیطان

ذکر و یاد خداوند

پیش از این درباره ذکر و یاد خدا سخن گفتیم که دشمن درونی ما نفس اماره را از غفلت نجات می‌دهد. چون شیطان از همین غفلت برای ضربه زدن به ما استفاده می‌کند یکی از راه‌های مقابله با او ذکر و یاد خداوند است. پیامبر گرامی اسلام ﷺ فرمودند:

شیطان بر دو قسم است: شیطان جنّی که با ذکر «لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ» طرد می‌شود و شیطان انسی (آدمی) که با صلوات بر محمد و آل محمد ﷺ از انسان رانده می‌گردد.^۲

۱. حشر، ۱۸-۱۷

۲. «إِنَّ الشَّيْطَانَ إِنْسَانٌ: شَيْطَانُ الْجَنِّ وَ يَبْعُدُ «لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ» وَ شَيْطَانُ الْإِنْسِ وَ يَبْعُدُ بِالصَّلَاةِ عَلَى النَّبِيِّ وَ آلِهِ. محدث نوری، مستدرک الوسائل، ج ۵، ص ۳۴۲.

پناه بردن به خدا و سجده

وقتی یاد دوست قدرتمند خدا افتادی و او را یاد کردی، باید به او پناهنده شوی.^۱
نمی‌شود ما در برابر یک حیوان درنده فقط بگوییم دور شو! باید هم‌زمان خود را به جای
امنی برسانیم. اگر می‌خواهیم در آغوش خدا قرار گیریم یکی از بهترین راه‌ها سجده است؛
یعنی همان عملی که ترک آن، شیطان را از درگاه خدا راند.
امام جعفر صادق علیه السلام فرمودند :

«إِنَّ الْعَبْدَ إِذَا سَجَدَ وَ أَطَالَ السُّجُودَ نَادَىٰ إِبْلِيسَ : يَا وَيْلَاهُ!

أَطَاعَ وَ عَصَيْتُ وَ سَجَدَ وَ أَبَيْتُ»^۲

هنگامی که بنده به سجده می‌رود و آن را طولانی می‌کند ابلیس فریاد سر
می‌دهد: ای وای بر من! او اطاعت کرد و من عصیان نمودم، او سجده کرد
و من ابا نمودم.



۱. یوسف، ۲۳ و نحل، ۹۸.

۲. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، ج ۶۳، ص ۲۲۱.

■ ضربه فنی شیطان

پیامبر گرامی اسلام ﷺ در دستوری جامع برای ضربه فنی کردن شیطان فرمودند :
روژه (انسان) روی شیطان را سیاه می‌کند، صدقه کمرش را می‌شکند،
دوستی برای خدا و همکاری در کار خیر او را ریشه‌کن می‌کند و استغفار
کردن رگ حیاتش را قطع می‌نماید.^۱

فعالیت ۱

در طول سه روز آینده تلاش کنید وسوسه‌هایی را که تشخیص می‌دهید از ناحیه شیطان
است و مورد تأیید وجدان و عقل شما نیست، برای خود یادداشت کنید. این کار باعث
خودآگاهی و پرهیز از رفتار طبق وسوسه می‌شود.

۱. الصَّوْمُ يُسَوِّدُ وَجْهَ الشَّيْطَانِ وَالصَّدَقَةُ تُكْثِرُ ظَهْرَهُ، وَالْحُبُّ فِي اللَّهِ وَالْمُوازَرَةُ عَلَى الْعَمَلِ الصَّالِحِ، يَقَطِّعُ دَائِرَهُ
وَالِاسْتِغْفَارُ يَقَطِّعُ وَتِينَهُ. قمی، شیخ عباس، سفینة البحار، ج ۱، ص ۷۰۰.

امید به یار، بیم از نار

اگر از شما پرسیده شود از چه چیز می‌ترسید، حتماً مواردی را ذکر می‌کنید.

- ترس از
- ترس از
-
-
-

ترس از خدا در رتبه چندم لیست شماست؟ آیا اصلاً باید از خدا ترسید؟

تا به حال در زندگی ناامید شده‌اید؟ چقدر امیدوار به بخشش خداوند هستید؟ چند درصد احتمال می‌دهید اهل نجات باشید؟
چطور می‌شود بین بیم از خدا و امید به خدا جمع کرد؟



امیدوارم یعنی چه؟

رجاء که در فارسی به امید ترجمه می‌شود، به معنای انتظار امری خوشایند در آینده به دلیل وجود اسباب و نشانه‌های آن است.^۱ وقتی شما انتظار تحقق امری محبوب و خوشایند را در آینده دارید، احساس خوبی در قلبتان خواهید داشت.^۲

انتظار امری خوشایند در آینده، دارای اقسامی است:^۳

(۱) وجود اکثر اسباب آن امر خوشایند، معلوم است: به این رجاء و امید می‌گویند؛ مانند اینکه به‌خوبی درس خواندید و بعد که از سر جلسه امتحان می‌آیید می‌گویید امید دارم نمره خوبی بگیرم.

(۲) اسباب آن امر خوشایند، فراهم نشده است: به این انتظار، غرور (فریفته شدن) و حماقت (نادانی) می‌گویند؛ مانند اینکه بدون هیچ مطالعه‌ای به جلسه امتحان رفته و خوب ننوشته است، ولی با انتظار بیجا نسبت به ارفاق استاد، بگوید انتظار نمره بالا دارم.

(۳) وجود یا عدم اسباب آن امر، معلوم نیست: به این تمنی و آرزو می‌گویند. مثل اینکه اول سال آرزو می‌کنید کاش امسال همه درس‌هایم را با نمره بالا بگذرانم و هنوز معلوم نیست امسال، خوب درس می‌خوانید یا خیر.

ما در این درس، درباره امید به خدا و رحمت او که از نوع اول است صحبت خواهیم کرد.

برایم از بیم بگو!

خوف^۴ که در فارسی به آن بیم می‌گویند به معنای انتظار چیزی ناخوشایند در آینده است.^۵

۱. راغب اصفهانی، مفردات الفاظ القرآن، ص ۳۰۳.

۲. نراقی، ملامهدی، جامع السعادات، ج ۱، ص ۲۴۴.

۳. همان.

۴. ترس ترجمه جُن است، به معنای خودداری از انجام کاری که از نظر عقل و شرع مطلوب و نیکو است؛ مانند ترس از سوار شدن در هواپیما یا ترس از دفاع در برابر دشمن. از آنجایی که مراد ما از بیم چیزی غیر از ترس است از واژه ترس استفاده نمی‌کنیم. ر.ک: نراقی، محمد مهدی، جامع السعادات، ج ۱، ص ۲۰۹؛ آذربایجانی، مسعود و احمد دیلمی، اخلاق اسلامی، ص ۹۴.

۵. راغب اصفهانی، مفردات الفاظ القرآن، ص ۳۰۳، خوف: نراقی، محمد مهدی، جامع السعادات، ج ۱، ص ۲۰۹.

ما در این درس دربارهٔ بیم از مقام بلند خداوند به خاطر اعمال خود که ممکن است عذاب در پی داشته باشد، صحبت خواهیم کرد.

امیدت را از دست نده!

چقدر تحسین می‌کنیم ورزشکاری را که تا آخرین لحظات مسابقه تلاش می‌کند و دست از مبارزه بر نمی‌دارد. گرچه از باختن بیم دارد، ولی نه به اندازه‌ای که ناامید شود و خود را از پیش‌باخته بداند. بیم ما از خداوند نباید به حد ناامیدی از رحمت او برسد که ناامیدی خود گناهی بزرگ است. ناامیدی از خدا، کار کافران و گمراهان است:

«وَلَا تَيَاسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ، إِنَّهُ لَا يُيَاسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ»^۱
و از رحمت خدا مأیوس نشوید؛ که تنها گروه کافران، از رحمت خدا مأیوس می‌شوند!

«قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ»^۲
«گفت: جز گمراهان، چه کسی از رحمت پروردگارش مأیوس می‌شود؟!»



۱. یوسف، ۸۷.

۲. حجر، ۵۶.

البته امیدواری هم باید در حد اعتدال باقی بماند و همراه با تلاش و کار باشد. مردی از امیرالمؤمنین (علیه السلام) خواست او را نصیحت کند. اولین جمله‌ای که فرمود این بود:

«لَا تُكُنْ مِمَّنْ يَرْجُو الْآخِرَةَ بِغَيْرِ الْعَمَلِ»^۱

از کسانی نباش که بدون عمل، امید به آخرت (خوشی) دارند.

مگر خدا ترس دارد؟

یک سؤال: خدای به این مهربانی کجایش ترس دارد؟ خدایی که این قدر مهربان و بخشنده است نباید از او ترسید، باید فقط به رحمت او امید داشت.

حقیقت این است که خدای ما همان‌طور که مهربان و بخشنده است، عادل و مقتدر است و از زشتی‌ها به سادگی نمی‌گذرد؛ چون او زیبایی محض است و زیبا، زشتی را نمی‌پسندد. ما به عنوان بنده خدا گاهی به او توجه می‌کنیم و رحمتش را می‌نگریم و امیدوار به فضل او می‌شویم و از سویی گاهی به خود و عیب‌ها و نقص‌ها و کارهایمان توجه می‌کنیم و از نتیجه اعمال خودمان بیمناک می‌شویم. نتیجه‌ای که شاید عذاب الهی باشد و غضب او.^۲ پس در حقیقت ما از خود بیم داریم. چنان‌که مولوی زیبا می‌سراید:

به دوست دارد امید و ز خویش دارد بیم کسی که معنی امید و بیم می‌داند

وقتی به کتاب خدا می‌نگریم می‌بینیم ترس در دو بخش اصلی معنا پیدا می‌کند:

۱) ترس از مقام بلند خداوند:^۳

«وَلِمَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ جَنَّاتٌ»^۴

و برای هرکس که از مقام پروردگارش ترس داشته باشد دو باغ (بهشت) است.

۲) ترس از روز قیامت^۵ و امور مربوط به روز قیامت: آیات مربوط به این امور را ببینید:

۱. خُر عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه، ج ۱۶، ص ۱۵۱.

۲. ر. ک: خمینی، روح‌الله، شرح چهل حدیث، ص ۲۲۳-۲۲۲.

۳. الزَّحْمَن، ۴۶: ابراهیم، ۱۴.

۴. الزَّحْمَن، ۴۶.

۵. انسان، ۷ و ۱۰: نور، ۳۷.

گاهی ترس از اصل محشور شدن در روز قیامت است :

«وَأَنْذِرْ بِهِ الَّذِينَ يَخَافُونَ أَنْ يُحْشَرُوا إِلَىٰ رَبِّهِمْ»^۱

و هشدار بده با قرآن، کسانی را که از محشور شدن به سوی خدا بیم دارند.

گاه ترس از حساب بد در روز قیامت است :

«وَالَّذِينَ ... يَخَافُونَ سُوءَ الْحِسَابِ»^۲

و کسانی که ... از بدی حساب {روز قیامت} بیم دارند.

گاهی ترس از وعده عذاب است :

«فَذَكِّرْ بِالْقُرْآنِ مَنْ يَخَافُ وَعِيدِ»^۳

پس به وسیله قرآن، کسانی را که از عذاب من می‌ترسند متذکر ساز.

گاه ترس از عذاب شدن در روز قیامت است :

«إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَةً لِّمَنْ خَافَ عَذَابَ الْآخِرَةِ»^۴

در این {نزول عذاب بر آبادی‌ها}، نشانه‌ای است برای کسی که از عذاب آخرت می‌ترسد.

روشن است که ترس از روز قیامت و عذاب آن نتیجه عمل خود ماست :

«قُلْ إِنِّي أَخَافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ»^۵

« بگو: من (نیز) اگر نافرمانی پروردگارم کنم، از عذاب روزی بزرگ [روز قیامت] می‌ترسم! »

۱. انعام، ۵۱.

۲. رعد، ۲۱.

۳. ق، ۴۵.

۴. هود، ۱۰۳.

۵. انعام، ۱۵؛ زمر، ۱۳.

مردی همراه خانواده‌اش سوار بر کشتی شد. طوفان، دریا را فرا گرفت و کشتی دچار حادثه شد و تمام سرنشینان آن غرق شدند. تنها بازمانده کشتی طوفان‌زده، زن آن مرد بود که از هیچ گناهی باکی نداشت. وقتی آن زن را بر بالای سر خود یافت پرسید تو انسانی یا جن؟ وضعیت آشفته آن زن، او را به تردید انداخته بود. گفت: انسانم. قصد گناه نسبت به آن زن را داشت که دید او به خود می‌لرزد. پرسید چرا می‌لرزی؟ زن مؤمن گفت بیم دارم از او و اشاره‌ای به آسمان کرد و گفت تا کنون دچار بی‌عفتی نشده‌ام. آن مرد دلش تکانی خورد و گفت: تو از خدا می‌ترسی، در حالی که تا کنون چنین گناهی نکرده‌ای و من سزاوارتر به این ترسم. مرد، با حالی نزار و پشیمان راهی شد. در راه به راهبی رسید و با هم همراه شدند. گرمای سوزان آفتاب باعث شد راهب بگوید بیا دعا کنیم خدا ابری برایمان بفرستد. جوان توبه‌کار گفت: من آبرویی نزد خدا ندارم. راهب گفت: من دعا می‌کنم و تو آمین بگو. تکه‌ای ابر روی سر آنها سایه انداخت. وقتی به دو راهی رسیدند، ابر بر روی سر جوان آمد. راهب گفت: خدا دعای تو را مستجاب کرده است. وقتی از حکایت بیم او از خدا آگاه شد گفت: به خاطر بیمی که داشتی خدا گناهانت را بخشید، مواظب آینده‌ات باش!^۱

خداوند متعال در مورد این ترس مقدس می‌فرماید:

«وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ؛ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ»^۲

و آن کس که از مقام پروردگارش ترسان باشد و نفس را از هوی باز دارد، قطعاً بهشت جایگاه اوست!

امام صادق (علیه السلام) به اسحاق بن عمار فرمودند:

ای اسحاق! به گونه‌ای از خدا بترس که گویا او را می‌بینی و اگر او را نمی‌بینی پس او تو را می‌بیند. اگر گمان می‌کنی تو را نمی‌بیند، کافر شده‌ای و اگر می‌دانی تو را می‌بیند و باز هم در برابر او گناه می‌کنی، او را از کم‌ارزش‌ترین ناظران قرار داده‌ای.^۳

۱. به نقل از امام سجاد (علیه السلام)، الکافی، ج ۲، ص ۶۹-۷۰.

۲. النازعات، ۴۱-۴۰.

۳. یا اسحاقُ خَفَ اللَّهُ كَأَنَّكَ تَرَاهُ وَإِنْ كُنْتَ لَا تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ فَإِنْ كُنْتَ تَرَاهُ لَا تَرَاهُ فَقَدْ كَفَرْتَ وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ يَرَاكَ ثُمَّ بَرَزْتَ لَهُ بِالْمَعْصِيَةِ فَقَدْ جَعَلْتَهُ مِنْ أَهْوَنِ النَّاطِرِينَ عَلَيْكَ. همان، ص ۶۸.

دانش‌آموزان به چند گروه تقسیم شوند و هر کدام پنج صفحه قرآن را انتخاب کنند. با خواندن آیات و توجه به ترجمه آنها مشخص کنند کدام آیات برای پرورش بیم و کدام آیات برای پرورش امید در انسان است؟ عامل بیم یا امید در این آیات چیست؟ در صفحات مربوط به گروه شما بیم ترجیح دارد یا امید؟

همراهی و تعادل بیم و امید

لقمان حکیم فرزندش را نصیحت می‌کرد. به او گفت: پسر! طوری از خدا بترس که اگر خوبی‌های تمام عالم را آوردی، باز احتمال عذاب دهی و به گونه‌ای به خدا امیدوار باش که اگر گناه تمام عالم را آوردی، باز احتمال رحمت و بخشش دهی. امام صادق (ع) فرمود: از میان نصیحت‌های لقمان به پسرش این توصیه از همه عجیب‌تر و ارزشمندتر است و بعد به نصیحت پدر خود امام باقر (ع) اشاره کردند که:

مؤمنی نیست جز اینکه در دل او دو نور است که اگر این دو نور را اندازه‌گیری، هیچ یک بر دیگری افزون نیست: نور بیم و نور امید.^۱

در کتابخانه‌ها و برخی اماکنی که نورپردازی خوبی دارند دیده‌اید که از لامپ‌های آفتابی (با نور زرد) و مهتابی (با نور سفید) به یک نسبت استفاده می‌کنند تا از ترکیب یکسان این نورها، تعادلی ایجاد شود تا چشم دچار آسیب نشود.

ما که در راه کمال گام بر می‌داریم باید کفۀ ترازوی جانمان را تنظیم کنیم. طوری که اگر در یک طرف بیم از خدا و در طرف دیگر امید به او را بگذارند کاملاً مساوی باشد. این باعث تعادل در روح و جان ماست.

اگر بیم بیشتر باشد، ناامیدی مانع حرکت در مسیر کمال است و اگر امید بیشتر باشد، امید بیجا باز هم باعث ایستادن از حرکت و عدم تلاش برای کمال می‌شود. مثل دانش‌آموزی که اگر آن قدر از امتحان بترسد که به حد ناامیدی از نتیجه برسد، نمی‌تواند درست درس بخواند

۱. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۲، ص ۶۷.

و موفق شود. از سویی اگر آن قدر به امید الطاف معلم در نمره دادن و ارفاق کردن بنشیند، باز هم نمی‌تواند درس بخواند و موفق گردد. درست آن است که از سویی بیم از شکست او را به تلاش وادارد و از سوی دیگر امید به موفقیت او را به جلو براند. به همان اندازه که امید به رحمت خدا داریم، به همان اندازه از عذاب خدا باید بیمناک باشیم.

«وَاِیْرَجُوْنَ رَحْمَتَهُ وَ یَخَافُوْنَ عَذَابَهُ»^۱

هم به رحمت خدا امید دارند و هم از عذاب او هراسانند.

وقتی حضرت زکریا دعا کرد که خدا به او فرزندی عطا کند، در حالی که او و همسرش در سنین پیری بودند، دعایشان مستجاب شد. خداوند از علت استجابت دعای آنان این‌گونه سخن می‌گوید:

«فَاسْتَجَبْنَا لَهُ، وَ وَهَبْنَا لَهُ، یَحْیٰی وَ اَصْلَحْنَا لَهُ، زَوْجَهُ،

اِنَّهُمْ کَانُوْا یُسَارِعُوْنَ فِی الْخَیْرٰتِ وَ یَدْعُوْنَآرْعَبًا وَ رَهْبًا وَ کَانُوْا لَنَا خٰشِعِیْنَ»^۲

ما هم دعای او را پذیرفتیم، و یحیی را به او بخشیدیم؛ و همسرش را (که نازا بود) برایش آماده (بارداری) کردیم؛ چرا که آنان (خاندانی بودند که) همواره در کارهای خیر به سرعت اقدام می‌کردند؛ و در حال بیم و امید ما را می‌خواندند؛ و پیوسته برای ما (خاضع و) خاشع بودند.

چند راهکار

پرسش مهمی که باید در پایان پاسخ دهیم این است که چگونه بیم و امید خود را افزایش دهیم و آن را در حال تعادل نگه داریم؟
(۱) توصیفات بهشت و دوزخ را به یک نسبت مطالعه کنیم.^۳ آیات و روایات مربوطه را با دقت مرور کنیم.

۱. اسراء، ۵۷.

۲. انبیاء، ۹۰.

۳. نراقی، ملا مهدی، جامع السعادات، ج ۱، ص ۲۳۱.

فعالیت

چند کتاب دربارهٔ آشنایی با بهشت و دوزخ معرفی کنید. می‌توانید با دوستانتان یکی از آنها را به صورت کنفرانس در کلاس ارائه دهید.

۲) دربارهٔ صفات جمال و جلال خداوند فکر کنید. اینکه خدا هم مهربان است و هم قهار، نشانه‌هایش چیست و اثرات این صفات کدام است؟ می‌توانید در این باره از دعا‌های زیبایی مانند جوشن کبیر استفاده کنید.

فعالیت

ده صفت از صفات جمال و ده صفت از صفات جلال خداوند را نام ببرید. قرآن و ادعیه، منبع خوبی برای این کار است.

۳) جملاتی حاکی از حضور خدا روی کاغذ بنویسید و در نقاط مختلف خانه و محل عبورتان قرار دهید. این باعث می‌شود با توجه به نظارت خدای عادل کمتر گناه کنیم.

۴) هر خطایی که از شما سرزد سعی کنید به سرعت توبه کنید. توبه یعنی نمی‌گذارم گناهانم روی هم جمع شود تا بگویم کار از کار گذشت و با ناامیدی غرق در گناه شوم.

۵) سرگذشت شهدا، علما و جوانان خداترس را مطالعه کنیم و سعی کنیم با کسانی هم‌نشین باشیم که بهره‌ای از این اخلاق برده باشند.

در بند دوست

وقتی چوبی را منبت کاری می کنند چندین برابر ارزش پیدا می کند و گاه به اندازه الوارها چوب می ارزد. کیفیت از کمیت مهم تر است. خدا از ما می پرسد چگونه عمل را انجام دادی؟ نه اینکه تنها بپرسد چقدر؟ خداوند به حضرت موسی علیه السلام می فرماید :

«یا موسی! ما أُریدَ بهِ وَجْهی، فَکَثیرٌ قَلیلُهُ، وَ ما أُریدَ بهِ
غَیری فَقَلیلٌ کَثیرُهُ»^۱

ای موسی! آنچه برای من انجام گیرد، کمش زیاد است
و آنچه برای غیر من انجام گیرد، زیادش کم است.

اخلاص به چه معناست؟
درجات و نشانه های آن چیست؟ چگونه می توان به اخلاص رسید؟

۱. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۸، ص ۴۵.



معرفی اخلاص

به کالایی که پس از مخلوط شدن با چیزهای دیگر ناخالصی آن گرفته شده، و پاک می‌شود خالص می‌گویند.^۱ عمل خالص هم آن است که برای خدا انجام شود و نه برای تیت‌های دنیوی. به شیر، آب که بیفزایی زیاد می‌شود، ولی مزه اصلی‌اش را از دست می‌دهد. اخلاص یعنی انجام کارها تنها برای خدا. اگر انگیزه شما در کارهای خیر از تمام ناخالصی‌ها پاک باشد و جز انگیزه الهی چیزی در نظرتان نباشد، پس شما آدم مخلصی هستید.^۲

ریا چیست؟ نفاق کدام است؟

نقطه مقابل اخلاص، ریا و نفاق است. ریا با رؤیت هم ریشه است. معنای ریا آن است که کاری را برای آن انجام دهی که مردم ببینند و به تو خوش گمان شوند. اگر کار را برای غیر خدا و به انگیزه جلب توجه مردم انجام دهیم، دچار ریا شده‌ایم.^۳

نفاق یا دورویی به چه معناست؟^۴ حیواناتی مانند موش صحرایی، روباه و سوسمار دو راه خروجی برای لایه خود در زمین درست می‌کنند که یکی مخفی است و هنگام خطر از آن فرار می‌کنند. این راه مخفی را عرب می‌گوید: نفاقاء. نَفَقَ به معنای نفوذ کردن و پیشروی است و نَفَقَ کانال‌های زیر زمینی است برای استتار یا فرار.^۵ منافق کسی است که آنچه در دل دارد را پنهان می‌کند و خلاف آن را آشکار می‌سازد.^۶

مراتب اخلاص

انگیزه الهی وقتی به وجود آدمی قدم می‌گذارد می‌تواند در جنبه‌های مختلف، نمود پیدا کند که با هم آنها را مرور می‌کنیم:

(۱) اخلاص در عقیده: این قسم ضد نفاق است؛ یعنی نهان و عیان من در عقیده یکسان

۱. طریحی، مجمع البحرین، ج ۴، ص ۱۶۹؛ ابن فارس، مقایس اللغة، ج ۲، ص ۲۰۸، «خلص».

۲. ر.ک: فیض کاشانی، المحجة البيضاء، ج ۸، ص ۱۲۸؛ راغب اصفهانی، مفردات الفاظ القرآن، ص ۲۹۲.

۳. سعدی، ابوجیب، القاموس الفقهی لغة واصطلاحاً، ص ۱۴۱؛ ابن فارس؛ معجم مقاییس اللغة، ج ۲، ص ۴۷۳.

۴. نفاق بیشتر جنبه درونی دارد و ریا بیشتر نمود بیرونی آن است. یک واژه مشابه این دو، سَمْعَة است. این واژه از ماده سمع می‌آید، بدین معنا که فرد کار خیرش را به گوش دیگران می‌رساند تا جلب توجه نماید گرچه کار او را ندیده باشند. ر.ک: امام خمینی، شرح چهل حدیث، ص ۵۷.

۵. فراهیدی، خلیل، ترتیب العین، ج ۳، ص ۱۸۲۵، ماده «نقق».

۶. راغب اصفهانی، مفردات الفاظ القرآن، ج ۳، ص ۳۸۷.

باشد. فکر و اندیشه دینی من خالص و بدون هر گونه دورویی به پیش برود. بیشترین کاربرد نفاق در قرآن، نفاق عقیدتی در برابر اخلاص در عقیده است.

(۲) اخلاص در گفتار: بدین معنا که در روابط اجتماعی آنچه بر زبان می‌گوییم همان است که در دل داریم. برخی تعارف‌های بیجا مانند اینکه می‌گوییم: «بفرمایید منزل شام در خدمت باشیم» یا جملاتی مانند «قربان شما» و مانند آن در موارد زیادی، بوی چندانی از اخلاص گفتاری نبرده است.

(۳) اخلاص در رفتار: این قسم ضدّ ریا است؛ مثلاً اصل نماز خواندن من به خاطر دیدن دیگران نباشد و نیز کیفیت آن به خاطر خوشامد دیگران بهتر از وقتی نباشد که در تنهایی نماز می‌خوانم.

کلید در دوزخ است آن نماز که در چشم مردم گذاری دراز
اگر جز به حق می‌رود جاده‌ات در آتش فشانند سجاده‌ات

مورد دیگر نداشتن اخلاص رفتاری در جایی است که طور خاصی حرف بزند که از او تعریف کنند، یا از میزان ساعات مطالعه خود تعریف کند تا دیگران بگویند عجب بچه درس خوانی! یا مانند اینکه پولی به فقیری بدهیم برای اینکه بگویند فلانی چقدر سخاوتمند است. خدا آرامش را در کاری که برای خدا انجام شود می‌داند و درباره انفاق کنندگان با اخلاص می‌فرماید:

«الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ثُمَّ لَا يُتْبِعُونَ مَا أَنْفَقُوا مَنًّا

وَلَا أَذًى لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ»^۱

کسانی که اموال خود را در راه خدا انفاق می‌کنند، سپس در پی آنچه انفاق کرده‌اند، منت و آزاری روا نمی‌دارند، پاداش آنان برایشان نزد پروردگارشان [محفوظ] است، و بیمی بر آنان نیست و اندوهگین نمی‌شوند.

فعالیت

درباره آیه صفحه بعد فکر کنید و پیرامون آن در کلاس گفت‌وگو کنید که منافقان چند نوع اخلاص را ندارند؟

«إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالِي يُرَأَوْنَ النَّاسَ وَلَا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا»^۱

منافقان، با خدا نیرنگ می‌کنند، و حال آنکه او با آنان نیرنگ خواهد کرد؛ و چون به نماز ایستند با کسالت برخیزند. با مردم ریا می‌کنند و خدا را جز اندکی یاد نمی‌کنند.

تیشه به ریشه شیطان

امام صادق علیه السلام فرمودند :

«كُلُّ رِيَاءٍ شِرْكٌ، إِنَّهُ مَنْ عَمِلَ لِلنَّاسِ كَانَ ثَوَابُهُ عَلَى النَّاسِ وَ مَنْ عَمِلَ لِلَّهِ كَانَ ثَوَابُهُ عَلَى اللَّهِ»^۲

هر ریایی نوعی شرک است (شرک مخفی). کسی که برای مردم کار کند ثوابش را باید از مردم بخواهد و کسی که برای خدا کار کند ثوابش به عهده خداوند است.

خداوند، شریک خوبی است اگر در نیت کاری، غیر او را شریک کردیم، تمام آن را واگذار به همان غیر خواهد کرد.

شیطان بر همه بندگان می‌تواند غلبه یابد جز بر مخلصان. خداوند در قرآن کریم دو بار سخن شیطان را بیان می‌کند که تمام بندگان را می‌فریبد، ولی راهی به دل بندگان با اخلاص ندارم.^۳

تیشه را برداشت تا ریشه درخت فتنه را از بن برکند. عابد بنی اسرائیل نمی‌توانست تحمل کند که مردم درختی را به عنوان بت بیرستند. در میان راه، شیطان در ظاهر مردی براو نمایان شد و خواست مانع تصمیم او شود. کار به درگیری کشید و عابد، شیطان را بر زمین زد و بر سینه‌اش نشست. شیطان گفت: تو مگر دنبال ثواب نیستی؟ من از این پس هر روز زیر سجاده تو فلان مبلغ پول می‌گذارم آن را بردار و به فقرا بده، ولی کاری به این درخت نداشته

۱. نساء، ۱۴۲.

۲. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲، ص ۲۹۳.

۳. لَاغْوَيْتُهُمْ أَجْمَعِينَ: إِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمُ الْمُخْلَصِينَ. جبر، ۴۰-۳۹ و ص، ۸۳-۸۲.

باش. عابد فریب خورد و قبول کرد و هر روز مبلغ مورد نظر را از زیر سجاده بر می داشت و صدقه می داد. بعد از مدتی خبری از پول نشد. باز هم تیشه را برداشت و عزم درخت کرد. در راه، شیطان جلو آمد و باز هم درگیری. این بار شیطان، عابد را بر زمین زد و بر سینه اش نشست. عابد با شگفتی پرسید چه شد که آن بار، من بر تو غلبه کردم و این بار تو بر من؟ شیطان گفت: چون در بار نخست تو می خواستی برای خدا، آن درخت را قطع کنی و این بار برای دنیا و طمع در پول! تیت تو خالص نیست؛ این شد که من بر تو چیره شدم.^۱

طاعت آن نیست که بر خاک نهی پیشانی
صدق پیش آر که اخلاص به پیشانی نیست

فعالیت

به نظر شما ریاکار با روی آوردن به ریا به دنبال چیست؟ چقدر می تواند به اهداف خود برسد؟

آزمون اخلاص

برای اینکه تشخیص دهیم چقدر اخلاص داریم باید نشانه های ریا را بشناسیم. کسی که می خواهد ببیند چقدر از سلامتی برخوردار است باید نشانه های بیماری را خوب بشناسد. امام صادق علیه السلام به نقل از امیر المؤمنین علیه السلام فرمودند:

«ثَلَاثُ عَلَامَاتٍ لِلْمُرَائِي: يَنْشَطُ إِذَا رَأَى النَّاسَ وَ يَكْسُلُ إِذَا كَانَ وَحْدَهُ،
وَ يُحِبُّ أَنْ يُحَمَدَ فِي جَمِيعِ أُمُورِهِ»^۲.

فرد ریاکار سه نشانه دارد: ۱. وقتی مردم او را می بینند نشاط (در عمل) می یابد؛ ۲. و هنگامی که تنهاست کسل می شود (از انجام کار خیر)؛ ۳. و دوست دارد در تمام کارهایش مورد تمجید دیگران قرار گیرد.

۱. ر.ک: غزالی، محمد، احیاء العلوم، ج ۴ و نراقی، ملا احمد، معراج السعادة، باب اخلاص.
۲. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲، ص ۲۹۵.

یک پرسش و پاسخ مهم

آیا برای اینکه ریا نشود نباید به نماز جماعت برویم؟ آیا نباید هیچ کار خیری به گوش کسی برسد، یا کسی ببیند؟

زراره شبیه همین سؤال را از امام باقر علیه السلام می پرسد: مردی کار خیری می کند و فردی او را می بیند و از دیده شدن کار خوبش خوشحال می شود. آیا این ریا محسوب می شود؟ حضرت فرمودند: این اشکالی ندارد اگر به خاطر دیده شدن کارش، آن را انجام نداده باشد. هر کسی از آشکار شدن کار خیرش در میان مردم خوشحال می شود.^۱ پس اگر نماز خواندن مرا در مسجد دیگران می بینند در صورتی که به نیت خوشامد انجام نداده باشم، ریا نیست.

راهکارهای به دست آوردن اخلاص

حالا نوبت دست به کار شدن است. نوبت مشق اخلاص نوشتن و خط زدن ریا و نفاق است. راهکارهای زیر تمرینی برای مخلص شدن است:

۱) اندیشه در نتیجه اخلاص و ریا: به عواقب بد ریا و نبود اخلاص فکر کنیم و در خواص اخلاص، اندیشه بیشتری کنیم. این خود، ما را ترغیب به کار با اخلاص می کند. اینکه کارهای ماندگار در طول تاریخ کارهای همراه با اخلاص بوده است.

«كُلُّ شَيْءٍ هَالِكٌ إِلَّا وَجْهَهُ»^۲

همه چیز از بین رفتنی است جز وجه خدا.

هر کاری که به جهت خدا انجام شود از بین نمی رود.

نیت خیرت بسی گل هاشکفت
آن ز اخلاصات ابراهیم بود^۳

سَيِّدُ «الْأَعْمَالِ بِالنِّيَّاتِ» گفت
کعبه را که هر دمی عزّی فزود

۱. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲، ص ۲۹۷، ح ۱۸.

۲. قصص، ۸۸.

۳. مولوی، مثنوی معنوی.

۲) تقویت اعتقادات دینی : عقاید دینی خود را تقویت کنیم و به عظمت خدا در برابر حقارت مخلوقات خدا بیندیشیم. اگر عظمت و ارزش خدا را قبول داریم، پس کارها را برای خلق ناتوان او انجام ندهیم و به بزرگی او توجه کنیم. ارزش کار ما به اندازه ارزش نیت ماست.



امام صادق علیه السلام فرمودند :

«إِنَّمَا يُحْشَرُ النَّاسُ عَلَى نِيَاتِهِمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ»^۱

مردم در روز قیامت، بر اساس نیت‌هایشان محشور می‌شوند.

۳) کیفیت را بر کمیت مقدم کنیم : خداوند در سه جای قرآن از ما بهترین عمل را می‌خواهد نه بیشترین عمل را.^۲

از همین رو است که پیامبر رحمت صلی الله علیه و آله می‌فرماید :

«أَخْلَصَ قَلْبُكَ، يَكْفِيكَ قَلِيلٌ مِنَ الْعَمَلِ»^۳

دلت را خالص کن تا اندکی از عمل، تو را کفایت کند.

اگر می‌خواهیم ده رکعت نماز مستحبی بدون توجه بخوانیم به جای آن دو رکعت با حضور قلب و اخلاص و فقط برای خدا بخوانیم.

۱. حرّ عاملی، محمدبن حسن، وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۳۴.

۲. هود، ۷؛ کهف، ۷؛ ملک، ۲.

۳. مجلسی، محمد باقر، بحار الأنوار، ج ۷، ص ۱۷۵.

۴) توجه به اینکه دل‌ها در دست اوست : به این نکته توجه کنیم که حتی اگر بخواهیم دل‌های دیگران را هم به دست آوریم، دل‌های همهٔ آفریدگان در دست توانای خداوند متعال است. پس با کار برای خدا، دل مردمان را هم به دست می‌آوریم.^۱ خداوند متعال می‌فرماید :

«إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ، سَيَجْعَلُ لَهُمُ الرَّحْمَنُ وُدًّا».^۲

۵) همنشینی با مخلصان : با آدم‌های مخلص و بی‌ریا و صاف و بی‌پیرایه رفت‌وآمد کنیم و از آدم‌های متظاهر و خودنما، فاصله بگیریم.

۶) کار جهادی : برخی کارها را در زندگی بدون مزد و فقط برای رضای خدا انجام دهیم. بخشی از وقتمان را برای کارهای جهادی اختصاص دهیم؛ مانند تلاش برای فعالیت‌های فرهنگی، شرکت در اردوهای جهادی برای آبادانی مناطق محروم و ...

۷) خوبی‌های خود را فراموش کن، ولی خوبی‌های دیگران را نه : از کارهای خوبمان تعریف نکنیم و آنها را زود از یاد ببریم.

۸) کار پنهانی : برخی کارهای خوب را پنهانی و دور از چشم دیگران انجام دهیم. یک گل زیبا می‌روید و بوی خوش می‌دهد چه او را ببینند و چه نبینند؛ مانند گل باشیم.

۹) کم توجهی به حضور دیگران در حین کار خیر : تمرین کنیم به خاطر حضور دیگران هیچ تغییری در رفتارمان رخ ندهد. به مزایای خود آن کار بیندیشیم نه مزایای اطلاع دیگران از آن.

۱۰) بی‌توجهی به ستایش و سرزنش در کار خیر : به ستایش و نکوهش دیگران کم توجهی کنیم.

۱۱) محبت به خدا با روحیهٔ شکر : محبت به خدا را از راه یادآوری نعمت‌های الهی، در دل خود افزایش دهیم.^۳ این باعث می‌شود دل از غیر خدا بی‌ترسیم و حتی برای دوری از دوزخ و رسیدن به لذات بهشتی، کار نکنیم؛ بلکه تنها برای خود خدا و محبت و شکر از او کار کنیم.

۱. ر.ک : شرح چهل حدیث امام خمینی.

۲. مریم، ۹۶.

۳. اشاره به روایتی از امام علی (ع) و امام صادق (ع) که مردم در عبادت سه قسم‌اند : برخی از ترس دوزخ و برخی به شوق بهشت و برخی به خاطر محبت و شکر خدا. (نهج البلاغه، حکمت ۲۳۷؛ کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲، ص ۸۵)

گراز دوست چشمت به احسان اوست تو در بند خویشی نه در بند دوست
خلاف طبیعت بود که اولیاء تمنا کنند از خدا جز خدا^۱

۱۲) دوری از تعارفات دروغین: تلاش کنیم در گفتارمان سخنانی نگوییم که می‌دانیم به آن اعتقادی نداریم.

۱۳) تا چهل روز تمرین کنیم:^۲ در این مدت تمام فعالیت‌هایمان حتی خوردن و خوابیدن و به مدرسه رفتن را فقط برای خدا انجام دهیم. همه چیز را می‌توان رنگ خدایی زد.^۳

فعالیت

چه کارهایی را در طول زندگی خود فقط برای خداوند انجام دادید؟

۱. سعدی

۲. پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: مَنْ أَخْلَصَ لِلَّهِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا فَجَزَّ اللَّهُ يَتَابِعَ الْحِكْمَةَ مِنْ قَلْبِهِ عَلَى لِسَانِهِ؛ کسی که چهل روز برای خداوند خالص شود، خدا چشمه‌های حکمت را از دلش بر زبانش جاری سازد. ابن فهدحلی، عدة الداعی و نجاح الساعی، ص ۲۳۲.

۳. «صِبْغَةَ اللَّهِ وَمَنْ أَحْسَنُ مِنَ اللَّهِ صِبْغَةً وَنَحْنُ لَهُ عَابِدُونَ» رنگ خدایی (بپذیرید) و چه رنگی از رنگ خدایی بهتر است؟ و ما تنها او را عبادت می‌کنیم. بقره، ۱۳۸.

درمان درد جان

چرا این قدر در دین ما به تقوا توصیه شده است؟ چرا در قرآن بارها^۱ از تقوا صحبت شده است؟ چرا بیش از پنجاه بار خدا در قرآن امر فرموده که اتَّقُوا! تقوا پیشه کنید؟ چرا خطیب نماز جمعه در هر خطبه باید خود و مسلمانان را توصیه به تقوا کند؟

به چه دلیلی امیرالمؤمنین علیه السلام در جای جای نهج البلاغه سخن از تقوا به میان آورده است؟ مانند اینکه فرمودند :

«التَّقَى رَأْسُ الْأَخْلَاقِ»^۲

تقوا رئیس اخلاق است.

آیا می شود اخلاق اسلامی داشت بدون اینکه تقوا داشت؟

۱. ۲۵۲ مرتبه.

۲. نهج البلاغه، حکمت ۴۰۲.

تقوا یعنی...

واژه تقوا در لغت از ریشه وقایه است به معنای نگهداری چیزی از اموری که بدان زیان می‌رساند و در اصطلاح دین به معنای نگهداری نفس از اموری است که به گناه منجر می‌شود.^۱ امیرالمؤمنین (علیه السلام) فرمودند:

«التَّقْوَى أَنْ يَتَّقِيَ الْمَرْءُ كُلَّ مَا يُؤْثِمُهُ»^۲

تقوا آن است که انسان از هر آنچه او را به گناه می‌کشاند، پرهیز کند.^۳

تقوا یا خودنگهداری وقتی مطرح است که شما چیز با ارزشی دارید که خطری آن را تهدید می‌کند و باید محافظت شود. نفس ما حقیقت با ارزشی است که خطر گناه، آن را تهدید می‌کند.

تقوا یعنی سر کلاس اوامر الهی حاضر باشی و در کلاس نواهی خدا غایب. وقتی از امام صادق (علیه السلام) درباره تفسیر تقوا پرسیدند، فرمودند:

«أَنْ لَا يَفْقِدَكَ اللَّهُ حَيْثُ أَمَرَكَ، وَلَا يَرَاكَ حَيْثُ نَهَاكَ»^۴

تقوا آن است که خداوند در جایی که تو را فرمان داده است غایب نبیند و در آنجا که تو را نهی کرده است، حاضر نیابد.

چرا تقوا؟

لباسی که به تن می‌کنید هم شما را از خطرهای ننگه می‌دارد و هم عیوب شما را می‌پوشاند و هم مایه زیبایی شماست. خداوند بهترین لباس جان ما را تقوا می‌داند:

«يَا بَنِي آدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُوَارِي سَوْآتِكُمْ وَرِيشًا وَلِبَاسُ التَّقْوَى ذَٰلِكَ خَيْرٌ، ذَٰلِكَ مِنْ آيَاتِ اللَّهِ لَعَلَّهُمْ يَذَّكَّرُونَ»^۵

ای فرزندان آدم! لباسی برای شما فرستادیم که اندام شما را می‌پوشاند و

۱. راغب اصفهانی، مفردات الفاظ القرآن، ص ۸۸۱.

۲. محمدی ری‌شهری، محمد، میزان الحکمة، ماده تقوا.

۳. باید توجه داشت که ترک کردن واجبات نیز خود جزو گناهان و امور حرام است.

۴. ابن فهد حلی، عدة الداعی و نجاح الساعی، ص ۳۰۳.

۵. اعراف، ۲۶.

مایهٔ زینت شمایست؛ اما لباس پرهیزگاری بهتر است! اینها (همه) از آیات خداست، تا متذکر (نعمت‌های او) شوند!

لباس تقوا تار و پودش، انجام بایدها و پرهیز از نبایدهای خداست. پاسخ این سؤال که چرا باید تقوا داشت؟ در قرآن آمده است. خداوند حداقل سه مرتبه در کتابش راه رسیدن به کمال نهایی را تقوا دانسته و فرموده است:

«وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ»^۱

تقوا پیشه کنید تا رستگار گردید.

حضرت علی علیه السلام در خطبه ۱۸۹ نهج البلاغه چه زیبا فرمودند:

«فَإِنَّ تَقْوَى اللَّهِ دَوَاءٌ دَاءِ قُلُوبِكُمْ وَ بَصَرُ عَمَى أَفْئِدَتِكُمْ وَ شِفَاءُ مَرَضِ أَجْسَادِكُمْ وَ صِلَاحُ فُسَادِ صُدُورِكُمْ وَ طَهْرُ دَنَسِ أَنْفُسِكُمْ وَ جَلَاءُ غِشَاءِ أَبْصَارِكُمْ وَ أَمْنُ فَرْعِ جَائِشِكُمْ وَ ضِيَاءُ سَوَادِ ظُلُمَتِكُمْ»؛

همانا تقوای الهی داروی بیماری دل‌هایتان، بینایی کوری باطنتان، شفای بیماری اجسادتان، صلاح فساد سینه‌هایتان، پاکی چرک نفوستان، جلای بردهٔ دیدگانتان، ایمنی خوف دل‌هایتان، و روشنی تاریکی جهلتان می‌باشد.

در کدام پلهٔ نردبان تقوا ایستاده‌اید؟

تقوا اگر نردبان ترقی شما در دنیا و آخرت باشد، پله‌هایی دارد که هر کس ممکن است در درجه‌ای از آن ایستاده باشد:^۲

۱) تقوای عام: کمترین درجهٔ تقوا، ترک حرام‌هاست^۳ به خاطر ترس از عذاب الهی. در درس گذشته دربارهٔ اخلاص گفتیم که ارزش کار اندک را زیاد می‌کند. خاصیت این مرحله از تقوا نیز همین است.

مفصل می‌گوید: نزد امام صادق علیه السلام آمدم و عرض کردم: کارهایم ضعیف و اندک است.

۱. بقره، ۱۸۹؛ آل عمران، ۱۳۰ و ۲۰۰.

۲. نراقی، ملامهدی، جامع السعادات، ج ۱، ص ۵۰۶؛ جوادی آملی، عبدالله، تسنیم (تفسیر قرآن کریم)، ج ۲، ص ۱۵۵.

۳. پیش از این نیز گفتیم که یکی از حرام‌ها همان ترک کردن واجبات است.

به من فرمودند :

«إِنَّ قَلِيلَ الْعَمَلِ مَعَ التَّقْوَى خَيْرٌ مِنْ كَثِيرِ الْعَمَلِ بِلاَ تَقْوَى»؛

همانا کار اندک با تقوا بهتر از کار زیاد بدون تقواست.

عرض کردم : چگونه؟ حضرت فرمودند : مردی دیگران را مهمان می کند و به همسایگانش مهربان است و... ولی وقتی دری از حرام به رویش گشوده می شود واردش می شود، این کار بدون تقواست. از سویی فردی دیگر این کارها (ی مستحبی) را ندارد، ولی وارد حرام نمی شود.^۱

(۲) تقوای خاص : تقوای نوع دوم آن است که علاوه بر محرمات الهی از شبهات نیز پرهیز کنیم. از همین رو است که خدای متعال فرمود :

«فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ»؛^۲

هرچه می توانید از خدا پروا کنید.

ام عبدالله برای پیامبر اکرم ﷺ ظرفی شیر فرستاد تا ایشان افطار کنند. حضرت نوشیدند و از فرستاده وی پرسیدند از کجا به دست آمده است؟ آمد و پاسخ را رساند که از گوسفند خودم. باز هم کاسه شیر را بازگرداندند و پرسیدند : گوسفند از کجا؟ فرستاده پاسخ آورد که ام عبدالله می گوید : از مال خودش خریده است. بالاخره رسول خدا ﷺ شیر را نوشیدند. روز بعد ام عبدالله به ایشان گلایه کرد. حضرت فرمودند :

«بِذَلِكَ أُمِرْتُ الرُّسُلُ قَبْلِي أَلَّا تَأْكُلَ إِلَّا طَيِّبًا وَلَا تَعْمَلَ إِلَّا صَالِحًا»^۳

پیامبران پیش از من نیز بدین فرمان داده شدند که جز پاک نخورند و جز کار شایسته انجام ندهند.

این یعنی غذای پاک و بی شبهه، مقدمه کار پاک و بی پیرایه است.

آنها که پای در ره تقوا نهاده اند گام نخست بر در دنیا نهاده اند^۴

۱. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲، ص ۷۶.

۲. تغابن، ۱۶.

۳. سیوطی، الدر المنثور، ج ۵، ص ۱۰.

۴. عطار نیشابوری.

۳) تقوای خاص الخاص : این بالاترین مرتبه تقواست که از هرچه غیر خداست اجتناب می‌کند، حتی گاهی برخی امور مباح را به خاطر خدا و اینکه باعث غفلت نشود، ترک می‌کند. اگر غذا می‌خورد به قصد لذت حیوانی نمی‌خورد. این همان مقامی است که خداوند می‌فرماید :

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ»^۱

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! آن گونه که حق تقوا و پرهیزکاری است، از خدا پروا کنید.

بگو اوصاف مرغان چمن را که بگسستند از هم، دام تن را

که جام عشق آنان کرد لبریز؟ که جز یار از همه کردند پرهیز^۲

این مراتب تقوا در روایت منسوب به امام صادق علیه السلام آمده است :

«التَّقْوَى عَلَى ثَلَاثَةِ أَوْجُهٍ: تَقْوَى بِاللَّهِ وَهُوَ تَرْكُ الْخِلَالِ فَضْلاً عَنِ الشُّبُهَةِ، وَهُوَ تَقْوَى خَاصِّ الْخَاصِّ؛ وَتَقْوَى مِنَ اللَّهِ تَعَالَى وَهُوَ تَرْكُ الشُّبُهَاتِ فَضْلاً عَنِ الْحَرَامِ، وَهُوَ تَقْوَى الْخَاصِّ؛ وَتَقْوَى مِنْ خَوْفِ النَّارِ وَالْعِقَابِ وَهُوَ تَرْكُ الْحَرَامِ، وَهُوَ تَقْوَى الْعَامِ»^۳

تقوا بر سه گونه است : تقوای بالله است که ترک حلال است، تا چه رسد به شبهه و آن تقوای خاص الخاص است. و دیگر تقوای از خدای متعال است که همان ترک شبهات است، تا چه رسد به حرام و آن تقوای خاص است. دیگری تقوا از ترس آتش و عذاب است که در ترک حرام می‌باشد و همان تقوای عام است.

یک نکته مهم

برای اینکه به مراتب بالای تقوا برسیم ابتدا باید از پرهیز شروع کنیم. تقوا تنها پرهیزکاری نیست، ولی در گام‌های نخست باید از محیط گناه دور شد. همان‌طور که ما از محیط بیماری

۱. آل عمران، ۱۰۲.

۲. الهی قمشه‌ای

۳. مصباح الشریعة، باب ۸۳، ص ۳۸.

دوری می‌کنیم تا بیمار نشویم. تقوا لزوماً دوری از جامعه نیست. در مراحل بالاتر دیگر پرهیزکاری نیست؛ بلکه خودنگهداری است. گاهی واکسن می‌زنیم به طوری که حتی اگر در دل منطقه آلوده هم باشیم خیالمان راحت است که بیمار نمی‌شویم و اینجاست که می‌توانیم به بیماران هم کمک کنیم.^۱

هرگز معنی حاضر و غایب شنیده‌ای
من در میان جمع و دلم جای دیگر است

چطور با تقوا تر شویم؟

تقوا ملکه‌ای است که در دل انسان ریشه دارد^۲ و در رفتار او خود را نشان می‌دهد. رفتار ما در ایجاد ویژگی‌های درونی اثر دارد. خدای مهربان در قرآن راه‌های متعددی برای تقوا و در نتیجه کمال ما بیان کرده است. برخی از مهم‌ترین این راهکارها را با هم مرور می‌کنیم:^۳

(۱) عبادت: ارتباط خوب با خدا و پرستش او یکی از راه‌های با تقوا شدن است.^۴ خداوند دربارهٔ روزه می‌فرماید:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ، كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ»^۵

ای کسانی که ایمان آوردید؛ روزه بر شما واجب شده است همان گونه که بر پیشینیان شما واجب بود شاید تقوا پیشه کنید.

(۲) انس با کتاب خدا: وقتی می‌خواهیم با خدا حرف بزنیم نماز می‌خوانیم و هنگامی که می‌خواهیم خدا با ما سخن بگوید کتابش را به دست می‌گیریم. همان‌طور که خداوند

۱. ر.ک: شهید مطهری، ده گفتار.

۲. «وَمَنْ يَعْظَمْ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِن تَقْوَى الْقُلُوبِ»؛ و هر کس شعائر الهی را بزرگ دارد، این کار نشانه تقوای دل هاست (حج، ۳۲).

۳. در قرآن کریم ۶ بار لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ، ۶ بار لَعَلَّكُمْ يَتَّقُونَ و ۲ بار أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى آمده است. این راهکارها بر این اساس دسته‌بندی شده است.

۴. «يَا أَيُّهَا النَّاسُ اعْبُدُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ وَ الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ»؛ ای مردم! پروردگار خود را پرستش کنید؛ آن کس که شما، و کسانی را که پیش از شما بودند آفرید، تا پرهیزکار شوید (بقره، ۲۱).

۵. بقره، ۱۸۳.

فرموده هرچه می‌توانید باتقوا شوید، فرمود :

«فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ»^۱

هرچه می‌توانید قرآن بخوانید.

خداوند کتاب‌های آسمانی را مایه تقوا معرفی نموده است مثلاً در آیه ۲۸ سوره زمر به روشن بودن و بدون انحراف بودن قرآن اشاره می‌کند و آن را مایه تقوا می‌داند :

«قُرْآنًا عَرَبِيًّا غَيْرَ ذِي عِوَجٍ لَّعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ».

۳) رعایت حقوق و احکام در خانواده : خداوند در آیه‌ای همان‌طور که تقوا را به لباس تشبیه می‌کند، زن و مرد را نیز برای هم در حکم لباس می‌داند.^۲ همان‌طور که لباس، انسان را از سرما و گرما نکه می‌دارد، زن و مرد هم باعث حفظ حیا و عفت یکدیگرند. در پایان همان آیه هم خداوند رعایت احکام خانوادگی را راهی برای تقوای انسان می‌داند. بی‌تردید دقت در حقوق والدین و احسان به آنها نیز بهترین راه رسیدن به تقواست.



۱. مَزَل، ۲۰. ۲. «هَنْ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ... تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَقْرِبُوهَا، كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ». بقره، ۱۸۷.

۴) رعایت عدالت و احکام اجتماعی: رعایت انصاف و عدالت در حق دیگران و دقت در حق الناس از راه‌های کسب تقواست. خداوند متعال فرموده است:

«إِعْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى»^۱

عدالت پیشه کنید که به تقوا نزدیک‌تر است.

از سویی وقتی سخن از اجرای حکم قصاص در جامعه می‌شود آن را مایه حیات می‌شمارد و آن را زمینه تقوا معرفی می‌کند.^۲ ظاهر قصاص مرگ است، ولی در حقیقت حیات یک جامعه است. به عبارت دیگر، ظاهر قصاص گرفتن جان یک نفر است ولی نگه‌داشتن جان یک جامعه است. اجرای عدالت کمی جسارت می‌خواهد، ولی زمینه دوری از گناه در افرادی می‌شود که عاقبت شوم گناه‌های اجتماعی را مشاهده می‌کنند. ۵) عفو و گذشت: اگر می‌خواهید یک گام به تقوا نزدیک شوید، ببخشید!

«وَأَنْ تَعْفُوا أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى»^۳

و اینکه ببخشید به تقوا نزدیک‌تر است.

گذشت و عفو دیگران و نادیده گرفتن اشتباهات آنان یک راه کسب گوهر تقواست. امام علی علیه السلام فرمودند:

«لَا يَسْتَطِيعُ أَنْ يَتَّقِيَ اللَّهَ مَنْ خَاصَمَ»^۴

کسی که دشمنی ورزد، نمی‌تواند از خدا پروا داشته باشد. دل پر از کینه با دل پر از خدا جمع نمی‌شود.

۶) پند و اندرز و تذکر: خداوند دو بار در قرآن تذکر و پند و اندرز را زمینه تقوا دانسته است.^۵

۱. مائده، ۸.

۲. «وَلَكُمْ فِي الْقِصَاصِ حَيَاةٌ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ»، بقره، ۱۷۹.

۳. بقره، ۲۳۷.

۴. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمة، ماده تقوا.

۵. انعام، ۶۹ و اعراف، ۱۶۴. در سوره اعراف آیه ۱۶۴ می‌فرماید: «وَإِذْ قَالَتْ أُمَّةٌ مِنْهُمْ لِمَ تَعِظُونَ قَوْمًا اللَّهُ مُهْلِكُهُمْ أَوْ مُعَذِّبُهُمْ عَذَابًا شَدِيدًا قَالُوا مَعْذِرَةُ إِلَى رَبِّكُمْ وَلَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ» (و به یاد آر) هنگامی را که گروهی از آنها (به گروه دیگر) گفتند: «چرا جمعی (گناهکار) را اندرز می‌دهید که سرانجام، خداوند آنها را هلاک خواهد کرد، یا به عذاب شدیدی گرفتار خواهد ساخت؟! (آنها را به حال خود واگذارید تا نابود شوند!)» گفتند: «(این اندرزها)، برای اعتدال (و رفع مسئولیت) در پیشگاه پروردگار شماست؛ به علاوه شاید آنها (بپذیرند، و از گناه باز ایستند، و) تقوا پیشه کنند!».

امام صادق علیه السلام فرمودند :

«الْأَسْعَدُ يَتَّبِعُ بِمَوْعِظَةِ التَّقْوَى، وَإِنْ كَانَ يُرَادُّ بِالْمَوْعِظَةِ غَيْرُهُ»^۱

انسان سعادتمند، اندرز به تقوا را آویزه گوش خود می کند، هرچند مخاطب آن اندرز، کسی دیگر باشد.

گاهی که به انسان راه رفته و با تجربه ای می رسیم، از او نصیحت و اندرز بخواهیم. (۷) پیروی از اهل بیت علیهم السلام : نزدیک ترین راه از یک نقطه به نقطه دیگر، تنها یک خط مستقیم است و هر خطی دیگر، غیر مستقیم و منحنی است و طول بیشتری خواهد داشت. شاه راه همیشه یکی است.

«وَأَنَّ هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيمًا فَاتَّبِعُوهُ وَلَا تَتَّبِعُوا السُّبُلَ فَتَفَرَّقَ بِكُمْ عَنْ سَبِيلِهِ ذَلِكُمْ وَصَّاكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ»^۲

این راه مستقیم من است، از آن پیروی کنید! و از راه های پراکنده (و انحرافی) پیروی نکنید، که شما را از طریق حق، دور می سازد! این چیزی است که خداوند شما را به آن سفارش می کند، شاید پرهیزکاری پیشه کنید!

امام هادی علیه السلام وقتی در روز غدیر به زیارت قبر امیرالمؤمنین علیه السلام رفتند در زیارت نامه خود، حضرت امیر علیه السلام را همین راه مستقیم دانستند.^۳ توسل به اهل بیت علیهم السلام، شرکت در مجالس روضه و ذکر، رفتن به زیارت آنان و درد دل با آنها یکی از مهم ترین راه های رسیدن به تقواست.

۱. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۸، ص ۱۵۱، ح ۱۳۲.

۲. انعام، ۱۵۳.

۳. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، ج ۹۷، ص ۳۶۱.

فعالیت

از دوستان و اعضای خانواده و معلمان خود بخواهید به شما درباره هر یک از این هفت عامل تقوا از یک تا بیست نمره ای بدهند. در پایان خود نیز نمره ای برای خود در نظر بگیرید. معدل این نمره، وضعیت تقوای فعلی شماست. سعی کنید هر ترم این معدل را بالاتر ببرید!

عبارت	انس با قرآن	توجه به اعضای خانواده	توجه به حقوق جامعه	اخلاق و گذشت	پندپذیری	انس با اهل بیت علیهم السلام	معدل
نمره دوستان							
نمره یکی از معلمان							
نمره یکی از اعضای خانواده							
نمره خودتان							
جمع							

چقدر می‌ارزی؟

«... در عالم یک چیز است که آن فراموش کردن نیست. اگر جمله چیزها را فراموش کنی و آن را فراموش نکنی، تو را باک نیست و اگر جمله را به جا آری و فراموش نکنی و آن را فراموش کنی، هیچ نکرده باشی؛ همچنان که پادشاهی تو را به ده فرستاده برای کار معین، تو رفتی و صد کار دیگر گزاردی، چون آن کار را که برای آن رفته بودی نگزاردی، گویی که هیچ نگزاردی. پس آدمی درین عالم برای کاری آمده است و مقصود آن است، چون آن نمی‌گزارد، پس هیچ نکرده باشد.

اگر تو گویی گرچه آن کاری که خدا مرا برای آن آفریده نمی‌کنم در عوض، چندین کار دیگر انجام می‌دهم، گویم آدمی را برای آن کارهای دیگر نیافریده‌اند. همچنان باشد که تو شمشیر جواهرنشانی که قیمت نتوان بر آن گذاشت – و تنها در خزائن ملوک از آن بتوان یافت – آورده باشی و آن را ساطور گوشت گندیده‌ای کنی یا دیگ زرین پیآوری و در آن شلغم پیزی و بگویی که من اینها را معطل نگذاشته و به کار گرفته‌ام! جای افسوس و خنده نباشد؟

حق تعالی نیز تو را ارزش بسیار داده است. پس ببین که برای چه تو را خلق کرده و برای چه کار فرستاده»^۱.

جان ما چقدر می‌ارزد؟ بهای آن چیست؟ چگونه ارزش خود را بالاتر ببریم؟ چطور آن را از آلوده شدن در امان داریم؟

۱. برگرفته از کتاب «فیه ما فیه» مولوی.

با کرامت نفس آشنا شوید!

کرامت به معنای بزرگواری است و کرامت نفس آن است که انسان برای خود ارزش قائل باشد و خود را از پستی درون، دور بدارد.^۱
امیرالمؤمنین (علیه السلام) فرمودند:

«الكَرَمُ حُسْنُ السَّجِيَّةِ وَاجْتِنَابُ الدَّنِيَّةِ»^۲

کرامت، نیکی اخلاق و پرهیز از پستی است.^۳

کرامتی که داریم؛ کرامتی که می‌توانیم داشته باشیم.
ما دو نوع کرامت داریم:

۱) کرامت ذاتی: بزرگواری و کرامتی که خداوند متعال به طور ذاتی به تمام انسان‌ها داده است.

«وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا»^۴

ما فرزندان آدم را گرامی داشتیم؛ و آنها را در خشکی و دریا، (بر مرکب‌های راهوار) حمل کردیم؛ و از انواع روزی‌های پاکیزه به آنان روزی دادیم؛ و آنها را بر بسیاری از موجوداتی که خلق کرده‌ایم، برتری بخشیدیم.

فعالیت

به نظر شما چرا خداوند، انسان را برترین موجودات معرفی کرده است؟ درباره آن در کلاس بحث کنید.

۱. مفردات راغب، ص ۴۲۸؛ لسان‌العرب، ج ۱۲، ص ۵۱۰؛ جوادی آملی، کرامت در قرآن، ص ۱۹.

۲. شرح غررالحکم، ج ۲، ص ۲۹.

۳. اعتماد به نفس، اصطلاحی نزدیک به کرامت نفس است. اعتماد به نفس، یعنی اتکا به نیروها و توانایی‌های خود و بهره‌گیری از این نیروهای خدادادی، در مسیر پر پیچ و خم زندگی تا در مشکلات و سختی‌ها بار خویش را خود به دوش کشیم، نه آنکه دست نیاز به سوی دیگران بگشاییم و چشم به آنها بدوزیم. اسلام نیز به این خوداتکالی و اعتماد به نفس با توکل به خدا، تأکید دارد.

۴. اسراء، ۷۰.

۲) **کرامت اکتسابی** : بزرگواری و کرامتی که هرکس بر اساس کارهایی که انجام می‌دهد به دست می‌آورد.

فرشته‌ها برای اینکه به ندای خرد خود گوش دهند، مانعی به نام غرایز حیوانی ندارند، پس راهشان چندان دشوار نیست. از حیوانات نیز کسی انتظار کار عقلانی ندارد؛ آنها تنها بر اساس غریزه و میل حیوانی رفتار می‌کنند. این ما انسان‌ها هستیم که اگر افسار اسب سرکش شهوت را به دست عقل سپردیم، کارستان کرده‌ایم و گوی سبقت را از فرشته‌ها نیز ربوده‌ایم ولی اگر شهوت بر عقل ما چیره شد، از حیوانات نیز پایین‌تر آمده‌ایم.

مثال : فرض کنید دانش‌آموز با هوش و مستعدی داریم که همه به خاطر ذکاوتش او را تحسین می‌کنند. اگر او فریب استعداد خوبش را بخورد و اوقاتش را تنها به تفریح و بازی بگذراند و از درس فاصله گیرد، از دانش‌آموزی که استعداد زیادی ندارد بیشتر قابل سرزنش است و اگر همین فرد با هوش، با تلاش خود موفقیت تحصیلی نیز کسب کند برای تلاشش نیز شایسته ستایش است. آن هوش مانند کرامت ذاتی و این تلاش مانند کرامت اکتسابی انسان است.

پرهیزکاری و بزرگواری (تقوا و کرامت نفس)

تقوا باعث می‌شود سرمایه کرامت ذاتی خویش را نگه داریم و کرامت اکتسابی را در خود بیفزاییم.

امام علی علیه السلام فرمودند :

«لَا كَرَمَ كَالْتَّقْوَى»^۱

هیچ بزرگواری و کرامتی چون تقوا نیست.

انسان با تقوا هم نزد خویشان، هم نزد مردمان و هم نزد خداوند بزرگ گرامی است. کسی که برای خود ارزش قائل است، در مرحله نخست، خود را به گناهان آلوده نمی‌کند و تقوای الهی در پیش می‌گیرد.

در مرحله دیگر، انسان با کرامت، نه تنها خویش را از گناه دور می‌کند بلکه ظاهر و باطن را به پاکی و طهارت آراسته می‌کند.

۱. نهج البلاغه، حکمت ۱۰۹.

کدام آیه است که خداوند فرد با تقواتر را نزد خود گرامی تر می‌داند؟ به نظر شما چرا فرد با تقواتر گرامی تر است؟

طهارت و پاکی

انسان اخلاق‌مدار که برای خویشتن ارزش قائل است، جسم و جانش را به آلودگی‌ها نمی‌آلاید.

خداوند سی و یک مرتبه در قرآن کریم ماده «طهر» را به کار برده است. رسول اکرم ﷺ فرمودند:

«الطَّهْرُ شَطْرُ الْإِيمَانِ»^۱

پاکیزگی بخشی از ایمان است.

فوت کوزه‌گری

شاگرد کوزه‌گر حالا برای خود ادعای استادی داشت. از استاد جدا شد و مغازه‌ای جدا دایر کرد؛ ولی هر کار می‌کرد کوزه‌های لعابی او به زیبایی کوزه‌های استاد نمی‌شد و رنگش کدر می‌افتاد. نزد استاد آمد و دوباره زانوی شاگردی زد. دید استاد قبل از اینکه به کوزه‌ها رنگ بدهد و آنها را در کوره بگذارد، آنها را فوت می‌کند. گفت این، فوت کوزه‌گری است. غبارها را که از کوزه دور کنی، رنگ لعاب، خوب بر آن می‌نشیند و شفاف می‌شود. ما آدم‌ها نیز تا غبار هوئی و هوس و گناه را از خود دور نکنیم، مرغوب و خداپسند نمی‌شویم.

۱. متقی هندی، کنز العمال، ح ۲۵۹۸۸.

جسم پاکیزه، جان پاک

طهارت، اقسامی دارد :

۱) طهارت ظاهر

پیامبر اکرم ﷺ فرمودند :

«تَنْظِفُوا بِكُلِّ مَا اسْتَطَعْتُمْ، فَإِنَّ اللَّهَ — تَعَالَى — بَنَى الْإِسْلَامَ عَلَى النَّظَافَةِ،
وَلَنْ يَدْخُلَ الْجَنَّةَ إِلَّا كُلُّ نَظِيفٍ»^۱

هرچه می توانید پاکیزه باشید، پس همانا خداوند متعال اسلام را بر پاکیزگی بنا
کرده است و جز فرد پاکیزه وارد بهشت نمی شود.

همان طور که فرموده اند هرچه می توانید تقوا پیشه کنید، گفته اند هرچه می توانید تمیز و
پاکیزه باشید. پاکی برون، مقدمه ای برای پاکی درون است.

پیامبر اکرم ﷺ فرمودند :

ای انس! وضو و غسل را زیاد انجام بده که خداوند عمرت را زیاد کند؛ و
اگر می توانی در شب و روز با طهارت باشی این کار را انجام بده که اگر بر
حال طهارت از دنیا رفتی، شهید هستی.^۲



۱. متقی هندی، کنز العمال، ۲/۲۶۰.

۲. حر عاملی محمد بن حسن، وسائل الشیعة، ج ۱، ص ۳۸۳.



هم‌رزم شهید تهرانی مقدم می‌گوید :
خیلی سخت است که انسان بخواهد در مورد
کسی این‌طور با قاطعیت صحبت کند مگر اینکه مدّت
زیادی با او زندگی کرده باشد.
بنده سال‌ها با حسن همراه بودم و حتی یک‌بار
ندیدم او برای نمازش وضو بگیرد چون دائم‌الوضو
بود و می‌گفت :

«نباید بدون وضو بر روی زمین خدا راه رفت؛ زمین جای جمع کردن ثواب است.»

فعالیت

سعی کنید به مدت دو هفته همیشه وضو داشته باشید به خصوص در هنگام حضور
در کلاس درس.

۲) طهارت باطن

آب را باید از سر چشمه پاک نگه داشت. سرچشمه کارهای ما افکار ماست. اگر
می‌خواهیم کارهایمان پاک باشد، باید افکارمان را پاک نگه داریم. پس باید فکر را از
وسوسه‌های شیطانی پاک کرد. بی‌توجهی به فکرهای منفی، یکی از راه‌های پاک‌ی ذهن
است. امام علی (ع) فرمودند :

«مَنْ كَثُرَ فِكْرُهُ فِي الْمَعَاصِي دَعَتْهُ إِلَيْهَا»^۱

کسی که زیاد درباره گناهان بیندیشد، گناهان او را به سوی خود می‌کشانند.

طهارت باطن، یعنی جانمان را از گناهان و عیب‌های اخلاقی مانند حسادت و تکبر و
حرص پاک کنیم.

۱. همان، ح ۸۵۶۱.

امیرالمؤمنین (علیه السلام) فرمودند :

«إِنْ كُنْتُمْ لَا مُحَالَةً مُتَطَهِّرِينَ فَتَطَهَّرُوا مِنْ دَنَسِ الْعُيُوبِ وَ الدُّنُوبِ»^۱

حال که از پاکیزه بودن گریزی ندارید، پس خود را از پلیدی عیوب و گناهان پاک کنید.

روز مردن گند او پیدا شود	گر میان مشک، تن را جا شود
مشک چه بود نام پاک ذوالجلال	مشک را بر تن مزین، بر دل بمال
روح را در قعر گلخن می نهند ^۲	آن منافق مشک بر تن می نهند

ترک شهوت، اثر کرامت

فرش به ظاهر فرسوده را در کفش کن مسجد انداخته بودند. مرد خبره فرش فروش نزد امام جماعت آمد و گفت : این فرش را از جلوی در جمع کنید، خیلی قیمتی است. دست بافت و قدیمی است. از فروش آن فرش با ارزش، تمام آن مسجد فرش شد. آدم اگر ارزش واقعی خود را بداند، خود را زیر دست و پا نمی اندازد. امام علی (علیه السلام) فرمودند :

«مَنْ كَرُمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ، هَانَتْ عَلَيْهِ شَهْوَاتُهُ»^۳؛

هر که برای خود کرامت قائل باشد، خواهش های نفسانی اش در نظر او خوار آید.

موفقیت، اثر ترک شهوت

امیرالمؤمنین (علیه السلام) فرمودند :

«طَهَّرُوا أَنْفُسَكُمْ مِنْ دَنَسِ الشَّهَوَاتِ تُدْرِكُوا رَفِيعَ الدَّرَجَاتِ»^۴

جان هایتان را از آلودگی شهوات پاک کنید تا به درجات بالا برسید.

۱. غررالحکم و دررالکلم، ج ۳۷۴۳.

۲. مولوی، مثنوی معنوی، دفتر دوم.

۳. نهج البلاغه، حکمت ۴۴۱.

۴. محدث نوری، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۱۱، ص ۳۴۵.

کدام انسان موفق را در دنیا سراغ دارید که با شهوت رانی و خوش گذرانی به موفقیت رسیده باشد. هر کسی در هر زمینه‌ای که موفق شده است، بسیاری از خواسته‌های نفسانی و لذت‌های نابجا را ترک کرده تا به قله پیروزی صعود کرده است.

نمره کرامت شما چند است؟

برای اینکه کرامت نفس خود را نگه داریم و آن را ارتقا دهیم، می‌توانیم این راهکارها را انجام دهیم :

(۱) بیش از اینکه به نداشته‌ها و شکست‌هایمان بیندیشیم به نعمت‌ها و توانمندی‌هایی که خدا به ما داده است توجه کنیم.

(۲) در هر کار به نتیجه اخروی آن فکر کنیم : امام علی علیه السلام فرمودند :

«الْكَرِيمُ مَنْ أَكْرَمَ عَنْ ذُلِّ النَّارِ وَجْهَهُ»^۱

بزرگوار، کسی است که کرامت چهره خویش را از خواری آتش نگه دارد.

(۳) تمرین حیا کنیم : امام علی علیه السلام می‌فرمایند :

«غَايَةُ الْحَيَاءِ أَنْ يَسْتَحْيِيَ الْمَرْءُ مِنْ نَفْسِهِ»^۲

اوج حیا این است که آدمی از خودش شرم کند.

اگر برای خود ارزش قائلیم، نباید هر سخنی را بر زبان جاری کنیم. اگر به خود احترام می‌گذاریم، پوشش با وقار بر تن کنیم. اگر به خود ارج می‌نهیم پامان را به هر مکانی ننهیم. به چشمان خود بیاموزیم که هر صحنه‌ای ارزش نگرستن ندارد.

(۴) نیازهایمان را با خدا در میان بگذاریم و چشمان را به دست مردم ندوزیم. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در نصیحت‌هایشان به ابوذر می‌فرمایند :

اگر می‌خواهی قوی‌ترین مردم باشی، به خدا توکل کن، و اگر می‌خواهی گرمی‌ترین مردم باشی، تقوای الهی پیشه کن؛ و اگر می‌خواهی بی‌نیازترین مردم باشی، به آنچه در دست خداست بیشتر اعتماد کن تا آنچه نزد توست^۳...

۱. مجلسی، محمدباقر، بحارالأنوار، ج ۷۸، ص ۸۲، ح ۸۲.

۲. غررالحکم و دررالکلم، ح ۶۳۶۹.

۳. طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۴۶۸.

یکی از اصحاب پیامبر ﷺ روزگارش سخت شد. همسرش او را نزد پیامبر فرستاد تا کمکی بگیرد. نزد حضرت رفت. پیامبر ﷺ تا او را دیدند فرمودند:

«مَنْ سَأَلَنَا أَعْطَيْنَاهُ وَمَنْ اسْتَغْنَى أَغْنَاهُ اللَّهُ»؛

کسی که از ما درخواست کند او را عطا می‌کنیم، ولی کسی که بی‌نیازی جوید خدا او را بی‌نیاز کند.

با خود گفت منظور ایشان منم. بازگشت و به همسرش اطلاع داد. همسرش گفت: باز هم نزد ایشان برو. باز هم همان جمله را از حضرت شنید. برای بار سوم این جریان تکرار شد تا تیشه‌ای قرض گرفت و به کوه رفت تا هیزم جمع کند. با فروش هیزم و تلاش بیشتر، کم‌کم سختی‌ها رخت بر بست و به ثروتی رسید.^۱

در جهان بال و پر خویش گشودن آموز کم‌پریدن نتوان با پرو بال دگران^۲

شرف نفس به جود ست و کرامت به سجود هر که این هر دو ندارد عدمش به که وجود^۳

(۵) گناه را ترک کنیم و علاوه بر آن، امور بیهوده در زندگی را هم انجام ندهیم؛ امام علی (ع) فرمودند:

«مَنْ كَرُمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ لَمْ يُهْنِهَا بِالْمَعْصِيَةِ»؛^۴

کسی که برای خویش ارزش قائل باشد، خود را با گناه خوار نمی‌کند.

همچنین خداوند متعال دربارهٔ بندگان خاص خود (عباد الرحمن) می‌فرماید:

«وَالَّذِينَ لَا يَشْهَدُونَ الزُّورَ وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا»؛^۵

و کسانی که در مجالس باطل شرکت نمی‌کنند (یا شهادت به باطل نمی‌دهند)؛ و هنگامی که با لغو و بیهودگی برخورد کنند، بزرگوارانه از آن می‌گذرند.

۱. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲، ص ۱۳۹.

۲. اقبال لاهوری.

۳. سعدی.

۴. محدث نوری، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۱۱، ص ۳۳۹.

۵. فرقان، ۷۲.

۶) در سختی‌ها شِکوه نکنیم: مردی به پیامبر اکرم ﷺ عرض کرد: دوست دارم گرامی‌ترین و کریم‌ترین مردم باشم. ایشان فرمودند:

هرگز از خدا نزد خلق شکایت مکن تا گرامی‌ترین مردم باشی.^۱

مفضل بن قیس نزد امام صادق علیه السلام از قرض‌ها و مخارج سنگین زندگی‌اش گفت و اینکه چقدر در سختی و فقر است. در پایان درخواست دعا کرد. حضرت دستور دادند کیسه‌ای اشرفی که در آن ۴۰۰ سکه طلا بود به او بدهند. مفضل گفت: مقصود من دعا بود نه کمک! حضرت فرمودند: من دعا هم می‌کنم ولی بدان که هرگز سختی‌های زندگی‌ات را برای مردم تشریح نکنی که اولین اثرش آن است که این‌طور فکر می‌کنند که تو در میدان زندگی، زمین خورده و از روزگار شکست خورده‌ای، در نظرها کوچک می‌شوی و شخصیت و احترامت از میان می‌رود.^۲

فعالیت

ویژگی‌های مثبت خود را که خدا به شما داده، یا خود به دست آورده‌اید را در یک فهرست بنویسید.

۱. متقی هندی، کنز العمال، ج ۴۴۱۵۴.

۲. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، ج ۱۱، ص ۱۱۴.

آیین بی‌آزاری

امام صادق (علیه السلام) روی کوه صفا ایستاده بودند. عباد بصری پیش آمد و گفت: سخنی از شما روایت می‌کنند. فرمودند: چیست؟ عرضه داشت: اینکه حرمت مؤمن از احترام این بنا (یعنی کعبه) بالاتر است. ایشان فرمودند: بله، این را من گفته‌ام.^۱

تمام انسان‌ها تا زمانی که با عقاید و رفتارهای نادرست، انسانیت خویش را از دست نداده باشند از حرمتی ویژه برخوردارند.

امام هادی (علیه السلام) فرمودند:

«مَنْ هَانَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ فَلَا تَأْمَنُ شَرَّهُ»^۲؛

از شر کسی که پیش خود ارجی ندارد در امان نباش.

کسی که نزد خودش ارزش دارد، دیگران را نیز ارج می‌گذارد. در مسیر کمال نمی‌توان مؤمنان را نادیده گرفت. ما مسافر سفری هستیم که باید مراقب همسفران خود باشیم. حرمت آبروی مؤمن مانند حرمت مال و خون اوست.^۳

پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) فرمودند:

«لَا تُحَقِّرَنَّ أَحَدًا مِنَ الْمُسْلِمِينَ، فَإِنَّ صَغِيرَهُمْ عِنْدَ اللَّهِ كَبِيرٌ»^۴

هیچ مسلمانی را خوار و حقیر مشمار؛ زیرا کوچک آنان هم نزد خداوند بزرگ است.

در درس پیش درباره احترام به خود سخن گفتیم و اینک درباره احترام به دیگران می‌گوییم. چه چیزهایی آبروی مؤمن را به خطر می‌اندازد؟ برای حفظ آبروی مؤمن و تکریم شخصیت او، چه اموری را باید رعایت کنیم؟

۱. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، ج ۴۷، صص ۹۵-۸۵.
 ۲. فیض کاشانی، الوافی، ج ۲۶، ص ۲۸۴ به نقل از تحف العقول.
 ۳. تویسرکانی، لثالی الاخبار، ج ۵، ص ۲۲۶.
 ۴. ورام حلی، تنبیه الخواطر، ج ۱، ص ۳۱.

حریم محترم

مواردی که در ادامه بیان می‌شود تنها بخشی از مصادیق حفظ آبروی مؤمن است.

۱) رازداری

امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند :

«جُمِعَ خَيْرُ الدُّنْيَا وَ الْآخِرَةِ فِي كِتْمَانِ السِّرِّ وَ مُصَادَقَةِ الْأَخْيَارِ
وَ جُمِعَ الشَّرُّ فِي الْإِذَاعَةِ وَ مُوَاخَاةِ الْأَشْرَارِ»^۱

خیر دنیا و آخرت در پنهان داشتن راز (خود و دیگران) و دوستی خالصانه
با خوبان جمع شده است و شر دنیا و آخرت در پخش کردن راز و دوستی با
بدان گرد آمده است.

اگر پرده اسرار کسی را بالا زدیم، باید منتظر فاش شدن اسرار خود نیز باشیم.
امام جعفر صادق علیه السلام فرمودند :

کسی که نسبت به مردم پرده‌داری کند آبروی خودش دریده می‌گردد.^۲
مریز آبروی برادر به کوی که دهرت نریزد به شهر آبروی^۳



۱. محدث نوری، مستدرک الوسائل، ج ۸، ص ۳۲۸.

۲. محقق اربلی، کشف الغمّة، ج ۲، ص ۳۲۹.

۳. بوستان سعدی.

۲۲) پرهیز از سخن چینی

پیامبر اکرم ﷺ از یاران خود پرسیدند: آیا شما را از بدترین افراد آگاه سازم؟ عرض کردند آری ای پیامبر خدا. فرمودند:

«الْمَشَاتُونُ بِالنَّمِيمَةِ، الْمُفَرَّقُونَ بَيْنَ الْأَحْبَةِ، الْبَاغُونَ لِلْبِرَاءِ الْمَعَايِبُ»^۱

آنها کسانی هستند که برای سخن چینی تلاش می کنند، بین دوستان جدایی می افکنند و از پاکان عیب جویی می کنند.

هر که عیب دگران پیش تو آورد و شمرد بی گمان عیب تو پیش دگران خواهد برد^۲
در یکی از سال ها در بنی اسرائیل قحطی شدیدی آمد و دعاهاى حضرت موسی ﷺ افاقه نکرد. وحی آمد که در میان شما شخص سخن چینی است که بر کار خود اصرار دارد و تا او چنین کند دعاهاى شما ره به جایی نمی برد. حضرت موسی ﷺ گفت: او کیست تا بیرونش کنیم؟ خداوند فرمود: من شما را از سخن چینی نهی می کنم، آنگاه خودم سخن چینی کنم؟ بالاخره همه توبه کردند و باران نازل شد.^۳



فعالیت

خداوند در قرآن کریم درباره نَمَامی و سخن چینی یک بار به صورت مستقیم سخن گفته است. آن را در سوره قلم بیابید و درباره معنایش بحث کنید.

۱. حرّ عاملی، محمدبن حسن، وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۶۱۶.

۲. گلستان سعدی.

۳. فیض کاشانی، المحجة البيضاء، ج ۵، ص ۲۷۶.

■ (۳) پرهیز از غیبت

غیبت یعنی، عیب واقعی مؤمنی را در غیابش بیان کنی. اگر عیب در او نباشد، تهمت خواهد بود.^۱
فرقی نمی‌کند بیان آن عیب به چه شکلی باشد، با گفتار و نوشتار باشد و یا با اشاره و رفتار.

پیامبر اکرم ﷺ فرمودند :

روز قیامت، فردی را می‌آورند و او را در پیشگاه خدا نگه می‌دارند و کارنامه‌اش را به او می‌دهند، اما حسنات خود را در آن نمی‌بیند. عرض می‌کند : الهی! این کارنامه من نیست! زیرا من در آن طاعات خود را نمی‌بینم! به او گفته می‌شود : پروردگار تو، نه خطا می‌کند و نه فراموش. عمل تو به سبب غیبت کردن از مردم بر باد رفت. سپس فرد دیگری را می‌آورند و کارنامه‌اش را به او می‌دهند. در آن طاعت بسیاری را مشاهده می‌کند. عرض می‌کند : الهی! این کارنامه من نیست! زیرا من این طاعات را به جا نیاورده‌ام! گفته می‌شود : فلانی از تو غیبت کرد و من حسنات او را به تو دادم.^۲

فعالیت

با تأمل در محیط پیرامون خود بگویید از میان اشکال غیبت، کدام رواج بیشتری دارد؟

راه‌های علمی و عملی درمان غیبت

غیبت کردن و غیبت شنیدن که گناهشان یکسان است، بدون لذت نیست؛ از همین رو ترک آن هم آسان نیست. راهکارهای صفحه بعد ما را در این راه کمک می‌کند:^۳

۱. عاملی، الاصطلاحات الفقهية فی الرسائل العلمية، ص ۱۵۴.

۲. محدث نوری، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۹، ص ۱۲۱.

۳. ر.ک: مکارم شیرازی، ناصر، اخلاق در قرآن، ج ۳، صص ۱۱۹-۱۱۶.

راهکارهای علمی

(۱) ریشه‌ها و انگیزه‌های غیبت را بشناسیم و با آنها مبارزه کنیم. این انگیزه‌ها می‌تواند باعث غیبت شود: حسادت، خودخواهی، کینه‌توزی، سوءظن، سرگرمی ناسالم، تمسخر، فرونشاندن غضب و انتقام و... .

خدای متعال وقتی از غیبت سخن می‌گوید، چنین می‌فرماید:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا، اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ، إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ، وَلَا تَجَسَّسُوا، وَلَا يَغْتَبِ بَعْضُكُم بَعْضًا، أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا، فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ، إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ»^۱

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! از بسیاری از گمان‌ها پرهیزید؛ چراکه بعضی از گمان‌ها گناه است؛ و هرگز (در کار دیگران) تجسس نکنید؛ و هیچ‌یک از شما دیگری را غیبت نکند، آیا کسی از شما دوست دارد که گوشت برادر مرده خود را بخورد؟! (به یقین) همه شما از این امر کراهت دارید؛ تقوای الهی پیشه کنید که خداوند توبه‌پذیر و مهربان است!

می‌توان از این آیه به دست آورد که ما ابتدا به دیگران بدگمان می‌شویم، در مرحله بعد، از عیب‌های آنها تجسس می‌کنیم و سپس به بیان عیب‌های آنان و غیبت می‌پردازیم. (۲) به آثار و پیامدهای غیبت توجه کنیم. آثاری دنیوی همانند سلب سرمایه اعتماد، سرچشمه بدگمانی، اشاعه فحشا، ایجاد کینه و دشمنی و آثار اخروی همانند از بین رفتن حسنات، به دوش کشیدن بار گناهان غیبت شونده، عدم قبولی عبادات تا چهل روز و رسوایی انسان.

(۳) خود را جای فرد غیبت شونده بگذاریم و ببینیم چه حسی به ما دست می‌دهد؟

(۴) خود را با دیگران مقایسه نکنیم، تا دچار حسد و غیبت نشویم.

(۵) به ویژگی‌های مثبت دیگران بیندیشیم و آنها را برجسته کنیم.

عیب صاحب نظران چند به بازار آری چند از آن گلبن پر گل، تو کف خار آری^۲

۱. حجرات، ۱۲.

۲. کلیات صائب تبریزی.

راهکارهای عملی

- (۱) بهانه نترسیم و توجیه نکنیم. اینکه این را همه می‌دانند، اینکه جلوی روی او هم می‌گویم، اینکه غیبت فلانی لازم است و مانند آن بهانه‌ای است برای ادامه گناه.
- (۲) به جای اینکه دیگران را پایین بیاوریم خود را بالا ببریم. به جای صرف انرژی در تخریب دیگران خود را ارتقا دهیم.
- (۳) در گفتن عیب دگران بسته زبان باش از خوبی خود عیب نمای دگران باش^۱
- (۴) با افرادی که عادت به غیبت کرده‌اند، کمتر نشست و برخاست کنیم.
- (۵) در مجلس غیبت ابتدا تذکر دهیم و در غیر این صورت، آن را ترک کنیم.
- (۵) در حد امکان به دفاع و تعریف از فرد مورد غیبت بپردازیم.

فعالیت

احادیث غیبت و آیه مربوطه در سوره حجرات را روی برگه‌هایی نوشته و در کلاس و خانه خود نصب کنید تا با نگاه کردن به آنها همیشه یادتان باشد غیبت نکنید.

۴ ■ تغافل و چشم‌پوشی از عیوب

تغافل یک اصل تربیتی و به معنای چشم‌پوشی در برخورد با اولین اشتباهات است. عیب‌هایی که اگر آنها را نادیده بگیریم و اصطلاحاً خود را به غفلت بزنیم، خود به خود برطرف می‌شوند. اما گاهی با برجسته کردن آنها باعث لجبازی یا آبروریزی فردی می‌شویم.

در وصیت امیرالمؤمنین علیه السلام به فرزندشان محمدبن حنفیه آمده است :

من تمام آنچه مردم بدان زندگی و معاشرت می‌کنند را پیمانه پُری یافتم که
دوسوم آن نیک شمردن (کار دیگران) و یک سوم آن تغافل است.^۲

۱. واعظ قزوینی.

۲. فَإِنِّي وَجَدْتُ جَمِيعَ مَا يَتَعَاشَرُ بِهِ النَّاسُ وَبِهِ يَتَعَاشَرُونَ مِلَّةَ مِكْيَالٍ ثَلَاثُهُ اسْتِحْسَانٌ وَثُلُثُهُ تَغَافُلٌ. حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ج ۱۲، ص ۲۰۲.

یادمان باشد تغافل به معنای بی‌مسئولیتی نیست؛ بلکه عین مسئولیت‌پذیری است. شما آگاهانه و با هدف تکامل، به یک رفتار یا خصلت، بی‌توجهی نشان می‌دهید تا برطرف شود نه اینکه از سر بی‌حوصلگی و بی‌تفاوتی چنین کنید. ذهن ما باید مانند موزه فقط چیزهای با ارزش را نگه دارد. جان ما جای امور ارزشمند است. باید از کنار امور بی‌ارزش به راحتی گذشت.

فعالیت

اگر دوستان چند بار به شما ناسزا گفت، چه برخوردی می‌کنید؟ تغافل، مقابله به مثل یا تذکر؟

۵) جلوگیری از خشم با گذشت از خطاها

هریک از ما ممکن است در تعاملات اجتماعی خود دچار خطای رفتاری از روی نادانی شویم. حلم و بردباری اینجا معنا می‌یابد. در صورتی که در خشم، عنان نفس خویش را از کف بدهیم، چه بسا احترام و کرامت دیگران و نیز خود را هم مورد خدشه قرار بدهیم. یک فرد آرام بیشتر در چشم شما ارزش دارد، تا کسی که مدام فریاد می‌زند و پرخاش می‌کند. امام صادق علیه السلام فرمودند:

«ثَلَاثٌ مِنْ مَكَارِمِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ:

تَعْفُو عَمَّنْ ظَلَمَكَ، وَتَصِلُ مَنْ قَطَعَكَ، وَتَحِلُّ إِذَا جُهِلَ عَلَيْكَ»^۱

سه چیز از خصلت‌های ارزشمند دنیا و آخرت است: بخشودن کسی که به تو ستم کرده است، پیوستن به کسی که از تو بریده است و بردباری ورزیدن، آن‌گاه که نسبت به تو رفتار جاهلانه‌ای شود.

به نیروتر آن کس که از روی دین کند بردباری گه خشم و کین^۲

۱. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲، ص ۱۰۷.

۲. گرشاسبی نامه اسدی توسی.

البته فراموش نکنیم گرچه خشم، کلید همه بدی‌ها است، ولی اگر برای خدا باشد، مقدس و ستودنی است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله برای دنیا خشمگین نمی‌شدند، ولی اگر حقّی ناحق می‌شد، خشم ایشان آرام نمی‌شد تا آن را احقاق کنند.^۱



چند راهکار علمی و عملی برای فرو خوردن خشم (کظم غیظ)

الف) راهکارهای علمی

- ۱) به نتیجه سوء خشم افسار گسیخته بیندیشیم. اینکه خشم، اندیشه ما را مختل می‌کند، پشیمانی به بار می‌آورد، شیطان را بر ما مسلط می‌کند، کینه و ناراحتی به بار می‌آورد و...
- ۲) به نتیجه خوب گذشت و بردباری و آثار آن توجه کنیم. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمودند:

«مَنْ عَفَا عِنْدَ الْقُدْرَةِ عَفَا اللَّهُ عَنْهُ يَوْمَ الْعُسْرَةِ»^۲

هرکس در زمانی که قدرت دارد گذشت کند، خداوند در روز دشواری از او گذشت کند.

- گفت از خشم خدا چه بود امان گفت ترک خشم خویش اندر زمان^۳
- ۳) بدی دیگران را در ذهنمان مرور نکنیم تا بتوانیم کینه را از دل بزداییم. امام صادق علیه السلام فرمودند:

کینه مؤمن تا زمانی است که نشسته است، همین که برخاست کینه نیز از دل او می‌رود.^۴

۱. فیض کاشانی، المحجة البيضاء، ج ۵، ص ۳۰۳.
 ۲. متقی هندی، کنز العمال، ج ۷، ص ۷۰۰.
 ۳. مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم.
 ۴. ابن شعبه حرّانی، تحف العقول، ص ۳۱۰.

(۴) برای اینکه بتوانیم ببخشیم باید بین رفتار بد و شخصیت فرد، فرق بگذاریم. رفتار بد همیشه بد است ولی ذات او که بد نیست. ما قرار است خود فرد را ببخشیم و از رفتار بد او چشم‌پوشی کنیم.

(۵) به هنگام خشم، به گذشت خدا در برابر خطاهای خویش بیندیشیم.^۱

ب) راهکارهای عملی

(۱) خود را شبیه انسان‌های با گذشت کنید و ظاهر آرام به خود بگیرید. امام علی (علیه السلام) فرمودند:

اگر بردبار نیستی، خویشتن را بردبار جلوه ده؛ زیرا کمتر کسی است که خود را شبیه گروهی کند و سرانجام یکی از آنان نشود.^۲

(۲) سکوت کنیم و در حال خشم سخنی نگوییم. امام علی (علیه السلام) فرمودند:

«دَاوُوا الْغَضَبَ بِالصَّمْتِ، وَالشَّهْوَةَ بِالْعَقْلِ»^۳

خشم را با خاموشی (همراه اندیشه)، درمان کنید و خواهش نفس را با خرد.

(۳) با آب سرد، وضویی بگیریم.

(۴) چند ثانیه مکث کنیم. وضعیت خود را تغییر دهیم. راه برویم یا در صورت امکان محیط را ترک کنیم.

(۵) وقتی از کسی عصبانی می‌شویم، به جای پرخاش، احساس خود را به صورت منطقی ابراز کنیم و ناراحتی خود را در میان بگذاریم.

فعالیت

آخرین باری که عصبانی شدید یادتان هست؟ چطور می‌توانستید بهتر عمل کنید؟

۱. پیامبر خدا ﷺ: یا علی، لَا تَغْضَبْ، فَإِذَا غَضِبْتَ فَاقْعُدْ وَتَفَكَّرْ فِي قُدْرَةِ الرَّبِّ عَلَى الْعِبَادِ وَحِلْمِهِ عَنْهُمْ، وَإِذَا قِيلَ لَكَ: ائْتِ اللَّهَ فَأَنْبِذْ غَضَبَكَ، وَارْجِعْ حِلْمَكَ؛ ای علی! خشمگین مشو و هرگاه به خشم آمدی بنشین و درباره قدرتی که پروردگار بر بندگان دارد و گذشتی که از آنها می‌کند، بیندیش؛ و هرگاه به تو گفته شد: از خدا بترس، خشم را دور افکن و به گذشت و بردباری خویش مراجعه کن. (ابن شعبه حرانی، تحف العقول، ص ۱۴).

۲. إِنْ لَمْ تَكُنْ حَلِيمًا فَتَحَلَّمْ؛ فَإِنَّهُ قَلَّ مَنْ تَسَبَّهَ بِقَوْمٍ إِلَّا أَوْشَكَ أَنْ يَكُونَ مِنْهُمْ. (نهج البلاغه، حکمت ۲۰۷).

۳. غرر الحکم و دررالکلم، ح ۵۱۵۵.

شمع شو!

بومرنگ را که پرتاب کنی، دور می‌زند و دوباره به سمت خودت می‌آید. نه تنها در عالم دیگر که در همین دنیا، اثر تمام کارهای خوب به خودمان باز می‌گردد. امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند :

«إِنَّ مَكْرُمَةً صَنَعْتَهَا إِلَى أَحَدٍ مِنَ النَّاسِ، إِنَّمَا أَكْرَمْتَ
بِهَا نَفْسَكَ وَزَيَّنْتَ بِهَا عِرْضَكَ، فَلَا تَطْلُبْ مِنْ غَيْرِكَ
شُكْرَ مَا صَنَعْتَ إِلَى نَفْسِكَ»^۱

اگر به کسی احترامی نهی، در حقیقت به خودت
احترام نهاده‌ای و حیثیت خویش را با آن آراسته‌ای.
بنابراین، به‌خاطر خوبی و احترامی که به خودت
کرده‌ای، از دیگری انتظار سپاسگزاری نداشته باش.

در درس پیشین که اخلاق در رابطه با خلق را آغاز کردیم، بیشتر
بر نیایدها تأکید کردیم و در این درس بیشتر بر بایدها تأکید می‌کنیم.
مرحله نخست در اخلاق اجتماعی این است که دیگران از ما آسیبی
نبینند و در مرحله بعد باید تلاش کنیم در رابطه با ما فایده‌ای نصیبشان
شود.

چه‌طور تمرین سخاوت کنیم؟ از خودگذشتگی و فداکاری چه
آثاری دارد؟ در برابر اعضای خانواده خود (والدین و خواهر و برادر)
چه وظایفی داریم؟ در برابر خویشاوندان خود چه وظایفی داریم؟
برخی از وظایف اخلاقی در برابر دیگران را با هم مرور می‌کنیم :

۱) بخشندگی

سخاوت و بخشندگی روحیه‌ای در فرد است که مال را به مستحقش می‌بخشد حتی اگر او درخواستی نکند^۱ و در برابر خساست که روحیه گرفتگی و بخل است، قرار دارد. یکی از نمودهای رفتاری سخاوت، انفاق به معنای بذل مال به دیگران است.

آب که در یک جا بماند می‌گندد. ثروت هم مانند آب است و باید در جامعه به گردش درآید و گرنه، فاسد می‌شود. روحیه انحصارطلبی و خودخواهی، هم فرد را عقب می‌راند و هم جامعه را. اما در مقابل، بخشندگی برکات فراوان فردی و اجتماعی دارد و از اموری است که عمر و مال را زیاد می‌کند.

به جوان بنی‌اسرائیلی گفتند: خداوند نیمی از عمرت را در بی‌نیازی و نیم دیگر را در فقر قرار داده است، اما انتخاب اینکه نیمه اول در فقر باشد یا غنا با خود تو است. گفت: بگذارید مشورت کنم. با همسرش مشورت کرد گفت: بی‌نیازی در نیمه اول را انتخاب کن. همین کار را کردند و از همه جا برایشان مال می‌رسید ولی از آن طرف آنها هم تا می‌توانستند انفاق و بخشش می‌کردند. وقتی نیمه دوم رسید دیدند خبری از فقر نشد. به او گفتند: چون در حال بی‌نیازی بخشندگی داشتی، فقر را از تو برداشتند و تا آخر عمر غنی خواهی بود.

ز احسان می‌شود صاحب کرم را دولت افزون‌تر بلی هر چاه را آب از کشیدن بیش می‌گردد^۲ از سویی در باب آثار اجتماعی بخشندگی باید توجه داشت که الفت و وحدت را بین اعضای جامعه افزون می‌کند.

پیامبر خدا ﷺ فرمودند:

«السَّخِيُّ قَرِيبٌ مِّنَ اللَّهِ، قَرِيبٌ مِّنَ الْجَنَّةِ، قَرِيبٌ مِّنَ النَّاسِ»^۳

شخص بخشنده هم به خدا نزدیک است؛ هم به بهشت نزدیک است، هم به مردم.

۱. طریحی، مجمع البحرین، ج ۱، ص ۲۱۵.

۲. کشمیری.

۳. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۴، ص ۴۰.



تمرین بخشنندگی

راهکارهای علمی

- (۱) به این بیندیش که اموال، بار سنگینی است که وقتی به کسی می‌بخشی بارت را تا قیامت برایت حمل می‌کند و آنچه برای خود نگه داریم از بین می‌رود و آنچه ببخشیم می‌ماند.^۱
- یکی از همسران پیامبر ﷺ می‌گوید: گوسفندی را سر بریدند (و گوشت آن را انفاق کردند). حضرت فرمودند: چیزی مانده است؟ گفتم: به جز سردستش چیزی باقی نمانده است. پیامبر ﷺ فرمودند: به جز سردستش، همه آن باقی مانده است.^۲
- (۲) به آثار و برکات انفاق و بخشنندگی فکر کنیم.

راهکارهای عملی

- (۱) سعی کنید نیازمند واقعی را که اظهار نیاز کرده است هرگز رد نکنید.^۳ اگر کسی هم نیاز به قرض داشت به او قرض بدهید.
- (۲) سعی کنید به نزدیکان خود بخشش کنید بدون اینکه آنها از شما بخواهند. برای این کار از مبالغ اندک به بهانه عیدی شروع کنید.
- (۳) به دوستان خود هدیه بدهید و دنبال بهانه باشید گرچه کوچک باشد.

۱. نهج البلاغه، نامه ۳۱.

۲. متقی هندی، کنز العمال، ح ۱۶۱۵.

۳. «وَأَمَّا السَّائِلَ فَلَا تَنْهَرْ». ضحی، ۱۰.

- (۴) گاهی دیگران را در خوراکی‌هایتان مهمان کنید گرچه یک نوشیدنی باشد.
- (۵) گاهی خریده‌های خانه را از پول خودتان انجام دهید.
- (۶) با آدم‌های بخیل نشست و برخاست نکنید و با افراد بخشنده معاشرت کنید.
- نیش باشد قسمت زنبور از دریای شهد ممسک از قهر خدا بی بهره از مال خودست
- (۷) حکایت‌های افراد سخاوتمند مانند اهل بیت (علیهم‌السلام) را بخوانید.

فعالیت

به نظر شما غیر از بخشندگی در زمینه مسائل مالی در چه زمینه‌های دیگری می‌توان سخاوت داشت؟

اعتدال در انفاق

«وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا، وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا»^۱

و کسانی‌اند که چون انفاق کنند، نه ولخرجی می‌کنند و نه تنگ می‌گیرند، و میان این دو [روش] حد وسط را برمی‌گزینند.

امام صادق (علیه‌السلام) در جمع اصحاب بودند. دستشان را به سوی زمین بردند و مشتی ریگ برداشتند. انگشتانشان را محکم بستند و فرمودند: این گرفتگی و بخل است. سپس دستشان را باز کردند و تمام ریگ‌ها را ریختند و فرمودند: این نیز اسراف است. هنگامی که مشتی دیگر از ریگ برداشتند، کمی انگشتان خود را باز کردند تا مقداری ریخت و مقداری باقی ماند، فرمودند: این اعتدال در بخشش است.^۲

۱. فرقان، ۶۷.

۲. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۴، صص ۵۵-۵۴.

۲) از خود گذشتگی

از خود گذشتگی مرحله‌ای بالاتر از بخشندگی است. چون در این مرحله در عین نیازمندی خود، دیگری را مقدم می‌کنید. امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند :

«أَفْضَلُ السَّخَاءِ الْإِثَارُ»^۱

برترین بخشندگی ایثار و از خودگذشتگی است.

ایثار در لغت به معنای انتخاب است و در اصطلاح یعنی انتخاب خواسته دیگران و مقدم داشتن آنها بر خود.

انواع ایثار

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمودند :

أَجْوَدُ النَّاسِ مَنْ جَادَ بِنَفْسِهِ وَ مَالِهِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ^۲

بخشنده‌ترین مردمان کسی است که جان و مال خود را در راه خدا ببخشد.

گاهی مالمان را فدا می‌کنیم و گاهی جانمان را. قرآن درباره فداکاری امیرالمؤمنین علیه السلام در هر دو زمینه سخن گفته است، آنجا که در شب هجرت به مدینه در بستر رسول گرامی صلی الله علیه و آله، جان برکف آرید :

«وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَشْرِي نَفْسَهُ ابْتِغَاءَ مَرْضَاةِ اللَّهِ، وَ اللَّهُ رَؤُوفٌ بِالْعِبَادِ.»^۳



۱. غررالحکم و دررالکلم، ح ۲۸۸۸.

۲. راوندی، النوادر، ص ۲۰.

۳. بقره، ۲۰۷.

فعالیت

آیه زیر در چه جریانی نازل شد و مصداق آن کیست؟^۱

«وَيُؤْتِرُونَ عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ
وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ»^۲

و آنها را بر خود مقدم می‌دارند، هر چند خودشان بسیار نیازمند باشند؛
کسانی که از بخل و حرص نفس خویش باز داشته شده‌اند رستگاران‌اند.

مثل پوریای ولی

سال ۱۳۵۵ بود و مسابقات قهرمانی کشتی آزاد تهران. به فینال وزن ۷۴ کیلو رسیده بود. ابراهیم در اوج آمادگی بود. آگاهانه طوری ضعیف کشتی گرفت تا حریفش پیروز شود. می‌دانست حریف به جایزه نقدی مسابقه نیاز دارد. این بود که در مسابقه شهادت هم برنده شد شهید ابراهیم هادی.^۳

شمع شو شمع که خود را سوزی تا بدان بزم کسان افروزی^۴

فعالیت

هریک از شما، یکی از شهدا را انتخاب کنید و با مطالعه زندگی‌نامه و وصیت‌نامه‌اش،
او را به دوستانتان در کلاس معرفی کنید.

۱. عروسی هویزی، نورالتقلین، ج ۵، ص ۲۸۵، ح ۵۳.

۲. حشر، ۹.

۳. سلام بر ابراهیم، ج ۱، ص ۳۶-۳۷.

۴. جامی.

۳) احسان به اعضای خانواده

ما نسبت به والدین خود وظایفی داریم که اگر به آنها پایبند نباشیم، در راه رسیدن به خدا ناکام می‌مانیم. خدایی که بعد از عبادتش، امر به احسان والدین را بارها فرموده و پس از پیروی از خود به پیروی از پدر و مادر دستور داده است.

فعالیت

خداوند در این آیه چند وظیفه برای فرزندان نسبت به والدین مشخص کرده است؟

«وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ، وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا، إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا، فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا، وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا»^۱

شکرانه زورآوری روز جوانی آن است که قدر پدر پیر بدانی^۲



۱. اسراء، ۲۳.

۲. سعدی.

امام صادق علیه السلام در سخنی معروف به نام نثرالدرر (درافشانی) وظایف ما را نسبت به پدر و مادرمان و نسبت به برادر و خواهرمان معلوم کرده اند :

فرزند در برابر پدر و مادر سه وظیفه دارد :

الف) در همه حال، سپاسگزار آنان باشد (گرچه به هر دلیل از آنان ناراحت باشد)؛

ب) آنان را در هرچه به او امر می کنند، یا نهی می نمایند به شرطی که نافرمانی خدا نباشد، اطاعت کند؛

ج) در نهان و عیان خیرخواه آنان باشد.^۱

برادران و خواهران باید سه اصل را رعایت نمایند تا در دوستی پایدار بمانند و گرنه از هم جدا شوند و با هم دشمنی ورزند :

الف) رفتار منصفانه با یکدیگر

ب) مهربانی با همدیگر

ج) خودداری از حسادت نسبت به هم.^۲

خانمی به دیدن پیامبر صلی الله علیه و آله آمد. ایشان بسیار او را احترام کردند و عباى خود را زیر پایش انداختند و او را جای خود، نشاندند. مدت زیادی با او سخن گفتند و سپس تا دم در با پای برهنه بدرقه اش کردند. آن زن، خواهر رضاعی ایشان (فرزند حلیمه سعدیه) بود. روزی دیگر برادر رضاعی ایشان به دیدن آن حضرت آمد. او را نیز احترام کردند ولی نه به اندازه خواهرشان. در پاسخ پرسش اصحاب که راز این تفاوت برخورد چه بود؟ فرمودند : چون خواهرم، زن است و به محبت بیشتری نیازمند است و از طرفی، به پدر و مادرش بیشتر رسیدگی می کرد؛ از این رو او را بیشتر احترام کردم.^۳

۴) صلۀ رحم

صلۀ رحم و دیدار خویشاوندان همانند انفاق، عمر و روزی ما را می افزاید و ما را به خدا نزدیک تر می کند.

۱. ابن شعبه حرانی، تحف العقول، ص ۳۲۲.

۲. همان، ص ۳۲۳-۳۲۲.

۳. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲، ص ۱۶۱.

امام سجّاد علیه السلام فرمودند :

دو گام نزد خدا از همه دوست داشتنی تر است : نخست گامی که در صف
لشکر اسلام برای جهاد در راه خدا برداشته می شود و دیگری گامی که به
سوی دیدار خویشاوندی برداشته می شود که از ما بریده است.^۱

آثار صله رحم^۲ :

الف) دنیوی

- روزی را زیاد می کند؛
- عمر را طولانی می کند؛
- بلاها را دفع می کند؛
- موجب محبت است؛
- شهرها را آباد می کند؛

و...

تا که گردد مدّت عمر تو بیش
بی گمان نقصان پذیرد عمر او^۳

رو به پرسیدن، بر خویشان خویش
هر که گرداند ز خویشاوند، رو



۱. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، ج ۷۴، ص ۸۷.

۲. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲، ص ۱۵۸-۱۵۱.

۳. عطار نیشابوری، پندنامه، ص ۱۰۷.

ب) معنوی

- اجر صد شهید دارد؛
- باعث سخاوت است؛
- باعث خوش اخلاقی است؛
- حساب را آسان می‌کند؛
- مرگ را آسان می‌کند؛

و...

تلفن را بردارید و به یکی از بزرگ‌ترهای فامیلتان زنگ بزنید و احوالش را بپرسید.
حداقل ارتباط با خویشان، به یک سلام است^۱ یا یک جرعه آب که به دستشان دهید.^۲
پیامبر اکرم ﷺ به حضرت علی علیه السلام توصیه کرده‌اند گرچه لازم باشد که یک سال راه طی کنید، باز هم به پدر و مادران نیکی کنید و به دیدار خویشانان بروید.^۳

۱. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲، ص ۱۵۵.

۲. همان، ص ۱۵۱.

۳. حرّ عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعة، ج ۱۱، ص ۳۴۴.

زیر نور ماه

برای رسیدن به خدا نمی‌توان بدون وسیله گام برداشت. تنه درخت اگر نباشد، مواد غذایی از ریشه به میوه نمی‌رسد. قرار دادن واسطه، سنت و قانون الهی در هستی است. خداوند فرمود:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَابْتَغُوا إِلَيْهِ الْوَسِيلَةَ وَجَاهِدُوا فِي سَبِيلِهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ»^۱

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! از (مخالفت فرمان)
خدا بپرهیزید! و وسیله‌ای برای تقرب به او بجوئید! و
در راه او جهاد کنید، باشد که رستگار شوید!

این وسیله، یعنی امام معصوم. امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند: من وسیله به سوی خدا هستم.^۲ برای رسیدن به خدا باید با محبوب‌ترین انسان‌های زمین یعنی معصومین، دوست و همراه شد. چگونه می‌توان با آن بزرگواران علیهم السلام ارتباط برقرار کرد؟ وظایف ما در مقابل ایشان چیست؟

۱- مائده، ۳۵.

۲- بحرانی، سیدهاشم، البرهان فی تفسیر القرآن، ج ۲، ص ۲۹۲.

تو را دوست دارم خدا...

بین اصحاب نشسته بودند و پرسیدند: به نظر شما کدام دستگیره ایمان، استوارتر است؟ یاران گفتند: خدا و پیامبرش بهتر می‌دانند. بعضی گفتند: نماز، بعضی گفتند: زکات، برخی گفتند: روزه و برخی حج و عمره و عده‌ای هم گفتند جهاد. پیامبر اکرم همه حرف‌ها را شنیدند و فرمودند: همه آنچه گفتید فضیلت است ولی پاسخ این نیست. محکم‌ترین دستگیره ایمان، دوست داشتن به خاطر خدا و دشمن داشتن به خاطر خدا و دوستی دوستان خدا و دوری جستن از دشمنان خدا است.^۱ دلیل اهمیت بیشتر این مسئله نسبت به سایر مسائل این است که اگر اهل بیت پیامبر ﷺ و دوستی و راهنمایی آنان نباشد، ما راهی به نماز و روزه و سایر احکام دین نخواهیم یافت.^۲

پیامبر مهربانی ﷺ فرمودند:

أَحِبُّوا اللَّهَ لِمَا يَغْدُوكُمْ بِهِ مِنْ نِعْمَةٍ، وَاحِبُونِي لِحُبِّ اللَّهِ،
وَاحِبُوا أَهْلَ بَيْتِي لِحُبِّي^۳

خدا را به خاطر نعمت‌هایی که به شما ارزانی می‌دارد، دوست بدارید و مرا به سبب آنکه خدا را دوست دارید، دوست بدارید و خانواده‌ام را به سبب آنکه مرا دوست دارید، دوست بدارید.

فعالیت

پیامبر ما برای رسالتش چه مزدی طلب کرده است؟ فکر می‌کنید چرا این مزد تعیین شده است؟

۱. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج ۲، ص ۱۲۵.

۲. همان، ص ۱۸.

۳. شیخ صدوق، علل الشرائع، ج ۱، ص ۱۳۹.

همراهی تولی و تبری

در آسمان کمال، نه بی‌بال می‌توان پرواز کرد و نه تک‌بال. تولی و تبری، دو بال پرواز تا خود خداست. شخصی به امیر مؤمنان علیه السلام گفت: من در کنار دوستی شما فلان کس را که یکی از دشمنان آن حضرت بود - نیز دوست دارم. آن حضرت در جواب فرمودند: اکنون تو اعمور و یک چشم هستی که تنها فضایل ما را می‌نگری و به ما علاقه‌مندی. باید چشم دیگر تو باز باشد تا به وسیله آن، رذایل دشمنان ما را نیز ببینی و به آنان بغض و کینه داشته باشی، لیکن این وضع دوام نمی‌یابد؛ زیرا حق و باطل و نور و ظلمت در یک جا نمی‌گنجد. در آینده یا هر دو چشم خویش را از دست می‌دهی و کور می‌شوی، یا چشم دیگرت بینا می‌شود و بغض و کینه دشمنان ما را نیز به دل خواهی گرفت.^۱

کارهای ما در برابر معصومان علیهم السلام

(۱) گام اول، شناختن معصومان علیهم السلام است. امام علی علیه السلام فرمودند:

همانا امامان از جانب خدا تدبیرکننده کار مردمانند و کارگزاران او بر بندگانش.
به بهشت در نیاید مگر کسی که آنان را بشناسد و آنها نیز او را بشناسند و به دوزخ وارد نشود مگر کسی که ایشان را انکار کرده و ایشان نیز او را انکار کرده‌اند.^۲

(۲) گام بعدی دوست داشتن آنان است. وقتی گل زیبا را دیدی نمی‌شود عاشقش نشوی. امام را که شناسی عاشقش می‌شوی. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمودند:

«لَا يُؤْمِنُ عَبْدٌ حَتَّىٰ أَكُونَ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ نَفْسِهِ، وَتَكُونَ عِزَّتِي إِلَيْهِ أَعَزَّ مِنْ عِزَّتِي، وَيَكُونَ أَهْلِي أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ أَهْلِهِ، وَتَكُونَ ذَاتِي أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ ذَاتِي»؛^۳

۱. إِنْ رَجُلًا قَدَّمَ عَلَىٰ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ عليه السلام فَقَالَ: يَا أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ! إِنِّي أُحِبُّكَ وَأُحِبُّ فَلَانًا - وَسَمَىٰ بَعْضَ أَعْدَائِهِ - فَقَالَ عليه السلام: «أَمَّا الْآنَ فَأَنْتَ أَعْوَرُ فَمَا أَنْ تَعْمَىٰ وَإِنَّمَا أَنْ تُبْصِرَ» (بحار، ج ۲۷، ص ۵۸)؛ ر. ک: جوادی آملی، عبدالله، ادب فنای مقربان، ج ۱، صص ۶۰-۶۱.

۲. إِنَّمَا الْإِثْمَةُ قُوَامُ اللَّهِ عَلَىٰ خَلْقِهِ، وَغُرْفَاؤُهُ وَ عَلَىٰ عِبَادِهِ، وَلَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ إِلَّا مَنْ غَرَفَهُمْ وَغَرَفُوهُ، وَلَا يَدْخُلُ النَّارَ إِلَّا مَنْ أَنْكَرَهُمْ وَأَنْكَرُوهُ. نهج البلاغه، خطبه ۱۵۲.

۳. شیخ صدوق، علل الشرایع، ج ۱، ص ۱۴۰.

هیچ بنده‌ای ایمان ندارد مگر آن که مرا از خودش بیشتر دوست بدارد و
خاندان مرا از خاندان خودش عزیزتر و خانواده مرا از خانواده خودش و
جان مرا از جان خودش بیشتر دوست بدارد.

(۳) گام سوم از همه مهم‌تر است: پیروی از آنان.
بچه خردسال هم می‌فهمد وقتی می‌گویی دوستش داری باید برایش کاری کنی. اگر به پدر
و مادرت بگویی دوستان دارم، ولی مدام حرف‌هایشان را نادیده بگیری به تو می‌گویند دروغ
می‌گویی! تو ما را دوست نداری!
امام علی علیه السلام فرمودند:

به خاندان پیامبر خود بنگرید و راه آنان را در پیش گیرید و در پی آنها حرکت
کنید؛ زیرا آنان هرگز شما را از راه راست منحرف نمی‌کنند و به هیچ هلاکتی
در نمی‌افکنند. اگر نشنستند شما نیز بنشینید و اگر به پا خاستند، شما نیز به پا خیزید.
از آنان پیشی نگیرید که گمراه شوید و از آنان عقب نیفتید که هلاک شوید.^۱

وظایف ما در برابر معصوم علیه السلام

معرفت: امامت را بشناس

محبت: به او دل ببند

اطاعت: دنبال او برو

فعالیت

چقدر امام زمان علیه السلام را می‌شناسید؟ هر چه می‌دانید بگویند تا روی تخته نوشته شود.
حاضرید برای ایشان چه کارهایی انجام دهید؟ درباره آن در کلاس بحث کنید.

۱. اُنْظُرُوا أَهْلَ بَيْتِ نَبِيِّكُمْ، فَالْزَمُوا سَمَتَهُمْ، وَاتَّبِعُوا أَمْرَهُمْ، فَلَنْ يُخْرِجُوكُمْ مِنْ هُدًى، وَلَنْ يُعِيدُوكُمْ فِي رَدًى، فَإِنْ لَبَدُوا فَالْبَدُوا،
وَإِنْ نَهَضُوا فَانْهَضُوا وَلَا تَسْبِقُوهُمْ فَتَضِلُّوا وَلَا تَتَأَخَّرُوا عَنْهُمْ فَتَهْلِكُوا. نهج البلاغه، خطبه ۹۶.

راهی به نور ماه

توسّل یعنی وسیله گرفتن برای رسیدن به چیزی که البته همراه با میل و رغبت است.^۱ وقتی می‌خواهید با میل خود به سفری بروید و برای رفتن و رسیدن وسیله‌ای می‌گیرید شما توسّل جست‌ه‌اید.

سلمان فارسی می‌گوید: از حضرت محمد ﷺ شنیدم که فرمودند: خداوند عزوجل می‌فرماید:

ای بندگان من، آیا چنین نیست کسی که حاجات بزرگی از شما می‌خواهد و شما حوائج او را بر نمی‌آورید، مگر اینکه در نزد شما کسی را که محبوب‌ترین مردم پیش شماست شفیع قرار دهد، آنگاه حاجات او را به خاطر آن شفیع برآورید؟ اکنون آگاه باشید و بدانید که محبوب‌ترین خلق و افضل آنان نزد من، محمد ﷺ و برادر او علی ﷺ و امامان پس از وی هستند. اینان وسیله‌های مردم به سوی من‌اند. بدانید هر کسی حاجتی دارد و نفعی را طالب است، یا آنکه دچار حادثه‌ای بس صعب و زیان بار گشته و رفع آن را می‌خواهد، باید مرا به محمد و آل طاهرینش ﷺ بخواند تا به بهترین وجه، حاجات او را برآورم.^۲

دست مرا بگیر

شاهرخ هیکلی قوی داشت. قهرمانی سنگین‌وزن کشتی فرنگی جوانان و دعوت به تیم ملی یکی از افتخاراتش بود. نقطه منفی زندگی‌اش بزن‌بهادری و رفتن به محیط‌های آلوده بود. نقطه قوت زندگی‌اش علاقه به امام حسین ﷺ بود. پای ثابت هیئت جوادالائمه ﷺ و اشک‌هایش در روضه... عصر عاشورا بود که بعد از عزاداری پای صحبت‌های حاج‌آقا تهرانی نشست و جرقه توبه‌اش از همان جا زده شد. حرّ انقلاب، با عنایت امام حسین ﷺ تولدی دوباره یافت. شاهرخ ضرغام بالاخره مزدش را گرفت. شهادت در ۳۱ سالگی، سال ۵۹، آبادان.^۳

۱. راغب اصفهانی، مفردات الفاظ القرآن، ص ۸۷۱.

۲. حرّ عاملی، وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۱.

۳. ر.ک: گروه فرهنگی شهید ابراهیم هادی، شاهرخ، حرّ انقلاب اسلامی: زندگینامه و خاطرات شهید شاهرخ ضرغام.

سالک راه حق بیا نور هدی ز ما طلب نور بصیرت از در عترت مصطفی طلب
هست سفینه نجات عترت و ناخدا خدا از بر ما شفا بجو، از در ما دوا طلب^۱

آمده‌ام که نروم

مگر می‌شود دوستان باشد و به دیدنش نروید. مگر می‌شود دلتان برایش تنگ شود و به زیارتش مشتاق نباشید. وقتی که عاشق معصومین علیهم‌السلام شدیم، نمی‌شود که به سلامی مهمانشان نشویم. فرقی هم ندارد که زنده باشند، یا از دنیا رفته باشند. امام صادق علیه‌السلام فرمودند :

«مَنْ زَارَنَا فِي مَمَاتِنَا، فَكَأَنَّمَا زَارَنَا فِي حَيَاتِنَا»^۲

هر که پس از مردنمان ما را زیارت کند، چنان است که در زمان زندگی‌مان زیارتمان کرده باشد.



۱. دیوان فیض کاشانی.

۲. مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار، ج ۹۷، ص ۱۲۴.

خداوند هم در قرآن کریم به انبیای الهی سلام داده است.

فعالیت

سوره صافات را بنگرید و سلام‌های خدا به انبیای الهی را برشمارید.

از قدیم گفته‌اند: هر دیدی باز دیدی دارد. نمی‌شود که به دیدار معصومین علیهم‌السلام بروید و به دیدنتان نیایند. امام حسین علیه‌السلام از پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم پرسیدند: پدر جان! پاداش کسی که شما را زیارت کند چیست؟ حضرت فرمودند: پسرکم! هر که مرا یا پدر تو یا برادرت و یا خودت را زنده یا پس از مرگ زیارت کند، بر من است که در روز قیامت دیدارش کنم و او را از گناهایش نجات دهم.^۱

رسم رفاقت^۲

برای رفاقت با این انوار الهی و رفتن به زیارتشان باید آداب و رسومی را رعایت کرد که ما را به آنها نزدیک‌تر می‌کند:

- ۱) درباره بزرگی و عظمتشان و اینکه چقدر به آنها مدیونیم فکر کنیم.
- ۲) فضایلشان را مطالعه کنیم و در حال زیارتشان آنها را به خاطر آوریم.
- ۳) با طهارت به حضورشان برسیم و برایشان سلام کنیم. غسل زیارت، مقدمه رفتن گناهان از جانمان است.
- ۴) لباس‌های زیبا و پاکیزه بپوشیم و عطر بزنیم. به ملاقات فرد مهمی می‌خواهیم برویم.
- ۵) اذن ورود بخواهیم و زیارت‌نامه‌های معتبرشان را بخوانیم.
- ۶) مؤدبانه با آنان سخن بگوییم ولی صمیمی و بی‌آلایش.
- ۷) سکوت و متانت در محل زیارت، نشانه ادب ما و حرمت آن معصوم است.
- ۸) دو رکعت نماز زیارت بخوانیم و به آن معصوم هدیه کنیم.

۱. ابن قولویه، کامل‌الزیارات، ص ۱۱.

۲. ر.ک: فاضل لنکرانی، محمد، مناسک الحج، صص ۲۷۴-۲۷۳.

۹) هر چه می‌توانیم قرآن و دعا نزد مرقد شریف بخوانیم.
۱۰) روزی بر ما نگذرد، مگر اینکه بر یکی از معصومین سلام کنیم از دور یا نزدیک.
پیامبر خدا ﷺ فرمودند :

«مَنْ سَلَّمَ عَلَيَّ فِي شَيْءٍ مِنَ الْأَرْضِ أُبَلِّغْتُهُ، وَمَنْ سَلَّمَ عَلَيَّ عِنْدَ الْقَبْرِ سَمِعْتُهُ»^۱

هر که در هر نقطه‌ای از روی زمین به من سلام کند، سلامش به من می‌رسد و
هر که بر سر قبرم به من سلام کند، آن را می‌شنوم.

