

چکیده بحث تنها مسیر برای «زندگی بهتر»

استاد پناهیان - رمضان ۹۴

۱. جایگاه زندگی در دین ۲

- ۲..... معرفی موضوع و هدف بحث
- ۲..... لزوم رفع سوء تفاهم‌ها درباره دین و زندگی
- ۳..... زندگی بهتر؛ نتیجه زندگی بهتر/ بدون اصلاح زندگی نمی‌شود به خدا مقرب شد
- ۳..... زندگی از مسیر زندگی / ترک کامل دنیا، نوعی راحت‌طلبی است
- ۴..... زندگی بهتر اقتضای طبیعت بشر است / زهد به معنای زندگی‌گریزی نیست
- ۴..... دشمن دین ما دشمن زندگی ماست
- ۴..... «زهد» با دستور به «جمع مال» تناقض ندارد/ تأمین معاش، دنیاطلبی نیست
- ۵..... ثروت‌گریزی و دنیاگریزی غیرمنطقی در دین نیست
- ۵..... بهبود وضع زندگی؛ از نتایج مهم دینداری/ دین راه رفاه را به ما یاد می‌دهد
- ۵..... دعاهایی برای زندگی بهتر
- ۶..... دینداری به نفع خودمان است/ منفعت‌طلبی نه تنها بد نیست بلکه خیلی هم معنوی است
۲. تعریف زندگی ۶

- ۷..... نتیجه غفلت از عناصر مهم تعریف زندگی/ ابلیس تصور ما نسبت به زندگی را مخدوش می‌کند
- ۷..... تعریف صحیح زندگی لازمه تعریف صحیح بندگی
- ۸..... تعریف زندگی از زوایای دیگر
۳. تعریف زندگی بهتر ۸

- ۸..... رکن اول زندگی بهتر: علاقه شدید
- ۹..... محبت‌های کم انسان را سیراب نمی‌کند/ فقط با حب الله سیراب می‌شود
- ۹..... رکن دوم زندگی بهتر: تلاش و مبارزه
- ۱۰..... انقلابی‌گری یعنی دفاع از زندگی
- ۱۰..... رکن سوم زندگی بهتر: تسلیم به‌جا در مقابل محدودیت‌ها
- ۱۱..... نکته تربیتی/ لزوم آمادگی جوان برای برخورد صحیح با محدودیت‌ها
- ۱۱..... زیبایی تسلیم به‌جا/ برخورد قشنگ با بلا
- ۱۱..... جزع نقطه مقابل تسلیم/ رنج جزع بیشتر از رنج صبر است
- ۱۲..... اسلام یعنی تسلیم صحیح و به‌جا
- ۱۲..... رکن چهارم زندگی بهتر؛ همراهی مقدرات الهی
- ۱۲..... ما توسط مقدرات الهی احاطه شده‌ایم؛ البته اراده و اختیار هم داریم
- ۱۳..... بخش عمده‌ای از زندگی بهتر «درونی» است/ راضی بودن به قضاء الهی
- ۱۳..... اهمیت مقدرات جامعه/ لزوم سامان‌دهی وضع قدرت
۴. شرط فردی و اجتماعی رسیدن به زندگی بهتر ۱۴

- ۱۴..... شرط فردی: از بالا نگاه کردن به زندگی
- ۱۴..... شرط اجتماعی: ولایت (از بالا تعادل را در جامعه ایجاد کردن)
۵. ویژگی‌های یک برنامه خوب برای زندگی بهتر ۱۵
۱. مطابق فطرت و طبیعت انسان باشد
۲. «جامعیت» داشته باشد
۳. به نفع من و به ضرر دیگران نباشد
۴. فراگیر و سهل‌الوصول باشد
۵. رقابت‌برانگیز باشد
۶. دستوری باشد نه پیشنهادی

- ۱۶..... با مدیریت ولیّ خدا باشد
- ۱۶..... اهمیت «دستوری بودن برنامه»/ تفاوت نسخهٔ لیبرالی و اسلامی برای کنترل انسان
- ع اصول زندگی بهتر در برنامهٔ دین ۱۷
- ۱۷..... پنج اصل کلیدی برای رسیدن به زندگی بهتر(یا پنج ویژگی برجستهٔ دستورات دین)
- ۱۷..... ۱. مثبت‌نگری
- ۱۸..... ۲. نظم و حساب‌شده‌گی
- ۱۹..... ۳. مقاومت، صبر و استقامت
- ۱۹..... ۴. ذکر؛ توجه قلبی و اتصال به خدا
- ۲۰..... ۵. مبارزه با هوای نفس

۱. جایگاه زندگی در دین

- اکثر آدم‌ها فهم‌شان از حقایق عالم را از موضوع «زندگی» شروع می‌کنند نه از مقدمات انسان‌شناسانه، خداشناسانه یا مبدأ و معادشناسانه. موضوع فکر و دغدغهٔ اصلی اکثر آدم‌ها «چگونه زندگی کردن» است. بیشتر سؤالات مردم نیز به این برمی‌گردد که «من چگونه بهتر زندگی کنم؟» یا «چگونه از این زندگی بیشترین بهره را ببرم؟» این وضعیت اکثر انسان‌هاست و خداوند هم به این روحیه و نگاه انسان‌ها احترام می‌گذارد.
- زندگی نه تنها در نظر مردم بلکه در نظر خدا و دین، موضوع بسیار مهم و قابل توجهی است. دین علی‌رغم مذمت حب‌الدنیا، به علاقهٔ ما به زندگی بها داده است، اما خیلی‌ها تصور می‌کنند که دین، زندگی را منفور می‌داند! ائمهٔ هدی(ع) در برخی ادعیه، از خداوند طول عمر طلب کرده‌اند. مگر می‌شود کسی زندگی را دوست نداشته باشد ولی از خدا طول عمر بخواهد؟!
- سوء تفاهم‌های زیادی در خصوص فاصله دین از زندگی، پدید آمده که باید برطرف شود. مثلاً این سوء تفاهم ایجاد شده که «آیا دین اصلاً حرفی برای زندگی هم دارد؟!» چون دین را محدود به برخی از اخلاقیات و برخی احکام شرعی و امور معنوی، قلمداد کرده‌ایم و نسبت دین و زندگی معلوم نشده است. ما باید به زندگی برگردیم.

معرفی موضوع و هدف بحث

- ما در این بحث می‌خواهیم نگاه‌مان را نسبت به «زندگی» تغییر دهیم و انتظارمان را از زندگی بالا ببریم. موضوع بحث ما این است که چگونه به زندگی بهتر برسیم؟ چه با دین چه بدون دین، اساساً راه رسیدن به زندگی بهتر چیست؟/ یعنی ما می‌خواهیم با کمک «عقل» راه زندگی بهتر را پیدا کنیم؛ نه با مباحث «دینی» تا این بحث برای کسانی که دین را نپذیرفته‌اند نیز قابل استفاده باشد - البته گاهی برای تأیید مطالب، به آیات و روایات هم اشاره می‌کنیم.
- اهداف این بحث: ۱. رفع سوءتفاهم؛ هم متدین‌ها و هم غیرمتدین‌ها دربارهٔ فاصلهٔ دین و زندگی دچار سوءتفاهمند ۲. رسیدن به زندگی بهتر ۳. بندگی بهتر؛ بدون «اصلاح زندگی» نمی‌شود به خدا مقرب شد و به بهترین حیات اخروی رسید.

لزوم رفع سوء تفاهم‌ها دربارهٔ دین و زندگی

- این سوءتفاهم را در جامعهٔ ما ایجاد کرده‌اند که عده‌ای طرفدار «زندگی» و عده‌ای طرفدار «بندگی»‌اند، و این دو با هم درگیرند. **تقسیم مردم به دو گروه دنبال «بندگی» و دنبال «زندگی» یک تقسیم شوم و نابودکننده است.** اساساً این دو

گروه کردن مردم، هم به بندگی لطمه می‌زند و هم به زندگی. زندگی و بندگی قسیم همدیگر نیستند. در زندگی بهتر، بهتر می‌شود بندگی کرد.

• هر انسان دینداری باید پاسخ دهد که «دینش در زندگی‌اش چه تأثیری داشته؟» تصور نکنید که سخت‌ترین قسمت دین‌داری نماز شب است. آن اوجی که هنوز دینداران به آن نرسیده‌اند این است که با دین، زندگی خودشان را آباد کنند. آخرین امام هم می‌آید که ابتدا زندگی را درست کند؛ اتفاقی که تا حالا به‌طور گسترده نیفتاده است. اگر ما بهتر زندگی کنیم، هم نسل‌های بعد حقانیت کلام و راه ما را پی می‌برند، و هم دیگران. ما در مقابل «تمدن غرب» باید نشان دهیم «دین» انسان را به زندگی و تمدن بهتری می‌رساند.

• یک اقدام مهم در آخرین مراحل انتظار، رفع سوءتفاهم‌های تاریخی است/هرکسی در اثر سوءتفاهم غیرمذهبی است، باید بیاید در خط اسلام ناب؛ این وظیفه تاریخی ماست/و هرکس قلبی دینداری می‌کند باید برود آنطرف/منتظران باید به غربال آخرالزمان کمک کنند/ **امروز رفع سوءتفاهم‌های تاریخی خیلی آسان شده است.**

بندگی بهتر؛ نتیجه زندگی بهتر/ بدون اصلاح زندگی نمی‌شود به خدا مقرب شد

• درست است که هدف نهایی دین تقرب است، ولی در یک زندگی درست است که می‌شود به خدا مقرب شد. قرآن: کسی که معیشتش تنگ و سخت باشد، روز قیامت کور وارد صحرای محشر خواهد بود(طه/۱۲۴)/ **باید زندگی‌مان را درست کنیم تا بتوانیم عاشق خدا شویم،** و الا درگیر زندگی باقی می‌مانیم. زندگی خوب، برای روح انسان درگیری ایجاد نمی‌کند، این روح می‌تواند عاشق بشود.

• متدینین بیش از دیگران باید دنبال زندگی بهتر باشند. **اگر یک مذهبی «زندگی درست» نداشته باشد، در ادعای دینداری‌اش صادق نیست.** ما اگر دین‌داری کنیم ولی به زندگی خوب نرسیم، در واقع داریم خودمان را فریب می‌دهیم؛ این دین‌داری نیست. اینکه یک زندگی سرشار از گرفتاری داشته باشیم، نشانه ایثار و زهد و فداکاری و خداپرستی و اخلاص نیست. کسی که در اثر زندگی غلط دچار گرفتاری شود، حال مناجات هم پیدا نمی‌کند.

بندگی از مسیر زندگی / ترک کامل دنیا، نوعی راحت‌طلبی است

• دین منهای زندگی خیلی ترویج شده و خیلی طرفدار دارد/ جریان سامری مسلکی که نوعی دنیاگریزی است، در همه اقوام و ملل هست/امیرالمؤمنین(ع): هر قومی یک سامری دارد و «سامری»‌های امت پیامبر(ص) دنبال دین و عرفان منهای زندگی بوده‌اند. برخی از آنها می‌گفتند: به دنیا کاری نداشته باشید، زندگی را رها کنید و به سراغ خدا بروید! (أَمَا إِنَّ لِكُلِّ قَوْمٍ سَامِرِيٍّ؛ احتجاج/۱۷۲/۱)

• **دین و دنیا در هم هستند؛ نه در کنار هم!** / برای بندگی کردن باید از مسیر زندگی عبور کنی / هم باید دنبال زندگی باشی، هم بندگی، و الا اینکه انسان کلاً دنیا را ترک کند، هنر نیست، بلکه نوعی راحت‌طلبی است / فاصله گرفتن برخی متدینین از زندگی از سر راحت‌طلبی است نه عشق به بندگی!

- اگر خدا فقط دستور بندگی، زهد و پرهیز از دنیا داده بود، و هیچ توصیه‌ای برای بهبود زندگی نکرده بود و ما درگیر مسائل دنیا نکرده بود، دینداری برای ما بسیار آسان‌تر بود. هنر دینداری به این است که درگیر دنیا باشیم و زندگی‌مان را به نحو احسن اداره کنیم و در ضمنش بندگی کنیم و الا معلوم است که بندگی بدون درگیری با دنیا راحت‌تر است. / اگر طبق وظیفه دینی، وارد تجارت شدی و دنیاطلب نشدی؛ این درست است.

زندگی بهتر اقتضای طبیعت بشر است / زهد به معنای زندگی‌گریزی نیست

- زندگی بهتر اقتضای طبیعت بشر است و کسی نگفته است که این طبیعت بشر را انکار کنیم، بلکه باید آن را هدایت و کنترل کنیم. اگر هدایت و کنترل نشود، گروهی به خاطر پیشرفت خودشان، دیگران را به بردگی می‌کشاند؛ مثل همین وضعی که الان در جهان داریم مشاهده می‌کنیم.
- زهد به این معنا نیست که زندگیتان چنان خراب باشد که نتوانید نیازهایتان را تأمین کنید و ثروتمندان بر جامعه شما مسلط شوند! / دنیاگریزی ابلهانه‌ای که مستکبران را بر دنیای ما مسلط کند، زهد نیست
- زهد به معنای زندگی‌گریزی نیست، چون تا از زندگی و بهبود وضع معیشتی خودت فرار کنی (به عنوان فرد یا جامعه)، دیگران بر تو مسلط خواهند شد. مخصوصاً در زندگی‌های امروزی که خیلی با گذشته فرق کرده است. در دنیای امروز، مجبوریم در «رقابت زندگی بهتر» شرکت کنیم، و مجبوریم علم و تکنولوژی را به عنوان یکی از ابزار زندگی بهتر، پیشرفته‌تر قرار دهیم و الا تحت سلطه ابله‌سیان قرار می‌گیریم / امام باقر(ع) در یک مقطع تاریخی، به دستگاه حاکم برای رسیدن به تکنولوژی ضرب سکه کمک کرد تا مملکت اسلامی زیر سلطه (سیاسی یا فرهنگی) دشمن قرار نگیرد.

دشمن دین ما دشمن زندگی ماست

- دین‌داری دنیاگریزانه باعث تسلط ظالمان بر جامعه می‌شود / غربی‌ها دین‌داری صوفیانه را بین مسلمین رواج می‌دهند تا تحت سلطه غرب بمانند
- دشمنی با انبیاء از آنجا آغاز می‌شود که انبیاء برای آبادانی زندگی، در امور زندگی دخالت می‌کنند / استکبار با دینی مخالف است که زندگی انسان‌ها را نجات می‌دهد / مخالفت دشمن با دین ما، به منظور چپاول زندگی ماست / هر کسی دشمن دین ماست، در حقیقت دشمن زندگی ماست.

«زهد» با دستور به «جمع مال» تناقض ندارد / تأمین معاش، دنیاطلبی نیست

- دین پیچیدگی دارد / آدم سطحی‌نگر و ساده، نمی‌تواند دین را بفهمد / دین ما دستورها و توصیه‌هایی دارد که افراد سطحی‌نگر تصور می‌کنند اینها با هم قابل جمع نیستند. مثلاً دین هم دستور به زهد داده، هم به جمع مال (الإمام الصادق ع: لا خیرَ فیمن لا یجِبُّ جَمَعَ المَالِ مِنَ الحَلَالِ؛ فیکفَّ به وجهه و یقضى به دینه؛ کافی / ۲۲/۵)
- تأمین معاش، دنیاطلبی نیست، عبادت است. البته تحریف و افراط در هرکاری وجود دارد؛ حتی در نماز. اگر کسی این قدر به دنبال معیشت برود که نمازش را کنار بگذارد، این کار اشتباه و بی‌دینی است. جمع کردن مال کار درستی است، اما تکاثر کار غلطی است (تکاثر یعنی کسی مال خود را خرج نکند، انفاق نکند، صدقه ندهد، کارآفرینی نکند، و صرفاً دنبال این باشد که از هر راهی پول دربیآورد و دیگران را از مواهب پول خودش محروم کند)

- دنیا زندان مؤمن است (إِنَّ الدُّنْيَا سِجْنٌ الْمُؤْمِنِ؛ کافی/۲/۲۵۰) ولی باید از خدا بخواهیم دنیا را برای ما زندان قرار ندهد (وَلَا تَجْعَلِ الدُّنْيَا لِي سِجْنًا؛ مصباح‌المتجهد/۱/۳۵۱) اینها با هم قابل جمع است و تناقض ندارد. دنیا از یک جهت می‌تواند زندان شما باشد، اما از یک جهت می‌تواند زندان نباشد/ می‌شود آدم در دنیا خوش بگذرانند و جدا شدن از این دنیا هم برایش مهم نباشد/ کسی که دنیایش خوب باشد، دنبال بهتر از آن یعنی «بهشت» خواهد بود

ثروت‌گریزی و دنیاگریزی غیرمنطقی در دین نیست

- ثروت‌گریزی و دنیاگریزی غیرمنطقی در دین نیست/ ثروتمند شدن بد نیست؛ برخورد بد با ثروت بد است/ دولت اسلامی باید مقدمات نه تنها رفاه، بلکه ثروتمند شدن مردم را فراهم کند/ پاسخ امام صادق (ع) به کسی که به شیک‌پوشی حضرت اعتراض کرد: شایسته‌ترین افراد برای بهره‌مندی از دنیا، خوبان هستند نه فجار (إِذَا أَقْبَلَتِ الدُّنْيَا، فَأَحَقُّ أَهْلِهَا بِهَا أَنْبَرُهَا لَا فُجَّارُهَا؛ کافی/۵/۶۵) امام حسن (ع) در پاسخ به پیرمرد فقیر یهودی: دنیای بهتر زندان مؤمن است، چون آخرت خیلی خیلی بهتر است (يَا شَيْخُ لَوْ نَظَرْتَ إِلَى مَا أَعَدَّ اللَّهُ لِي وَ لِلْمُؤْمِنِينَ فِي الدَّارِ الْآخِرَةِ... فِي هَذِهِ الدُّنْيَا فِي سِجْنٍ ضَنْكٍ؛ كشف الغمه/۱/۵۴۵)
- نباید ثروت را چیز خطرناکی تلقی کنیم که به معنویت ما ضرر می‌زند/ امام صادق (ع): برای بقای مسلمانان، باید ثروت دست خوبان جامعه باشد (إِنَّ مِنْ بَقَاءِ الْمُسْلِمِينَ وَ بَقَاءِ الْإِسْلَامِ أَنْ تَصِيرَ الْأَمْوَالُ عِنْدَ مَنْ يَعْرِفُ فِيهَا الْحَقَّ وَ يَصْنَعُ فِيهَا الْمَعْرُوفَ؛ کافی/۴/۲۵)
- برخی می‌گویند: با این سخنان (بحث زندگی بهتر) ممکن است مردم، دنیاطلب بشوند! چه اشکالی دارد جوان‌های ما با کار و تلاش، ثروتمند شوند؟! مگر ثروتمند شدن گناه است؟! امیرالمؤمنین (ع) ثروتمند بود (زکات اموال ایشان بیش از ۴۰ هزار دینار می‌شد)/ البته به هر امری - حتی به نماز - هم توصیه کنیم، باز ممکن است کسانی انحرافی و افراطی با آن برخورد کنند.

بهبود وضع زندگی؛ از نتایج مهم دینداری/ دین راه رفاه را به ما یاد می‌دهد

- یکی از نتایج مهم دینداری، بهبود وضع زندگی است/ اگر زندگی ما خوب نیست، به‌خاطر اینست که در دین کم گذاشته‌ایم/ ابلیس آدم را با وعده «زندگی بهتر» فریب داد، مراقب باشید بی‌دین‌ها مردم را با دعوت به «زندگی بهتر» دروغین فریب ندهند
- دین راه رفاه را به انسان یاد می‌دهد/ علی (ع): در اثر تبعیت از پیامبران، زندگی خوش مادی پدید می‌آید (فَانظُرُوا إِلَى مَوَاقِعِ نِعْمِ اللَّهِ عَلَيْهِمْ حِينَ بَعَثَ إِلَيْهِمْ رَسُولًا... وَ فِي خُضْرَةِ عَيْشِهَا فَكَيْهِنَ؛ نهج البلاغه/خطبه ۱۹۲)
- «بهره‌مندی فراوان از دنیا» جایزه دین‌داری است. قرآن می‌فرماید: اگر مردم کتاب آسمانی خود را اقامه می‌کردند، از آسمان و زمین نعمت برای‌شان می‌ریخت و می‌خوردند «وَلَوْ أَنَّهُمْ أَقَامُوا... لَأَكَلُوا مِنْ فَوْقِهِمْ وَ مِنْ تَحْتِ أَرْجُلِهِمْ» (مائده/۶۶) امیرالمؤمنین (ع) درباره این آیه می‌فرماید: اگر از همان اولی که خدا پیامبر (ص) را از میان مردم برد، امت پیامبر از من تبعیت و اطاعت می‌کردند زندگی‌شان طوری می‌شد که از آسمان و زمین، نعمت برای‌شان می‌ریخت. و این مردم تا روز قیامت زندگی خوش و خرم پیدا می‌کردند (وَلَوْ أَنَّ الْأُمَّةَ مُدُّ قَبْضَ اللَّهِ نَبِيَّهُ اتَّبَعُونِي وَ أَطَاعُونِي لَأَكَلُوا مِنْ فَوْقِهِمْ وَ مِنْ تَحْتِ أَرْجُلِهِمْ رَغَدًا إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ؛ کتاب سلیم بن قیس/۲/۶۵۸)

دعاهایی برای زندگی بهتر

- برخی از ادعیه ما، برای تأمین زندگی بهتر است/ دعای پیامبر (ص) برای اصلاح دین، دنیا و آخرت: پیامبر (ص) معمولاً صبح‌ها که هنگام استجابات دعاست، این دعا را می‌خواندند: «اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي جَعَلْتَهُ لِي عِصْمَةً (سه بار) اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي جَعَلْتَ فِيهَا مَعَاشِي (سه بار) اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي آخِرَتِي الَّتِي جَعَلْتَ إِلَيْهَا مَرْجِعِي (سه بار)» (امالی طوسی/۱۵۸)

- دعایی از امام هادی(ع) برای دنیای بهتر: «...اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ الْمَعِيشَةِ، مَعِيشَةً أَقْوَى بِهَا عَلَى جَمِيعِ حَاجَاتِي وَ أَتَوَسَّلُ بِهَا إِلَيْكَ فِي حَيَاةِ الدُّنْيَا وَ فِي آخِرَتِي» (مصباح‌المتهجد/۳۵۱/۱)

دینداری به نفع خودمان است / منفعت‌طلبی نه تنها بد نیست بلکه خیلی هم معنوی است

- همان‌طور که گفتیم، انسان با عقلش می‌تواند به این برسد که «زندگی خوب چیست؟» اگر عقل انسان خوب کار کند، یکی از چیزهایی که در نظر می‌گیرد «منفعت خودش» است. آدم عاقل منافعش را در نظر می‌گیرد. اصلاً یکی از تعاریف زندگی خوب، زندگی‌ای است که به نفع‌مان باشد.
- منفعت‌طلبی - به معنای درست آن - نه تنها چیز بدی نیست بلکه خیلی هم زیبا و معنوی است. خداپرستی به معنای فراموش کردن منافع خود نیست، اتفاقاً برعکس؛ طبق آیه قرآن کسی که در عرصه حیات، نتواند منافعش را تشخیص دهد، آدم بدبخت و مهجور از جانب پروردگار است «وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ» (حشر/۱۹)
- دین برای زندگی بهتر طراحی شده و هرکسی بی‌دینی کند، به ضرر خودش عمل کرده است. انسان وقتی گناه می‌کند در واقع به خودش صدمه زده است. مثلاً کسی که نگاه حرام می‌کند امکان لذت بردن خودش را در زندگی خانوادگی کم می‌کند، و مهر و محبت را پایین می‌آورد. ما دائماً باید از اینکه زندگی خود را خراب کرده‌ایم استغفار کنیم. اساساً یکی از معانی توبه و تقاضای تبدیل سیئات به حسنات همین است، یعنی اینکه «خدایا! من خودم را زده‌ام، من زندگی خودم را خراب کرده‌ام، تو بیا اصلاحش کن.» نه اینکه «خدایا ببخشید که من با گناهم تو را ناراحت کردم!»
- برخی عوام فکر می‌کنند دینداری یعنی اطاعت از دستورات بی‌ربط خدا! در حالی که امام رضا(ع) می‌فرماید: هر دستوری که خدا داده در آن مصلحتی برای بندگان است و به آن نیاز دارند؛ و هرچیزی را خدا نهی کرده، انسان‌ها به آن نیاز ندارند، بلکه مفسد است و انسان را به سوی فناء و هلاک می‌برد (كُلُّ مَا أَحَلَّ اللَّهُ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى فِيهِ صَلَاحُ الْعِبَادِ... وَجَدْنَاهُ مُفْسِداً دَاعِياً إِلَى الْفَنَاءِ وَ الْهَلَاكِ؛ علل الشرایع/۵۹۲/۲)
- سؤال: اگر دین‌داری، کاری عاقلانه و به نفع خودمان است، چرا خدا پاداش می‌دهد؟ دلایل: ۱. خدا افراد عاقل را دوست دارد/۲. خوب زندگی کردن زحمت دارد و خدا این رفتار را می‌پسندد/۳. سخت است کاری که به نفع است را به خاطر خدا انجام دهی/۴. وقتی لطف خدا به خودت را می‌بینی متواضع می‌شوی/۵. اگر درست زندگی کنی عاشق خدا می‌شوی، و خدا هم جوابت را می‌دهد(وقتی متعالی شدی خدا را بیشتر دوست می‌داری)

۲. تعریف زندگی

- «حرکت» و «تمایلات انسان» دو عنصر کلیدی زندگی محسوب می‌شوند/ موتور محرکه حرکت ما تمایلات ما هستند/ زندگی یک «حرکت» توأم با «تلاش» است، و کسانی که «زندگی بدون تلاش» را تبلیغ می‌کنند، به انسان‌ها دروغ می‌گویند/ آموزش بندگی، بدون تعلیم زندگی خطرناک است/ ریشه فساد آشنا نکردن بچه با حقیقت زندگیست، نه ماهواره
- تعریف نهایی زندگی: «زندگی یعنی مدیریت علاقه‌ها و تلاش و مبارزه برای رسیدن به علاقه‌های برتر و پذیرش محدودیت‌ها در بستر حیات مقدر»/ انسان مجبور است برخی تمایلاتش را تغییر دهد تا بهتر زندگی کند/چالش جدی زندگی انسان «مدیریت و تغییر علاقه‌ها»

- زندگی ترکیب سه فرآیند است: ۱. حرکت به سوی علاقه‌ها ۲. تغییر و کنترل علاقه‌ها ۳. پذیرش محدودیت‌ها/ اگر علاقه‌هایت را مدیریت نکنی، دیگران اینقدر علاقه‌هایت را مدیریت می‌کنند که خودت را گم کنی/ در غرب علاقه توسط هنر و رسانه‌ها به مردم تحمیل می‌شود
- به‌طور خلاصه می‌توان گفت: زندگی فرآیندی برای «مدیریت علاقه‌ها در درون» و «مبارزه با موانع در بیرون»

نتیجه غفلت از عناصر مهم تعریف زندگی/ ابلیس تصور ما نسبت به زندگی را مخدوش می‌کند

- غفلت از هر یک از عناصر مهم در تعریف زندگی، ما را دچار خطای فاحش می‌کند/ یکی از کارهای ابلیس مخدوش کردن تصور ما نسبت به زندگی است/ شیطان ما را نسبت به «متن زندگی» دچار اشتباه می‌کند، نه «هدف زندگی»/ مثلاً اگر فکر کنیم می‌توانیم طوری زندگی کنیم که در آن تلاش و مبارزه نباشد؛ فریب خورده‌ایم و شیطان ما را دچار خیال‌پردازی نابودکننده‌ای کرده است.
- اینکه بخواهید از بین امیال خودتان برخی امیال را انتخاب کنید و برخی را رد کنید، همین به معنای رنج است/ در اثر خیال‌پردازی یا فریب شیطان، تصور می‌کنیم «در دنیا می‌شود یک زندگی راحت و بی‌زحمت داشت!»/ در زندگی مادی و معنوی همیشه درگیری وجود دارد/ امام علی(ع): هر کس در سن کم خود را به رنج نیندازد، در بزرگسالی آسایش نمی‌یابد

تعریف صحیح زندگی لازمه تعریف صحیح بندگی

- بدون تعریف صحیح از زندگی، نمی‌توانیم تعریف درستی از بندگی داشته باشیم/ اگر مختصات زندگی را درک نکنیم، با دین مشکلات زیادی پیدا خواهیم کرد/ بسیاری از مشکلات اخلاقی و روحی با درک صحیح «زندگی» حل می‌شود/ مشکلات جامعه از ضعف درس عقاید و اخلاق نیست، مشکل مهم اینست که زندگی را قبل از بندگی نشناخته‌ایم/ ما درک صحیحی از زندگی به جوانان ارائه نمی‌دهیم.
- بنده یک پیشنهاد جدی و اساسی دارم؛ اینکه بیایید مشکلات معنوی، اخلاقی و روحی و روانی خودمان را بررسی کنیم، و همه این مشکلات را با درک حقیقت حیات، با درک معنای زندگی و با درک تعریف دقیق زندگی حل کنیم. بنده تصور می‌کنم اگر آدم بخواهد مشکلات خودش را با معاد حل کند، ولی قبل از آن مشکلاتش را با درک همین حیات دنیایی حل نکرده باشد، کارش دشوار است.
- بساط زندگی، نعمتی است که اکثر آدم‌ها به‌خاطرش شکر نمی‌کنند/ باید به زندگی عشق بورزیم چون خدا ما را در این فضا قرار داده/ دین علی‌رغم مذمت حب‌الدنیا، به علاقه ما به زندگی بها داده/ زندگی آن قدر عزیز است که توصیه شده «با وضو زندگی کنید»/ دائم‌الوضو بودن یعنی «من می‌خواهم با وضو زندگی کنم»/ عروسی آن قدر در دین محترم است که دعای عروس و داماد در شب زفاف مستجاب است
- تصور کنید کسی برای کنکور درس می‌خواند. به هر حال درس خواندن سختی‌هایی دارد و او را از تفریح باز می‌دارد. حالا او با آکراه مشغول درس شود و هر از گاهی مُشتی روی کتاب‌هایش بکوبد و با ناراحتی بگوید: «این درس هم که تمام نمی‌شود؟!» چنین کسی دانشمند می‌شود؟ بعضی‌ها با زندگی خودشان همین‌طور برخورد می‌کنند. انگار ناراحتند که خدا آنها را در بستر این زندگی آفریده!

تعریف زندگی از زوایای دیگر

- ۱. زندگی فرایندی است برای «فهمیدن» معارف عالی و حقایق ناب/ زندگی ابزار و وسیله فهمیدن است؛ عین کلاس درس/ اگرچه برای زندگی خوب نیازمند معرفتیم، ولی خود زندگی فرآیند رسیدن به معرفت است/ تا زندگی نکنید برخی چیزها را متوجه نمی‌شوید/ یکی از دلایل این همه احکام و دستورات اسلامی این است که رفتار، سبک و نوع زندگی کردن ما خیلی چیزها را به ما می‌فهماند.
- ۲. زندگی فرایندی است برای «شکفته» شدن و «زنده‌تر» شدن/ زندگی یعنی فرآیندی برای زنده‌تر شدن، تا بتوانیم بهتر زندگی کنیم/ اولین شرط «زندگی بهتر» زنده‌تر بودن است/ ما برای زندگی بهتر امکانات اضافه می‌کنیم در حالی که قدرت‌ها در درون خودمان است! اقرار نیست از بیرون چیزی به زندگی اضافه کنیم، بلکه باید استعدادهای درونی‌مان را شکوفا کنیم تا زنده‌تر شویم و بهتر زندگی کنیم
- زندگی یعنی فرآیندی که موجب شکوفا شدن استعدادهای انسان می‌شود. هرکسی تو را به کشف قدرت‌های درونی خودت وادار نکرد و مدام تو را به بیرون ارجاع داد، در واقع به تو خیانت کرده و فریبت داده است. باید بروی و آن قدرت‌های درونی خودت را پیدا کنی؛ آن وقت زنده‌تر خواهی شد.

۳. تعریف زندگی بهتر

- تعریف «زندگی» چهار رکن اصلی دارد: ۱. علاقه‌ها و مدیریت علاقه‌ها ۲. حرکت، تلاش و مبارزه ۳. پذیرش محدودیت‌ها ۴. قرار داشتن در بستر مقدرات/ بر این اساس، چهار رکن «زندگی بهتر» عبارتست از: ۱. علاقه بهتر و بیشتر ۲. تلاش و مبارزه بهتر ۳. پذیرش محدودیت به‌جا و حساب‌شده ۴. رقم خوردن مقدرات به بهترین شکل
- آدم‌ها غالباً برای زندگی بهتر، اول به دنبال امکانات بیشتر و بهتر هستند؛ یعنی فقط رکن چهارم (همسویی مقدرات) را در نظر می‌گیرند در حالی که اول باید سه رکن قبلی را درست کنند. اگر سه رکن اول درست شد، مقدرات الهی (رکن چهارم) نیز با تمایلات انسان همسو خواهد شد و انسان را به خواسته‌هایش می‌رساند/ زندگی بهتر مساوی با امکانات بیشتر نیست، البته در زندگی بهتر، امکانات هم به انسان می‌رسد؛ آن هم از جایی که گمانش را نمی‌کند (وَ يَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ؛ تلاق ۳) و از آسمان و زمین برکت می‌رسد (لَفَتَحْنَا عَلَيْهِمْ بَرَكَاتٍ مِنَ السَّمَاءِ وَ الْأَرْضِ؛ اعراف/ ۹۶)

رکن اول زندگی بهتر: علاقه شدید

- رکن اول زندگی بهتر، علاقه است/ هرچه علاقه بیشتر باشد، زندگی بهتر خواهد بود/ علاقه شدید سرچشمه لذت است/ هیچ لذت مادی به اندازه لذت رسیدن به علاقه نیست و هیچ لذت مادی مانند لذت علاقه شدید داشتن نیست؛ حالا چه اینکه انسان به این علاقه شدید برسد و چه نرسد/ زندگی بهتر امکانات بیشتر نیست؛ کسی زندگی بهتری دارد که علاقه شدیدتری دارد
- ویژگی‌های علاقه مطلوب برای زندگی بهتر: شدید باشد، ادامه‌دار باشد، افزایش‌یابنده باشد/ علاقه‌ای که بعد از وصال از چشم‌ت بیفتد، مطلوب نیست/ کسی زندگی بهتری دارد که علاقه شدیدتری دارد/ علاقه شدید فقط به خدا و اولیائش امکان دارد/ زندگی بهتر، زندگی‌ای است که انسان علاقه‌های خود را مدیریت کند تا به این عشق و علاقه شدید برسد؛ به حدی که مردم بتوانند این محبت شدید را در زندگی او ببینند (احساس کنند)

- زندگی مؤمن، پرشور، پراحساس، گرم و پر نشاط است. مؤمن سرد و بی‌روح و بی‌احساس معنا ندارد؛ مؤمن در قرآن این‌گونه توصیف شده: «وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ» (بقره/۱۶۵) / محبت شدید زندگی انسان را گرم می‌کند، پس سر خودمان را کلاه نگذاریم! این چه نوع خداپرستی‌ای است که زندگی ما را گرم نکرده؟! این چه ایمان به خدایی است که «أَشَدُّ حُبًّا» را در قلب ما ایجاد نکرده؟!
 - محبت فقط برای لذت بردن نیست؛ محبت سازنده شاکله روح آدم هم هست / آدم شبیه محبوبش می‌شود / روایت: هر کسی روز قیامت با آن چیزی که دوست داشته، محشور می‌شود (الْمَرْءُ مَعَ مَنْ أَحَبَّ، وَ لَهُ مَا اكْتَسَبَ؛ امالی طوسی/۶۳۲) (فَلَوْ أَنَّ رَجُلًا أَحَبَّ حَبْرًا لَحَشَرَهُ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ مَعَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ؛ امالی صدوق/۲۱۰)

محبت‌های کم انسان را سیراب نمی‌کند / فقط با حب الله سیراب می‌شود

- زندگی خوب باید با عشق و احساسات همراه باشد / زندگی بهتر، با علاقه شدید است؛ نه با این علاقه‌های معمولی و جزئی! شما اگر همسر یا فرزندان را خیلی دوست داشته باشید، مگر این علاقه چقدر است؟ آیا این محبت روح بزرگ انسان را سیراب می‌کند؟ ما از عشق و علاقه‌ای فراتر از علاقه‌های معمولی (حتی علاقه مادر به فرزند) صحبت می‌کنیم / انسان نمی‌تواند به علاقه‌های کم راضی باشد
- کسی که اسیر محبت‌های کوچک باشد، ممکن است به محبوبش برسد، ولی بعد از مدتی دل زده می‌شود، چون این محبت‌ها اساساً نمی‌توانند انسان را سیراب کنند / خدا انسان را طوری آفریده که جز با محبت خودش سیراب نمی‌شود / کسی که به این محبت شدید رسیده باشد، دیگر دنبال «راه‌های موفقیت» نیست، چون به موفقیت مورد نظرش رسیده؛ انگیزه او برای زندگی، تشکر از خدایی است که او را خلق کرده
- اهمیت دادن بیش از حد به محبت‌های اندک، باعث فلج شدن زندگی‌ها شده / محبت شدید باعث می‌شود انسان اسیر محبت‌های اندک نشود / کسی که به محبت شدید نرسیده باشد، هیچ‌وقت طعم زندگی را نمی‌چشد / محبت‌ها و نفرت‌های جزئی، نباید زیاد در زندگی انسان مؤثر باشند
- زندگی باید سرشار از محبت باشد. اگر یک علاقه شدید محوری، عامل آتشین گرم‌کننده زندگی نباشد انسان به زندگی بهتر دسترسی پیدا نکرده است. کسی که از این محبت شدید برخوردار نیست در واقع دارد «نیمه‌افسرده‌حال» زندگی می‌کند، البته ممکن است اسم بیمار افسرده را بر او نگذارند، ولی بالاخره این زندگی بهتر نیست

رکن دوم زندگی بهتر: تلاش و مبارزه

- رکن دوم زندگی بهتر، تلاش و مبارزه، به‌خاطر محبت شدید است / زندگی بهتر آن است که با تلاش به آن برسی / تا وقتی برای رسیدن به چیزی سختی نکشی، لذت زندگی را نخواهی برد / جامعه‌ای که دنبال پول بی‌زحمت باشد، گرفتاری‌های زیادی دارد / فقط با سختی می‌شود از زندگی لذت برد / کسی که از زندگی لذت نبرد نمی‌تواند از گناه دوری کند / با فرار از تلاش و مبارزه، زندگی بهتری بدست نمی‌آید
- انسان باید برای تأمین ثروت تلاش کند / فقر در اثر تنبلی و بی‌تقوایی، با فقری که خدا برای مؤمن پرتلاش مقدر کرده، متفاوت است / معنای روایات احترام به فقرا این نیست که خودمان را فقیر کنیم، همچنان که معنای روایات اجر مریض این نیست که دنبال سلامتی نباشیم / فرهنگ کار در ما خیلی پایین است / برخی می‌خواهند بدون زحمت، زندگی‌شان بهتر شود.

- زندگی بهتر یعنی زندگی سرشار از تلاش و مبارزه/ آدم گاهی باید برای «زندگی» بجنگد! اگر امروز برای زندگی خودت تلاش نکنی، فردا مجاهد فی سبیل الله نخواهی شد/ باید برای زندگی بجنگیم و اجازه ندهیم دشمنان به زندگی ما دستبرد بزنند/ پیامبر(ص): اگر کسی مبارزه و جهاد را ترک کند دچار ذلت و فقر خواهد شد (فَمَنْ تَرَكَ الْجِهَادَ الْبَسَهُ اللَّهُ ذُلًّا فِي نَفْسِهِ وَ فَقْرًا فِي مَعِيشَتِهِ وَ مَحَقًّا فِي دِينِهِ؛ امالی صدوق/ ۵۷۷)

انقلابی‌گری یعنی دفاع از زندگی

- انقلابی‌گری یعنی دفاع از زندگی/ انقلابی بودن یعنی اینقدر به زندگی بهتر-به معنای صحیح آن- علاقمند باشیم، که اگر کسی خواست مانع زندگی بهتر ما شود، در مقابلش بایستیم/ انقلابی اجازه نمی‌دهد کسی زندگی‌اش را چپاول کند/ انقلابیون کسانی هستند که حاضرند برای زندگی بهتر جان بدهند.
- آدم باید نسبت به زندگی تعصب و غیرت داشته باشد/ غیرت مؤمن فقط نسبت به بندگی نیست، نسبت به زندگی هم هست/ مؤمن نسبت به زندگی خودش و دیگران غیرت دارد و اجازه نمی‌دهد کسی این زندگی را خراب کند/ رسول خدا(ص): اگر تعداد مظلومین بیش از ظالمین باشد، خدا دعایشان را مستجاب نمی‌کند بلکه می‌گوید: بلند شوید و حقتان را از ظالمین بگیرید (إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ يَسْتَجِيبُ لِلْمَظْلُومِينَ، مَا لَمْ يَكُونُوا أَكْثَرَ مِنَ الظَّالِمِينَ، فَإِذَا كَانُوا أَكْثَرَ مِنَ الظَّالِمِينَ فَلَا يَسْتَجِيبُ لَهُمْ؛ الفردوس/ ۱/ ۱۴۹/ ۵۳۸)
- (حکمت‌نامه پیامبر اعظم(ص)، ری شهری، ج ۱۰، ص ۲۷۹)
- فقیری که در اثر باج دادن به دشمن فقیر شده باشد، نزد خدا محترم نیست. اگر کسی به خاطر زبونی در مقابل دشمن، فقیر شود یا فقر را تحمل کند، اصلاً نزد خدا محترم نیست. اینها ظلم‌پذیرانی هستند که در قیامت مثل ظالمین دوبرابر عذاب می‌شوند. (رَبَّنَا هَؤُلَاءِ أَضَلُّونَا فَآتِهِمْ عَذَابًا ضِعْفًا مِنَ النَّارِ قَالَ لِكُلِّ ضِعْفٍ؛ اعراف/ ۳۸) و (إِذْ يَتَحَاوُونَ فِي النَّارِ فَيَقُولُ الضُّعْفَاءُ لِلَّذِينَ اسْتَكْبَرُوا إِنَّا كُنَّا لَكُمْ تَبَعًا فَهَلْ أَنْتُمْ مُعْتَنُونَ عَلْنَا نَصِيبًا مِنَ النَّارِ؛ غافر/ ۴۷)
- تأسف علی(ع) صرفاً از غارت خلخال دختر یهودی نبود، بلکه برای عدم مقاومت در مقابل دشمن بود/ علی(ع): سربازان معاویه آمدند روستاهای شما را غارت کردند و خلخال از پای دختر یهودی کشیدند و بدون اینکه شما با آن دشمنان بجنگید، به راحتی غارت کردند و رفتند. در این صورت اگر یک مرد مسلمان از تأسف بمیرد، حق دارد (وَ قَدْ بَلَغَنِي أَنَّ الرَّجُلَ مِنْهُمْ كَانَ يَدْخُلُ عَلَى الْمَرْأَةِ الْمُسْلِمَةِ وَ الْأُخْرَى الْمُعَاهَدَةَ فَيَنْتَزِعُ حِجْلَهَا وَ قَلْبَهَا وَ رِعَائَهَا مَا تَمْنَعُ مِنْهُ إِلَّا بِالْأَسْتِرْحَامِ وَ الْإِسْتِرْحَامُ ثُمَّ أَنْصَرَفُوا وَ أُفْرِينَ مَا نَالَ رَجُلًا مِنْهُمْ كُلُّهُ وَ لَا أَرِيقَ لَهُ دَمٌ فَلَوْ أَنَّ امْرَأً مُسْلِمًا مَاتَ مِنْ بَعْدِ هَذَا أَسْفًا مَا كَانَ بِهٍ مَلُومًا بَلْ كَانَ عِنْدِي بِهٍ جَدِيرًا؛ کافی/ ۵/ ۵- نهج البلاغه/ خطبه ۲۷)

رکن سوم زندگی بهتر: تسلیم به‌جا در مقابل محدودیت‌ها

- رکن سوم زندگی بهتر، تسلیم شدن درست و به‌جا در مقابل محدودیت‌هاست/ انسان در مسیر رسیدن به خواسته‌هایش، با محدودیت‌هایی مواجه می‌شود که باید این اتفاق را مدیریت کند/ محدودیت‌های زندگی شبیه محدودیت‌های بازی فوتبال است که به آن «معنا» و «زیبایی» می‌دهد/ دنیای بدون محدودیت شیرین نیست، همانطور که فوتبال بدون محدودیت شیرین نیست/ کسی که زندگی را نمی‌شناسد، به اشتباه تصور می‌کند که محدودیت‌ها باعث تلخی زندگی شده؛ مثل کسی که با بازی فوتبال آشنا نبود و ۲۱ توپ خرید تا بازکنان بر سر یک توپ با هم دعوا نکنند!

- برخی از محدودیت‌های زندگی انسان، «تقدیری» هستند و برخی «تکلیفی»/ محدودیت‌های تقدیری دو نوعند: ۱. فراگیر و عام (یکسان برای همه؛ مانند پیرشدن) ۲. متغیر و خاص (مختص هر فرد است؛ مانند تصادف)/ بی‌دین‌ها هم محدودیت تکلیفی دارند؛ محدودیت‌های «تکلیفی» بی‌دین‌ها، قوانین و فرهنگ جامعه‌شان است

نکته تربیتی/ لزوم آمادگی جوان برای برخورد صحیح با محدودیت‌ها

- جوانی که حاضر نیست محدودیت‌های زندگی را بپذیرد، جوان آماده‌ای برای زندگی نیست/ کسی که می‌خواهد از هر محدودیتی فرار کند، آماده زندگی خوب نیست/ اگر کسی به‌خاطر محدودیت‌ها عصبانی شد و قهر کرد و محدودیت‌ها را نپذیرفت، معلوم می‌شود خوب تربیت نشده و با زندگی آشنا نیست. بیابید «زندگی» را به خود و فرزندان‌مان آموزش دهیم/ متأسفانه در مدارس فرزندانمان را برای برخورد صحیح با محدودیت تربیت نمی‌کنیم
- آموزش و پرورش باید برای بچه‌ها جایبندازد که در زندگی باید برخی محدودیت‌ها را بپذیرفت/ آمادگی پذیرش محدودیت، یعنی آمادگی برای زندگی خوب/ بچه قبل از اینکه برای کسب و کار آماده شود، باید برای زندگی آماده شود و لازمه آماده کردن بچه برای زندگی این است که او «آماده باشد در زندگی با محدودیت‌ها مواجه شود و از دوران خیال‌پردازی کودکانه خارج شود و فکر نکند که همه محدودیت‌ها را می‌شود برداشت؛ باید بعضی از محدودیت‌ها را بپذیرفت و حتی به استقبال بعضی از محدودیت‌ها رفت»

زیبایی تسلیم به‌جا/ برخورد قشنگ با بلا

- یکی از بخش‌های زیبای زندگی بهتر، تسلیم به‌جا مقابل محدودیت‌هاست/ تسلیم شدن با غر و نق زیبا نیست، باید به زیبایی تسلیم امر خدا شویم نه با اکراه و نارضایتی
- سخن گفتن درباره زندگی بهتر، نه‌تنها با «امتحان با نعمت» مغایرتی ندارد، بلکه با «امتحان با بلا» هم مغایرت ندارد و قابل جمع است. چون زندگی ما باید خوش و خرم باشد که حتی اگر بلایی هم آمد، اذیت نشویم، بلکه با بلا هم شیرین برخورد کنیم. زندگی بهتر، آن زندگی‌ای است که انسان با مشکلاتش قشنگ برخورد می‌کند

جزع نقطه مقابل تسلیم/ رنج جزع بیشتر از رنج صبر است

- جزع نقطه مقابل تسلیم و به معنای نپذیرفتن محدودیت‌های به‌جاست/ جزع در مقابل محدودیت‌ها ناشی از تربیت‌نیافتگی انسان است/ علی(ع): اگر جزع کنید مشکلات‌تان بیشتر می‌شود (لَا تَجْرَعُوا مِنْ قَلِيلٍ مَا أَكْرَهَكُمْ فَيُوقِعْكُمْ ذَلِكَ فِي كَثِيرٍ مِمَّا تَكْرَهُونَ؛ غررالحکم/ ۱۰۳۱۴) // با جزع کردن مقدرات تو عوض نمی‌شود، فقط اجر تو از بین می‌رود (الْجَزَعُ لَا يَدْفَعُ الْقَدَرَ وَ لَكِنْ يُحِطُّ الْأَجْرُ؛ غررالحکم/ ۱۸۷۶)
- بسیاری از مشکلات خانوادگی ناشی از جزع است/ ریشه جزع را باید با «معرفت به زندگی» از بین برد/ علی(ع): رنجی که از جزع کردن می‌بری خیلی بیشتر از رنجی است که از صبر کردن می‌بری (الْجَزَعُ أَنْعَبُ مِنَ الصَّبْرِ؛ غررالحکم/ ۱۱۹۸)
- اگر محدودیت‌های به‌جا را بپذیریم زندگی‌مان پُر رونق‌تر می‌شود/ علی(ع): اگر کسی با دزدی به زندگی خوب رسید، برایش مقدر بوده، ولی اگر صبر می‌کرد از راه حلال به همان زندگی می‌رسید (إِنَّ الْعَبْدَ لَيَحْرِمُ نَفْسَهُ الرِّزْقَ الْحَلَالَ بِتَرْكِ الصَّبْرِ وَ لَا يُزَادُ عَلَيَّ مَا قُدِّرَ لَهُ؛ شرح نهج‌البلاغه ابن‌ابی‌الحدید/ ۱۶۰/۳)

اسلام یعنی تسلیم صحیح و به جا

- پذیرش به جای محدودیت‌ها، مهم‌ترین رکن «زندگی بهتر» است / هنر زندگی در تسلیم صحیح است و اسلام یعنی تسلیم صحیح / مسلمان کسی است که محدودیت‌های تعیین شده از طرف خدا را پذیرفته / علی(ع): هر محدودیتی که دین ایجاد کرده، به آن نیاز نداری (مَا نَهَى اللَّهُ سُبْحَانَهُ عَنْ شَيْءٍ إِلَّا وَاعْتَىٰ عَنْهُ: غررالحکم/۹۵۷۳) اگر محدودیت‌های خدا را نپذیری، محدودیت‌های دیگران را می‌پذیری / کسی که محدودیت‌های علی(ع) را نپذیرد، محدودیت‌های حجاج بن یوسف را می‌پذیرد
- صدق ادعای ما در اینکه «تسلیم خدا هستیم» با تسلیم شدن در مقابل ولیّ خدا اثبات می‌شود / امام صادق(ع): اسلام به معنای تسلیم شدن به امر ولیّ خداست (وَ رَضِيَتْ لَكُمْ الْإِسْلَامَ دِينًا أَيْ تَسْلِيمَ النَّفْسِ لِأَمْرِنَا؛ مناقب آل ابیطالب ع/۲۳/۳) / یکی از نادرترین قسم‌های قرآن درباره لزوم تسلیم به امر ولیّ خداست: «فَلَا وَرَبِّكَ لَا يُؤْمِنُونَ حَتَّىٰ يُحَكِّمُوكَ فِيمَا شَجَرَ بَيْنَهُمْ ثُمَّ لَا يَجِدُوا فِي أَنفُسِهِمْ حَرَجًا مِّمَّا قَضَيْتَ وَيُسَلِّمُوا تَسْلِيمًا» (نساء/۶۵)

رکن چهارم زندگی بهتر؛ همراهی مقدرات الهی

- رکن چهارم زندگی بهتر «همراهی مقدرات الهی» است / اگر خدا نخواهد، زندگی بهتر به دست نمی‌آید؛ چه انسان متدین باشد و چه نباشد. همه می‌دانند که هیچ‌وقت همه اتفاقات زندگی انسان، در اختیار خودش قرار نمی‌گیرد؛ حتی اگر کسی به شانس و تصادف معتقد باشد، در اینجا باید بگوید: زندگی بهتر، زندگی‌ای است که «شانس» هم همراه انسان باشد.
- توجه به اینکه «زندگی ما تحت مقدرات خداست» زندگی ما را بهتر می‌کند / آمار خداوند در قرآن: «اکثر مردم نمی‌دانند که من روزی‌ها را تعیین می‌کنم» (سبا/۳۶) مردم با اسباب و علل درگیر می‌شوند؛ نباید درگیر اسباب و علل بمانیم / رسول خدا(ص): همان همسری که خدا برایت مقدر کرده، نصیبت می‌شود حتی اگر من و جبرئیل برایت دعا کنیم «لَوْ دَعَا لَكَ إِسْرَافِيلُ وَ جِبْرِيْلُ وَ مِيكَائِيلُ وَ حَمَلَةُ الْعَرْشِ وَ أَنَا فِيهِمْ مَا تَزَوَّجْتَ إِلَّا الْمَرْأَةَ الَّتِي كَتَبْتُ لَكَ» (میزان الحکمه/ج ۱۶۵۰۰ - کنز العمال/۵۰۱)

ما توسط مقدرات الهی احاطه شده‌ایم؛ البته اراده و اختیار هم داریم

- علاوه بر محدودیت‌هایی که در زندگی می‌پذیریم (رکن سوم) باید به مقدراتی که خدا برای ما تعیین می‌کند، نیز حواس مان باشد و مدام توجه کنیم؛ همین توجهی که به خدا پیدا می‌کنیم، غبار تکبر را از چهره ما برمی‌دارد / توجه به مقدرات الهی به انسان آرامش می‌دهد
- ما توسط مقدرات الهی احاطه شده‌ایم، و در عین حال اراده و اختیار هم داریم؛ البته نه اختیار مطلق، بلکه اختیار محدود و حساب شده / زندگی ما صد در صد دست خودمان نیست و هر کسی نمی‌تواند هر کاری بکند / ما در متن یک‌سری اتفاقات تصادفی زندگی نمی‌کنیم / خدا اجازه نمی‌دهد بندگانش هر اشتباهی را مرتکب شوند
- آزادی ما مثل انتخاب گزینه‌های یک تست چهارجوابی است / آزادی ما برای انتخاب چند گزینه محدود است، نه هزاران گزینه مختلف! / پیامبر اکرم(ص): گاهی خدا عقل انسان را می‌گیرد تا قضا و قدر الهی را توسط او محقق کند / وقتی به مقدرات الهی نگاه می‌کنیم، یک نقطه اتکایی در زندگی مان پیدا می‌کنیم که به ما آرامش می‌دهد / اگر مقدرات مان دست خودمان باشد، زندگی را خراب می‌کنیم

بخش عمده‌ای از زندگی بهتر «درونی» است / راضی بودن به قضاء الهی

- بخش عمده‌ای از زندگی بهتر درونی است/شاید برای کسی مقدر شده باشد که از بیرون، زندگی بهتری نداشته باشد، اما او می‌تواند از درون، دلگرم باشد و با قدرت روحی بالا زندگی کند/ علی(ع): کسی که به قضاء الهی راضی باشد، زندگی خوشی خواهد داشت (إِنَّكُمْ إِنْ رَضِيتُمْ بِالْقَضَاءِ طَابَتْ عَيْشَتُكُمْ وَ فَرْتُمْ بِالْغَنَاءِ؛ غررالحکم/۳۸۴۴) کسی که به قضاء الهی راضی باشد، خدا با رفق و مدارای بیشتری با او برخورد می‌کند. حتی اگر فقیر باشد، در همان فقر هم برایش اتفاق‌های خوبی می‌افتد و شادی‌های قشنگی برایش پیش می‌آید و حتی گاهی اوقات «در مجموع» از یک فرد ثروتمند هم خوش‌تر زندگی می‌کند.
- خدا به انسان باتقوا زندگی خوش می‌دهد. «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا* وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ» (طلاق/۳۰۲) طبق این آیه، اگر تقوا داشته باشیم خدا دو کار برای ما انجام می‌دهد: اولاً راه عبور از مشکل را به ما نشان می‌دهد. ثانیاً از یک راه‌هایی که حسابش را هم نمی‌کردیم، به ما رزق و روزی می‌رساند. لذا زندگی انسان خوش و خرم می‌شود.
- اگر می‌خواهیم زندگی ما بهتر شود، باید به قضاء الهی توجه کنیم و راضی بودن به قضاء الهی را عامل بهتر شدن مقدرات خودمان قرار دهیم. اما علاوه بر آن، ما می‌توانیم مقدراتمان را تغییر دهیم و باعث شویم که بهترین مصلحت‌ها برای ما رقم بخورد؛ حضرت زهرا(س): کسی که خالصانه عبادت کند، خدا بهترین مصلحت را برایش رقم می‌زند (مَنْ أَصْعَدَ إِلَى اللَّهِ خَالِصَ عِبَادَتِهِ، أَهْبَطَ اللَّهُ إِلَيْهِ أَفْضَلَ مَصْلَحَتِهِ؛ ورام/۱۰۸/۲) عبادت خالصانه خیلی سخت به‌دست می‌آید/ ذکر علی(ع) یکی از عبادت‌های خالص است که خدا برای ما آسانش کرده است

اهمیت مقدرات جامعه/لزوم سامان‌دهی وضع قدرت

- مقدرات جامعه خیلی مهم است/ اگر برای جامعه ما مقدرات سختگیرانه‌ای تعیین شود، همه اسیر آن سختگیری‌ها خواهیم شد/ برای رسیدن به زندگی بهتر، مسئولان جامعه نقش زیادی دارند/پیامبر(ص) و سه امام اول ما قبل از کار تعلیم و تربیتی، دنبال سامان‌دهی وضع قدرت بودند/ تا وضع قدرت اصلاح نشود بسیاری از نصایح اخلاقی در جامعه فایده ندارد.
- مهمترین مقدرات ما مقدرات «جامعه» ماست/مگر می‌شود زندگی انسان‌ها بدون اینکه تحت تأثیر مدیریت‌های کلان و خرد اجتماعی قرار بگیرد، سامان پیدا کند؟!/ دعا برای فرج، یک دعای سیاسی است/ منکرهای بزرگ در عرصه سیاست است/ نهی از منکر، اول خطاب به مدیران مملکت است نه بی‌حجاب‌های خیابان!
- بحث زندگی بهتر یک بحث کاملاً سیاسی است/ وقتی از «زندگی بهتر» صحبت می‌کنیم همه باید متوجه شوند که سیاسی صحبت می‌کنیم؛ چون تا وضع قدرت و افراد قدرت اصلاح نشود کسی به زندگی بهتر نخواهد رسید/چرا امام زمان(ع) منتظر ۳۱۳ نفرند؟ آیا این ۳۱۳ نفر عابدان دعاگو یا قلچماقان محافظند؟ نه، اینها مدیران جامعه هستند. یعنی حضرت به ۳۱۳ مدیر نیاز دارد/بدون مدیر خوب، نه زندگی بهتر و نه بندگی بهتر میسر نمی‌شود/رسول خدا(ص): وقتی خدا برای قومی خیر بخواهد، «ریاست‌ها» را به بردباران و «مال» را به سخاوتمندان می‌دهد(إِذَا أَرَادَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ بِقَوْمٍ خَيْرًا وَ لَىٰ عَلَيْهِمْ حُلَمَاءُهُمْ وَ قَضَىٰ بَيْنَهُمْ عُلَمَاءُهُمْ وَ جَعَلَ الْمَالَ فِي سَخَائِهِمْ» (کنز العمال/۱۴۵۹۵)
- بدون اصلاح در عرصه سیاست نمی‌شود به مقدرات خوب رسید/ما اسیر همدیگریم و باید به پای دیگران بسوزیم. مگر می‌شود در یک شهر، یک نفر به‌تنهایی خوشبخت شود؟! حتی به عنوان یک مملکت هم نمی‌توانیم در جهان به‌تنهایی خوشبخت شویم. ما تا وقتی تمام جهان را از ظلم آزاد نکنیم نمی‌توانیم راحت زندگی کنیم.

- چرا مردم جوامع بشری، این قدر غیرسیاسی اند؟/ چون خطا و صواب در عرصه سیاست بسیار پیچیده است و تشخیص آن هم بسیار دشوار. مثلاً تشخیص اینکه سیاست‌گذاری‌های کلان اجتماعی، چه اثری در معیشت و اقتصاد مردم می‌گذارد، سخت است و عموم مردم قدرت درک این پیچیدگی‌ها را ندارند
- مستکبران می‌دانند ما حتی یک روستا از کشورهای دیگر را هم غصب نخواهیم کرد. پس چرا این قدر برای ما محدودیت ایجاد می‌کنند؟ چون همین که ما «باشیم» آنها خود به خود نابودند. چون همه دنیا می‌فهمند که می‌شود با حفظ استقلال و آزادی و بدون اطاعت از مستکبران به زندگی بهتر رسید، و وقتی فهمیدند، آنها هم، راه ما را طی می‌کنند و از بردگی مستکبران درمی‌آیند.

۴. شرط فردی و اجتماعی رسیدن به زندگی بهتر

- شرایط لازم برای ورود به زندگی بهتر چیست؟ هر کسی نمی‌تواند برنامه زندگی بهتر را اجرا کند و موفق شود؛ بلکه برای ورود به زندگی بهتر و اجرای این برنامه -لااقل- دو شرط اساسی وجود دارد: یک شرط فردی و یک شرط اجتماعی

شرط فردی: از بالا نگاه کردن به زندگی

- شرط فردی: «از بالا نگاه کردن به زندگی»/ لازمه موفقیت در اجرای «برنامه زندگی بهتر»، نگاه از بالا به زندگی است/ شرط فردی اینکه انسان به زندگی بهتر برسد و بتواند یک برنامه خوب را اجرا کند، این است که در زندگی کلان‌نگر باشد و از بالا به زندگی نگاه کند. کسی که در جزئیات زندگی غرق شود، اگر برنامه خوبی هم به او بدهید، یا نمی‌پذیرد یا اگر بپذیرد و اجرا کند، نتیجه خوبی نمی‌گیرد.
- چه کسی می‌تواند انتخاب همسر خوب داشته باشد؟ کسی که به جریان انتخاب همسر و به علایقش، از بالا نگاه کند/ «کلان‌نگری» ریشه بدبختی‌های انسان را می‌سوزاند/ کسی که از بالا به زندگی نگاه نکند و غرق جزئیات شود، نمی‌تواند مشکلاتش را حل کند/ در خانه، مهدکودک و مدرسه باید به بچه‌ها یاد بدهیم از بالا به زندگی نگاه کنند/ امام صادق(ع): بهترین جوانان، جوانانی هستند که مثل پیرمردها از بالا به زندگی نگاه کنند(خَيْرُ شَبَابِكُمْ مَنْ تَشَبَهَ بِكُهُولِكُمْ؛ معانی الاخبار/ ۴۰۱)
- یکی از جوه از بالا نگاه کردن «ابتدا و انتها را دیدن» است. / انتها را دیدن، یعنی انسان درباره هر دوست‌داشتنی و علاقه‌ای، این سؤال کلیدی را از خودش بپرسد که: «بعدش چه؟»/ انسان می‌تواند با سؤال «بعدش چه؟» به آرامش پیوندد/ یک وجه دیگر از بالا نگاه کردن، دیدن همه «جوانب» است، یعنی همه جوانب و ابعاد زندگی، لذت‌ها و دوست‌داشتنی‌ها را نگاه کنیم.
- «محاسبه نفس» یک راه حل خوب، برای از بالا نگاه کردن به زندگی است. فرموده‌اند: «حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ» (کافی/ ۱۴۳/۸) فرموده‌اند: «حاسبوا اعمالکم!» پس محاسبه نفس یعنی «من چرا این کار را انجام دادم؟» نه اینکه «من چه کاری انجام دادم؟» و این قدم اول برای از بالا نگاه کردن است.

شرط اجتماعی: ولایت(از بالا تعادل را در جامعه ایجاد کردن)

- ولایت، شرط اجتماعی رسیدن به زندگی بهتر است/ تا ولایت حاکم نباشد، بستر زندگی بهتر برای جامعه فراهم نمی‌شود/ ولایت مثل بهارست که سعی می‌کند از دورن شکفته شویم/ ولایت به انسان‌ها میدان می‌دهد استعدادهای‌شان را شکوفا کنند و رقابت کنند/ غرب اجازه رقابت آزاد نمی‌دهد/ ادعاهای غربی‌ها در تحقق بسیاری از شعارها(از جمله، آزادی، عدم تحمیل فکر، عقیده و

رفتار، رعایت حقوق انسان‌ها و... دروغ است / اینکه نظامات اجتماعی و حقوقی ما شبیه غربی‌ها شود، علامت خوشبخت نشدن ماست

- امکان رقابت و شکوفایی استعداد و رسیدن به اوج خلاقیت وطمأنینه و آرامش با انگیزه صحیح برای فعالیت، فقط در یک جامعه ولایی و در یک حکومت ولایی امکان دارد. اگر حکومت غیرولایی باشد، این امکان وجود ندارد. قدرت آن قدر مشتری دارد که خیلی‌ها به روش‌های مختلف در قدرت نفوذ می‌کنند و کار را خراب می‌کنند
- ولایت یعنی «از بالا تعادل را در جامعه ایجاد کردن» / این قدرت، باید وجود داشته باشد تا مردم بتوانند راحت زندگی کنند / روزی که همه مردم بفهمند ولایت شرط زندگی بهتر است، روز ظهور خواهد بود.
- در کدام جامعه می‌شود به بهترین زندگی رسید؟ در جامعه‌ای که ولی خدا بالای سر آن جامعه باشد، یا چیزی از جنس ولی خدا (یعنی یک عالم ربّانی بانقوا) / چاره‌ای جز این نیست که مردم فرد بانقوایی که از قدرتش سوء استفاده نکند را انتخاب کنند؛ این سخن را اگر به مسیحی‌ها هم بگویید، برایشان قابل پذیرش است

۵. ویژگی‌های یک برنامه خوب برای زندگی بهتر

- یک برنامه خوب برای «زندگی بهتر» - لااقل - باید این هفت ویژگی را داشته باشد:

۱. مطابق فطرت و طبیعت انسان باشد

- برنامه خوب باید مطابق فطرت انسان باشد. روح انسان یک ساختاری دارد و برنامه باید به گونه‌ای باشد که با فطرت انسان سازگار باشد و چیزی را به روح انسان تحمیل نکند / می‌شود یک علاقه را به روح انسان تحمیل کرد
- برنامه خوب باید مطابق طبیعت جسم انسان باشد، یعنی با توان بدنی ما تناسب داشته باشد. مثلاً بدن انسان نیاز به خواب و غذای کافی دارد و نمی‌شود برنامه طوری باشد که خلاف نیازهای طبیعی انسان باشد و مثلاً بگوید: «هر روز فقط یک دانه بادام بخور، روی میخ بخواب و...» مثل برخی از ریاضت‌های نادرستی که بعضی‌ها انجام می‌دهند.

۲. «جامعیت» داشته باشد

- برنامه خوب باید جامع باشد و همه جوانب و ابعاد وجود ما را در بر بگیرد و رشد بدهد، نه اینکه فقط بخشی از وجود ما را تقویت کند و بخشی دیگر از وجود ما را تعطیل کند / بعضی‌ها خودشان را تک‌بعدی بار می‌آورند و در همان تک‌بعد هم خیلی آدم‌های خوبی می‌شوند؛ ولی این ارزش ندارد

۳. به نفع من و به ضرر دیگران نباشد

- برنامه خوب نباید با آباد کردن زندگی من، زندگی دیگران را خراب کند / دین هیچ‌وقت برنامه‌ای به ما نمی‌دهد که برای دیگران ضرر داشته باشد؛ مثلاً دین می‌گوید: هر کسی باید صاحب اموال خودش باشد / برنامه‌ای که غربی‌ها برای پیشرفت خودشان تهیه کرده‌اند، طوری است که به دیگران ضرر می‌زند / غربی‌ها با ظلم و غارت به ثروت رسیدند

۴. فراگیر و سهل‌الوصول باشد

- فراگیر باشد و بتواند همه فرهنگ‌ها را تحت پوشش قرار دهد؛ یعنی همه انسان‌ها با همه تفاوت‌هایی که دارند، بتوانند این برنامه را بپذیرند و اجرا کنند/ ما دهکده جهانی را قبول داریم، اختلاف بر سر کدخدا است/ برنامه فراگیر باید بتواند برای انواع فرهنگ‌ها و ملل، انعطاف‌پذیر باشد و خوبی‌های آنها را بپذیرد و خودش را متناسب با فرهنگ‌ها تغییر شکل دهد؛ برنامه دین ما این ویژگی را دارد./ برنامه خوب باید سهل‌الوصول باشد و نباید زیاد پیچیده باشد که فقط بعضی از خواص و نخبگان بتوانند آن را اجرا کنند؛ برنامه باید طوری باشد که همه انسان‌ها با همه تفاوت‌هایی که دارند، بتوانند آن را اجرا کنند.

۵. رقابت‌برانگیز باشد

- برنامه خوب باید «رقابت‌برانگیز» باشد. اگر یک برنامه‌ای برای زندگی بهتر به ما بدهند که رقابت در آن نباشد؛ نشاط کم می‌شود. و شما وقتی به برنامه دین نگاه می‌کنید، می‌بینید که برنامه دین، اصل را بر رقابت گذاشته است. خداوند می‌فرماید: «أَلَدَىٰ خَلْقِ الْمَوْتِ وَالْحَيَاةِ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا» (ملک/۲) خدا مرگ و زندگی را آفرید که ببیند چه کسی بهتر است؟ مثلاً خدا به نمازگزاران یک مسجد نگاه می‌کند که «چه کسی نمازش در این مسجد از همه بهتر است؟» دین ما کاملاً رقابتی است؛ البته رقابت بدون عداوت و بدون حسادت

۶. دستوری باشد نه پیشنهادی

- برنامه باید دستوری باشد نه پیشنهادی/ اگر دین و وحی و نبوت را هم کنار بگذارید و صرفاً بر اساس عقلانیت بحث کنید، به این نتیجه می‌رسید که خوب است برنامه، دستوری باشد نه پیشنهادی./ دلیل اول: اگر یک برنامه فراگیر، پیشنهادی باشد، اصلاً اجرا نمی‌شود؛ چون برای کسانی که نمی‌خواهند این پیشنهاد را رعایت کنند، ضمانت اجرایی ندارد/ دلیل دوم: برنامه‌ای که دستوری باشد «منیت» انسان را از بین می‌برد و زمینه لذت‌های عالی را فراهم می‌کند.

۷. با مدیریت ولی خدا باشد

- هفتمین ویژگی برنامه خوب برای «زندگی بهتر»-علاوه بر اینکه باید با دستور خدا باشد- این است که باید با «مدیریت ولی خدا» اجرا شود/ برنامه باید دستوری باشد، و این دستور هم باید با مدیریت و واسطه ولی خدا ابلاغ شود؛ چه در زندگی فردی چه در زندگی اجتماعی/ ولی خدا، اولاً ضامن اجرای برنامه است و ثانیاً عامل عینی کنترل‌کننده طغیان است/ در مسأله ولایت فقط بحث ضمانت اجتماعی مطرح نیست؛ بلکه شما اگر بخواهی در خلوت خودت هم توبه کنی، باید به پیغمبر(ص) و امام زمانت تواضع کنی./ انسان با پذیرش برتری ولی خدا، به اوج پاکی و رهایی از آلودگی انانیت می‌رسد.

اهمیت «دستوری بودن برنامه»/ تفاوت نسخه لیبرالی و اسلامی برای کنترل انسان

- یک برنامه خوب برای «زندگی بهتر» لزوماً باید «دستوری» باشد، چون زندگی بهتر با حفظ انانیت ممکن نیست/ اگر نتوانی از من طغیان‌گر خودت بگذری، این من طغیانگر، مدام علیه تو و علیه جامعه تو ویروس تولید می‌کند و ضربه می‌زند./ برای اینکه بتوانی از من طغیان‌گر خودت بگذری «دستور» لازم است.
- تفاوت نسخه لیبرالی و نسخه اسلامی برای کنترل انسان‌های طغیان‌گر: نسخه لیبرالی با تحقیر کردن انسان‌ها، آنها را کنترل می‌کند، ولی نسخه اسلامی با تکریم/ غربی‌ها برای کنترل آدم‌ها، شخصیت آنها را ضعیف بار می‌آورند و سپس با «ترس از پلیس»

آنها را کنترل می‌کنند، ولی دین می‌گوید انسان با خوف خدا، من طغیان‌گرس را کنترل کند/خوف خدا، نسخه بسیار بزرگوارانه و کریمانه‌ای است، چون خدا زود تنبیه(عذاب) نمی‌کند، بلکه فرصت می‌دهد تا خودت بفهمی. حتی اجازه تظاهر هم می‌دهد و آبرویت را نمی‌برد و می‌گوید: «می‌خواهم خودت بفهمی و عقلت به کار بیفتد و آینده‌ات را ببینی! نمی‌خواهم با فشار روانی، درستت کنم.»

- طواغیت دوست دارند آدم‌های بره‌وار و ظلم‌پذیر تربیت کنند/ بشر غربی این‌قدر کنترل شده است که ظلم فاحش را می‌بیند ولی جرأت اعتراض ندارد/ کسی که دلیل نباشد نمی‌تواند ظلم را تحمل کند/ اسلام اجازه نمی‌دهد حتی با فشار روانی، انسان‌ها را وادار به خوب شدن کنیم
- متأسفانه برخی مدارس ما «برده باسواد» تحویل می‌دهند!! استعداد ذهنی بچه را پرورش می‌دهند ولی انسانیتش و روح عصیان‌گر و بی‌نهایت‌طلبش را از بین می‌برند و یک «برده با سواد» تحویل می‌دهند. در واقع کسی را تربیت می‌کنند که حاضر است علمش را حتی در خدمت صیهونیست‌های جنایتکار هم قرار دهد و به جنایت‌هایشان اعتراض نکند. یعنی فقط کار خودش را انجام دهد و اهمیتی ندهد به اینکه چه جنایتکارانی از علم و دانشش بهره می‌برند

۶. اصول زندگی بهتر در برنامه دین

پنج اصل کلیدی برای رسیدن به زندگی بهتر(یا پنج ویژگی برجسته دستورات دین)

- بعد از بیان شرایط و ویژگی‌های یک برنامه خوب، به این نتیجه رسیدیم که باید این برنامه را از دین بگیریم. حالا می‌خواهیم برنامه‌ای که دین برای زندگی انسان دارد را معرفی کنیم. البته نمی‌خواهیم فهرست طولانی و بلندی از دستورات دینی را بیان کنیم، بلکه می‌خواهیم برای آشنایی با «کلیت برنامه و دستورات دین» پنج ویژگی یا اثر برجسته مجموعه دستورات دینی را عنوان کنیم. به این ترتیب، دستورات دین در ذهن ما یک‌مقدار خلاصه‌تر می‌شود، طبقه‌بندی می‌شود و ابعادشان بهتر دیده می‌شود. در این صورت، هم کسانی که احیاناً با دین و برنامه دینی غریبه هستند با این برنامه آشنا تر می‌شوند، و هم کسانی که الان دارند برنامه دین را اجرا می‌کنند، متوجه می‌شوند «که دین از آنها چه انتظاری دارد؟»
- این ویژگی‌ها را می‌توان «شاخص‌های برجسته موفقیت یک انسان در زندگی» یا «اصول کلیدی برای رسیدن به یک زندگی بهتر» یا «اهداف مهم رفتاری‌ای که برنامه دین تعقیب می‌کند» یا «مهم‌ترین نتایج و ثمراتی که دین در شخصیت یک فرد باقی می‌گذارد» نیز به حساب آورد.
- این ویژگی‌ها در واقع برآیند بسیاری از دستورات دینی است که ما با اجرای دستورات دینی حتماً باید این ویژگی‌ها را کسب کنیم؛ و الا دین‌داری ما دین‌داری دقیقی نخواهد بود و برای ما فایده‌ای نخواهد داشت. و چه‌بسا این نوع دین‌داری کردن ما، موجب خراب شدن چهره دین نیز بشود. دین‌های قلبی هم دین‌هایی هستند که این ویژگی‌ها را ندارند(راه تشخیص دین‌های قلبی)

۱. مثبت‌نگری

- اولین ویژگی مهم دستورالعمل‌های دین: مثبت بودن یا مثبت‌گرا بودن است/ در نوع دستورات دینی، مثبت‌گرایی وجود دارد/ انسان بعد از مدتی دین‌داری، مثبت‌نگر و مثبت‌گرا می‌شود/ مثبت‌نگری؛ اولین اثر مهمی است که دین در دینداران باقی می‌گذارد/ دین انسان را به یک موجود مثبت تبدیل می‌کند؛ مثبت در ارتباط با پروردگار، مثبت در ارتباط با دیگران، و حتی مثبت در ارتباط با خودش

- با مثبت‌نگری، انسان دچار «حرص» و «ناشکری» نمی‌شود/ آدم(ع) هم با فقدان یک مثبت‌نگری دچار فریب ابلیس شد/ کسی که درباره آینده‌اش مثبت‌نگر باشد به یک «آرامش» می‌رسد/ روحیه مثبت‌نگری در دعا خیلی لازم است. امام حسن(ع): ضمانت می‌کنم اگر کسی غیر از رضایت به رضای الهی در قلبش خطور نکند، هر دعایی کند مستجاب شود(أَنَا الضَّامِنُ لِمَنْ لَمْ يَهْجُسْ فِي قَلْبِهِ إِلَّا الرِّضَا أَنْ يُدْعُو اللَّهَ فَيَسْتَجَابَ لَهُ؛ کافی/ ۶۲/۲)
- برخی که برداشت صحیحی از دین ندارند، وقتی متدین می‌شوند، منفی‌تر می‌شوند!/ سعی شیطان این است که انسان‌ها مثبت نباشند/ مثبت نبودن، یک بیماری در فرهنگ ماست/متأسفانه مثبت نبودن، فرهنگ ما شده است/ خیلی‌ها این‌گونه‌اند که به هر چیزی نگاه می‌کنند اول نکات منفی‌اش را می‌بینند!/ دین، آدم را به یک موجود مثبت تبدیل می‌کند/ مراقبت باشیم مثبت بودن را به عنوان اخلاق و عرفان لائیک و غیردینی ترویج ندهند.
- مثبت‌نگری با خوش‌بینی افراطی خیلی فرق می‌کند، بلکه مملو از واقع‌بینی هست. البته دایره مثبت‌نگری هم محدودیت دارد و مسلماً انسان نمی‌تواند به منفی‌ترین آدم‌های عالم، مثبت نگاه کند. مثلاً شما نمی‌توانید به دشمنی که می‌خواهد شما را قتل عام کند، مثبت نگاه کنید. اگر مثبت‌نگر باشید باید به آن مظلومینی که توسط ظالمین، نابود می‌شوند مثبت نگاه کنید و دل‌تان برای مظلومین بسوزد نه برای ظالمین
- انگیزه زندگی بهتر معطوف به گذشته است نه به آینده/ زندگی بهتر زندگی‌ای است که کسی دنبال موفقیت نباشد، بلکه معتقد باشد همین که خلق شده موفق شده و به همه چیز رسیده چون دیگر معدوم نمی‌شود. و حالا به دنبال تشکر و پاسخ به محبت خداست. اگر هم نگران باشد، نگرانی‌اش از این است که «چطور پاسخ محبت‌های خدا را بدهم؟!» دین می‌خواهد ما را به اینجا برساند./ حسن ظن به خدا؛ عملی که در روز قیامت هم اثر دارد/ بیایید خود را در مثبت بودن غرق کنیم.
- شکر برجسته‌ترین مصداق مثبت بودن/ «فال بد نزن» یکی از وجوه مثبت‌نگری در روایات / «توکل» نوعی مثبت‌نگری به خداست/ آدم‌های منفی، ترسو می‌شوند/ مثبت بودن حتی در اوج رنج مایه نشاط انسان می‌شود

۲. نظم و حساب‌شدگی

- دومین ویژگی برنامه دین برای زندگی بهتر «نظم و حساب‌شدگی» است/ دین آدم را «منظم، حساب‌گر و قاعده‌مند در رفتار و گفتار» بار می‌آورد/ در اینجا نظم، به معنای فراگیر کلمه مدنظر است/ نظم یعنی حساب‌شده نیت کردن و حساب‌شده رفتار کردن/ نظم و حساب‌شدگی، در تمام توصیه‌های دین ما وجود دارد(نه اینکه صرفاً با لغت «نظم» بیان شده باشد، بلکه روح نظم و حساب‌شدگی در توصیه‌های دین وجود دارد)/ بر اساس آیه قرآن، «تقوا در گفتار» یعنی حساب‌شده، درست و دقیق سخن بگویید/ اگر «حساب‌شده» باشیم دیگر جایی برای ابلیس باقی نمی‌ماند/ کسی که «حساب‌شده» نباشد، نمی‌تواند زندگی بهتر داشته باشد
- آموزش و پرورش اسلامی این نیست که اول به بچه‌ها نماز یاد دهد؛ اول باید پایه شخصیتی نماز را درست کند/ بهتر از اینکه در مدرسه به بچه‌ها دعای فرج را یاد دهید، این است که او را حساب‌شده بار بیابرد و یک موجود نظم‌یافته تحویل بدهید، در این صورت خودش دنبال امام زمان(ع) خواهد رفت تا حضرت بیاید و یک نظم عالی در همه عالم برقرار کند
- تاکید فراوان دین بر روی «ادب» برای ایجاد نظم و حساب‌شدگی است/ کسی که به خودش مشقت ادب را بدهد، همه اتفاقات خوب برایش می‌افتد/ مجموعه دستورات دینی آدم را به یک موجود منظم تبدیل می‌کند/ اثر وضعی بسیاری از احکام دقیق دین

مانند حج و خمس، حسابگر شدن انسان است/ بی‌دینی یعنی شلختگی و ولنگاری/ آدم شلخته، یا دیندار نیست، یا خوب دیندار نیست

• زندگی حساب‌شده به معنای زندگی سختگیرانه نیست/ اگر می‌خواهی حساب‌شده عمل کنی، به اطرافیان سخت‌گیر/ امام حسین(ع) زهدش را به همسرش تحمیل نمی‌کرد

• وقتی انسان مجبور باشد طبق دستور دین - هر روز خودش را محاسبه کند، آدم حساب‌شده‌ای بار می‌آید (لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يُحَاسِبْ نَفْسَهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ؛ کافی/ ۴۵۳/۲)

• دین نسبت به نیت‌های انسان هم حساسیت دارد/ آدم دین‌دار حتی نیت‌هایش را هم حساب‌شده کنترل می‌کند/ «مخلص باش» یعنی حساب «نیت» خودت را هم داشته باش/ شهید «غلامعلی رجبی» یک آدم حساب‌شده بود؛ صفت برجسته او «اخلاص» بود

۳. مقاومت، صبر و استقامت

• سومین ویژگی برنامه دین برای زندگی بهتر «مقاومت، صبر و استقامت» است. / صبر و مقاومت، برآیندی از تمام دستورات دین است و از ذات دنیا و حیات بشر، انفکاک‌ناپذیر است/ خدا دنیا را طوری طراحی کرده که انسان بدون مقاومت و صبر، به چیزی نمی‌رسد/ بدون صبر و مقاومت نمی‌شود به زندگی بهتر رسید/ امام صادق(ع) به زبان فارسی: «هر مال که از باد آید به دم شود» (مناقب ابن‌شهر آشوب/ ۲۱۸/۴) / عنصر صبر و مقاومت در هر چهار رکن تعریف زندگی بهتر که قبلاً گفتیم، حضور دارد

• بی‌صبری ابتدا در دورن انسان و به شکل «ناراحتی» اثر می‌کند/ بعضی‌ها بعد از ناراحت شدن می‌خواهند ناراحتی خود را کنترل کنند، اینها اگر بتوانند خودشان را کنترل کنند، باز هم در واقع نیمی از صبر را انجام نداده‌اند و نصف تحمل را نداشته‌اند، چون بعد از اینکه در درون‌شان، ناراحت شدند، تازه می‌خواهند تحمل کنند و ناراحتی‌شان را بروز ندهند.

• صبر زیبا این است که اصلاً ناراحت نشوی، نه اینکه ناراحتی خودت را کنترل کنی/ به جای فرار از رنج، مقاومت خود را افزایش دهیم/ غالباً دردِ دل کردن برای دیگران کار خوبی نیست، مقاومت انسان را کاهش می‌دهد و انسان را از زندگی بهتر دور می‌کند/ امام صادق(ع): هیچ چیزی مانند صبر ناراحتی‌ها را کم نمی‌کند/ علی(ع): شجاعت، صبر کردن در لحظه حساس است/ امیرالمؤمنین(ع): صبر بهترین کمک برای «زندگی بهتر» است (الصَّبْرُ أَعْوَنُ شَيْءٍ عَلَى الدَّهْرِ؛ غررالحکم/ ۱۲۴۸)

• «والعصر» سوره‌ای که در زمان پیامبر(ص) سرود جمعی مؤمنین بوده/ محور سوره «والعصر»، صبر است/ همان قدر که حق طلب هستید باید همان قدر هم صبر داشته باشید/ حق‌طلبان بی‌صبر هیچ‌گاه به حق نمی‌رسند و همه چیز را خراب می‌کنند/ صبر یک مقوله اجتماعی است و فقط صبر شخصی کفایت نمی‌کند (یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَ صَابِرُوا) (آل عمران/ ۲۰۰) / وقتی همه با هم صبر کنند، صبرشان زیاد می‌شود/ صبر مقوله‌ای است که نیاز به سفارش‌های بین مؤمنین دارد؛ باید همه همدیگر را کمک کنند و فقط مراقبت‌های شخصی کفایت نمی‌کند. (و تَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَ تَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ؛ والعصر/ ۳)

۴. ذکر؛ توجه قلبی و اتصال به خدا

• چهارمین ویژگی برنامه دین برای زندگی بهتر «ذکر» است که یک ویژگی آسمانی است/ ذکر یعنی اتصال به خدا و انرژی گرفتن از او/ انسان برای زندگی بهتر باید به منبع نور و انرژی متصل باشد/ ذکر یعنی توجه قلبی به خدا/ بدون ذکر، بهره‌ما از زندگی

خیلی کم می‌شود/ شارژ باطری وجود انسان، خود خداست / آدم از غذا کمتر انرژی می‌گیرد تا از ذکر/خدا ما را طوری نیافریده که بتوانیم بدون او زندگی کنیم

• انسان برای رسیدن به زندگی بهتر قدرت، نشاط و نور می‌خواهد. اصلاً چه کسی می‌خواهد زندگی کند؟ یک زنده‌دل یا یک مرده‌دل؟ این کسی که می‌خواهد زندگی کند، چقدر از «حیات» برخوردار است؟ چقدر به انرژی حیات متصل است؟/وقتی انسان به منبع نور و انرژی متصل نباشد، عقل و فکر و قلبش درست کار نمی‌کند و ناکارآمدیش برای «زنده بودن» قطعی است؛ چه رسد برای زندگی، و چه برسد برای زندگی بهتر!

• توجه ما به خدا موجب انرژی گرفتن ما از خداست/انسان بدون دین هم می‌فهمد که به ذکر خدا نیاز دارد/ در علم تجربی هم فهمیده‌اند که انسان به ارتباط با خدا نیاز دارد/ اولین اثر ذکر: به یاد خدا باش تا خدا به یادت باشد/ برای زندگی بهتر از ذکر خدا استفاده کن/ خودت را با ذکر خدا قوی کن تا بتوانی مشکلات را حل کنی/ ذکر خدا ما را از صدمات بیرونی و از ضعف درونی نجات می‌دهد

• در حکومت امام زمان (ع) استاد دانشگاهی که اهل ذکر نباشد در هیچ دانشگاهی تدریس نخواهد کرد چون کسی که عقل نداشته باشد با علم هم خرابکاری خواهد کرد/کسی که اهل ذکر نباشد، زندگی‌اش تلخ و تنگ می‌شود(وَ مَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا؛ طه/۱۲۴) // اگر از ذکر خدا روی گردان شویم، شیطان همنشین ما خواهد شد(وَ مَنْ يُعْشُ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقِيضَ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ؛ زخرف/۳۶)

• چرا باید طبق «دستور» خدا ذکر بگوییم؟/چرا ذکر خدا به صورت‌های دلی و دل‌بخوایی فایده زیادی ندارد؟/چون رابطه ما به خدا، رابطه عبد و مولاست/چون این ذکر، ذکر خداست؛ ذکر همسر یا همسایه یا افرادی مثل خودت نیست!/ذکر مولا توسط عبد باید در نهایت تواضع باشد، و قدم اول تواضع و ادب این است که ذکر طبق دستور باشد/ باید به ذکر خدا بود؛ نه به ذکر خودخواهانه! خودخواه‌ها به خدا راه ندارند، چون خدای خیالی را می‌پرستند، نه خدای مولا را.

• خلاصه چهار ویژگی فوق: برای زندگی بهتر، باید «مثبت»، «منظم»، «مقاوم» و «متصل به خدا» باشی/ برآیند همه اعتقادات و دستورات دین که انسان انجام می‌دهد، باید این ویژگی‌های کلیدی باشد/خیلی‌ها دستورات دین را اجرا می‌کنند اما مثبت، منظم، مقاوم و متصل نیستند!

• هر جا که زندگی مان نقص دارد-باید بدانیم که- از دین کم گذاشته‌ایم. دین ما را ماهر بار می‌آورد، دین ما را مدیر بار می‌آورد، دین ما را حساب‌شده بار می‌آورد. دین استعدادهای ما را شکوفا می‌کند. دین به ما می‌گوید: زندگی اجتماعی را یاد بگیر، و اگر کسی بهتر از تو یک کاری را بلد بود، بگذار او انجام دهد.

۵. مبارزه با هوای نفس

• پنجمین ویژگی برجسته برنامه دین «مبارزه با هوای نفس» است که نخ تسبیح ویژگی‌های قبلی است(هوای نفس یعنی علاقه‌های بد یا کم‌ارزشی که آدم را ساقط می‌کند)/خدا در متن ذکر هم مخالفت با هوای نفس می‌خواهد/در متن سایر ویژگی‌های نیز مخالفت با هوای نفس لازم است/اگر این ویژگی «مبارزه با هوای نفس» در انسان نباشد، سایر ویژگی‌های قبلی نیز بی‌فایده خواهند شد/ امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: «نِظَامُ الدِّينِ مُخَالَفَةُ الْهَوَى»(غررالحکم/۹۹۸۱) یعنی نخ تسبیح دین، مخالفت با هوای نفس است.

- کسی که بنای مخالفت با میلش را نداشته باشد به زندگی بهتر نمی‌رسد/ علی(ع): اگر با هوای نفست مخالفت کنی، زندگی‌ات خوش و خرم می‌شود(فَاتِرُكُوَا الْهَوَىٰ لِيَطِيبَ عَيْشُكُمْ؛ جامع‌الاخبار/۱۲۴) // هوای نفس مثل کیسه بوکس است؛ باید به آن ضربه بزنی تا قوی شوی و بتوانی بهتر زندگی کنی/ آنهایی که می‌خواهند خوب باشند و مخالفت با هوای نفس نکنند، در واقع می‌خواهند زرنگ‌بازی کنند ولی به زندگی بهتر نمی‌رسند/ مشکل بعضی‌ها این است که نمی‌توانند به خودشان بگویند: «نه»!
- آموزش و پرورش ما باید بر همین مبنا متحول شود؛ باید به بچه‌ها بگوید «خوب بودن فایده ندارد، مهم این است که چه کسی با هوای نفسش مخالفت می‌کند؟ چه کسی این کار سخت را انجام می‌دهد؟»/ در علم روانشناسی همین مطلب را با تعبیر «هوش هیجانی» بیان می‌کنند و می‌گویند: کسی موفق است که بتواند خودداری کند، نه کسی که استعداد بیشتری دارد

