کلیات بحث:

1- فلسفۀ خلقت انسان این است که انسان برای رشد یافتن به وسیلۀ رنج و سختی آفریده شده است. •خداوند صراحتاً می‌فرماید: «ما انسان را در رنج و سختی آفریده‌ایم؛ لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ فِی کَبَدٍ»(سوره بلد/4) ساختار وجودی انسان به گونه‌ای است که باید زجر بکشد. چون انسان چندین نوع تمایل دارد که اینها با هم در تعارض هستند و لذا انسان نمی‌تواند به همۀ خواسته‌هایش برسد.

2- درک واقعیت دنیا= همراهی زندگی دنیا با رنج و سختی.

برنامۀ مبارزه با هوای نفس و مدیریت کردن رنج‌ها و سختی‌ها، "تنها مسیر زندگی انسان" است. و مربوط به «تمام» مسیر زندگی، یعنی از ابتدا تا انتهای عمر انسان است.

* یکی از اهداف ما در این سلسله از جلسات این خواهد بود که برای دانه‌های تسبیح فضائل، توصیه‌ها و معارف دینی، یک نخ پیدا کنیم. نخی که اگر نباشد، دانه‌های تسبیح پراکنده می‌شوند مانند اتفاقی که در مورد کامپیوتر می‌افتد که گاهی اوقات لازم است فایل‌های اضافی پاک شوند و طبقه‌بندی درستی از اطلاعات موجود صورت بگیرد. اگر نتوانیم اطلاعات کامپیوتر را نظم داده و فهرست‌بندی کنیم، طبیعتاً نمی‌توان درست از آنها استفاده نمود. در ذهن انسان نیز همین اتفاق می‌افتد. ما توصیه‌ها و معارف دینی بسیاری را می‌دانیم ولی می‌بایست آن‌ها را سامان دهیم
* آثاربی نظمی در معارف دینی وفوائدنظم در معارف دینی.

1. یکی از دلایل بی‌دینی کردن برخی از افراد همین آشفتگی‌ای است که در معارف احساس می‌کنند.
2. نظم دادن به دانایی‌های دینی شوق ما را به حرکت بیشتر می‌کند
3. قدرت مراقبت می‌دهد
4. مراقبت را ثمربخش می‌کند
5. برای ارزیابی خودمان به این نظم نیاز داری(یکی از نتایج این تشتت و پراکندگی معارف این است که بعضی‌ها آدم خوبی هستند ولی خودشان را آدم خوبی نمی‌دانند و بعضی‌ها هم آدم‌های بدی هستند ولی خودشان را آدم‌های خوبی می‌دانند؛ چون معارفی که دارند، نظام ندارد. یعنی برای ارزیابی از خود هم نیاز به چنین نظامی داریم.)
6. **.** شناختن این نظام برای مناجات با خدا هم ضروری است/از چه کمبودی توبه کنیم؟(انسان هنگام مناجات و استغفار باید بداند که از چه کاستی و کمبودی باید توبه کند. انسان باید درد خود را بشناسد تا بتواند به دنبال مداوای آن باشد).

* **جهاد با نفس، نخ تسبیح تمام فضایل است / خط عملیاتی ما، مبارزه با نفس است**
* نخ تسبیح فضائل ، «جهاد با نفس» است. این همان راهبرد اصلی در تربیت دینی است که چیستی و چگونگی آن را باید توضیح دهیم.میزان ارزش هر کس به میزان اهتمام او در جهاد با نفس است، میزان آلودگی هر کس مربوط به اشتباهاتی است که در مبارزه با نفس دارد،اگر کسی در جهاد با نفس ناموفق باشد، در بدی‌هایی مانند حسادت، تکبّر، حرص و...، خود را نشان می‌دهد. و اگر کسی در جهاد با نفس موفق باشد، مقداری از این موفقیت در نماز اول وقت، مقداری در مهربانی با دیگران، و مقداری در سایر خوبی‌ها تجلی می‌کند.

**انتخاب انسان وقتی ارزشمند است که علیه آنچه دوست دارد، انتخاب کند و الّا تفاوتی با انتخاب حیوان نخواهد داشت**

* می‌توان گفت آزادی انتخاب و اختیار انسان، در صورتی که تمایلات انسان مطرح نباشد، مضحک و بی‌معنا است. این تمایلات و گرایش‌های انسان است که نسبت او را با چیزی که می‌خواهد انتخاب کند، تعیین می‌کند. و انتخاب انسان وقتی ارزشمند است که علیه آن چیزی که دوست دارد، انتخاب کرده باشد. و الّا انتخاب او، تفاوتی با حیوانات را رقم نخواهد زد.

**انسان موجودی است که برای مبارزه با امیال خودش آفریده شده/ «مبارزه با دوست‌داشتنی‌ها» مبنای تعریف انسان**

* **انسان، موجودی است که برای مبارزه با امیال خودش آفریده شده است و الّا اختیار، آزادی و آگاهی انسان، بی‌فایده خواهند بود. هویت و ذات و مبنای تعریف انسان این است که با دوست داشتنی‌هایش مبارزه کند.**

**آگاهی و اختیار انسان وقتی معنادار می‌شود که به هر دو طرفِ یک انتخاب تمایل داشته باشد**

* اگر انسان به هیچکدام از انتخاب‌های ممکن، تمایل نداشته باشد، اختیار و آزادی او بی‌معنا خواهد بود. اگر انسان به یکی از انتخاب‌های ممکن، علاقه داشته باشد و به طرف مقابل آن اصلاً علاقه نداشته باشد، باز هم اختیار بی‌معنا است. آگاهی و اختیار انسان وقتی معنادار می‌شود که شما به هر دو طرفِ یک انتخاب تمایل داشته باشید، در چنین انتخابی است که شرافت انسانی معنا پیدا می‌کند. در واقع انسان معمولاً از بین چند تمایلِ خودش، یکی را انتخاب می‌کند.
* سؤال دیگر این است که این چند تمایل انسان نسبت به یکدیگر چگونه باشند تا اختیار معنی پیدا کند؟ اگر دو یا چند تمایل دارای میل یکسان از طرف ما باشند و کشش یک طرف بیشتر نباشد، باز هم انتخاب معنا نخواهد داشت و انسان حیوان می‌ماند. و اگر میل به یک انتخاب، بیشتر باشد، طبیعی است که همیشه آن را انتخاب می‌کنیم و باز هم اختیار بی‌معنا خواهد بود.

**طراحی خدا برای معنادار شدن اختیار انسان: «علایق ارزشمند ولی پنهان» در مقابل «علایق کم‌ارزش ولی آشکار»**

* خداوند سیستم جالبی را برای معنادار شدن اختیار و انتخاب انسان طراحی کرده است؛ به این صورت که **خداوند دو نوع علاقه در وجود انسان قرار داده است که یکی؛ سنگین‌تر، ارزشمندتر، عمیق‌تر ولی پنهان‌تر است و علاقۀ دیگر، سطحی‌تر، کم‌ارزش‌تر، سبک‌تر و باشیرینی کمتر، اما آشکارتر است. و اختیار در این جا معنی پیدا می‌کند که شما از تمایل آشکار و سطحی خودت عبور می‌کنی و به تمایل عمیق و ارزشمندتر مراجعه می‌کنی. از اینجا به بعد است که انسان، معنی پیدا می‌کند و هویت انسانی، تجلی پیدا می‌کند و اصلاً فلسفه وجودی انسان، همین است.**

**انسان باید از تمایلات کمتر ولی ملموس‌تر عبور کند تا به تمایلات عمیق‌تر برسد/تمایلات کمتر و سطحی‌تر را «هوای نفس» می‌نامند**

* اختیار انسان فقط اینجا معنا پیدا می‌کند که انسان از یک تمایل کمتر ولی تجربه شده، ملموس‌تر و سطحی‌تر عبور کند و به یک علاقۀ عمیق‌تر برسد. این علاقه‌های کمتر و سطحی‌تر را «هوای نفس» می‌نامند.
* حضرت امام (ره) در ارتباط با عبور کردن از علائق سطحی به علائق عمیق، می‌فرمایند: «همه چیز از خود ما هست و به ما برمى‏گردد، عکس العمل ماست. باید توجه داشته باشند، همه توجه داشته باشیم به اینکه آفت انسان، هواى نفس انسان است و این در همه هست، سرچشمه مى‏گیرد از آن فطرت توحید. فطرت، فطرتِ توحید است، فطرتِ کمال طلبى است. کمال مطلق را انسان مى‏طلبد، خودش نمى‏فهمد، خیال مى‏کند که مقام مى‏خواهد، لکن وقتى بهش رسید، مى‏بیند این هم نیست. همه عالم را اگر چنانچه جمع کنند و به دست انسان بدهند، قانع نیست. مى‏بینید که قدرتمندهایى که قدرتشان زیاد است، بیشتر دنبال قدرت هستند، بیشتر دنبال توسعه قدرت خودشان هستند. آنها هم اگر فضا را بگیرند و دریا را بگیرند و زمین را بگیرند و آسمان را بگیرند، قانع نیستند. اگر انسان جلوى خودش را نگیرد، این سرکشى‏اى که حدّ و حدود ندارد، انسان را به باد فنا مى‏دهد. باید سرکشى را جلویش را گرفت، و این نَفْس را مهار کرد. ... از هواهاى نفسانى که سرچشمه همه فسادها هست، جلو بگیرند.»(صحیفۀ امام/ج19/ص376)

**انسان آفریده شده است تا از علایق سطحی خود عبور کند**

* انسان آفریده شده است تا از علایق سطحی خود، رد شود. این علاقه سطحی را باید دور بریزیم. پشت این علایق سطحی، چیز دیگری پنهان شده است که باید آن را پیدا کرد. مثلا خواستۀ سطحی تو، خانه‌دار شدن است ولی خواسته عمیق پشت آن، خداخواهی است. آن علایق پنهان را باید کشف کرد. انسان شدن انسان به مبارزه با همین خواسته‌های سطحی وابسته است، البته این مبارزه باید با یک برنامۀ صحیح انجام شود و اگر کسی برای مبارزه با هوای نفس، به دنبال برنامه باشد آن برنامه را اسلام ارائه کرده است.

**اگر از علاقه‌های آشکار به علاقه‌های پنهان عبور کنیم «جهاد اکبر» شکل گرفته است**

* اختیار وقتی معنی دارد که بین دو چیزی انتخاب کرده‌ای که یکی از آنها ارزشمندتر ولی پنهان‌تر است؛ و دیگری بی‌ارزش‌تر ولی پیداتر و آشکارتر است. اگر از این علاقۀ آشکار به آن علاقه پنهان عبور کنی؛ جهاد اکبر شکل گرفته است و مبارزه با نفس پدید می‌آید که نخ تسبیح فضائل و خوبی‌های انسان است. **امیرالمؤمنین علی (ع) می‌فرماید: «مخالفت با هوای نفس نظام دین را شکل می‌دهد؛ نِظَامُ‏ الدِّینِ‏ مُخَالَفَةُ الْهَوَى»**(؛ غررالحکم/حدیث32)‏ و در جای دیگر می‌فرمایند: «رأس دین مخالفت با هوای نفس است؛ رَأْسُ الدِّینِ مُخَالَفَةُ الْهَوَى‏؛ غررالحکم/حدیث35)
* پیامبر گرامی اسلام(ص) می‌فرمایند: بر یکی از درب‌های دوزخ الهی نوشته شده است: «از هوای نفس پیروی نکن، هوای نفس ایمان را از بین می برد؛ وَ عَلَى الْبَابِ الْخَامِسِ مَکْتُوب: لَا تَتَّبِعِ‏ الْهَوَى‏ فَالْهَوَى‏ مُجَانِبُ الْإِیمَان»(الروضه فی فضائل امیرالمؤمنین(ع)/ص177)

**مبارزه با نفس سخت است/مؤمن به خاطر مبارزه با نفس روزی هفتاد بار می‌میرد**

* البته مبارزه با هوای نفس سخت است. در حدیث قدسی چنین آمده است که: مردم یک‌بار می‌میرند ولی مؤمن به خاطر مبارزه با نفس و مخالفت با
* هوای نفسش روزی هفتاد بار می‌میرد؛ یَمُوتُ النَّاسُ مَرَّةً وَ یَمُوتُ‏ أَحَدُهُمْ‏ فِی‏ کُلِ‏ یَوْمٍ‏ سَبْعِینَ مَرَّةً مِنْ مُجَاهَدَةِ أَنْفُسِهِمْ وَ مُخَالَفَةِ هَوَاهُم (میزان الحکمه/روایت 2916)‏

3

**انسان تنها موجودی است که توان ایجاد ارزش افزوده(تکامل) دارد/ با تولید ارزش افزوده، نوع حیاتمان را در آخرت تعیین می‌کنیم**

* ما برای این آفریده شده‌ایم که در خودمان تغییر و تفاوت ایجاد کنیم و از آن در جهت تولید ارزش افزوده کمک بگیریم. انسان تنها موجودی است که برای ایجاد ارزش افزوده توانمند شده است. مثلاً در حیات مادی خودش از گیاهان خشک و بلااستفاده، برخی صنایع دستی مانند سبد را درست می‌کند، که نوعی تولید ارزش افزوده است.
* اما تولید ارزش افزوده در بررسی هدف نهایی و آخرت انسان، چه جایگاهی دارد؟ ما با خلق ارزش افزوده، نوع حیات خودمان را در آخرت تعیین می‌کنیم. **ما در تعیین چگونگی دنیای خود تأثیر زیادی نداریم و بسیاری از امور دنیوی ما از قبل تقدیر شده است، ولی در انتخاب نوع حیات اخروی خود و کیفیت آن، اختیار و آزادی داریم و با تولید ارزش افزوده است که نوع این حیات اخروی را تعیین می‌کنیم**.
* یکی از دلایل هولناک بودن روز قیامت این است که انسان می‌فهمد چه مقدار در تعیین جزئیات حیات آخرتش نقش مستقیم و مؤثر داشته است. قرار است ما با تولید ارزش افزوده در این دنیا، بر میلیاردها میلیارد سال که انتهایی ندارد و ابدی است، تأثیر مستقیم بگذاریم.

**ما بیشتر دنبال حل مشکلات زندگی دنیوی خود هستیم، در حالی که «اختیار» ما برای انتخاب چگونگی حیات آخرتی ماست**

* . **ما به اشتباه مدام دنبال حل مشکلات زندگی دنیوی خود هستیم، در حالی که اختیار ما برای انتخاب چگونگی حیاتمان در آخرت است و بسیاری از مشکلات دنیایی ما اصلاً حل نمی‌شود.**
* حیات واقعی و اصیل، در آخرت است چرا که حیات در این دنیا همراه با ممات است، نیمی از آن را در خواب می‌گذرانیم، گاهی حال انجام کارها را داریم و گاهی بی‌حوصله‌ایم؛ ولی در حیات اخروی همیشه سرحال هستیم و انرژی داریم. فلسفه حیات و خلقت انسان، تولید ارزش افزوده برای حیات اخروی است و البته پاداش و اجر گرفتن یکی از نتایج این تولید ارزش افزوده است. تولید ارزش افزوده به قدری مهم است که اگر چه ممکن است عده‌ای در این دنیا از آزادی و اختیار خود سوء استفاده کنند و دست به فساد و خرابی بزنند ولی بازهم به احترام آن ارزش افزوده، خلقت انسان این‌طور صورت گرفته است.
* اگر معاد و زندگی آخرت را در نظر نداشته باشیم، همه چیز بی‌معنی خواهد بود. معاد، اصل حیات است
* **چگونه می‌توان ارزش افزوده تولید کرد؟/ افزایش علم و آگاهی، ارزش افزوده تولید نمی‌کند**
* با توجه به نقش تولید ارزش افزوده در تعیین نوع زندگی اٌخروی ما، این سؤال مطرح می‌شود که چگونه می‌توان ارزش افزوده تولید کرد؟ آیا علم ارزش افزوده تولید می‌کند؟ خیر. اگر کسی بر آگاهی‌های خودش بیافزاید، آیا ارزش افزوده تولید کرده است؟ خیر. افزایش معلومات و آگاهی‌ها، ارزش افزوده تولید نمی‌کند، بلکه علم و آگاهی فقط می‌تواند به خلق ارزش افزوده «کمک» کند.
* **قرآن در مورد کسانی که علم دارند ولی ارزش افزوده تولید نمی‌کنند، می‌فرماید: «مَثَلُ الَّذینَ حُمِّلُوا التَّوْراةَ ثُمَّ لَمْ یَحْمِلُوها کَمَثَلِ الْحِمارِ یَحْمِلُ أَسْفاراً»(سوره جمعه/آیه5).** پس افزایش علم و آگاهی، ارزش افزوده تولید نمی‌کند.

**عملِ تنها هم ارزش افزوده ایجاد نمی‌کند**

* عمل صرف هم ارزش افزوده ایجاد نمی‌کند. مثلاً برخی از موجودات هستند که عمل مداوم دارند و خستگی ناپذیرند مانند مورچه‌ها، و با اینکه سخت‌کوشی آنها بسیار بیشتر از انسان است، اما ارزش افزوده‌ای تولید نمی‌شود. پس اصالتاً ارزش افزوده نه با علم و نه با عمل تولید می‌شود.

**ارزش افزوده وقتی تولید می‌شود که انسان بر خلاف میل و دوست‌داشتنی‌هایش عمل کند/ارزش افزوده در مبارزه با نفس ایجاد می‌شود**

* چیزی که ارزش افزوده تولید می‌کند و علم و عمل را هم به کار می‌گیرد، نوع مواجهه انسان با دوست‌داشتنی‌ها و تغییر در دوست‌داشتنی‌ها است. وقتی ارزش افزوده تولید می‌شود که بر خلاف میل و دوست داشتنی‌ها عمل شده باشد. **وقتی با مقاومت در مقابل گرایش‌های سطحی، از آنها عبور می‌کنی و به گرایش‌های اصیل و عمیق توجه ‌می‌کنی، ارزش افزوده تولید می‌شود و این مقاومت در مقابل گرایش‌های سطحی چیزی نیست جز مبارزه با نفس.**
* اصلاً انسان برای مبارزه با نفس و ایجاد ارزش افزوده و مقاومت و ایستادن در مقابل برخی از تمایلات خود انسان شده است.

**«کنار گذاشتن برخی از دوست داشتنی‌ها» موضوع اصلی زندگی است که هر روز و هر لحظه با آن درگیر هستیم/ «نه» گفتن به دوست داشتنی‌ها باعث درک هویت انسانی است**

* موضوع اصلی زندگی این است که برخی از دوست داشتنی‌هایت را کنار بگذاری. **کنار گذاشتن برخی از دوست داشتنی‌ها، یک مسأله نیست که یک‌بار آن را حل کنی و تمام شود؛ بلکه موضوع اصلی زندگی است که هر روز و هر لحظه با آن درگیر هستیم. مبارزه با نفس را باید در جای جای زندگی و لحظه به لحظه آن دید و تشخیص داد. «نه» گفتن به دوست داشتنی‌ها باعث درک هویت انسانی است.**
* گاهی نه گفتن به نفس اینطور است که چیزی را دوست داری و به تو نمی‌دهند که باید صبر کنی و رضایت داشته باشی. گاهی هم اینطور است که چیزی را دوست داری، آن را به تو داده‌اند ولی نباید به آن دست بزنی که در اینجا باید اطاعت کنی. گاهی **«تکلیف» تو به دست نزدن به یک دوست داشتنی تعلق گرفته است که باید اطاعت کنی و گاهی «تقدیر» تو، به نداشتن یک دوست داشتنی تعلق گرفته است که باید رضایت داشته باشی. این اطاعت و رضایت؛ همان مبارزه با نفس را شکل می‌دهد که موضوع اصلی زندگی بشر است.**

**ما برای یک مبارزۀ دائمی با دوست‌داشتنی‌ها خلق شده‌ایم/این مبارزه نیاز به برنامه‌ای دارد که دین آن را ارائه کرده**

* ما برای نبردی مداوم با دوست داشتنی‌ها آفریده شده‌ایم و این مبارزه نیاز به برنامه‌ای دارد که دین آن را ارائه کرده است. اهمیت مبارزه با نفس را در برخی روایات به وضوح می‌توان دید؛ حضرت علی علی(ع) فرمودند: «رشد نفس در مخالفت با اوست؛ فِی‏ خِلَافِ‏ النَّفْسِ‏ رُشْدُهَا»(تحف العقول/ص91) و در روایت دیگری می‌فرماید: «رشد انسان در مخالفت با شهوت است؛ الرُّشْدُ فِی‏ خِلَافِ‏ الشَّهْوَة»(تحف العقول /214)
* همچنین از امام جواد(ع) نقل شده است که میفرماید: «بنده، هرگز حقیقتِ ایمان را به کمال نمى‌رساند، مگر آنکه دینش را بر هوس خود ترجیح دهد، و هرگز به هلاکت نمى‌افتد، مگر زمانى که هوس خود را بر دینش ترجیح دهد؛ لَن یَسْتَکمِلَ العبدُ حقیقةَ الإیمانِ حتّى یُؤْثِرَ دِینَهُ على شَهْوَتِهِ، و لَن یَهْلِکَ حتّى یُؤْثِرَ شَهْوَتَهُ على دِینهِ» (کشف الغمه/ج2/ص348).

**تنها عاملی که ما را در مبارزه با دوست‌داشتنی‌ها کمک می‌کند، خوف است**

* خداوند متعال می‌فرماید: «و اما کسى که از موقعیت پروردگارش ترسیده و از هواى نفس جلوگیرى کرده است، جایگاهش بهشت است؛ وَ أَمَّا مَنْ خافَ مَقامَ رَبِّهِ وَ نَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوى‏ \* فَإِنَّ الجَْنَّةَ هِىَ الْمَأْوَی»(نازعات/40 و41)
* متأسفانه خیلی‌ها اهمیت و ضرورت ترس از خدا را نمی‌دانند و یا از کنار آیات مربوط به ترس از خدا و عذاب جهنم، به راحتی عبور می‌کنند؛ در حالی که موضوع اصلی زندگی ما مخالفت با دوست داشتنی‌ها است و تنها عاملی که ما را در مبارزه با دوست‌داشتنی‌ها کمک می‌کند، خوف است. ترس از جهنم و ترس از مقام ربوبی بیشترین کمک را برای مبارزه با نفس به انسان می‌رساند. در روایتی امام صادق(ع) می‌فرمایند: «هیچ چیزی غیر از خوف مؤمن را اصلاح نمی‌کند؛ الْمُؤْمِنُ لَا یُصْلِحُهُ إِلَّا الْخَوْف‏»(کافی/ج2/ص71).

4

**عموماً نگاه مردم به «خوب بودن، هدف خلقت و مسیر بندگی» نگاه درستی نیست**

* موضوع مورد توجه این جلسه، نه از جنس موعظه و تذکر است و نه اطلاع‌رسانی محسوب می‌شود بلکه از جنس تغییر نگرش و اصلاح فضای ذهنی است. تغییر نگرش و اصلاح فضای ذهنی، البته کار ساده‌ای نیست و غیر از اطلاع‌رسانی و موعظه است. یکی از آسیب‌هایی که جامعۀ خوب و در حال رشد ما امروزه با آن مواجه است، این است که نگاه اکثر مردم به زندگی و فلسفه زندگی درست نیست. نگاهشان به خوب بودن و هدفِ متعالی حیات انسان، درست نیست. نگاه عمومی نسبت به مسأله تربیت، مسیر عبودیت و سیر و سلوک الی‌الله، نگاه درستی نیست. لااقل می‌توان گفت بسیاری از نگاه‌ها در این موارد، دقیق نیستند.

**بسیاری از اطلاعات پراکندۀ ما از معارف دین، درست است ولی در ترکیب نهایی، برداشت درستی از آن‌ها نداریم**

* وقتی شما در تاریکی مطلق به اجزاء مختلف بدن یک فیل دست می‌کشید، طبیعتاً با یک نگاه جزء‌نگرانه حدس‌هایی در مورد آنچه لمس کرده‌اید، می‌زنید. وقتی به شکم فیل دست می‌زنید، آن را سقفی محکم می‌پندارید. وقتی پاهای آن را لمس می‌کنید، فکر می‌کنید به ستون‌هایی محکم دست زده‌اید. وقتی به پشت فیل دست می‌زنید، تصور می‌کنید دیواری بلند است. اگر فضا روشن شود و شما هم از کمی دورتر فیل را ببینید، نگاه شما تغییر خواهد کرد و نگاهی درست از تمام فیل پیدا می‌کنید؛ نگاهی که دیگر جزئی نیست و در تاریکی هم نبوده است.
* بسیاری از اطلاعات پراکنده ما از معارف دینی، صحیح است، ولی در ترکیب نهایی برداشت درستی از آن‌ها نداریم. مثلاً نمی‌دانیم ارتباط میان این‌همه آیات و روایات، با یکدیگر چگونه است؟ از کجا و از کدام دستور باید شروع کرد؟ **آیا می‌توان عموم معارف دینی را در یک نخ اصلی مانند تسبیح قرار داد و سرنوشت همه را تعیین کرد؟ چگونه می‌توان نگاه درستی به مجموعه معارف دینی و پیوند بین آن‌ها، پیدا کرد؟ مهمترین فایده چنین تغییر نگاهی این است که تکلیف خودمان را تشخیص می‌دهیم.**

**ما در زندگی یک تکلیف بیشتر نداریم و فقط باید مراقب یک چیز باشیم نه صدها چیز**

* **کسی که نگاه درستی به مجموعه معارف دینی پیدا می‌کند، تکلیف خودش را تشخیص می‌دهد و می‌فهمد که ما در زندگی یک تکلیف بیشتر نداریم و فقط باید یک چیز را مراقبت کنیم، نه اینکه مراقب صدها بدی و صدها خوبی باشیم**. باید دید آن یک تکلیفی که در همه دستورات خوب هست، کدام است؟
* خداوند در قرآن کریم یکی از کارهای پیامبر(ص) را آموزش حکمت به بندگان خدا ذکر کرده و می‌فرماید: «وَ یُعَلِّمُهُمُ الْکِتابَ وَ الْحِکْمَةَ»(سوره آل عمران/164). در مورد کتاب و حکمت شاید بت کتاب(قرآن) از بیرون می‌آید و از طریق وحی می‌رسد، ولی حکمت یک جوشش درونی است. اگر کسی حکیم شود، درک درستی از کل دین پیدا کرده است و چنانچه روایتی را هم نشنیده باشد؛ وقتی آن روایت را می‌شنود، تصدیق و تأییدش می‌کند که باید همین‌طور باشد که روایت می‌گوید و من هم چنین نگاهی داشته‌ام. حکیم کل این حقیقت را شهود کرده است. اگر کسی دین را این‌گونه دیده باشد، می‌تواند تصویر درستی از دین پیدا کند و آن را به دیگران هم منتقل کند.

**مبارزه با هوای نفس، محور اصلی همۀ تکالیف و دستورات دین است/دین، برنامه مبارزه با هوای نفس است**

* انسان طوری آفریده شده است که می‌تواند خودش را تغییر و تکامل دهد و ارزش افزوده تولید کند. بهتر شدن و ایجاد ارزش افزوده به این نیست که یک آگاهی جدید پیدا کنیم، یا عمل بیشتری انجام دهیم. **خوب شدن یا بهتر شدن به این است که به چیزهایی علاقه داشته باشیم و در نبرد بین این علاقه‌ها، از یک علاقه سطحی بگذریم و به علاقه‌ای عمیق‌تر برسیم.** **خوبی را در جریان یک تغییر باید به دست آورد.**
* **انسان به این دنیا آمده است تا چیزهایی را دوست باشد ولی به برخی از آن‌ها دست نزند** و برخی از چیزهایی را که دوست دارد، نداشته باشد. **در این مسیر، «علم» خدمتگذار این مبارزه است و «عمل» انسان هم وقتی ارزش دارد که در نتیجه این مبارزه باشد و دین هم برنامه مبارزه با هوای نفس است؛ یعنی برنامه مبارزه با برخی از علاقه‌هاست. مبارزه با هوای نفس، محور اصلی تعریف هویت انسان و فلسفه خلقت انسان است و سایر نگاه‌ها به فلسفه حیات و زندگی انسان را باید اصلاح کرد. در واقع مبارزه با هوای نفس محور همۀ تکالیف و دستورات دین است.**

**باید فرزندان خود را طوری تربیت کنیم که پذیرای دردها و رنج‌ها باشند/ هر چهل روز، یک رنج و بلایی به مؤمن می‌رسد**

* خداوند صراحتاً می‌فرماید: «ما انسان را در رنج و سختی آفریده‌ایم؛ لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ فِی کَبَدٍ»(سوره بلد/4) معنای رنج چیست؟ رنج یعنی اتفاقی که مطابق دوست داشتنی‌های انسان نیست. لذا این آیه می‌خواهد به ما بگوید در این دنیا اتفاق‌هایی می‌افتد که مطابق میل شما نیست. این نگاه در تربیت فرزند هم نقش دارد.
* اگر کسی چنین نگاهی به حیات داشته باشد وقتی فرزندش را تربیت می‌کند، در واقع او را پذیرای رنج می‌کند و برای مرد شدن در عرصۀ دردها و رنج‌ها آماده‌اش می‌کند. در احادیث هم ذکر شده است که هر چهل روز یک‌بار بلایی به مؤمن می‌رسد. امام صادق(ع) می‌فرماید: چهل شب بر مؤمن نمى‏گذرد، جز آنکه برایش مشکلى پیش می‌آید که او را محزون می‌کند و متذکرش می‌سازد. (الْمُؤْمِنُ لَا یَمْضِی عَلَیْهِ أَرْبَعُونَ لَیْلَةً إِلَّا عَرَضَ لَهُ أَمْرٌ یَحْزُنُهُ وَ یَذَّکَّرُ بِه‏؛ کافی/2/254)
* حضرت در جای دیگری می‌فرماید: هیچ مؤمنی نیست مگر اینکه هر چهل روز که می‌گذرد، بلائی به او می‌رسد که این بلا یا به مال، یا به فرزندش یا به خودش می‌رسد و خدا در ازای تحمل آن بلا، به او اجر می‌دهد، و یا اینکه (اگر بلایی به او نرسد) غم و غصه‏اى که نمى‏داند از کجاست‏ نصیبش می‌شود. (مَا مِنْ‏ مُؤْمِنٍ‏ إِلَّا وَ هُوَ یُذْکَرُ فِی کُلِّ أَرْبَعِینَ یوم یَوْماً یُصِیبُهُ بِبَلَاءٍ إِمَّا فِی مَالِهِ أَوْ فِی وَلَدِهِ أَوْ فِی نَفْسِهِ فَیُؤْجَرُ عَلَیْهِ أَوْ هَمٍّ لَا یَدْرِی مِنْ أَیْنَ هُوَ؛ جامع الاخبار/ص114) **لذا این نگاه که تمام تلاش ما را برای بر طرف کردن درد و رنج معطوف ساخته است، نگاه اشتباهی است**.

**انتخاب نوع رنج؛ تنها راه پیش پای انسان/ رنج‌های خوب عامل شکوفایی ما می‌شود**

* در مقابل رنج‌هایی که در دنیا وجود دارد، فقط یک کار می‌توانیم انجام دهیم و آن هم اینکه نوع رنج را خودمان انتخاب کنیم و با این انتخاب، رنج را بپذیریم و از آن استقبال کنیم. از رنج نمی‌توان فرار کرد، پس چه خوب است که خودمان به استقبال رنج و سختی‌ها برویم و با انجام تکالیف و طاعت‌ها این سختی را به جان بخریم. اگر خوب رنج ببریم و رنج‌های خوب را انتخاب کنیم، عامل شکوفایی ما می‌شود.
* ما از حکومت خدا نمی‌توانیم فرار کنیم و یکی از وجوه حکومت خدا، سنت‌های خداست و یکی از سنت‌های خدا، همین رنج است. ما در رنج خواهیم بود و در آن باقی می‌مانیم ولی می‌توانیم تلاش کنیم تا بهترین رنج‌ها را ببریم.
* به عنوان مثالی از رنج بد، اگر شما حسادت کنی در واقع رنج حسادت را پذیرفته‌ای، که این رنج انسان را مریض می‌کند. یا اگر انسان حسرت آنچه را که از دست داده بخورد، رنجی را انتخاب کرده که منشأش چیزی شبیه کفر است.
* چند رنج خوب را هم می‌توان معرفی کرد: شما محبت کرده‌ای و قدر تو را ندانسته‌اند و از این قدرنشناسی رنج می‌کشی. یا کار خوبی انجام داده‌ای، ولی افتخار آن به نام دیگران ثبت شده است.
* انسان می‌تواند انتخاب کند که از حسادت کردن رنج ببرد یا از اینکه دیگران کار خوب شما را به نام خودشان ثبت کرده‌اند، رنج ببرد. کدام رنج را انتخاب می‌کنید؟ رنج دوم بهتر است، چون امکان اگر کسی آدم باشد و اهل انسانیت باشد، امکان ندارد حقش را نخورند. اگر کسی اینقدر مراقب باشد که هیچ‌وقت کسی حقش را نخورد و همیشه انرژی خودش را برای دفاع از خود و تأمین منافع خودش صرف کند، او اصلاً آدم نیست. به محض اینکه آدم خوبی بشوی، کسانی سر راهت قرار می‌گیرند که حق تو را می‌خورند. حتی آن زمانی که امام زمان(عج) در اوج اقتدار خواهند بود و غربت ائمۀ دیگر را ندارند، از شدت اذیتی که می‌شوند، جگرشان خون می‌شود؛ آدم خوب هیچ‌گاه از رنج مظلومیت فارغ نمی‌شود.
* کدام رنج بهتر است؟ رنج حسرت خوردن برای از دست دادن دنیا؟ یا رنج شرمندگی پیش خدا؟ دومی بهتر است. چون کسی که حسرت از دست دادن دنیا را در دل دارد، هیچ‌وقت نمی‌تواند بابت رنج از دست دادن فرصت‌های با خدا بودن گریه کند.
* از رنج نمی‌توان فرار کرد. اما اگر خوب رنج ببریم و رنج‌های خوب را انتخاب کنیم، این رنج عامل شکوفایی ما می‌شود. **اولیاء خدا مراقبت می‌کرده‌اند که حتی یک لحظه هم رنج بد به قلبشان وارد نشود و حتی یک لحظه هم از رنج خوب خالی نباشند.** امام حسین(ع) هم روز عاشورا هر قدر رنج‌هایش بیشتر می‌شد، صورت مبارکشان بیشتر گل می‌انداخت و نورانی‌تر می‌شد...

5

**اینکه همه انسان‌ها اعم از مؤمن و کافر در رنج آفریده شده‌اند، کمک می‌کند رنج‌ها را راحت‌تر تحمل کنیم**

* جهاد بانفس کار سختی است ولی شما که می‌خواهید با دوست‌داشتنی‌های خود مبارزه کنید، در این راه تنها نیستید. خداوند، دنیا و نظام هستی هم شما را در این مبارزه کمک می‌کنند. اینکه همۀ انسان‌ها اعم از خوب و بد، مؤمن و کافر همه در رنج آفریده شده‌اند، کمک می‌کند که شما رنج‌ها را راحت‌تر تحمل کنید.
* خداوند می‌فرماید: «وَلَوْلَا أَن یَکُونَ النَّاسُ أُمَّةً وَاحِدَةً لَجَعَلْنَا لِمَن یَکْفُرُ بِالرَّحْمَنِ لِبُیُوتِهِمْ سُقُفًا مِّن فَضَّةٍ وَ مَعَارِجَ عَلَیْهَا یَظْهَرُونَ»(سوره زخرف/33) یعنی خداوند بیان می‌کند که اگر نمی‌خواستم این‌طور باشد که همۀ مردم را به یک چشم نگاه کنم، کاری می‌کردم که سقف خانه‌های کافران از نقره ساخته شود، یعنی کاری می‌کردم که مؤمنان در دنیا سختی بکشند و کافران راحت باشند، به مؤمنان بلا می‌دادم ولی به کافران بلا و گرفتاری نمی‌رساندم. اما خدا این کار را نکرده است و همه را به یک چشم دیده است. این تعبیر که خداوند در آیۀ فوق می‌فرماید: سقف خانه‌های کفار را از نقره یا طلا می‌ساختم، قابل تأمل است؛ یعنی ببینید اگر سقف خانه‌ای این‌طور باشد، بقیه امکانات رفاهی که در اختیار کفار است، چگونه خواهد بود؟! ولی خدا این کار را نکرده است و رنج را برای همه قرار داده است.
* تصور کنید اگر رنج و سختی در دنیا، فقط برای مؤمنان بود و کافران زندگی دنیوی راحت و بدون سختی و رنجی داشتند، چند نفر مؤمن باقی می‌ماند؟! امام صادق(ع) در توضیح آیه قبل می‌فرماید: اگر خدا این کار را می‌کرد(سقف خانه‌های کافران را از نقره قرار می‌داد)، تمام مردم کافر می‌شدند؛ لَوْ فَعَلَ لَکَفَرَ النَّاسُ جَمِیعاً(الزهد/47) و در حدیث قدسی می‌فرماید: «اگر بنده مومن من محزون و دل شکسته نمى‏شد، دستارى از طلا به سر کافر مى‏بستم؛ لَوْ لَا أَنْ یَجِدَ عَبْدِیَ الْمُؤْمِنُ فِی نَفْسِهِ لَعَصَّبْتُ الْکَافِرَ بِعِصَابَةٍ مِنْ ذَهَبٍ.»(علل الشرایع/2/604) پس خدا به ما لطف کرده و رنج را برای همه قرار داده است. اینکه رنج برای همه است، کمکی است که راحت‌تر رنج‌های دنیا را تحمل کنیم.
* یکی از سختی‌های اهل جهنم این است که می‌بینند هم در این دنیا سختی کشیده‌اند و هم در آن دنیا در رنج و عذاب هستند و تحمل این واقعیت برایشان خیلی سخت است
* خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ فِی کَبَدٍ»(سوره بلد/4)؛ یعنی همه انسان‌ها در رنج آفریده شده‌اند. اگر کسی بی‌دینی کند، رنج خودش را کاهش نمی‌دهد و اگر کسی دینداری کند، رنج او افزایش نمی‌یابد. سختی و رنج در مسیر زندگی انسان‌ها تا لحظۀ مرگ و ملاقات خدا وجود دارد و این در هستی و خلقت انسان تعبیه شده است؛ خداوند متعال می‌فرماید: «یَا أَیُّهَا الْإِنسَانُ إِنَّکَ کَادِحٌ إِلَى رَبِّکَ کَدْحًا فَمُلَاقِیهِ»(سوره انشقاق/6) یعنی ای انسان! تو پیوسته با تلاش و رنج فراوان به سوی پروردگار خود حرکت می‌کنی و سرانجام او را ملاقات خواهی کرد.

**همراهی نظام هستی، کمک دیگر خدا به مومن برای پذیرش رنج‌های دنیا / توجه به سختی‌های زندگی دنیا، کمکی برای پذیرش رنج‌ها**

* همراهی نظام هستی، کمک دیگری است که برای پذیرش رنج‌های دنیا به مؤمن می‌رسد. نظام خلقت و طبیعت به گونه‌ای است که پذیرش رنج و تحمل آن را ساده می‌کند
* کسی که این ویژگی‌ها و صفات را در انسان و دنیا می‌بیند و به این سختی‌های زندگی دنیا توجه می‌کند خود به خود کمکی از بیرون برای پذیرش رنج‌ها دریافت کرده است.

**از مبارزه با نفس نمی‌توان فرار کرد/اگر در جایی که لازم است، مبارزه با نفس نکنیم، مجبور می‌شویم در جایی که اجری ندارد مبارزه با نفس کنیم**

* زجر کشیدن قطعاً برای همۀ انسان‌های خوب وجود دارد و هیچ کس نمی‌تواند از مبارزه با نفس فرار کند. حتی آدم‌های هرزه و هوسران هم نمی‌توانند از مبارزه با نفس فرار کنند و بالاخره در مواردی ناچار می‌شوند از برخی از دوست‌داشتنی‌های خود صرفنظر کنند یا با برخی از خواسته‌های دل خود مبارزه کنند.
* اگر شما در جایی که لازم بوده مبارزه با نفس کنید، مبارزه نکردید، قطعاً در جای دیگری مبارزه خواهید کرد. اگر شما در جایی خودتان را کنترل نکردید، قطعاً در جایی دیگری مجبور می‌شوید خودتان را کنترل کنید با این تفاوت که دیگر اجر و پاداشی نخواهد داشت. لذا بهتر است که انسان در همان جایی که دستور و تکلیف الهی وجود دارد، مبارزه با نفس کند.

**پذیرش رنج‌های دنیا، به معنای عدم برنامه‌ریزی نیست**

* پذیرش رنج‌ها به معنای عدم تلاش و عدم برنامه‌ریزی برای حل مشکلات و برطرف کردن رنج‌ها نیست. برای برطرف کردن رنج، باید تلاش و برنامه‌ریزی کرد ولی اگر این برنامه‌ریزی را خدا به هم ریخت و به نتیجه نرسیدی، باز هم باید لبخند بزنی و راضی باشی.
* حتی برای رسیدن به علاقه‌ها هم باید برنامه‌ریزی کرد؛ خداوند می‌فرماید: «بهرۀ خودت از دنیا را فرامش نکن؛ وَلَا تَنسَ نَصِیبَکَ مِنَ الدُّنْیَا»(سوره قصص/77) ولی اگر خدا حالت را گرفت و برنامه‌هایت را به هم زد، باز هم باید خوشحال و راضی باشی. از برخی رنج‌ها باید فرار کرد و بعضی از رنج‌ها را باید انتخاب کرد ولی در این میان اگر خدا برنامه‌ات را به هم زد، باز هم لبخند بزن. برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری لازم است ولی اگر خدا آنها را به هم زد، باید رضایت داشت. حضرت علی(ع) می‌فرماید: «من خدا را آنجایی شناختم که تصمیم‌هایم را خراب می‌کرد؛عَرَفْتُ اللهَ سُبْحَانَهُ بِفَسْخِ الْعَزَائِمِ؛ نهج البلاغه/حکمت247)

**یکی از علائم خودخواهی و هواپرستی این است که اگر زندگی سخت شد، از روی لج بازی، زندگی را سخت‌تر کنی**

* یکی از علائم خودخواهی و هواپرستی این است که اگر زندگی سخت شد، از روی لج‌بازی، زندگی را سخت‌تر کنی. مثلاً کسی که خودکشی می‌کند، رنج و ناراحتی را نپذیرفته است و چون زندگی‌اش سخت شده، از روی لج‌بازی آن را به شدت بر خودش سخت‌تر می‌کند.
* اگر یک بخشی از تابلویی که کشیده‌اید، خراب شود؛ نباید کل آن را بشکنید و خراب کنید؛ چون فقط یک قسمت آن خراب شده بود، نه همۀ آن، ولی شما با این کار تمام آن را نابود کرده‌اید. این کار، یکی از علائم خودپرستی و هواپرستی و لج‌بازی با خدا است که انسان کل زندگی را خراب کند. باید قواعد بازی دنیا را پذیرفت.
* در راه خدا باید رنج‌ها را پذیرفت و از دوست‌داشتنی‌ها چشم‌پوشی کرد. اگر انسان از دوست داشتنی‌هایش به خاطر خدا بگذرد، کم‌کم نوبت خودش می‌رسد و باید از خودش هم بگذرد. و در زمان قربانی کردن«خود» بود که حوادث عاشورا رقم خورد...

6

**درک واقعیت‌های حاکم بر زندگی، ما را آماده دینداری می‌کند/ واقعیت دنیا، همراهی زندگی دنیا با رنج و سختی است**

* ما قبل از اینکه تصور دقیقی از بندگی داشته باشیم، ضروری است که تصور دقیقی از زندگی داشته باشیم. و قبل از اینکه تصور روشنی از دین داشته باشیم، نیاز است که تصور روشنی از دنیا داشته باشیم. اگر دنیا را دقیق و روشن بشناسیم، دین را مُنجی خود می‌دانیم؛ از دینداری خود مغرور نمی‌شویم و مقابله با دین را احمقانه خواهیم دانست.
* چرا قرآن در مواجهه با کفار، آنها را کسانی می‌داند که تعقل نمی‌کنند؟ چرا سایر صفات بد کفار این‌قدر مورد سرزنش قرار نگرفته است که عدم تعقل آنها مورد سرزنش است؟ مسلّما یکی از چیزهایی که کفار در مورد آن تعقل نمی‌کنند، شرایط واقعی دنیایی است که در آن قرار داریم. باید واقعیت‌ها را دید؛ واقعیت‌هایی که زندگی ما را احاطه کرده است. دیدن واقعیت‌ها و درک قوانین حاکم بر هستی و درک سنت‌های الهی، ما را آماده دینداری می‌کند. واقعیت دنیا، همراهی زندگی دنیا با رنج و سختی است.

**دینداری بدون درک سنت‌های حاکم بر زندگی، آسیب‌های فراوانی دارد**

* اینکه بدون درک واقعیت‌ها و سنت‌های حاکم بر زندگی بخواهیم دینداری کنیم، آسیب‌های بسیاری دارد. باید واقعیت‌ها را دید و بعد دیندار شد. اگر کسی واقعیت‌های حاکم بر زندگی و حیات بشر را نبیند ولی دیندار شود، در معرض آسیب جدی قرار خواهد داشت. نقطه آغاز حرکت، درک فلسفۀ مبارزه با هوای نفس است و اینکه بدانی در چه دنیایی زندگی می‌کنی. مهمترین ویژگی این دنیا این است که با سختی همراه است و بنا دارد بین شما و دوست‌داشتنی‌هایتان فاصله بیندازد.
* اگر کسی تصادفاً آدم خوبی شده باشد و نقطه آغاز حرکت او نقطه درستی نباشد، ممکن است بعداً بی‌دین شود و اگر هم به ظاهر بی‌دین نشود، نان خود را در دینداری می‌بیند و دین را در خدمت هوای نفس خود قرار می‌دهد. چنین فردی ضربه بیشتری به دین خواهد زد.
* دین آمده است تا راه مبارزه با هوای نفس و شیوه دست کشیدن از دوست‌داشتنی‌ها را یاد دهد. گستره هوای نفس و تجلیات آن را ببینید که چقدر فراگیر است. برای این دایره گسترده از هوای نفس برنامه لازم است و دین است که این برنامه را ارائه می‌کند.

**دنیا به صورت «ثابت» و «متغیر» رنج‌هایی را برای ما تعریف می‌کند**

* دنیا با واقعیت‌هایی که دارد، شما را در این مبارزه با نفس کمک می‌کند و به صورت ثابت یا متغیر رنج‌هایی را برای شما تعریف می‌کند.
* 1-رنج‌های «ثابت» دنیا می‌تواند شامل مواردی مانند پیر شدن و قواعدی مانند «الهِجرانُ عُقُوبَهُ العِشق» (میزان الحکمه، حدیث ١٣١٤٣-از امیرالمؤمنین ع) باشد. یعنی شما در این دنیا عاشق هر چیزی بشوید، دچار هجران و دوری از آن خواهید شد.
* 2-رنج‌های «متغیر» نیز متناسب با شرایط زندگی هر کسی برای او پیش می‌آید.

**دنیا برای مؤمن رنج دارد و این رنج به نفع او است**

* شرایط دنیا، رنج را برای همگان تعریف کرده است. اینکه دنیا برای مؤمن رنج دارد و این رنج به نفع او است را می‌توان در روایت‌هایی دید. امام صادق(ع) می‌فرماید: اگر اصرار این مردم شیعه به درگاه خدا براى طلب روزى نبود، خدا آنها را از حالى که داشتند به تنگدستى بیشترى منتقل می‌فرمود. (لَوْ لَا إِلْحَاحُ هَذِهِ الشِّیعَةِ عَلَى اللَّهِ فِی طَلَبِ الرِّزْقِ لَنَقَلَهُمْ مِنَ الْحَالِ الَّتِی هُمْ فِیهَا إِلَى مَا هُوَ أَضْیَقُ مِنْهَا؛کافی/ج2 /264)
* امام باقر(ع) به نقل از رسول خدا(ص) فرمود: گاهی بندۀ مؤمن ریاست و یا تجارتى را دنبال مى‏کند تا اینکه موفّق مى‏شود بر آن دست یابد، اما خداوند ملَکى را مى‏فرستد و به او مى‏گوید: مانع شوید که او موفق شود و او را نا امید کنید چون اگر به آن دست پیدا کند این موضوع باعث می‌شود که به جهنم برود، لذا آن فرشته با لطف خدا مانع آن بندۀ مؤمن می‌شود. بعد آن مؤمن هم می‌گوید: بیچاره شدم! چه کسى مرا بیچاره کرد؟! حضرت می‌فرماید: او نمى‏داند که خداوند در این کار و برنامه ناظر او بوده است و اگر موفق می‌شد او را وارد دوزخ مى‏کرد. (إِنَّ الْعَبْدَ الْمُؤْمِنَ لَیَطْلُبُ الْإِمَارَةَ وَ التِّجَارَةَ حَتَّى إِذَا أَشْرَفَ مِنْ ذَلِکَ عَلَى مَا کَانَ یَهْوَى ... وَ قَالَ مَا یَدْرِی أَنَّ اللَّهَ النَّاظِرُ لَهُ فِی ذَلِکَ وَ لَوْ ظَفِرَ بِهِ أَدْخَلَهُ النَّار؛ التمحیص/ص56)
* امام صادق(ع) فرمود: مؤمن از یکى از سه چیز در امان نیست و چه بسا هر سه مورد برایش پیش بیاید: یا آن که به همراه او کسی در خانه‌اش باشد که آزارش دهد. یا همسایه‏اى داشته باشد که اذیّتش کند. یا آن که در مسیر و در راه رسیدن به خواسته‏هایش، چیزى باشد که سبب اذیّت و آزار او شود. چنان‌که حتی اگر مؤمنى بر بالای کوهى باشد، خداوند شیطانى را برایش می‌فرستد تا اذیتش کند؛ ولى ایمانش را انیس و مونس او قرار می‌دهد که از هیچ موجودى ترس نداشته باشد. (مَا أَفْلَتَ الْمُؤْمِنُ مِنْ وَاحِدَةٍ مِنْ ثَلَاثٍ وَ لَرُبَّمَا اجْتَمَعَتِ الثَّلَاثُ عَلَیْهِ إِمَّا بُغْضُ مَنْ یَکُونُ مَعَهُ فِی الدَّارِ یُغْلِقُ عَلَیْهِ بَابَهُ‏ یُؤْذِیهِ أَوْ جَارٌ یُؤْذِیهِ...؛ کافی/ج‏2/250)

**هم دنیا و هم آخرت با سختی به دست می‌آیند/عاقل کسی است که آخرت را انتخاب کند**

* امام کاظم(ع) فرمودند: اى هشام! خردمند به دنیا و دنیاپرستان نگاه می‌کند و می‌فهمد که دنیا جز با رنج و مشقّت به دست نمى‌آید و به آخرت نگاه می‌کند و می‌فهمد که آن هم جز با رنج و زحمت به دست نمى‌آید. پس آن چیزی را طلب می‌کند که پاینده‌تر است، یعنی انسان عاقل آخرت را طلب می‌کند (یَا هِشَامُ، إِنَّ الْعَاقِلَ نَظَرَ إِلَى الدُّنْیَا وَ إِلى‏ أَهْلِهَا، فَعَلِمَ أَنَّهَا لَاتُنَالُ إِلَّا بِالْمَشَقَّةِ، وَ نَظَرَ إِلَى الْآخِرَةِ، فَعَلِمَ أَنَّهَا لَاتُنَالُ إِلَّا بِالْمَشَقَّةِ، فَطَلَبَ بِالْمَشَقَّةِ أَبْقَاهُمَا؛ کافی/ج1/37)

**یکی از خیانت‌های محصولات رسانه‌ای غرب این است که به دروغ، خودشان(غربی‌ها) را خوشبخت و بدون رنج نشان می‌دهند**

* به دست آوردن دنیا و آخرت برای همه با سختی همراه است، پس باید با پذیرش مشقت‌ها، سراغ آن چیزی برویم که ماندگار است یعنی آخرت. علی‌رغم سختی‌هایی که زندگی دنیا برای همه دارد، یکی از خیانت‌های محصولات رسانه‌ای غرب این است که خودشان را خوشبخت و بدون رنج نشان می‌دهند. در حالی که واقعیت زندگی در غرب این‌طور نیست ولی هجمه سنگین رسانه‌ای غرب باعث شده است که مردم این مشکلات را نبینند و درک نکنند.

**اولین نتیجۀ درک واقعیت دنیا: «در مشکلات و رنج‌های فردی به دنبال مقصر نباشیم»**

* یکی از نتایج اخلاقی شناخت واقعیت دنیا این است که باعث می‌شود در رنج‌ها به دنبال مقصر نباشیم. اگر چه در مسایل کلان اجتماعی می‌توان به دنبال مقصر بود (مانند اعلام برائت از آمریکا به دلیل مشکلاتی که برای ملت ایران پیش آورده و دشمنی‌هایی که دارد) ولی در مسایل فردی هنگامی که در رنج و سختی قرار می‌گیریم، باید آن را در ذیل واقعیت‌های دنیا بدانیم و دنبال پیدا کردن مقصر نباشیم.

**دومین نتیجۀ درک واقعیت دنیا: به دلیل فرصت‌های تنفسی که داریم، شاکر خدا می‌شویم**

* نتیجه دوم درک واقعیت دنیا این است که وقتی فهمیدیم دنیا محل زجر کشیدن است، ولی فرصت‌های تنفس و راحتی هم خدا به ما داده است یا وقتی که منفعتی را به دست می‌آوریم، خدا را شکر می‌کنیم. درک می‌کنیم که خدا خیلی مهربان است که در دنیایی که چنین واقعیتی داشته، فرصت‌های تنفس بسیاری هم به ما داده است.
* اگر کسی فلسفه حیات دنیا را نبیند و آن را درک نکند، هر قدر هم که خدا نعمت و آسایش و راحتی به او بدهد، شاکر خدا نمی‌شود. مثلاً وقتی بیماری او خوب می‌شود، به جای شکر؛ حرفش این است که خدایا اصلاً چرا بیماری دادی؟ برخی از دوستان انتقاد می‌کنند که چرا اینقدر تلخ بحث می‌کنید؟ ما که در این دنیا این‌قدر زجر نمی‌کشیم!! به آنها عرض می‌کنم: خب! شما خیلی باید خدا را به خاطر این شرایط شکر کنید. اگر حقیقت حیات را درک کنید، می‌فهمید که خدا چقدر با ما با مهربانی تا کرده است.

**سومین نتیجۀ درک واقعیت دنیا: رنج و ناخوشی نسبت به «گذشته، حال و آینده» پیدا نمی‌کنی**

* وقتی واقعیت دنیا را شناختیم، باعث می‌شود همین که الان در خوشی و راحتی هستیم را قدر بدانیم و آن را نوش جان کنیم. **انسان معمولاً گرفتار سه ناخوشی است:**
* 1- غصه خوردن و رنج کشیدن به دلیل ناخوشی‌هایی که در گذشته داشته است.
* 2- غصه خوردن و رنج کشیدن به دلیل نگرانی که برای خوشی‌های آینده دارد.
* 3- غصه خوردن و رنج کشیدن برای شرایط امروزش که حسادت نام دارد و نتیجه مقایسه خوشی‌های خودمان با خوشی‌های دیگران است.
* این سه ناخوشی همگی بد و مذموم هستند. با شناخت و درک صحیح از واقعیت دنیا، می‌توان از این سه ناخوشی دوری کرد. الان که فرصت خوشی کردن داری و فرصت شکر الهی است، چرا آن را با ناخوشی کردن خراب می‌کنی؟ امام حسین(ع) در گودی قتلگاه با آن همه رنج و مصیبتی که داشت، در حال شکر خدا بود و می‌فرمود: الهی رضاً برضائک...

7

**راه صحیح متقاعد شدن به دینداری، شناخت واقعیت دنیاو حیات انسان است**

* گاهی از اوقات ما نباید به متقاعد بودن خودمان برای دینداری نگاه کنیم، بلکه باید همه چیز را از نو بسازیم. شاید اشکالی در مراتب متقاعد شدن ما وجود داشته باشد. اگر مراتب متقاعد شدن ما برای دینداری درست انجام نشده باشد، مشکلاتی پیش می‌آید که چنین علائمی دارد: کاهل نمازی، کندی در سیر و سلوک الی‌الله و اطاعت از خدا. یعنی ایمان هست، اما عمیقاً متقاعد نشده‌ایم.
* بسیاری از کسانی که دینداری برایشان سخت است، به دینداری عمیقاً متقاعد نشده‌اند. این افراد منکر خدا، پیغمبر(ص) و بهشت و جهنم نمی‌شوند ولی هنوز چنین سؤال‌هایی هم در ته دلشان هست که «چرا این دستور و آن دستور به ما داده شده است؟». عدم متقاعد شدن در مورد این سوالها باعث می‌شود به حرف دین درست گوش نکنند.
* در اینجا ما بحث را از ایمان به خدا و غیب، بایدها و نبایدها و دستورات دینی و به طور کلی از بخش «ایمان به غیب» دین شروع نکرده‌ایم، بلکه از درست دیدن واقعیت شروع کرده‌ایم. توجه به واقعیت‌ها، دارای استناد قرآنی و روایی نیز هست. بعد از توجه و درک درست واقعیات حیات، به ایمان هم می‌رسیم. راه متقاعد شدن این است که حرکت خود را از نقطه درستی آغاز کرده باشیم. نقطه آغاز هم شناخت واقعیت دنیا و حیات انسان در دنیا است.

**چرا باید ابتدا از شناخت واقعیت دنیا و حیات انسان باید شروع ‌کنیم؟/ قبل از شنیدن دستورات خدا، تشنۀ دستورات خدا شویم**

* **ما می‌خواهیم قبل از اینکه به «ایمان به خدا» برسیم، تشنه «ایمان به خدا» بشویم. قبل از اینکه دستورات خدا را بشنویم، خودمان را محتاج دستورات خدا ببینیم. قبل از اینکه پیامبران خدا با ما حرف بزنند، درد و نیازمندی خودمان به طبیب را درک کرده باشیم. اگر طبیب بیاید و احوال ما را بپرسد، در حالیکه ما هنوز هیچ دردی در خود احساس نمی‌کنیم، ممکن است به طبیب بخندیم و کار او را جدی تلقی نکنیم. اما اگر به تشنگی رسیده باشی، قدر زلال زمزم دین را درک می‌کنی و لذت می‌بری و از آن نوش جان می‌کنی.**
* اگر به کسی که ضرورت و نیاز خودش به دین را نفهمیده، دین را عرضه کنی، می‌گوید من برای چی باید دینداری کنم؟! آنوقت چون سؤال این فرد، معترضانه است؛ اگر جواب صحیح هم بشنود، غالباً دوست ندارد متقاعد شود. اگر به کسی که هنوز با درک رنج‌های دنیا تشنه دین نشده است، بگویی نماز بخوان! می‌گوید: برای چی نماز بخوانم، اصلاً خدا چه نیازی به نماز من دارد؟ **انسان باید ابتدا یک دردی پیدا کند و بعد به او بگویند مرهم درد تو، نماز است. او با اشتیاق می‌پرسد: چگونه، چطوری؟ و راحت با جان و دل می‌پذیرد.**

**شیطان دنیا را شیرین جلوه می‌دهد/اگر انسان دنیا را شیرین ببیند، دین را تلخ می‌بیند**

* این روش می‌گوید ابتدا انسان‌ها را با واقعیت خودشان و واقعیت حیاتشان و با تلخی‌های این واقعیت آشنا کن. اگر کسی این تلخی‌ها را دید، دنبال شیرینی می‌گردد. دین است که این حیات را شیرین می‌کند. روش صحیح و طبیعی آشنایی با دین همین است.
* نقطه مقابل این روش این است که شیطان اول دنیا را برای شما شیرین جلوه می‌دهد. **وقتی تلقی یک انسان از دنیا این شده باشد که انسان در این دنیا می‌توان هرقدر که دلش خواست از دنیا لذت ببرد، دیگر دیندار نخواهد شد**. اگر به او بگویی فقط یک قسمت‌هایی از این لذت را دین منع کرده است، به هیچ‌وجه قبول نخواهد کرد. روش شیطان نیز همین است که دنیا را زینت می‌دهد؛ «قالَ رَبِّ بِما أَغْوَیْتَنی‏ لَأُزَیِّنَنَّ لَهُمْ فِی الْأَرْضِ وَ لَأُغْوِیَنَّهُمْ أَجْمَعین»(حجر/39) ولی امیرالمؤمنین(ع) -بر اساس فرازهای اول نامه31 نهج‌البلاغه - دنیا را پیش چشمت خراب می‌کند.
* **اگر از ابتدا تلقی شما این باشد که دنیا تلخ است، دنبال شیرینی می‌گردی ولی اگر تلقی شما از دنیا این باشد که دنیا شیرین است، آنوقت دین را تلخ می‌بینی. لذا ما بحثمان را با شناخت واقعیت‌ها و تلخی‌های دنیا شروع کردیم.** اگر کسی نابینا نباشد، تلخی‌‌‌های دنیا را می‌بیند. مثلاً آیه شریفه می‌فرماید: ما به هر کس عمر بدهیم، جسم او را می‌پوسانیم(وَ مَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَکِّسْهُ فِى الْخَلْقِ اَفَلا یَعْقِلُونَ؛ سوره یس/68) و خدا می‌فرماید من این کار را کرده‌ام.

**انتخاب بین علاقه‌‌ها، یعنی کنار گذاشتن یک علاقه به نفع علاقۀ دیگر؛ و این یعنی مبارزه با نفس/ «مبارزه با نفس» جزء لاینفک حیات انسان است و الّا یا حیوان بود یا فرشته**

* خدا دوست دارد تو محکم و سخت تربیت بشوی. بزرگ شدن و آدم شدن انسان که ذیل معرفت‌شناسی انسان است، قبل از آغاز بحث از خدا مطرح است؛ همانطور که رسول خدا(ص) فرمود: «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ.»(مصباح الشریعه/13 وغررالحکم/4637).
* نگاه «معرفت نفس»ی و انسان‌شناسانه به این بحث این‌گونه است که: «انسان علاقه‌های مختلفی دارد. وقتی می‌خواهد بین علاقه‌هایش انتخاب کند، باید یک علاقه را به نفع علاقه‌ای دیگر کنار بگذارد و مبارزه با نفس از اینجا شروع می‌شود.»
* علاقه‌های کمتر و بی‌ارزش‌تر، رو هستند و علاقه‌های با ارزش‌‌تر، پنهان هستند. انسان باید از یکسری از علاقه‌ها بگذرد تا بتواند به علاقه‌های عمیق‌تر برسد. (تا اینجا بحث معرفت نفس است و هنوز صحبتی از خدا به میان نیامده.) مبارزه با نفس جزء لاینفک حیات آدمی است و برای همین آفریده شده است و الّا یا حیوان بود یا فرشته. انسان وقتی می‌خواهد خوب بشود، باید بر سر راه خوب شدنش مانع باشد و مانع یعنی اینکه برخی از خوبی‌ها را دوست نداشته باشی و بعضی از بدی‌ها را دوست داشته باشی ولی از آن‌ها عبور کنی.

**اگر کسی «به جا» مبارزه با هوای نفس نکند، «بی جا» مبارزه با هوای نفس خواهد کرد**

* تا اینجا به این نتیجه رسیدیم که ابتدا باید سراغ واقعیات تلخ حیات بشر و دنیای انسان برویم. **واقعیت حیات انسان به او می‌گوید: ای انسان! تو برای بودن و زندگی کردن مجبوری با خودت(علاقه‌ها و خواسته‌هایت) مبارزه کنی. هیچ انسانی نمی‌تواند به همه خواسته‌های خودش برسد و مجبور است برای زندگی کردن خواسته‌هایی را قربانی کند. بهترین انتخاب و دادن بهترین قربانی، شاداب‌ترین روحیه را برای تو به ارمغان خواهد آورد.** در این راه از محبت خدا هم خیلی لذت خواهی برد.
* انسانیت انسان به مبارزه با هوای نفس است و اگر انسان با برنامۀ دین مبارزه با هوای نفس نکند، در جایی دیگر قطعاً مبارزه با هوای نفس خواهد کرد ولی لجن‌مال و مغبون می‌شود. اگر کسی به جا مبارزه با هوای نفس نکند، بی جا مبارزه با هوای نفس خواهد کرد.

**دنیا با ما سازگای ندارد/ همۀ نعمت‌های دنیایی که از خدا گرفته‌ایم، باید پس بدهیم**

* این دنیا هم دنیایی است که با ما سازگاری ندارد. ما چیزهایی که از لذت‌های دنیا را در طول چند سال از خدا گرفته‌ایم، همه را باید پس بدهیم. اینکه قوای جسمانی را کم‌کم از دست می‌دهیم، یک واقعیت است، اگر چه عده‌ای بیان آن را هم تلخ می‌دانند.
* دشواری این وضعیت وقتی است که جسم پیر شده و توان بسیاری از کارها را ندارد ولی نفس جوان مانده و میل به خیلی از تمایلات داشته باشد. پیامبر اکرم می‌فرمایند: «نفْس آدم همواره جوان است حتى زمانى که استخوان‌هاى ترقوه او از شدّت پیرى سر به هم آورند، مگر کسى که خداوند دل او را با پرهیزگارى خالص کرده باشد و اینها اندک‌اند؛ نَفسُ ابنِ آدَمَ شابَّةٌ و لَو التَقَت تَرقُوَتاهُ مِن الکِبَرِ، إلاّ مَنِ امتَحَنَ اللّه ُ قَلبَهُ لِلتَّقوى، و قَلیلٌ ما هُم» (میزان الحکمه/حدیث20502). وقتی نفس جوان ماند ولی جسم پیر شد، می‌دانی چه بلایی سرت می‌آید؟ اگر تلخی‌ها و سختی‌های پیری را بفهمیم، جوانی کردن و بازی‌های جوانانۀ بی‌فایده در دوران جوانی را کنار خواهیم گذاشت، ولی در عوض در دوران پیری هم جوان خواهیم ماند.

**راه فرار از تلخی‌های زندگی، غفلت از این تلخی‌ها نیست/1. باید تلخی دنیا را دید 2. باید از این تلخی غفلت نکرد/غفلت از تلخی‌ها انسان را نابود می‌کند**

* انسان وقتی تلخی‌های وجود خودش، تلخی‌های سرنوشت خودش و تلخی‌های دنیای خودش را ببیند، ممکن است دنیا برایش غیرقابل تحمل و سخت شود، یا زندگی برایش بی‌روح، بی‌فروغ، بی‌نور و بی‌هیجان شود. در اینجا باید به این انسان گفت: بیا و خودت را از این تلخی‌ها غافل نکن. مثلاً مرگ را فراموش نکن. راه فرار از این تلخی‌ها، غفلت از این تلخی‌ها نیست. غفلت از تلخی‌ها، انسان را نابود می‌کند.
* نه تنها باید نگرش به حیات را با توجه به تلخی‌هایش تصحیح کرد و تلخی‌ها را دید، بلکه از این تلخی‌ها، غفلت هم نباید کرد. روح انسان شیرینی‌طلب و لذت‌طلب است، روح انسان، رهایی‌طلب و عاشق‌پیشه است. اجازه بدهیم یک مدتی دلمان از این دنیا بگیرد، از وضع خودمان و این دنیا دلگیر ‌شود، تا کم‌کم به وضعیت دیگری برسیم.

**مرحله «اول» خداشناسی این است که دوست داشته باشیم به خاطر خدا رنج‌ها را بپذیریم/بهترین راه برخورد با رنج‌ها، علاقه پیدا کردن به زجر کشیدن در راه خدا است**

* **بهترین راه برخورد با تلخی‌های دنیا، انکار آنها نیست، بلکه یادآوری آنها است و اینکه به عشقی زندگی کنیم که اساساً دوست داشته باشیم به دلیل رسیدن به آن عشق، این تلخی‌ها را بپذیریم. بهترین راه برخورد با رنج‌های دنیا این است که از رنج بردن لذت ببری و بگویی من عشقی را دوست دارم که حاضر باشم به خاطر آن همه این رنج‌ها را پذیرا باشم. نه اینکه بگویی اگر رنج پیش آمد، به خاطر آن عشق، اشکالی ندارد. این مطلب، مرحله اول خداشناسی و ارتباط با خدا است که دوست داشته باشیم به خاطر خدا سختی‌ها را بپذیریم.**
* **آدم در مرحله اول به جایی می‌رسد که بگوید: «خدایا آیا می‌شود که من به خاطر تو رنج بکشم؟» بهترین نحوه برخورد با سختی‌هایی که خدا در خلقت بشر قرار داده است؛ انکار، فرار و زرنگی کردن در کاهش رنج نیست، بلکه این است که به زجر کشیدن در راه خدا علاقه پیدا کنی.**
* **کسی که دوست ندارد به خاطر خدا زجر بکشد، نه خودش را شناخته است و نه خدا را. کسی که دوست دارد به خاطر خدا زجرها را پذیرا باشد، از رنج راضی است و خدا هم از او راضی است و مدام به خدا نزدیک‌تر می‌شود؛** ولی یک نگرانی وجود دارد و آن هم جهنم است که دستمایه مناجات او می‌شود. امیرالمؤمنین(ع) کسی است که تمام زجرهای دنیا را برده است ولی نگران زجر آخرت هم هست و از ترس آتش جهنم، گریه می‌کند. مرحله اول خداشناسی این است که انسان دوست دارد به خاطر خدا زجر بکشد.

**مرحله «دوم» خداشناسی و ارتباط با خدا، «تعیین نوع رنج» توسط خدا است**

* مرحله دوم این است که خداوند می‌پرسد آیا دوست داری در راه من زجر بکشی؟ بنده می‌گوید بله. خداوند می‌گوید: پس من خودم به تو زجر می‌دهم و زجر را تعیین می‌کنم. مثلاً اگر شما دوست دارید صدقه بدهید، خدا انتخاب کند که چه چیزی را باید صدقه بدهید. اگر قرار باشد خدا نوع زجر را تعیین کند، می‌داند که چه زجری را انتخاب کند که ضدحال باشد. البته خدا مهربان است و ظرفیت‌ها را رعایت می‌کند. عاشق خدا یعنی کسی که حتماً باید در راه خدا زجر بکشد و همه زجرها را باید تا آخر بکشد ولی خدا به هر کسی این اجازه را نمی‌دهد. خداوند در این عالم فقط به یک نفر اجازه داد که این راه را تا آخر برود و آن هم امام حسین(ع) بود...

8

**انسان برای یک مبارزه و جنگ درونی، یعنی مبارزه با تمایلات خود آفریده شده است**

* اصلی‌ترین ویژگی انسان که در تعریف او باید لحاظ شود این است: **«انسان دارای تمایلات متفاوت و متعارض آفریده شده است که معمولاً بر سر دوراهی بین این تمایلات قرار می‌گیرد، به این دلیل، به او حق انتخاب داده‌اند و برای انتخاب‌های خوبش به او ارزش می‌دهند»** سایر ویژگی‌های انسان از جمله اینکه می‌تواند علم و آگاهی به دست بیاورد همه برای این است که بتواند خوب و درست انتخاب کند.
* انسان وقتی از بین تمایلات متفاوتی که در وجودش هست، انتخاب می‌کند، لاجرم باید بعضی از تمایلات خود را قربانی کند. از اینجاست که بحث مبارزه با نفس شروع می‌شود. لذا مبارزه با نفس در تعریف انسان قرار می‌گیرد؛ یعنی انسان موجودی است که برای یک مبارزه و جنگ درونی، یعنی مبارزه با تمایلات خود آفریده شده است؛ و این جنگ درونی به خاطر تمایلات متعارض و متفاوتی است که درون انسان وجود دارد و اگر غیر از این بود، انسان یا فرشته بود و یا حیوان.

**خدا در وجود انسان دو نوع علاقه قرار داده: 1. سطحی، کم‌ارزش ولی آشکار 2. عمیق، ارزشمند ولی پنهان**

* برای اینکه مبارزۀ انسان با تمایلات خود درست شکل بگیرد، خداوند در وجود انسان دو نوع علاقه قرار داده است: یکی علاقه‌های عمیق و ارزشمند ولی پنهان و دیگری علاقه‌های سطحی، کم‌ارزش ولی پیدا و آشکار. **این دو نوع علاقه با هم مساوی نیستند بلکه علاقه‌های خوب و ارزشمند قوی‌تر از علاقه‌های کم‌ارزش یا بی‌ارزش هستند ولی چون پنهان هستند انسان باید از علاقه‌های سطحی و کم‌ارزش خود عبور کند و آنها را قربانی کند تا به علاقه‌های عمیق و خوب خودش برسد.**
* اگر علاقه‌های خوب و عمیق در وجود انسان آشکار بود، چون قوی‌تر بود طبیعتاً انسان همیشه این علاقه‌های خوب را انتخاب می‌کرد و اصلاً مبارزه با نفس شکل نمی‌گرفت. لذا خداوند علاقه‌های خوب را که قوی‌تر هستند در اعماق دل انسان پنهان کرده و علاقه‌های بد را که ضعیف‌تر هستند آشکار قرار داده است.

**بعضی‌ها به اشتباه تصور می‌کنند علاقه‌های بد و سطحی آنها قوی‌تر هستند و مبارزه با آنها خیلی سخت است**

* بعضی‌ها تصور می‌کنند که علاقه‌های بد، سطحی و کم‌ارزش در وجودشان قوی‌تر هستند و مبارزه با این تمایلات کار بسیار سختی است. در حالی که اگر مبارزه با این علاقه‌ها را شروع کنند کم‌کم از این مبارزه لذت می‌برند و دیگر برای این تمایلات بد و سطحی ارزشی قائل نخواهند بود. (اگر لذت ترک لذت بدانی، دگر شهوت نفس، لذت نخوانی)
* مبارزه با نفس به ظاهر سخت است از این جهت که شما یک علاقه و تمایل ظاهری دارید و می‌خواهید با آن مبارزه کنید و چون این تمایل، آشکار است فکر می‌کنید یک تمایل قوی است و این مبارزه را سخت و دشوار تلقی می‌کنید. ولی در اصل این مبارزه برای رسیدن به تمایلات پنهان‌تر و عمیق‌تر و لذت‌بخش‌تر است. لذا وقتی این مبارزه را شروع کردیم و کمی جلو رفتیم و کمی لذت تمایلات عمیق را چشیدیم، می‌فهمیم که اصلاً سخت نیست.
* ماهیت سختی و رنج این است که چیزی خلاف میل انسان باشد و ماهیت لذت و شادی و خوشی این است که چیزی مطابق میل انسان باشد. بنابراین **وقتی کسی با تمایلات بد خودش مبارزه می‌کند و تمایلات خوب خود را بیدار می‌کند و به علاقه‌های عمیق و ارزشمند خودش پاسخ مثبت می‌دهد، چنان لذتی می‌برد که آدم‌های هرزه و هوسران هرگز این لذت را نمی‌برند**.
* خداپرستی یک تمایل بسیار عمیق و لذت‌بخش در وجود انسان است. این تمایل، بسیار قوی‌تر و لذت‌بخش‌تر از تمایل به شهوات است، فقط پنهان‌تر است. لذا کسی که به تمایل خداپرستانۀ خود پاسخ مثبت می‌دهد و خدا را راضی می‌کند، لذتی می‌برد که هرگز کسی که هواس نفس خودش را ارضا می‌کند چنین لذتی نمی‌برد. به عنوان مثال، آیا کسی که برای راضی کردن هوای نفس خودش فُحاشی می‌کند بیشتر لذت می‌برد، یا کسی که فحاشی نمی‌کند تا خدا را راضی کند؟ قطعاً لذتی که دومی می‌برد قابل مقایسه با اولی نیست. آیا کسی که برای راضی کردن هوای نفس خودش تلافی می‌کند و انتقام می‌گیرد، لذت بیشتری می‌برد یا کسی که برای رضای خدا می‌بخشد؟

**هر کس در این دنیا از خدا بیشتر لذت ببرد، خدا به او بیشتر پاداش می‌دهد**

* جالب اینجاست آن کسی که از راضی کردن خدا بیشتر لذت می‌برد و در واقع به خاطر لذت بیشتری که می‌برد به خدا بیشتر بدهکار است، خداوند به او پاداش بیشتری هم می‌دهد و او را در درجات بالاتر بهشت جای می‌دهد. این لطف و کَرم خداست که هر کسی بیشتر از خدا بهره ببَرد خدا در بهشت هم نعمات بیشتری به او می‌دهد. یعنی هر کس در این دنیا از خدا بیشتر لذت ببرد و و از دنیا سود بیشتری ببرد، خدا بیشتر به او پاداش می‌دهد.
* وقتی یک مادر برای فرزندش غذایی درست می‌کند، هرچقدر این فرزند از غذای مادر بیشتر خوشش بیاید و بیشتر بخورد مادر بیشتر خوشحال می‌شود. و خداوندی که همۀ مادرها را خلق کرده است قطعاً از همۀ آنها نسبت به بندگانش مهربان‌تر است.
* پیامبر گرامی اسلام(ص) در جریان یکی از جنگ‌ها، مادری را دید که در بحبوحۀ میدان نبرد و در گرمای شدید آفتاب، فرزندش را در آغوش گرفته است و فارغ از همه‌جا، دارد به او شیر می‌دهد، در این حال یاران خود را خطاب قرار داد و فرمود: «آیا از مهربانی این مادر نسبت به فرزندش تعجب می‌کنید؟! قطعاً محبت خداوند به شما بندگان از محبت این مادر به طفل شیرخوارش بیشتر است.» (انّه اوقف صبیّ ...... فقال: أعجبتم من رحمة هذه ابنها، إنّ‏ اللّه‏ أرحم‏ بکم‏ جمیعا من‏ هذه‏ بابنها؛ ریاض السالکین/ج‏2/ص172)

**کسی که مبارزه با نفس می‌کند کارِ شاقّی نکرده؛ اتفاقاً بیشتر لذت برده و بیشتر بدهکار خدا شده**

* کسی که با هوای نفس خود مبارزه می‌کند نباید تصور کند خیلی هنر کرده و کارِ شاقّی انجام داده است چون لذتی می‌برد که آدم‌های هرزه و عرق‌خود هرگز این لذت را نمی‌برند. او نه تنها از خدا طلبکار نشده، بلکه اتفاقاً بیشتر بدهکار خدا شده است، چرا که خواستۀ عمیق دل خود را ارضا کرده است و لذت بیشتری برده است و به همان چیزی که واقعاً علاقه و تمایل داشته رسیده است و تازه خدا در قبال این کار به او بهشت هم می‌دهد! و این از لطف خداست، ولی ما نباید تصور کنیم کار زیادی انجام داده‌ایم.

**کسانی که مبارزه با نفس می‌کنند از افراد هرزه بیشتر لذت می‌برند/ مبارزه با نفس، یعنی ارضاء نفس**

* کسانی که هرزگی می‌کنند به اندازۀ کسانی که ارضاء خواسته‌های عمیق فطری پنهان خود می‌پردازند، لذت نمی‌برند و شاداب نمی‌شوند. چون مبارزه با نفس در واقع یعنی ارضاء نفس، یعنی عبور از علاقه‌های سطحی نفس برای پاسخ دادن به علاقه‌های عمیق و خوب نفس.
* رسول اکرم(ص) می‌فرماید: هر کس به خاطر خدا (از ترس خدا) چشم از حرام بردارد و دل از حرام ببُرد خداوند لذت معنوی و طعم عبادتی به او می‌چشاند که او را شاداب و مسرور کند. (النَّظِرَةُ سَهْمٌ مَسْمُومٌ مِنْ سِهَامِ إِبْلِیسَ فَمَنْ تَرَکَهَا خَوْفاً مِنَ اللَّهِ أَعْطَاهُ إِیمَاناً یَجِدُ حَلَاوَتَهُ فِی قَلْبِه‏؛ جامع الاخبار/ص145) و (النَّظَرُ إِلَى مَحَاسِن‏ النِّسَاءِ سَهْمٌ مِنْ سِهَامِ إِبْلِیسَ فَمَنْ تَرَکَهُ أَذَاقَهُ اللَّهُ طَعْمَ عِبَادَةٍ تَسُرُّهُ: مستدرک الوسایل/ج14/ص271) و اگر کسی از این هوس صرفنظر کرد و به آن لذت عمیق نرسید و طعم عبادت را نچشید بداند که حتماً به خاطر خدا نبوده است و الّا به این لذت می‌رسید.

**برای کشف علاقه‌های عمیق و پنهان و میل خداپرستی، باید هوس‌ها و امیال سطحی را قربانی کنیم**

* برای اینکه آن علاقۀ عمیق و پنهان خود (میل به خداپرستی) را کشف کنیم باید با علاقه‌های سطحی و بی‌ارزش خودمان مبارزه کنیم و آنها را قربانی کنیم، یعنی باید جلوی شهوات و هوس‌های خود را بگیریم. لذا باید سر سجادۀ نماز بگوییم: «خدایا! من فعلاً اسیر علاقه‌های سطحی خودم هستم و لذت پرستش تو را درک نمی‌کنم ولی شنیده‌ام خبری هست و سخن پیامبر را قبول کرده‌ام، فعلاً بدون اینکه لذت نماز را بچشم نماز می‌خوانم...»
* اصلاً همین نماز خواندن یک مبارزه با نفس است. چون در آغاز برای ما جذابیتی ندارد و دوست داریم فقط برای رفع تکلیف، زود نمازمان را بخوانیم و تمام کنیم، ولی برای اینکه حال نفس خودمان را بگیریم و با این هوس مبارزه کنیم باید با آرامش و طمأنینه و بدون عجله نماز بخوانیم.

**مبارزه با نفس یعنی رسیدن به نفس و مبارزه با لذت یعنی رسیدن به لذت؛ اما لذتی عمیق و سرشار**

* وقتی انسان به سمت خوبی‌ها و علاقه‌های عمیق خودش حرکت کند و در این راه با علاقه‌های سطحی خود مبارزه کند، قطعاً لذت آن را می‌چشد و خداوند به سرعت این لذت را به ما خواهد چشاند. اساساً مبارزه با نفس یعنی رسیدن به نفس، و مبارزه با لذت یعنی رسیدن به لذت؛ البته یک لذتِ عمیق و سرشار نه یک لذت سطحی و کم. به همین خاطر است که بعضی‌ها حریص عبادت هستند، در خانۀ خدا منتظر می‌نشینند، و با نفس خود مبارزه می‌کنند و اینگونه از زندگی خودشان واقعاً لذت می‌برند.

**زندگی انسان یعنی: انتخاب علاقۀ بهتر نسبت به علاقۀ کمتر به وسیلۀ «عقل»/عقل قدرتی است برای انتخاب بهترین علاقه‌ها**

* بنابراین زندگی انسان این‌گونه تعریف می‌شود: «انتخاب علاقۀ بهتر نسبت به علاقۀ کمتر» این انتخاب به وسیلۀ قدرتی در انسان صورت می‌گیرد به نام «عقل». عقل موجودی بود که وقتی خدا آن را آفرید به او فرمود که من انسان را به تو می‌سپارم و من به واسطۀ تو پرستش خواهم شد. (الْعَقْلُ‏ مَا عُبِدَ بِهِ‏ الرَّحْمَنُ‏ وَ اکْتُسِبَ بِهِ الْجِنَان؛ هدایه الامه/ج1/ص4)‏
* عقل با علم فرق می‌کند. لذا وقتی کسی بدترین انتخاب را انجام دهد می‌گویند تو عقل نداری و وقتی بهترین انتخاب را انجام دهد می‌گویند تو عاقل هستی.
* وجود انسان آفریده شده است برای انتخاب و الا نمی‌تواند ارزش افزوده تولید کند. انتخاب هم باید بین دو تا علاقه باشد که یکی قوی‌تر ولی پنهان است و دیگری ضعیف‌تر ولی آشکار است. آنچه مانع کشف علاقه‌های عمیق و پنهان است، همین علاقه‌های ضعیف‌تر و آشکار یعنی همین هواها و هوس‌ها هستند. لذا انسان باید مدام با هواهای نفسانی یا علاقه‌های سطحی و آشکار خود مبارزه کند و آنها را قربانی کند تا به علاقه‌های عمیق فطری خود برسید. و انسان این کار را با «عقل» انجام می‌دهد. عقل به ما می‌گوید: فریب این علاقه‌های ظاهری را نخور! علاقه‌ها عمیق‌تر تو لذت بیشتری دارند، از این علاقه‌های سطحی بگذر تا به آن علاقه‌های عمیق خود برسی.

**چرا گنهکارها در خانۀ خدا نمی‌روند؟**

* چرا گنهکارها در خانۀ خدا نمی‌روند؟ چون از خدا بدجوری می‌ترسند و فکر می‌کنند خدا می‌خواهد حساب آنها را برسد. خودشان با خدا قهر هستند و فکر می‌کنند که خدا با آنها قهر است.
* شما وقتی توبه می‌کنید و از خدا می‌ترسید، خدا را چگونه تلقی می‌کنید؟ چرا دلتان می‌گیرد و توبه می‌کنید؟ آیا به خاطر این از خدا عذرخواهی می‌کنید که حرف خدا را گوش نکرده‌اید و حالا می‌ترسید حساب شما را برسد؟! چون می‌ترسید خدا شما را بزند توبه می‌کنید؟ آیا خدا را در طرف مقابل خود می‌بینید؟ در حالی که خدا می‌خواست شما بیشتر لذت ببرید، خدا می‌خواست علاقه‌های فطری خود را شکوفا کنید و بیشتر لذت ببرید، لذا چون شما به خودتان آسیب زده‌اید و بیشتر لذت نبرده‌اید، از شما ناراحت شده است؛ از بس که ما را دوست دارد ناراحت شده است. الان هم نمی‌خواهد شما را بزند، بلکه می‌خواهد شما برگردید.
* امام باقر(ع) می‌فرماید: وقتی بنده‌ای توبه می‌کند انگار خداوند گمشدۀ خود را پیدا کرده است. خدا می‌فرماید وقتی بندۀ گنهکار من می‌آید و توبه می‌کند، مثل کسی هستم که در بیابان سفر می‌کند و در تاریکی شب آذوقۀ خود را گم کرده است و دارد دنبال آذوقۀ خود می‌گردد که ناگهان در دل تاریکی آذوقۀ خود را پیدا می‌کند، او چقدر خوشحال می‌شود؟! من وقتی بندۀ گنهکارم توبه می‌کند و به سمت من برمی‌گردد همان‌قدر خوشحال می‌شوم (إِنَّ اللَّهَ تَبَارَکَ وَ تَعَالَى أَشَدُّ فَرَحاً بِتَوْبَةِ عَبْدِهِ مِنْ رَجُلٍ أَضَلَّ رَاحِلَتَهُ وَ زَادَهُ فِی لَیْلَةٍ ظَلْمَاءَ فَوَجَدَهَا فَاللَّهُ أَشَدُّ فَرَحاً بِتَوْبَةِ عَبْدِهِ مِنْ ذَلِکَ الرَّجُلِ بِرَاحِلَتِهِ حِینَ وَجَدَهَا»(کافی/ج2/ص435)
* لذا باید برگردیم و از اول خداشناسی، انسان‌شناسی و حیات‌شناسی خود را درست کنیم.

9

**1. نیاز به برنامه برای زندگی و بندگی/ برنامه‌ای که «زندگی» ما را بهتر کند «بندگی» ما را هم بهتر می‌کند و بالعکس**

* **نیاز به برنامه:** ما برای زندگی بهتر و بندگی بهتر نیاز به یک برنامۀ خوب داریم و اساساً معتقدیم برنامه‌ای که زندگی ما را بهتر کند بندگی ما را هم بهتر می‌کند و بالعکس، یعنی برنامه‌ای که بندگی ما را بهتر کند زندگی ما را هم بهتر می‌کند.
* **یکسان بودن این برنامه برای دینداران و غیردینداران/امکان گفتگوی متدینین و غیرمتدینین:** در مسیر این برنامه اگر کسی دیندار نباشد، این برنامه می‌تواند او را برای داشتن زندگی بهتر کمک کند و اگر هم دیندار باشد او را برای بندگی بهتر کمک خواهد کرد. لذا چنین برنامه‌ای امکان گفتگوی متدینین و غیرمتدینین را فراهم می‌کند و بسیاری از روایات ما هم به همین سیاق عمل کرده‌اند. یعنی راه‌ و روشی را نشان داده‌اند که اگر کسی نخواهد متدین باشد، به خاطر زندگی خودش بهتر است از این روش بهره بگیرد.

**2. این برنامه باید متناسب با «ساختار وجودی انسان» و «شرایط طبیعی حیات» باشد**

* این برنامه باید متناسب با ساختار وجودی انسان و شرایط طبیعی حیات باشد. یعنی این برنامه نباید خیالی باشد و ربطی به هویت انسانی و ساختار وجودی ما نداشته باشد؛ ضمن اینکه این برنامه باید با ویژگی‌های حیات دنیا و سنت‌های حاکم بر هستی نیز متناسب باشد.
* به عنوان مثال یکی از ویژگی‌های حیات دنیا این است که هر چیزی به انسان می‌دهد از او پس می‌گیرد؛ مثلاً جوانی یا سلامتی می‌دهد و بعد می‌گیرد و این طبع دنیاست.
* **متاسفانه اکثر تعلیمات دینی که الان داریم، بدون توجه به خصوصیات حیات است. اساساً یکی از موضوعاتی که ما در آن ضعف داریم، حیات‌شناسی است. در حالی که بخش عمده‌ای از آیات قرآن ناظر به حیات‌شناسی است.**

**3. مهمترین دارایی‌ انسان قلب به معنای محل تمایلات او است/ گرایش‌های انسان موتور محرکۀ فعالیت‌های اوست**

* **مهمترین دارایی انسان، قلب او به معنای محل تمایلات و گرایش‌های اوست. در واقع مهمترین دارایی‌ ما گرایش‌های ما هستند. گرایش‌های ما هستند که ما را با حیات پیوند می‌زنند و در ما انگیزۀ حرکت ایجاد می‌کنند، در واقع تمایلات انسان موتور محرکۀ وجود او هستند. سلطان روح انسان قلب اوست و قلب همان جایی است که به انسان فرمان می‌دهد که برای تأمین خواسته‌هایش حرکت کند.**

**4. مهمترین ویژگی تمایلات انسان، تعارض این تمایلات است/در ذات انسان درگیری وجود دارد**

* مهمترین ویژگی‌ قلب (تمایلات) انسان، تعارض‌های موجود در میان تمایلات اوست و در این میان انسان مجبور به انتخاب است و طبیعتاً مبارزه و سختی و رنج هم به دنبالش خواهد بود. **یعنی ما با «یک» نوع علاقه، زاده نشده‌ایم بلکه با علاقه‌های «متعدد» و متنوعی زاده شده‌ایم که سمت هر کدام برویم از تمایلات دیگر باز می‌مانیم. لذا در ذات انسان یک درگیری همیشگی میان گرایش‌های متضاد و متفاوت وجود دارد.**

**انسان ناچار است یک علاقه را به نفع علاقۀ دیگر قربانی کند/ فداکاری یعنی گذشتن از یک علاقه به نفع علاقه دیگر/ در ذات انسان قربانی وجود دارد**

* انسان علاقه‌های مختلفی دارد که برخی از آنها اساساً با هم در تضاد و تعارض هستند و دشمن همدیگر هستند. لذا در ذات انسان درگیری و مبارزه وجود دارد، یعنی در ذات انسان قربانی وجود دارد؛ چون انسان همیشه مجبور است یک علاقه را به نفع علاقۀ دیگر قربانی کند.
* در ذات انسان این سرگشتگی، حیرت و انتخاب وجود دارد چون همۀ «علاقه‌ها» را دوست دارد، ولی نمی‌تواند به همۀ آنها برسد. لذا ناچار است بین آنها انتخاب کند. در انتخاب هم فداکاری لازم است، فداکاری یعنی گذشتن از یک علاقه به نفع علاقه‌‌ای دیگر، چون همۀ علاقه‌ها را نمی‌شود با هم داشت. بنابراین در ذات زندگی انسان تلخی و شیرینی با هم است.

**5. دو گروه علاقه در وجود انسان وجود دارد: 1.علاقه‌های «سطحی، آشکار و بالفعل» و 2. علاقه‌های «عمیق، پنهان و بالقوه»**

* در یک دسته‌بندی کلان دو گروه علاقه در وجود انسان وجود دارد؛ 1-علاقه‌های سطحی، آشکار و بالفعل 2-علاقه‌های عمیق، پنهان و بالقوه. معمولاً گروه اول را علاقه‌های غریزی و گروه دوم را علاقه‌های فطری می‌نامند. درگیری و دعوای اصلی در وجود انسان میان این دو گروه علاقه‌ است.
* اگر چه در نگاه اول به نظر می‌رسد که علاقه‌های سطحی قوی‌ترند ولی در واقع این گرایش‌ها و تمایلات عمیق هستند که قوی‌ترند. لذتی که در نتیجه پرداختن به علاقه‌های عمیق و پنهان‌ حاصل می‌شود، بسیار زیاد است و به هیچ وجه قابل مقایسه با لذتی کم و محدودی که از توجه به علاقه‌های سطحی حاصل می‌شود، نیست.‌

**6. انسان تجربه‌اش را از علاقه های سطحی شروع می کند، ولی با آنها پایان نمی‌یابد**

* انسان از علاقه‌های سطحی شروع می‌کند اما با آنها ارضاء نمی‌شود، هیچ انسانی در علاقه‌های سطحی پایان نمی‌یابد و همواره سرگشته خواهد بود.
* در واقع هیچ انسانی با علاقه‌های سطحی قانع نمی‌شود و هر قدر هم بیشتر به علاقه‌های سطحی بپردازد، باز هم اصرار به این ادامه تجربه دارد، چرا که هنوز قانع و راضی نشده است. او هنوز متوجه علاقه اصلی و عمیق خود که فقط با آن قانع می‌شود، نشده است.

**7. انتهای علاقه‌های عمیق و فطری انسان، خدا خواهی محض و اشتیاق به ملاقات خداست / نقطۀ محوری ایمان «خدا هست» نیست، «دوست دارم خدا را ملاقات خدا کنم» است**

* **انتهای علاقه‌های عمیق و فطری انسان خداخواهی محض، عشق به تقرب و اشتیاق به ملاقات خداست. عشق مرکزی پنهان در قلب انسان همین حب الله است و انسان هیچ چیز دیگری را این‌قدر نمی‌خواهد، ولی این خواسته در قلب انسان محجوب است و غالباً خواسته‌های سطحی روی آن را گرفته است و نمی‌گذارد انسان به این خواستۀ عمیق خود برسد. نقطۀ محوری ایمان این نیست که «خدا هست» این مقدمۀ ایمان است، نقطۀ محوری ایمان این است که «من دوست دارم به ملاقات خدا برسم»**

**8. «تنها مسیر» چشم‌پوشی از علاقه‌های ظاهری و بالفعل برای رسیدن به علاقه‌های عمیق و بالقوه است**

* تنها راه یا «تنها مسیر» برای داشتن یک زندگی یا بندگی خوب، این است که از علاقه‌های ظاهری و بالفعل چشم‌پوشی کنیم تا به علاقه‌های عمیق و بالقوه برسیم. باید علاقه‌های سطحی خود را قربانی کنیم و مبارزۀ با نفس و حرکت ما از همین‌جا آغاز می‌شود. همۀ مفاهیم دینی از جمله ایمان، تقوا، قیامت، جهنم و بهشت و ... کارکردشان این است که ما را در این راه ببرند. حتی کارکرد اولیاء خدا و محبت به آنها نیز در همین راستا تعریف می‌شود، البته نقش اباعبدالله الحسین(ع) در این میان ویژه است.

**محبت به امام حسین(ع) تنها علاقۀ «فطری، بالقوه و پنهان» است که به سادگی می‌توان آن را در قلب خود، کشف کرد**

* امام حسین(ع) عالی‌ترین فرصت مکاشفۀ فطرت برای انسان است. محبت به امام حسین(ع) تنها علاقۀ فطری، بالقوه و پنهانی است که انسان به سادگی می‌تواند آن را در قلب خود کشف و پیدا کند؛ و حتی آدم‌هایی که زیاد خوب نیستند نیز می‌توانند.
* برای پیدا کردن علاقۀ به خدا، باید تمام حب الدنیا را در دلت از بین ببری، ولی برای پیدا کردن علاقۀ به حسین(ع) این‌گونه نیست؛ یعنی با داشتن حب الدنیا هم می‌شود حسین(ع) را دوست داشت و شیرینی محبت او را تجربه کرد. اگر کسی می‌خواهد حب الله را تجربه کند و بفهمد که از چه جنسی است، می‌تواند با تجربه کردن و چشیدن لذت محبت حسین(ع) به این درک برسد.

**9. مهمترین «توانایی» انسان قدرت اولویت‌بندی بین تمایلات است که نامش «عقل» است /مهمترین دارایی «تمایلات» و مهمترین توانایی «عقل» است**

* وقتی فهمیدیم همۀ علاقه‌ها را نمی‌شود با هم داشت و ناچار هستیم بین آنها انتخاب کنیم، باید ببینیم به چه وسیله‌ای باید این کار را انجام دهیم؟ مهمترین توانایی انسان قدرت اولویت‌بندی بین تمایلات است که نام این قدرت «عقل» است. پس به طور خلاصه می‌توان گفت: مهمترین «دارایی» انسان تمایلات اوست و مهمترین «توانایی» انسان عقل است.
* عقل به ما می‌گوید: عشق جاودانه و لذت همیشگی قطعاً بهتر است. در این میان یک درگیری همیشگی بین عقل و هوای نفس به وجود می‌آید، چون عقل گرایش‌های برتر و عمیق‌تر و ماندگارتر را انتخاب می‌کند ولی هوای نفس گرایش‌های کمتر و سطحی‌تر و آشکارتر را انتخاب می‌کند.
* بر اساس روایتی از رسول خدا(ص)، هر بار که انسان به حرف هوا گوش دهد، قسمتی از عقلش از او جدا می‌گردد که دیگر برنمی‌گردد. (مَن قارَفَ ذَنباً فارَقَهُ عَقلٌ لا یَرجِعُ إلَیهِ أبداً؛ میزان الحکمه/ حدیث6751)

**10. پرداختن به تمایلات سطحی دو مشکل دارد: 1. انسان با ارضاء آنها به آرامش نمی‌رسد 2. هیچ‌گاه به همۀ آنها نمی‌رسد**

* اگر انسان به تمایلات ظاهری خودش تن بدهد دو تا مشکل پیدا می‌کند: 1- با ارضاء تمایلات سطحی به آرامش نمی‌رسد 2- به همان تمایلات سطحی هم نمی‌رسد یا نمی‌تواند به همۀ این تمایلات سطحی خود برسد. به بیان دیگر، چه به ارضاء این تمایلات برسد و چه نرسد در هر دو صورت حالش گرفته است.

**11. پرداختن به تمایلات عمیق دو مشکل دارد: 1. ابتداءً قابل تجربه نیستند 2. برای رسیدن به آنها باید از برخی لذت‌های سطحی چشم‌پوشی کرد**

* اگر کسی به دنبال تمایلات عمیق خود برود چه اتفاقی برایش خواهد افتاد؟ رسیدن به تمایلات عمیق نیز دو مشکل دارد:
* اول. ابتداءً قابل تجربه نیستند؛ یعنی این امکان وجود ندارد که انسان اول علاقه‌های فطری عمیق خود را تجربه کند و لذت آنها را بچشد، و بعد به دنبال آنها برود. مگر در یک مورد خاص و آن هم محبت به اباعبدالله الحسین(ع) است.
* دوم. دومین مشکل تمایلات عمیق، این است که برای رسیدن به آنها باید از یک‌سری لذت‌ها و تمایلات سطحی چشم‌پوشی کنیم و آنها را قربانی کنیم. لذا در ابتدا که انسان می‌خواهد از این تمایلات سطحی بگذرد کمی سخت است، به‌ویژه اینکه هنوز لذت تمایلات عمیق را نچشیده ولی از هوس‌های خود صرفنظر کرده است. اما باید در این مرحله صبر کند تا «کم‌کم» به نتیجه برسد. معمولاً ترس انسان از اینکه نکند «از اینجا رانده و از آنجا مانده» شود، نمی‌گذارد انسان‌ها سعادتمند شوند. باید بر این ترس کاذب غلبه کرد و همۀ انبیاء الهی نیز آمده‌اند به ما بگویند که نترسیم چون «خبری هست».

**12. مبارزه با تمایلات سطحی نیاز به «برنامه» دارد و دین برنامۀ این مبارزه را به ما می‌دهد/ چرا «بدون برنامه» نمی‌شود مبارزه کرد؟**

* مبارزه با تمایلات سطحی نیاز به برنامه دارد و دین برنامۀ این مبارزه را در اختیار انسان قرار می‌دهد. برآیند، سر جمع و فلسفۀ تمام برنامه‌های دین مبارزه با هوای نفس است، حتی عبادت‌ها‌.
* چرا بدون برنامه نمی‌شود مبارزه کرد؟ چون مبارزه به این معنا نیست که یک‌باره همۀ تمایلات ظاهری خود را دور بریزیم! بلکه بسیاری از تمایلات سطحی خود را در ابتدا نباید قربانی کنیم، مثلاً اگر گرسنه شدیم باید غذا بخوریم، اگر میل به ازدواج پیدا کردیم باید ازدواج کنیم.
* اگر قرار بود که یک‌باره همۀ تمایلات سطحی و ظاهری خود را دور بریزیم و مانند برخی مرتاض‌ها همۀ تمایلات و نیازهای ابتدایی خود را قربانی کنیم، نیاز به این برنامه نداشتیم. اصلاً یکی از سختی‌های مهم «برنامه» همین است که باید به برخی از همین تمایلات سطحی پاسخ مثبت دهیم.

**13. مهمترین ویژگی حیات انسان، رنج است نه لذت/ با سختی آسانی هم هست، ولی اصل با سختی است**

* مهمترین ویژگی حیات انسان، رنج است نه لذت. یعنی اصل در حیات دنیا با سختی و رنج است. (لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسانَ فی‏ کَبَد؛ بلد/4) البته در کنار سختی‌ها آرامش هم هست. «إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ یُسْراً»(انشراح/6) یعنی با سختی آسانی هم هست، ولی اصل با سختی است. این‌طور نیست که در دنیا همۀ شرایط برای داشتن یک زندگی لذت‌بخش برای ما فراهم باشد و مشکل ما فقط این باشد که باید از خواسته‌های سطحی خود بگذریم تا به آن زندگی لذت‌بخش دنیایی دست پیدا کنیم، بلکه سختی‌ها و محرومیت‌ها در ذات حیات دنیا نیز وجود دارد.
* رنج‌های دنیا را می‌توان به دو نوع ثابت و متغیر تقسیم کرد. یک‌سری رنج‌ها به صورت ثابت و سازمانی برای همه وجود دارد یعنی همه باید این رنج‌ها را بکشند، مثلاً زن‌ها رنج زایمان دارند و این یک واقعیت است.

**خیلی‌ها با خیال‌پردازی می‌خواهند از این واقعیت که «ما ناچاریم رنج بکشیم» فرار کنند**

* متاسفانه بسیاری اوقات ظرفیت شنیدن و پذیرش اینکه زندگی انسان چقدر با رنج و سختی توأم است وجود ندارد و خیلی‌ها حاضر نیستند این واقعیت را که ما ناچاریم رنج بکشیم، بپذیرند. از آنجایی که ما دوست نداریم رنج و سختی بکشیم می‌گوییم انشاء الله یک راهی برای فرار از این رنج‌ها وجود دارد! در حالی که این یک خیال‌پردازی بیش نیست. دامنۀ این خیال‌پردازی‌ها به حدّی است که ما از ترس افراد عافیت‌طلب و خیال‌پرداز جرأت نمی‌کنیم فهرست رنج‌های ثابت و متغیر دنیا را به زبان بیاوریم.
* پس تعریف مختصر زندگی انسان می‌شود «سختی و مبارزه» که سختی در ذات حیات دنیا هست و مبارزه را باید با هوای نفس و تمایلات خود انجام دهیم و این دو تا با هم است.

**آرزوها و تمنّاهای نفسانی، آدم را کور می‌کند و نمی‌گذارد سختی‌های حیات و «مرگ» را ببیند**

* متاسفانه خیلی از آدم‌ها به خودشان دروغ می‌گویند و خودشان را فریب می‌دهند و نمی‌خواهند واقعیت‌های حیات را ببینند. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: آرزوها و تمناهای نفسانی، آدم را کور می‌کند و نمی‌گذارد ببیند؛ الْأَمَانِیُ‏ تُعْمِی‏ عُیُونَ‏ الْبَصَائِرِ»(غررالحکم/روایت1417)
* یکی از محورهای کلیدی تلخی دنیا اجل (مرگ) است. توجه به مسألۀ مرگ، به انسان می‌فهماند که واقعاً دنیا تلخ است و نمی‌گذارد شیرینی دنیا در کام انسان بنشیند. ولی تمایلات نفسانی و آرزوهای دور و دراز، آدم را کور می‌کند و نمی‌گذارد سختی‌های حیات و حتی «مرگ» را ببیند. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «آرزو حجاب اجل است؛ الْأَمَلُ‏ حِجَابُ‏ الْأَجَل»(عیون الحکم/ص43)
* امیرالمؤمنین(ع) در جای دیگری می‌فرماید: « آرزو، مایۀ سلطنت و چیرگى شیطانها بر دلِ غافلان است؛ الْأَمَلُ‏ سُلْطَانُ‏ الشَّیَاطِینِ عَلَى قُلُوبِ الْغَافِلِین»‏(غررالحکم/روایت1853)
* رسول گرامی اسلام(ص) می‌فرماید: آدم علیه السلام پیش از آن که مرتکب گناه شود اجلش در برابر دیدگان او بود و آرزویش پشت سرش. اما چون گناه ورزید خداوند آرزویش را جلو چشم او نهاد و اجلش را پشت سرش. این است که آدمى تا دم مرگ همچنان آرزو دارد؛ إنّ آدمَ قَبْلَ أن یُصیبَ الذَّنْبَ کانَ أجلُهُ بینَ عَیْنَیْهِ و أملُهُ خَلْفَهُ، فلمّا أصابَ الذَّنْبَ جَعَلَ اللّه ُ أملَهُ بینَ عَیْنَیْهِ وأجلَهُ خَلْفَهُ، فلا یَزالُ یُؤَمِّلُ حتّی یَمُوتَ ؛ میزان الحکمه/روایت756)

**14. تعریف مختصر زندگی انسان: سختی + مبارزه / قدم اول این است که 1. بپذیریم دنیا تلخ است و 2. تلخی مبارزه با نفس را به آن اضافه کنیم**

* اجل یکی از محورهای کلیدی تلخی دنیا است؛ نمی‌گذارد شیرینی دنیا از کامت پایین برود؛ تسلیم شو. دنیا همین است، خود را فریب نده. بیا بر دنیا سوار شود، نمی‌توانی دنیا را گول بزنی. دنیا تلخی‌های خاص خودش را دارد، بیا سوار شو برو. بیا از روی دنیا بپر. اگر درگیر دنیا و آروزهایش بشوی، تیغ و خارش می‌رود در وجودت، سوراخت می‌کند، جگرت را آتش می‌زند. چاره‌اش این است که از روی آن بپری. بیا لذت ببر.
* قدم اول برای لذت بردن، این است که بپذیری دنیا تلخ است. بعد و علاوه بر پذیرش سختی‌های حیات دنیا، یک مقدار مردانگی کنی و با مبارزه با هوای نفس خودت کمی به این تلخی اضافه کنی تا در همین دنیا به شیرینی جاودانه برسی. در این صورت دنیا در مُشت تو خواهد بود و ما سوار بر دنیا خواهیم بود، نه اینکه دنیا و آروزها و تمنّاهای دنیوی سوار بر ما شوند.
* اگر به خاطر تلخی‌ها و سختی‌های دنیا از دنیا بگذریم و با هوای نفس خودمان هم مبارزه کنیم، به اینجا می‌رسیم که دنیا خودش به دنبال ما راه می‌افتد و خودش را در اختیار ما قرار می‌دهد.
* بنابراین تعریف مختصر زندگی انسان می‌شود: سختی و مبارزه؛ سختی‌ای که دنیا می‌دهد و مبارزه‌ای که هرکس باید با تمایلات سطحی نفسش بکند.

10

**خلاصه‌ای از مباحث گذشته/ از ابتدا باید قربانی کردن را یاد بگیریم**

* در جلسات قبل تلاش کردیم بر اساس «واقعیت‌های وجود انسان» یعنی چگونگی وجود انسان و اینکه برای چه چیزی آفریده شده و همچنین بر اساس «واقعیت‌های حیات دنیا» و اینکه چگونه طراحی شده، به برنامه‌ای برای رشد خود دست پیدا کنیم. گفتیم که محور اصلی حرکت در وجود انسان، «مبارزه با نفس» است. انسان از ابتدا لازم است قربانی کردن را یاد بگیرد. در وجود انسان چند نوع علاقه وجود دارد که نمی‌تواند به همۀ آنها برسد. دنیای ما هم دنیایی است که سرشار از درد و رنج است و به اصطلاح حال انسان را زیاد می‌گیرد. و در مواردی هم که او را تحویل می‌گیرد، برای این است که بعد از آن دوباره حالش را بگیرد.
* علت اینکه در دنیا چنین شرایطی طراحی شده، این نیست که اساساً تلخی از شیرینی ارزشمندتر است. خداوند متعال هم که از اذیت شدن ما لذتی نمی‌برد؛ بلکه این سختی‌ها و رنج‌ها برای تولید ارزش افزوده و ایجاد تغییر است. چون اصولاً برای ایجاد ارزش افزوده و تغییر باید از چیزی که دوست داری، بگذریم و الّا اگر چیزی را دوست داشته باشیم و به سمت آن برویم، تغییر و ارزش افزوده‌ای تولید نکرده‌ایم.

**چرا در این مسیر باید بر رنج تاکید کرد؟/ انسان از بس لذت را دوست دارد، فکر می‌کند در دنیا به آن می‌رسد/ برای جلوگیری از این اشتباه، باید به رنج توجه کرد**

* اگر می‌خواهیم قیمت پیدا کنیم و حرکت ما ارزش پیدا کند، و مثل حرکت نباتات و حیوانات و ملائکه نباشد، باید از یک طرف علاقه‌ای در جهت خلاف خدا ما را بکشاند و از طرف دیگر علاقۀ دیگری ما را به سوی خدا بکشاند.
* **هر موقع ما خلاف امیال سطحی خود عمل می‌کنیم، یک قدم به سوی خدا برداشته‌ایم؛ قدمی که به ما قیمت می‌دهد. چون این صحنه(اقدام برخلاف امیال سطحی) هموارده اتفاق می‌افتد، پس ما با رنج به سمت خدا حرکت می‌کنیم.**
* **چرا در این مسیر، باید بر روی رنج و سختی تاکید کرد؟ چون انسان از بس خوشی و راحتی و آسایش و شادمانی را دوست دارد، فکر می‌کند که آن را در همین دنیا به دست خواهد آورد. به این ترتیب خودش، خودش را به اشتباه می‌اندازد. برای اینکه انسان به چنین اشتباهی نیافتد، باید رنج را به اندیشۀ خودش وارد کند. ما نه تنها باید از فواید توجه به رنج و تسلیم شدن به رنج و پذیرش رنج با هم صحبت کنیم، بلکه باید ضررهای عدم توجه به رنج را هم در نظر بگیریم.**

**چرا مسأله رنج را باید حل کرد؟ / 1. کسی که تکلیف خود را با رنج مشخص نکرده‌ باشد، در مراحل نهایی رنج، دوام نمی‌آورد**

* اگر کسی مسألۀ رنج کشیدن در دنیا را برای خود حل نکرده و مسیر خود را با موضوع رنج شروع نکند و با آن همراه نباشد، حتی اگر آدم خوبی بشود، احتمالاً خوبی‌هایش ظاهری بوده و حتی ممکن است آدم خطرناکی بشود. بعضی‌ها هستند که در دینداری و مذهبی‌گری رنج می‌کشند، ولی اصل رنج را نپذیرفته‌اند و منتظر هستند به واسطۀ دینداری هم که شده، یک زمانی به آسایش برسند.
* چرا خوارج در مقابل حضرت علی(ع) ایستادند؟ آنها که عمری را در رنج زهد و عبادت به سر برده بودند! اما وقتی یک ذرّه رنج به رنج‌هایشان از طرف حضرت علی(ع) اضافه شد، بُریدند و به روی حضرت علی(ع) شمشیر کشیدند. اگر کسی تکلیف خودش را با رنج مشخص نکرده‌ باشد، در مراحل نهایی رنج، کم می‌آورد.
* در زندگی حضرت ابراهیم(ع) هم داستان رنج مشخص است. حضرت ابراهیم(ع) رنج‌های زیادی کشیده است تا به پیغمبری رسیده و در مسیر پیغمبری هم رنج کشیده است. بعد هم رنج کشیده است تا خدا به او فرزندی عنایت کرده و در مسیر بزرگ کردن پسرش و بنا کردن خانۀ کعبه با پسرش هم رنج کشیده؛ حالا که ابراهیم(ع) همۀ این رنج‌ها را پذیرفته است، خداوند به او می‌گوید باید پسرت را هم قربانی کنی! واقعاً چقدر می‌توان رنج‌ها را پذیرفت؟ کسی که «اصل رنج کشیدن» در دنیا را برای خودش حل نکرده باشد، در مراحل نهایی می‌بُرد و نمی‌تواند داوم بیاورد.

**بعضی‌ها از یک زمانی به بعد از رنج کشیدن برای خدا خسته می‌شوند/باید بدانیم که رنج تا آخر ادامه دارد**

* **چرا این‌قدر به عاقبت به خیری توجه داده شده است؟ چون هر کسی برای دین و عبادت، زحمت بیشتری بکشد، بیشتر در معرض سقوط است. کسی که یک عمر خودداری کرده است، اگر مسأله رنج را حل نکرده باشد، بیشتر در خطر است و مدعی یا طلبکار می‌شود و اگر خدا یک رنج دیگر اضافه کند، دیگر نمی‌تواند تحمل کند و خواهد بُرید. و خیلی‌ها بوده‌اند که بُریده‌اند.**
* برخی انسان‌ها از یک زمانی به بعد از رنج کشیدن برای خدا خسته می‌شوند. لذا یکی از علت‌های لزوم توجه به رنج، این است که اگر رنج تو ادامه پیدا کند، از یک جایی به بعد ممکن است دوام نیاوری، مگر اینکه بدانی که این رنج ادامه پیدا خواهد کرد و اصل استمرار رنج در دنیا را پذیرفته باشی.
* خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «از میان مؤمنین برخی مردان هستند که صادقانه پای عهدشان تا آخر می‌ایستند و بعضی از ‌ایشان شهید شده‌اند و برخی منتظر شهادتند؛ مِنَ الْمُؤْمِنِینَ رِجَالٌ صَدَقُوا مَا عَاهَدُوا اللَّهَ عَلَیْهِ فَمِنْهُم مَّن قَضَى نَحْبَهُ وَ مِنْهُم مَّن یَنتَظِرُ وَ مَا بَدَّلُوا تَبْدِیلًا»(احزاب/23). یعنی منتظران شهادت، هم‌سطح شهدا هستند. چون تا آخر ایستاده‌اند. چیزی که مهم است تا آخر ایستادن است. ارزشی که خدا در این ایه به گروهی از مؤمنین می‌دهد، مربوط به شهید بودنشان نیست، مربوط به تا آخر ایستادن است؛ بعضی‌هاشون شهید شدند، و برخی منتظر مانده‌اند.
* چرا خدا گروهی از مؤمنین را جدا می‌کند؟ چون همۀ مؤمنین اهل تا آخر ایستادن نیستند؛ نمی‌کشند. اکثر رزمندگان صدر اسلام بعد از آن همه جهاد در رکاب رسول خدا(ص)، کم آوردند و نابود شدند. آدم از یک زمانی به بعد خسته می‌شود از رنج کشیدن در راه خدا، کم کم از خدا طلبکار هم می‌شود. می‌گوید: «چقدر رنج بکشیم؟ بد کردیم تقوا پیشه کردیم؟ بد کردیم دیندار شدیم؟ بد کردیم جهاد کردیم؟ حالا باز هم باید رنج بکشیم؟»
* همین که انسان به یک رنج عادت کرد، باید رنج را در سطح بالاتری تجربه کند. کمی شبیه فیزیوتراپی است. در فیزیوتراپی، در ابتدا درد چندانی ندارد، دردهایش قسمتهای آخرش است. در دینداری هم همینطور است. معمولا در ابتدای راه انسان زیاد زجر نمی‌کشد.
* خدای اسلام، وقتی می‌خواهد ببیند کسی تسلیم است، نگاه نمی‌کند ببیند چه کسی تسلیم شده. مدام امتحان می‌گیرد، ببینید آیا تسلیم است؟ مدام سختی می‌دهد، ببیند آیا واقعاً تسلیم است؟ به حدی که امام حسین(ع) در مناجات خود در گودی قتلگاه می‌گوید: «خدایا من هنوز تسلیم هستم!» بعد شما ببینید آیا رنجی بوده که خدا به امام حسین(ع) نداده باشد؟

**چرا مسأله رنج را باید حل کرد؟ / 2. اگر کسی تکلیفش را با رنج مشخص نکند، به جای پریدن از روی موانع، عافیت‌طلبانه از کنار آنها رد می‌شود**

* دلیل دوم برای اینکه چرا مسأله رنج را باید حل کرد، این است که اگر کسی تکلیف خود را با رنج مشخص نکرده‌ باشد، به جای پریدن از روی موانع، عافیت‌طلبانه از کنار آنها رد می‌شود. یعنی در این صورت مسلمانی ما با عبور کردن از کنار موانع و سختی‌های مقابل ما خواهد بود نه با درگیری با آنها. به عبارت دیگر به جای «پریدن از روی مانع»، از کنار آن عبور کرده‌ایم.
* بعضی‌ها یک عمر مسلمانی می‌کنند در حالیکه با زرنگی مسلمانی کرده‌اند؛ یعنی اگر رنج پیش بیاید، به جای اینکه به خاطر خدا آن را بپذیرند، از کنار آن فرار می‌کنند. یعنی جاهایی که راه‌دستشان بوده و برایشان آسان بوده است، مسلمانی کرده‌اند اما جاهایی که خدا خواسته است که مبارزه با نفس کنند تا رنج بکشند، از کنار آن موانع عبور کرده‌‌اند. وقتی ما به جای پریدن از روی مانع، از کنار آن عبور می‌کنیم و خود را از رنج مبارزه با نفس رها می‌کنیم، فرصت رشد خود را از بین برده‌ایم.

**بعضی‌ها خیلی عافیت‌طلبانه دینداری می‌کنند/ عافیت‌طلبی باعث می‌شود انسان هیچگاه مورد توهین و شماتت قرار نگیرد**

* بعضی‌ها خیلی عافیت‌طلبانه دینداری می‌کنند؛ عافیت‌طلبی چنین مسلمانانی باعث شده است که مورد توهین و شماتت قرار نگیرند و حالشان گرفته نشود. یعنی خیلی مواظب خودشان بوده‌اند که یک موقع سختی و رنجی نکشند. البته باید توجه داشته باشیم که رنج‌هایی که خدا می‌دهد، متناسب با ظرفیت و استعداد افراد است. اگر انسان مشکل رنج را برای خودش حل کرده باشد، از اینگونه خوب بودن‌ها و دینداری‌های عافیت‌طلبانه در امان خواهد بود.

**امام باقر(ع) به محمدبن مسلم فرمود: تواضع کن! و او فهمید که دینداری‌اش اشکال دارد**

* محمدبن مسلم آدم محترم و ثروتمندی بود. امام باقر(ع) به او یک کلمه فرمودند که تواضع کن. و او این تذکر را پذیرفت. شاید به فکر فرو رفت که «مشکل من چه بود و دینداری من چه اشکالی داشت که آقا فرمود تواضع کن؟ انگار عمری است دینداری کرده‌ام ولی تکبرم برطرف نشده است. لابد یک مانعی داشته‌ام و الا نماز باید همه چیز را درست می‌کرد.» به کوفه برگشت. یک سبد خرما و یک ترازو برداشت و کنار درب مسجد جامع شهر نشست و شروع کرد با صدای بلند خرما فروختن. قوم و قبیله او آمدند و گفتند: «ما را مفتضح کردی و آبروی ما را بردی! این چه کاری است می‌کنی؟!» محمدبن مسلم گفت: «مولای من دستوری داده است و من با آن مخالفت نمی‌کنم.» یعنی: من باید حال نفس خودم را بگیرم. من، خراب کرده‌ام و آقایم گفته است برو تواضعت را زیاد کن. من باید این‌طوری حال خودم را بگیرم. اگر من خوب شده‌ام، پس چرا هنوز این نقطه ضعف‌ها را دارم؟ اقوام او وقتی موفق نشدند، برای اینکه آبروی خودشان حفظ کنند، او را به بیابان بردند و گفتند: اگر اصرار داری که مشغول خرید و فروش باشی، (کار پست و سطح پائین انجام دهی) به آسیابانى بپرداز. محمّد بن مسلم هم آسیاب و شترى خرید و به کار آسیابانى پرداخت. (عن أبی النَّصرِ: سَألتُ عبدَ اللّه ِ بنَ محمّدِ بنِ خالدٍ عَن محمّدِ بنِ مُسلمٍ فقالَ : کانَ رجُلاً شَریفا مُوسِرا ، فقالَ لَهُ أبو جعفرٍ علیه السلام : تَواضَعْ یا مُحمّدُ، فلَمّا انصَرَفَ إلَى الکوفَةِ أخَذَ قَوصَرَةً مِن تَمرٍ مَع المِیزانِ ، و جَلَسَ على بابِ مَسجِدِ الجامِعِ و صارَ یُنادی علَیهِ، فأتاهُ قَومُهُ فقالوا لَهُ : فَضَحتَنا! فقالَ : إنّ مَولای أمَرَنی بأمرٍ فلَن اُخالِفَهُ ، و لَن أبرَحَ حتّى أفرَغَ مِن بَیعِ ما فی هذهِ القَوصَرةِ . فقالَ لَهُ قَومُهُ : إذا أبَیتَ إلاّ أن تَشتَغِلَ بِبَیعٍ و شِراءٍ فاقعُدْ فی الطَّحّانِینَ ، فهَیّأَ رَحىً و جَمَلاً و جَعلَ یَطحَنُ؛ الإختصاص/51)

**اگر انسان مسأله رنج را برای خودش حل نکند، دینداری می‌کند ولی دینداری‌اش خاصیت رشددهندگی چندانی ندارد**

* اگر مسأله رنج را برای خودت حل نکنی، دینداری می‌کنی ولی دینداری‌ات خاصیت رشددهندگی چندانی ندارد! اگر ما به جای محمدبن مسلم بودیم، چه می‌کردیم؟ می‌گفتیم خب: بله! باید تواضع کنم. همین لبخندی که من به دیگران می‌زنم، تواضع من است. این یعنی از کنار مانع رد شدن و از روی آن نپریدن.
* البته همیشه راه این نیست که برای بدست آوردن تواضع کارهای پست انجام دهید؛ چون درد و دوای هرکس ممکن است متفاوت باشد. ولی امتحان‌ها و آزمایش‌هایی که خداوند برای شما پیش می‌آ‌ورد را درست انجام دهید و به هر سازی که خدا زد، برقصید. خدا هر کسی را یک جوری با رنج آزمایش میک‌ند و تو باید مسأله رنج را برای خودت حل کرده باشی. رنجی که ناشی از پا گذاشتن روی هوای نفس است را باید برای خودت حل کرده باشی.

**یکی از رنج‌هایی که خدا به رخ ما می‌کشد، مرگ است/انسان نباید از مرگ که تلخ‌ترین واقعه زندگی اوست، غافل شود**

* یکی از رنج‌هایی که خدا به رخ ما می‌کشد، مرگ است. چرا خداوند مرگ را این‌قدر سخت، وحشت انگیز و هولناک قرار داده است که یاد آن لذت‌ها را از بین می‌برد؟ چون می‌خواهد تو از روز اول با مرگ زندگی کنی. لذا می‌فرماید: «مرگ و زندگی را آفرید ؛ الَّذِی خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَیَاةَ»(ملک/2) در این آیه می‌بینید که خدا ابتدا مرگ را بیان می‌کند؛ گویا خدا مرگ را قبل از زندگی آفریده است! رسول خدا(ص) می‌فرماید: «اگر مرگ انسان را موعظه کند، کافی است؛ کَفَى‏ بِالْمَوْتِ‏ وَاعِظا»(کافی/2/275)
* مرگ را فراموش نکنید. ما با تلخی و رنج باید خودمان را تربیت کنیم. مرگ واقعاً آدم را آدم می‌کند؛ و مرگ، تلخ و رنج‌آور است. انسان نباید از مرگ که تلخ‌ترین واقعه زندگی انسان است، غافل شود.
* امام صادق(ع) می‌فرمایند: «یاد کردن مرگ شهوات و تمایلات نفسانى را در قلب انسان نابود کرده و ریشه‏هاى غفلت را از دل می‌کَند، و قلب را به وعده‏هاى الهى تقویت نموده و طبیعت و فطرت انسانى را لطیف و نرم می‌کند و نشانه‏هاى هوى و هوس را مى‏شکند، و آتش حرص و طمع را خاموش می‌کند، و دنیا و زندگى دنیوى را در نظر انسان کوچک و خوار مى‏کند.... و اگر کسى از جریان مرگ عبرت نگرفته، و در مورد بیچارگى و حالت ضعف، عجز و ذلت خود تفکر نکرده باشد و از مدت طولانی اقامت در قبر، و حالت تحیّر و وحشت خود در قیامت و محشر تفکر نکند، در چنین کسى خیر و امید سعادتى نخواهد بود. (‏ذِکْرُ الْمَوْتِ‏ یُمِیتُ‏ الشَّهَوَاتِ فِی النَّفْسِ وَ یَقْطَعُ مَنَابِتَ الْغَفْلَةِ وَ یُقَوِّی الْقَلْبَ بِمَوَاعِدِ اللَّهِ تَعَالَى وَ یُرِقُّ الطَّبْعَ وَ یَکْسِرُ أَعْلَامَ الْهَوَى وَ یُطْفِئُ نَارَ الْحِرْصِ وَ یُحَقِّرُ الدُّنْیَا وَ هُوَ مَعْنَى مَا قَالَ النَّبِیُّ ص فِکْرُ سَاعَةٍ خَیْرٌ مِنْ عِبَادَةِ سَنَةٍ وَ ذَلِکَ عِنْدَ مَا تَحُلُّ أَطْنَابَ خِیَامِ الدُّنْیَا وَ تَشُدُّهَا بِالْآخِرَةِ وَ لَا یَسْکُنُ نُزُولُ الرَّحْمَةِ عِنْدَ ذِکْرِ الْمَوْتِ بِهَذِهِ الصِّفَةِ وَ مَنْ لَا یَعْتَبِرُ بِالْمَوْتِ وَ قِلَّةِ حِیلَتِهِ وَ کَثْرَةِ عَجْزِهِ وَ طُولِ مُقَامِهِ فِی الْقَبْرِ وَ تَحَیُّرِهِ فِی الْقِیَامَةِ فَلَا خَیْرَ فِیهِ؛ مصباح الشریعه/171)

**رنج، رقّت طبع و لطافت می‌آورد/ یاد مرگ در رزمندگان دفاع مقدس لطافت‌های عجیبی ایجاد کرده بود**

* گویا کسی که از مرگ عبرت نگیرد، دیگر آدم شدنی نیست. رنج، رقت طبع می‌آورد و اگر انسان به رنج مرگ توجه کند، روحش رقیق و لطیف می‌شود. «یاد مرگ» بین رزمندگان دفاع مقدس، لطافت‌های عجیبی ایجاد کرده بود. ولی راه تلخ و سخت ایجاد لطافت روحی با یاد مرگ، یک راه شیرین و میان‌بُر هم دارد؛ لطیف شدن با یاد کربلا و امام حسین(ع) ...

11

**رنج اصالت ندارد، اما برای «مبارزه با هوای نفس» و ایجاد ارزش افزوده، رنج کشیدن قطعی است/ اصل عمل صالح انسان، عملی است که در مخالفت با هوای نفس باشد**

* مسیر اصلی حرکت ما بر اساس ویژگی‌های انسان و حیات، مبارزه با هوای نفس است. وقتی در مسیر دین، کمال و خوبی‌ها حرکت می‌کنید، راه اصلی بر اساس حیات و ویژگی‌های انسان مبارزه با دوست‌داشتنی‌ها است. **مبارزه با دوست‌داشتنی‌ها، چه به صورت تکلیف باشد(توسط دستورات) و چه بر ما تحمیل شود(توسط مقدرات)، رنج نام دارد. البته در کنار رنج، نعمت هم وجود دارد. مسیر ما، مبارزه با هوای نفس است و رنج، اصالت ندارد ولی برای مبارزه با هوای نفس، رنج کشیدن قطعی است. اصل عمل صالح انسان، عملی است که در مخالفت با هوای نفس باشد.** البته نوع رنجی که در مبارزه با هوای نفس با برنامه الهی پیش می‌آید، با خیلی از رنج‌های دیگر متفاوت است؛ این جلسه می‌خواهیم کمی بیشتر در این زمینه گفتگو کنیم.
* رنج اصالت ندارد، اما ما برای ایجاد ارزش افزوده خلق شده‌ایم و این کار نیاز به مبارزه با هوای نفس دارد و مبارزه با هوای نفس هم، رنج دارد.

**انسان خودش را بیشتر با ناخوشی‌ها درگیر می‌داند، لذا ابتدا باید تکلیف خود را با رنج مشخص کند**

* در میان تکالیف الهی ممکن است از برخی از دستورات خوشمان بیاید، اما اصل دستورات و اصل اعمال صالح ما که باعث رشد ما می‌شود، اعمالی هستند که مخالف هوای نفس ما هستند. اصل وضعیت ما نسبت به پروردگار، صبر و رضایتی است که در رنج‌ها داریم، اصل وضعیت ما بودن در خوشی‌ها نیست. گرچه خوشی‌ها طبیعی و هستند و شکرش را هم باید به جا آورد، اما اصل عمل صالح رنج کشیدن است. چرا؟
* از طرفی، امام صادق(ع) می‌فرماید: «قلب انسان این‌طور سرشته شده که از کسی که به او نفع برساند خوشش می‌آید و نسبت به کسی که به او ضرر می‌رساند، بغض پیدا می‌کند؛ جُبِلَتِ الْقُلُوبُ ‏عَلَى ‏حُبِ‏ مَنْ ‏یَنْفَعُهَا وَ بُغْضِ مَنْ أَضَرَّ بِهَا»(کافی/ج8/ص152). از طرف دیگر، انسان صدها نعمت را فراموش می‌کند، ولی یک رنج کوچک و گذرا را مدام پیش چشم خود می‌آورد. در نتیجه اگر به انسان صدها خوشی داده شود، ولی یک ناخوشی هم داده شود، توجه او به آن یک ناخوشی جلب می‌شود. لذا وقتی انسان می‌خواهد با خدا تسویه حساب کند، همه خوشی‌ها را کنار می‌گذارد و یک ناخوشی را وسط می‌کشد و به خدا اعتراض می‌کند که چرا این ناخوشی را به من دادی؟!
* به عبارت دیگر انسان طبیعتاً خودش را بیشتر با ناخوشی‌ها درگیر می‌داند، لذا برای اینکه بتواند به سلامت این مسیر را طی کند، باید از همان اول تکلیف خود را با رنج مشخص کنیم. اگر نفس تو دنبال این است که رنج نکشی، این یک خیال خام است و اشتباه می‌کنی. در مقابل نفس رنج‌گریز باید گفت: «زندگی یعنی رنج. به سمت خدا رفتن مثل بالا رفتن از یک سربالایی نفس‌گیر است، مثل سرسره نیست!»

**به خاطر فرار از رنج تقدیر و تکلیف، دین‌گریزی نکنیم که فایده‌ای نخواهد داشت/ اگر رنج را فراموش کنیم، جریان مبارزه بانفس خراب می‌شود**

* **مسیر اصلی ما مبارزه با هوای نفس است و مهمترین مسأله در این مبارزه، رنج است. باید تکلیف خود را با رنج مشخص کنیم، اصل رنج را بپذیریم، آمادگی مواجهه با رنج‌های مختلف را داشته باشیم و به خاطر فرار از رنج، دین‌گریزی نکنیم که فایده‌ای نخواهد داشت.**
* این را هم باید بدانیم که همه مردم در حال رنج کشیدن هستند. اگر کسی لبخند بزند، به این دلیل نیست که رنج کمتری دارد؛ شاید صبورتر است، شاید حفظ ظاهر می‌کند، یا شاید فهمیده‌تر است. به هر حال باید تکلیف خودمان را با رنج مشخص کنیم.
* نباید رنج را فراموش کنیم، بلکه رنج‌ها را باید با چشم باز ببینیم و الّا جریان مبارزه با هوای نفس خراب می‌شود و از رنج‌های تکلیفی و تقدیری فرار می‌کنیم. این فرار کردن هم در بیشتر موارد ارتباطی به کم بودن ایمان ندارد. ممکن است کسی به بعضی از دین‌گریزها بگوید: «ایمان داشته باش» در حالی که او ایمان دارد، اما اهل تحمل رنج نیست. او ایمان دارد، اما به او خبر اشتباه داده‌اند و خیال‌می‌کند که می‌تواند رنج نکشد و راهی برای فرار از رنج وجود دارد.

**1. اگر با رنج درست برخورد نکنیم رنج ما در زندگی زیاد خواهد شد**

* اگر با رنج درست برخورد نکنیم، رنج ما در زندگی زیاد خواهد شد. روایات در این زمینه زیاد است. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید رنج صبر نکردن در سختی‌ها بیشتر از رنج صبر کردن است؛ الجَزَعُ أتْعَبُ مِن الصَّبرِ(غرر الحکم/5620) و در جای دیگر می‌فرمایند: بیتابی کردن در هنگام مواجعه با مصیبت‌ها، رنج انسان را افزایش می‌دهد و صبر کردن رنج آن از بین می‌برد؛ الجَزَعُ عندَ المُصیبَةِ یَزیدُها ، و الصّبرُ علَیها یُبیدُها»(غررالحکم/2043) در روایت دیگر می‌فرمایند: «در برابر ناگواریهاى اندک، بیتابى نکنید که این کار شما را به رنج و ناگواریهاى زیادى مى اندازد؛ لا تَجْزَعوا مِن قلیلِ ما أکْرَهَکُم ، فیُوقِعَکُم ذلکَ فی کثیرٍ مِمّا تَکْرَهونَ»(غررالحکم/5638) امام کاظم(ع) نیز می‌فرمایند: کسی که در مواجهه با مصیبت و رنج، بی‌تابی کند، رنج او دو برابر می‌شود؛ المُصیبَةُ للصّابرِ واحدَةٌ ، و للجازعِ اثْنَتانِ(تحف العقول/414)

**2. اگر با رنج درست برخورد نکنیم، شکر نعمت‌ها را به جا نمی‌آوریم**

* اگر با رنج درست برخورد نکنیم، اتفاق دیگری که می‌افتد این خواهد بود که شکر نعمت‌ها را به جا نمی‌آوریم. خداوند متعال با اینکه می‌داند ما هزار تا نعمت را نمی‌بینیم ولی یک رنج را عمده می‌کنیم و فقط آن را می‌بینیم، باز هم اصرار دارد که چرا شما نعمت را نمی‌بینید؟ امکان دیدن «نعمت و رأفت و رحمت و کرم» خدا برای کسی که مسأله رنج را حل نکرده باشد، وجود ندارد.
* خدا مهربان است و فرصت‌ها و نعمات زیادی در میان رنج‌ها به ما داده است. «فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ یُسْرًا \* إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ یُسْرًا»(انشراح/5و6) این یعنی با رنج و سختی، آسانی و نعمت هم هست. برای اینکه نعمت‌های خدا را ببینیم، باید مسألۀ رنج را برای خودمان حل کرده باشیم. اگر مسأله رنج جا افتاده باشد، وقتی فرصت‌ها، نعمت‌ها، رحمت خدا، کوتاه آمدن‌های خدا و ... را ببینیم، می‌فهمیم که خدا اصلاً نمی‌گذارد بنده‌اش رنج بکشد. خدا دلش نمی‌آید رنج بدهد.

**چه وقت سرشار از شکر می‌شویم؟/ وقتی بفهمیم قرار بوده چقدر در دنیا رنج بکشیم ولی عملاً آن‌قدرها رنج ندیدیم**

* اگر اصل رنج کشیدن را جا انداخته باشیم، فقط لطف خدا را می‌بینیم و سرشار شکر خواهیم شد. توجه به این بحث، بهترین درب بهشت را به روی ما باز می‌کند. فهم شکر این‌گونه است که بفهمیم قرار بوده چقدر در دنیا رنج و سختی بکشیم، ولی عملاً زندگی ما آن‌قدرها هم سخت نشده و در کنارش نعمت و راحتی هم به ما داده شده است. همین باعث می‌شود که شاکر باشیم.

**خداوند در رنج‌های «تقدیری» و «تکلیفی» به ما تخفیف داده/ کسی که این لطف و آسان‌گیری خدا را نمی‌بیند، مسأله رنج را برای خود حل نکرده**

* در تقدیر و در تکلیف، قرار بوده رنج‌های بسیار زیادی به ما برسد اما خداوند در مورد هر دوی این رنج‌ها به ما تخفیف داده است:
* 1- در مورد رنج تقدیر: با توجه به آیه «فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ یُسْرًا» خداوند رنج‌های تقدیری ما را با راحتی همراه کرده‌است.
* 2- در مورد رنج تکالیف هم خدا دوست دارد به ما آسان بگیرد، لذا وقتی پس از بیان وجوب روزۀ رمضان، کسانی که در سفر و یا مریض هستند را معاف می‌کند، بلافاصله می‌فرماید «یُرِیدُ اللَّهُ بِکمُ الْیُسرَ وَ لا یُرِیدُ بِکمُ الْعُسرَ»(بقره/185) یعنی خدا نمی‌خواهد در تکالیف به شما سخت بگیرد، بلکه می‌خواهد به شما آسان بگیرد به همین خاطر وجوب روزه در سفر برداشته می‌شود. خداوند این قاعده را به عنوان یک اصل و قاعده بیان می‌کند و در مقام توجیه و فرصت‌طلبی نیست که مثلاً در اینجا به ما لطفی کرده باشد و بخواهد آن را به رخ بکشد! هرکسی این لطف و آسان گرفتن‌های خدا را ندید، به این دلیل است که مسأله رنج را برای خودش حل نکرده است.
* در جای دیگر پس از اینکه دستور می‌دهد که پیش از خواندن نماز، وضو بگیرید، می‌فرماید اگر آب پیدا نشد، تیمم کنید، سپس در مورد این راحت‌گیری(جواز تیمم به جای وضو)، می‌فرماید: «خدا نمى‏خواهد با احکامش‏ بر شما تنگى و مشقت قرار دهد، بلکه مى‏خواهد شما را از آلودگى‏ها پاک کند و نعمتش را بر شما تمام نماید، تا سپاس گزارید؛ ما یُریدُ اللَّهُ لِیَجْعَلَ عَلَیْکُمْ مِنْ حَرَجٍ وَ لکِنْ یُریدُ لِیُطَهِّرَکُمْ وَ لِیُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَیْکُمْ لَعَلَّکُمْ تَشْکُرُونَ»(مائده/6)

**اگر رنجور شدم و شاکر نشدم یعنی خودپرستم نه خداپرست**

* کسی که اهل تحمل رنج و سختی نیست، درواقع یک آدم خودخواه است. هنوز خداپرست نشده است. خدا آن‌قدر رنج باید بدهد تا«من» و «منم زدن» از ما جدا شود و به جای آن «خدا» بنشیند. ما از خداپرستی چه تصوری داریم؟ خداپرستی چه نوع حسی است؟ نمی‌شود که هم موحد بود و هم مُشرک؛ هم خداپرستی کرد و هم خودپرستی. «من» باید مرده باشد تا خداپرستی حاصل شود؛ شرک خفی همین است؛ بسیار پنهان است. اگر من رنجور شدم و شاکر نشدم یعنی خودپرستم نه خداپرست.

**اگر خودخواه نباشی و رنج را پذیرفته باشی، مهربانی و رحم خدا را در وراء رنج‌هایی که داده می‌بینی**

* **اگر رنج را نپذیرفته باشی، مهربانی و رحم خدا را نمی‌بینی؛ فرصت‌ها و نعمت‌ها را نمی‌بینی. اشک یک مادر را وقتی به بچه‌اش آمپول می‌زنند، دیده‌اید؟ اگرچه بچه رنج می‌کشد، ولی آمپول برای او مفید است. با این‌که مادر می‌داند این رنج برای بچه‌اش لازم است ولی نمی‌تواند تحمل کند و آرام اشک می‌ریزد. در این حال، بچه‌ای که فقط رنج خودش را می‌بیند و اشک مادر را نمی‌بیند، ممکن است دو تا فحش هم به مادر بدهد!**
* اگر خودخواه نباشی، مهربانی و دلسوزی خاص خدا را در وراء رنج‌هایی که به تو داده است، می‌بینی. مهربانی خدا را در اوج گرسنگی و تشنگی خودت در اثر روزه‌داری، می‌بینی. اینکه نقل شده بوی بد دهان روزه‌‌دار نزد خدا محبوب است، در واقع نشان‌دهندۀ همان مهربانی و دلسوزی خاص خداست. (لَخُلُوفُ فَمِ الصَّائِمِ أَطْیَبُ عِنْدِی مِنْ رِیحِ الْمِسْک؛ من لا یحضره الفقیه/ج2/ص76)‏ وقتی نگاه مهربان و دلسوزانۀ خدا را در رنج روزه‌داری‌ات ببینی، آرزو می‌کنی هر سال ماه رمضان در تابستان باشد.

**راه «درک مهربانی خدا» این است که بفهمی برای رنج ‌کشیدن به این دنیا آمده‌ای، ولی خدا نگذاشته زیاد رنج بکشی**

* در شب‌های ماه رمضان از خدا بخواهید که شاکر شوید. خدا خیلی مهربان است**. راه رسیدن و درک مهربانی خدا، همان راهی است که در مورد درک سختی‌ها و رنج‌ها بیان شد؛ اینکه انسان بفهمد برای رنج کشیدن به این دنیا آمده‌ ولی خدا نگذاشته که خیلی رنج بکشد. اینکه خدا فرموده است ما انسان را در سختی آفریدیم، شما باید از خدا بپرسی «کدام سختی؟! خدایا! این رنج زیادی که در موردش سخن گفته‌ای کجاست؟! ما که غیر از خوبی و لطف نمی‌بینیم.» و وقتی این حرف را می‌توانی بزنی، که قصه رنج کاملاً برایت جا افتاده باشد.**

**چگونه از رنج‌های دنیا اجر ببریم؟/ مهربانی خدا را ببینید که در ازای کمی رنج کشیدن چه مقدار به ما اجر می‌دهد**

* ما می‌توانیم از رنج‌های دنیا ثواب ببریم؛ مثلاً اینکه دوست داریم برای خدا کار کنیم ولی خسته می‌شویم و می‌خوابیم، یک رنج است که خدا جبران می‌کند. لذا کسی که این‌طوری از خوابیدن رنج می‌کشد، اجر خواهد بُرد.
* در روایات متعددی بیان شده که تب و بیماری، کفارۀ گناهان است. مثلاً امام صادق(ع) می‌فرماید: «یک شب تب، کفاره گناهان قبل و بعد از آن است‏؛ حُمَّى لَیْلَةٍ کَفَّارَةٌ لِمَا قَبْلَهَا وَ لِمَا بَعْدَهَا»(ثواب الاعمال/ص193) و رسول خدا(ص) می‌فرماید: «بیماری، گناهان را محو می‌کند؛ السُّقْمُ یَمْحُو الذُّنُوبَ»(مستدرک الوسایل/ج2/ص65)
* مهربانی خدا را ببینید که با یک مقدار رنج بیماری چه مقدار به ما اجر می‌دهد. چون خدا مهربان است اگر در تقدیر ما رنجی را قرار داده است، به صورت‌های مختلف جبران می‌کند. گاهی خدا بلایی را مقدر می‌کند که لازم است به بنده‌اش برسد، ولی انگار دنبال بهانه‌ای می‌گردد تا آن بلا را رفع کند، لذا تا دعا می‌کنی و کار خیری انجام می‌دهی، آن بلا را بر‌می‌دارد. بعد خدا می‌فرماید: ملائکۀ من! بلا را برداشتید؟ می‌گویند: بله برداشتیم. خدا می‌فرماید: «اگر آن بلا به او می‌رسید چقدر ثواب به او می‌دادید؟ حالا که بلا را برداشته‌اید، همان مقدار ثواب را به او بدهید!» مهربانی خدا را ببینید!

**سختی‌‌های دنیا مثل خواب دیدن است؛ گِله نکنید**

* بلاها و رنج‌هایی که در دنیا می‌کشیم، گذرا است و سریع هم تمام می‌شود. مبادا کسی گِله‌ای داشته باشد، سختی‌‌های دنیا یک چشم بر هم زدن است. این سختی‌هایی که می‌بینید، عین خواب دیدن است. لحظه‌ای که از خواب می‌پرید و یک خواب وحشتناک دیده‌اید، یک آه می‌کشید و با لبخند می‌گویید: «آه! خواب بود؛ خوب شد خواب بود.» وقتی هم که از دنیا می‌روید، می‌گویید: «سختی‌ها و رنج‌ها همه‌اش مثل خواب بود ولی من چقدر آنها را جدی گرفته بودم.»

**رنج را بپذیر تا رنج را نبینی/ رنج را بپذیر تا نعمت را ببینی**

* رنج را بپذیر تا رنج را نبینی. رنج را بپذیر تا نعمت، راحتی و شکر را ببینی. زیبایی خلقت انسان به این رنج است، فقط بپذیر که برای رنج آفریده ‌شده‌ای بعد خواهی دید که کم‌کم رنج‌ها از جلوی چشمت کنار می‌روند. اگر زاویۀ نگاهت را عوض کنی خواهی گفت: «همه چیز که خوب و خوش بود! پس من چرا این‌قدر ناراضی بودم!» رنج را بپذیر تا رنج تو را کور نکند. رنج را بپذیر و آمادۀ رنج باش.

**به رنجورتر از خودت نگاه کن/ کسی که خودش را ببیند و بخواهد، خودش را پرستیده نه خدا را**

* یکی از تاکتیک‌های دیدن رنج این است که به رنجورتر از خودت نگاه کنی و شرایط رنج او را در نظر داشته باشی. بگو: خدایا! خودپرستی‌های مرا ببخش. کسی‌که دل‌بخواهی خودش را می‌پرستد، تعادل ندارد و افراط می‌کند. خداوند می‌فرماید: «آیا دیدی کسی را که خواسته‌های خودش را به عنوان خدا و معبود خودش برگزید؟ ؛ أَفَرَأَیْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلهَهُ هَواهُ»(جاثیه/23)
* کسی که از خواسته‌هایش تبعیت می‌کند، خودخواه می‌شود و بعد به افراط کشیده می‌شود. وقتی خداوند پیغمبر را از کسی که تابع هوای نفسش است، پرهیز می‌دهد، می‌فرماید: او دچار افراط است (وَ لا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنا قَلْبَهُ عَنْ ذِکْرِنا وَ اتَّبَعَ هَواهُ وَ کانَ أَمْرُهُ فُرُطاً؛ کهف/28)
* پرستش خدا یعنی چی؟ پرستش خدا چه حسی دارد؟ می‌پرستمت یعنی چه؟ پرستش، چیزی است فراتر از «برایت می‌میرم»، «دوستت دارم» و «عاشقت هستم». می‌دانید چه کسی خدا را می‌پرستد؟ کسی مثل پیغمبر(ص) که خودش را نمی‌بیند. کسی که خود را ببیند، و خودش را بخواهد، خودش را پرستیده است نه خدا را. تمرین کن تا به پرستش خدا برسی و بعد لذت عالم را ببری. راز این مطلب و قدم اول در حل این مسأله، پذیرش رنج است. برای ایجاد حس پرستش، «من» نباید داشته باشی.

**اگر رنج را بپذیری، رنجت کم می‌شود/اگر از رنج فرار کنی، بدتر می‌شود**

* اگر رنج را بپذیری، رنج تو کم می‌شود. اگر از رنج فرار کنی، بدتر می‌شود. وقتی رنج را می‌پذیری، خداوند قوانین خودش را به هم می‌زند و از در و دیوار مرهم برای تو می‌رساند. همه ملائکه را می‌فرستد تا از تو عذرخواهی کنند. رنج را بپذیر تا رنج تو کم شود و شکرت زیاد شود.
* اگر رنج‌ها را بپذیری، به حدی می‌رسی که می‌گویی: خدایا این‌قدر برای رنج کشیدن من غصّه نخور! این‌قدر دلت برای من آتش نگیرد. من تحمل می‌کنم. اینها که چیزی نیست! امام حسین(ع) در گودی قتلگاه به خدا می‌گفت: خدایا من راضی هستم‌ها. چون می‌دید عرش و کرسی و آسما‌ن‌ها دارند به هم می‌ریزند...

12

**فواید توجه به رنج در حیات بشر چیست؟**

* در 8 جلسه اول به مبانی و اصولی توجه کردیم که در نتیجه تبعیت از آن‌ها به مسیر مبارزه با نفس به عنوان «تنها مسیر» رسیدیم. در 3 جلسه اخیر نیز بیشتر به این موضوع توجه کردیم که چرا باید از رنج صحبت کرد. در جلسه قبل در مورد برخی از فواید و ضرورت‌های توجه گفتگو کردیم. در این جلسه از جهت دیگری، اهمیت رنج و فایده آن را بررسی می‌کنیم.

**1. توجه به رنج مانع خیال‌پردازی می‌شود**

* توجه به رنج، مانع خیال‌پردازی می‌شود. چون انسان طبیعتاً آرزو تولید می‌کند و تنها راه خارج کردن انسان از این خیال‌پردازی‌ها و تولید آرزوها، این است که انسان واقعیت و حقیقت رنج را درک نماید.

**2. توجه به رنج باعث افزایش «شکرگزاری» و «صبر» انسان می‌شود**

* توجه به رنج، باعث افزایش شکر می‌شود که این شکر، نتیجۀ درک صحیح از جایگاه رنج در حیات است. کسی که اصل را با راحتی و نعمت ببیند، وظیفه‌ای برای تشکر احساس نمی‌کند. اما اگر بدانی که این نعمت‌ها در دنیایی به تو رسیده که واقعیت دنیا همراه با سختی است و اساساً این دنیا جای سختی بوده است، عمیقاً از نعمت‌هایی که داری شاکر خواهی بود.
* فایده دیگر توجه به رنج این است که صبر و تحمل انسان را بالا می‌رود.

**3. توجه به رنج باعث درک جایگاه دین می‌شود/ اگر دنیا را محل لذت ببینی، دین را محل رنج خواهی یافت**

* توجه به رنج، جایگاه دین را بهتر ترسیم می‌کند. وقتی کسی درک کرد که در این دنیا، اصل با رنج بردن است، دین را به عنوان راه کاهش رنج‌ها، به راحتی خواهد پذیرفت. هر قدر دنیا را بیشتر با رنج‌ها همراه ببینی، دین را لذت بخش‌تر می‌بینی؛ اگر دنیا را محل لذت ببینی، دین را محل رنج خواهی یافت. اگر به رنج دنیا نگاه نکنی، رابطه‌ات با دین خراب می‌شود.

**نقش مادرها در برقراری ارتباط درست فرزندان با مسألۀ «رنج» و فرار نکردن از آن**

* رنج‌های انتخابی و غیرانتخابی هر دو دارای آثار تربیتی بالایی هستند که تا حدی اشاره کردیم. مثلاً برای درک محبت خدا و لطف‌هایی که در حق تو داشته، باید بفهمی که تو چه نسبتی با رنج‌ها داشته‌ای و قرار بوده که چقدر رنج بکشی، اما خدا این همه محبت و راحتی داده است.
* **رنج از جهات مختلف دارای آثار تربیتی بسیار زیادی است؛ البته به هنگام تربیت و انتقال مفاهیم مربوط به رنج باید با مهربانی و لطافت برخورد کرد. مانند پرستاری که هم به کار مداوا و رسیدگی به بیمار مشغول است و هم به او روحیه می‌دهد. مادران در آشناکردن فرزندان با مفهوم رنج و ضرورت رنج کشیدن در زندگی و حیات دنیا، نقش فوق‌العاده‌ای دارند. در واقع از اولین سنین خردسالی است که فرزند درد و رنج را احساس می‌کند ولی جهت دادن آن به عهده والدین و به خصوص مادر است. از برخورد مادر است که فرزند ارتباط درستی با رنج پیدا می‌کند و از آن گریزان نمی‌شود. یکی از وجوه برخورد خوب این است که مادر رنج را تلخ‌تر نکند، بلکه ضمن اینکه با مهربانی بگوید که رنج طبیعی و همیشگی استر، آن را به یک رنج شیرین تبدیل کند.**

**4. توجه به رنج باعث دوری از راحت‌طلبی است/ مشکل اصلی جوان در مسیر مبارزه بانفس، راحت‌طلبی است**

* انسان راحت‌طلب است و راحت‌طلبی «اولین» وجه حب‌الدنیا است که یقۀ انسان را می‌گیرد. **جوان، مقام‌طلب، ثروت‌طلب، ریاکار و متظاهر نیست؛ بلکه در مقابل، صفات خوبی مانند عدالت‌گرایی و آرمان‌گرایی دارد ولی مشکل اصلی جوان این است که راحت‌طلب است، و از همین راحت‌طلبی است که شهوت‌طلبی مطرح می‌شود. راحت‌طلبی اولین بیماری است. اول راحت‌طلبی است، بعد لذت‌طلبی و شهوت‌طلبی.**
* **مشکل اول این است که جوان حال ندارد تکان بخورد، یا حال ندارد خودش را جمع و جور کند. وضعیت فعلی برخی از جوانان، حکایت از یک راحت‌طلبی فزاینده دارد. در مبارزه با نفس باید با چیزهایی مبارزه کرد که انسان را از مسیر خارج می‌کند و راحت‌طلبی نقش بالایی در خارج شدن از مسیر دارد.**

**راحت‌طلبی باعث می‌شود رنج را فراموش کنیم/ راحت‌طلبی به ما اجازه حرکت نمی‌دهد**

* **راحت‌طلبی باعث می‌شود که خیال‌پردازی هم ایجاد شود و جوان خیال کند دنیای ما، دنیایی بی‌رنج است و در آن می‌توان راحت بود. راحت‌طلبی باعث می‌شود رنج را فراموش کنیم. راحت‌طلبی اجازه نمی‌دهد راهبرد رنج، کار خودش را انجام دهد. راحت‌طلبی به ما اجازه حرکت نمی‌دهد، راحت‌طلبی اجازه نمی‌دهد که با دین ارتباط برقرار کنیم.**
* حضرت علی(ع) می‌فرمایند: «ثواب عمل به اندازه مشقتی است که برای انجام عمل کشیده‌ای؛ ثَوَابُ ‏الْعَمَلِ ‏عَلَى ‏قَدْرِ الْمَشَقَّةِ فِیهِ»(غرر الحکم/ص333/حدیث5).
* گاهی جوان‌ها می‌گویند الحمدلله ما حب‌الدنیا نداریم. در حالی‌که توجه ندارد که راحت‌طلبی یکی از شعبات حب‌الدنیا است. درواقع راحت‌طلبی اولین جلوۀ حب‌الدنیا است.

**در دنیا باید مثل یک چریک بود/ حب راحت، از مصادیق حب‌الدنیا است**

* حب راحت، یکی از مصادیق حب‌الدنیا است. راحت‌طلبی نوعی دنیاطلبی است در حالی که در دنیا باید مثل یک چریک بود. در دوران دفاع مقدس که رزمنده‌ها گاهی به مرخصی می‌آمدند، نمی‌توانستند روی تشک بخوابند؛ نه اینکه بخواهند با این کار یاد سنگرهای نورانی جبهه را زنده کرده باشند، بلکه حرفشان بیشتر این بود که: وقتی راحت‌تر هستم، دلم می‌گیرد. رزمندگان می‌فهمیدند و لمس می‌کردند که بیکاری و راحت بودن، بد است و از آن احساس کراهت می‌کردند و علی‌رغم فشارهای سنگین جسمانی که در صبح‌گاه‌ها، رزم شبانه و آموزش‌ها وجود داشت، رزمندگان وقت بیکاری خود را به بهترین نحو استفاده می‌کردند و اهل راحت‌طلبی نبودند.

**تن‌پروری، باعث مرگ آرام و بی‌صدای روح انسان می‌شود/ شهوترانی در راحت‌طلبی کاشته می‌شود**

* تن‌پروری یک بیماری است و نوعی مرگ خاموش به روح انسان می‌دهد. مانند هنگامی که شیر گاز باز مانده باشد یا دودکش بخاری خراب شده باشد، بعد گاز در اتاق منتشر می‌شود؛ در این حال کسی که خواب است متوجه نمی‌شود در حال مرگ است و آرام آرام می‌میرد. تن‌پروری هم آرام و بی‌صدا باعث مرگ روح انسان می‌شود.
* **قبل از اینکه شهوترانی مطرح باشد، این حب راحت است که یقه انسان را می‌گیرد. شهوترانی مانند حرکت با سرعت بالا در یک پیچ بسیار خطرناک است که وقتی ماشین به پیچ رسید، تذکر دادن به راننده برای کم‌کردن سرعت، فایده‌ای ندارد. تذکر دادن باید قبل از رسیدن به این پیچ انجام می‌شد و حب راحت و راحت‌طلبی، مکان این تذکر است. جایی که جوان گرایش به راحت‌طلبی پیدا کرده بود، باید به او تذکر می‌دادی و از قبل، مانع فساد او می‌شدی. در راحت‌طلبی است که شهوترانی کاشته شده است.**

**کوهنوردی گروهی تأثیر خوبی بر کاهش راحت‌طلبی جوانان دارد/تفاوت کوهنوردی و فوتبال در کاهش راحت‌طلبی**

* اگر نمونه‌ها و مصادیق راحت‌طلبی در وجود کسی زیاد شود، او دیگر خیلی از آدم بودن فاصله می‌گیرد. یکی از کارهایی که تأثیر خوبی بر کاهش راحت‌طلبی جوانان دارد، کوهنوردی گروهی است. کوهنوردی مانند فوتبال نیست که هیجان گل زدن تو را به حرکت وادار کند. در کوهنوردی گروهی است که وقتی خسته می‌شوی نمی‌توانی هر جایی خسته شدی و دلت خواست، به استراحت بپردازی چون از گروه جا می‌مانی. در کوهنوردی گروهی ارزش وقت را درک می‌کنی، چون اگر به اندازه یک باز و بسته کردن بند کفش از گروه عقب بیفتی، تقریباً قابل جبران نخواهد بود. ولی در زندگی شهری ارزش وقت‌های بسیاری که در اثر راحت‌طلبی از بین می‌رود را نمی‌توان فهمید. کوهنوردی باعث می‌شود لذت بیشتری از نعمت‌ها ببری و سالم‌تر باشی. کسی که عادت کرده روی مبل بنشیند، زودتر مریض می‌شود ولی کسی که اهل کوهنوردی و اهل سختی‌ها باشد، از نشستن روی تخته سنگ، لذت بیشتری می‌برد و سالم هم زندگی می‌کند.

**تقوی بر روی راحت‌طلبی استوار نمی‌شود / پایۀ تقوی دوری از راحت‌طلبی است**

* راحت‌طلبی، بیماری بدی است که دوری از این بیماری، پایه اصلی تقوی حساب می‌شود. تقوی بر روی راحت‌طلبی استوار نمی‌شود. کسی که راحت‌طلب است، معنای دوری از نگاه حرام را درک نمی‌کند و می‌پرسد چرا من نباید نگاه حرام داشته باشم؟ اگر مواظب راحت‌طلبی نباشیم، نگاه غالب ما نسبت به دنیا و حیات، بر اساس راحت‌طلبی خواهد بود.

**5. طلب «رنج» شاخص عشق به خداست/ عشق به خدا انسان را به رنج می‌خواند/ دل غافل از خدا، راحت‌طلب است**

* در روایتی از حضرت علی(ع) نقل شده است: «دل انسان خدادوست، رنج و سختى در راه خدا را بسیار دوست دارد و دل غافل از خدا، راحت‌طلب است. پس، اى فرزند آدم! گمان نکن که بى‌رنج و سختى، به مقام بلند نیکوکارى خواهی رسید؛ زیرا که حق، سنگین و تلخ است و باطل سبک و شیرین است؛ القَلبُ المُحِبُّ للّه ِ یُحِبُّ کثیرا النَّصَبَ للّه، و القلبُ اللاّهی عنِ اللّه ِ یُحِبُّ الرّاحةَ ، فلا تَظُنُّ ـ یا بنَ آدمَ ـ أنّکَ تُدرِکُ رِفْعَةَ البِرِّ بغَیرِ مَشَقّةٍ ، فإنَّ الحقَّ ثَقیلٌ مُرٌّ وَ الْبَاطِلَ خَفِیفٌ حُلْوٌ وَنِی‏» (مجموعۀ ورام/2/87)
* چرا کسی که عاشق خدا است، دوست دارد بیشتر سختی بکشد؟ چرا امام سجاد(ع) به دفعات پای پیاده به زیارت خانه خدا می‌رفتند؟ چرا یکی از با فضیلت‌ترین کارها، پیاده روی برای زیارت است؟ چرا به کسی که پیاده به زیارت امام حسین(ع) رفته وعده داده می‌شود که از ابتداء عمل را شروع کن چون تمام گناهان گذشته‏ات آمرزیده شد؟ امام صادق(ع) فرمودند: کسى که از منزلش بیرون آید و قصدش زیارت قبر حضرت امام حسین(ع) باشد اگر با پای پیاده برود خداوند به هر قدمى که برمى‏دارد یک حسنه برایش می‌نویسد و یک گناه از او محو مى‏کند ... تا وقتى که مراسم و اعمال زیارت را به پایان برساند که در این هنگام او را از فائزین قرار می‌دهد و وقتی خواست برگردد فرشته‏اى نزد او می‌آید و مى‏گوید: رسول خدا(ص) به تو سلام رسانده و مى‏فرماید: از ابتداء عمل را شروع کن، تمام گناهان گذشته‏ات آمرزیده شد. (‏مَنْ خَرَجَ مِنْ مَنْزِلِهِ یُرِیدُ زِیَارَةَ قَبْرِ الْحُسَیْنِ بْنِ عَلِیٍّ ص إِنْ کَانَ مَاشِیاً کَتَبَ اللَّهُ لَهُ بِکُلِّ خُطْوَةٍ حَسَنَةً وَ مَحَى عَنْهُ سَیِّئَةً ... أَتَاهُ مَلَکٌ فَقَالَ إِنَّ رَسُولَ‏ اللَّهِ ص یُقْرِؤُکَ السَّلَامَ وَ یَقُولُ لَکَ اسْتَأْنِفِ‏ الْعَمَلَ فَقَدْ غُفِرَ لَکَ مَا مَضَى؛ کامل الزیارات/ص132)

**ارتباط رنج‌های زندگی با عشق به خدا چیست؟/ در ذات محبت عبد به مولا، رنج و سختی وجود دارد**

* ارتباط رنج‌ها و سختی‌های زندگی با عشق به خدا چیست؟ واقعش این است که محبت عبد به مولا غیر از محبت‌های دیگر مثل محبت بین زن و شوهر یا محبت بین دو رفیق یا دو برادر است. در ذات محبت عبد به مولا، سختی وجود دارد.
* محبت مادر به فرزند به راحتی بروز داده می‌شود و تمام می‌شود. مانند علاقه به غذا که با خوردن غذا تمام می‌شود. ولی عشق به خدا اینطور نیست. هر کس علاقه بیشتری به خدا دارد، باید سختی بیشتری کشیده باشد. چون «هر که در این بزم مقرب‌تر است، جام بلا بیشترش می‌دهند». در اینجا رابطه عاشق و معشوق طوری است که اگر عاشق سختی نداشته باشد، ناراحت می‌شود.

**عاشق خدا دوست دارد در راه خدا رنج و سختی بکشد/ علاقه به سختی کشیدن، علامت عاشق است**

* **اگر شما در خیمه امام زمان(عج) باشید و حضرت کارهای مختلفی را به یارانشان بسپارند ولی به شما دستوری ندهند و کاری از شما نخواهند، دلگیر می‌شوید. دوست دارید حضرت به شما هم دستوری بدهند که فلانی! برو این کار را انجام بده. اگر به انتخاب خودتان باشد، کار دشوارتر را انتخاب می‌کنید، چون دوست دارید رنج و سختی بیشتری برای حضرت متحمل شوید. رابطه با خدا هم همینطور است، عاشق خدا دوست دارد، در راه خدا رنج و سختی بکشد. علاقه به سختی کشیدن، علامت عاشق است. این رنج‌ها را در نوع دستورات معشوق هم می‌توان دید.** مثلاً نماز شب را در آخر شب قرار داده است. وقتی که همه خواب‌اند، باید بیدار شد و نماز شب خواند. این دستور علی‌رغم رنجی که دارد، لطف خدا به عاشقان است. عاشقان خدا دوست دارند رنجی را که خدا دستورش داده است، پذیرا باشند. این رنج، برای آنها لذت هم دارد، خدا بلافاصله اجرشان را می‌دهد و در همان نیمه‌شب لذتی می‌برند که افرادی که خواب هستند، چنین لذتی نمی‌برند. در کربلا هم از روی تعداد زخم‌ها و میزان قطعه‌قطعه شدن بدن‌ها می‌شد فهمید چه کسانی بیشتر عاشق خدا بوده‌اند...

13

**بحث رنج یک بحث عالی تربیتی و عرفانی است/ کسب محبت الهی بدون رنج ممکن نیست**

* در چند جلسه اخیر مطالبی در مورد آثار و برکات توجه به راهبرد رنج و پذیرش رنج‌های تقدیری و تکلیفی بیان شد. یکی از مطالبی که در جلسه قبل مورد اشاره قرار گرفت این مطلب بود که به دست آوردن محبت خداوند متعال، بدون رنج ممکن نیست. کسی که محبت خدا را در دل دارد، دوست دارد برای خدا رنج و سختی زیاد بکشد.
* موضوع رنج بسیار عارفانه‌تر و عمیق‌تر از این است که بگوییم «رنج، ذاتی این دنیا است». رنج، شأن بسیار بالاتر و شریف‌تری دارد و یک بحث عالی تربیتی و عرفانی است.

**رنج بدون برنامه الهی، آثار خوبی بر روح نمی‌گذارد / یکی از سختی‌های رنج، ندانستن علت رنج است**

* **توجه به موضوع رنج و کسب آثار تربیتی آن بدون برنامه ممکن نیست و باید «برنامه رنج» را هم در تکلیف و هم در تقدیر بشناسیم. رنج بدون برنامه، رنج عالی وخوبی نیست و آثار خوبی بر روح نمی‌گذارد. «رنج با برنامه» مربی و مدیری دارد که فوق‌العاده طراح است و این مدیر، پروردگار عالم است.**
* **یکی از سختی‌های رنج این است که علت رنج را نمی‌دانی. وقتی مربی بدن‌سازی یک تیم ورزشی، سختی‌ها و حرکت‌هایی را به اعضاء تیم می‌دهد، به آن‌ها می‌گوید که هدف از این نوع حرکت‌ها و سختی‌ها و تمرین‌ها چیست و این حرکات ورزشی چه اثری روی بدن آن‌ها دارد، ولی خدا اغلب چیزی در مورد فلسفه رنج‌هایی که ارائه می‌کند، نمی‌گوید و تو هم باید به کار او، ایمان داشته باشی.**

**رابطۀ رنج با چشیدن لذت ایمان چگونه است؟/ کسی که دوست دارد لذت‌های دیگر را بچشد، هیچگاه به لذت ایمان نمی‌رسد**

* یکی از مسائل مهم در مورد رنج این است که ببینیم رنج با چه چیزهایی مرتبط است. مثلاً رنج با عشق به خدا و صبوری کردن ما مرتبط است. اما یکی از موضوعات مهم، ارتباط رنج با «ایمان» است.
* رسول خدا(ص) می‌فرماید: کسی که اکثر همّ او رسیدن به خوشی‌ها و شهوات باشد، از قلبش حلاوت ایمان زدوده می‌شود و ایمان دیگر برای او شیرین نیست؛ مَنْ کَانَ أَکْثَرُ هَمِّهِ نَیْلَ الشَّهَوَاتِ، نَزَعَ‏ مِنْ‏ قَلْبِهِ‏ حَلَاوَةَ الْإِیمَانِ(مجموعه ورام/ج2/ص116). یا امام صادق(ع) می‌فرماید: «چشیدن حلاوت ایمان بر دلهاى شما حرام گشته مگر آنگاه که دلهایتان در دنیا زهد پیشه کنند؛ حرامٌ على قلوبِکُم أنْ تعرِفَ حَلاوةَ الإیمانِ حتّى تَزهَدَ فی الدّنیا»(کافی/2/128) شیرینی ایمان چیست؟ آیا اینکه بچه‌ای مادر داشته باشد، شیرین است؟ آیا اینکه کسی همسر و خانواده داشته باشد شیرین است؟ اگر کسی مریض شود و دوستان او به عیادتش بیایند، شیرین است؟ اگر کسی یک رفیق و دوست بسیار صمیمی داشته باشد، شیرین است؟ اگر کسی مورد تشویق و محبت همه مردم باشد، شیرین است؟ بله، همه این موارد شیرین است ولی ایمان از همه این نوع شیرینی‌ها، شیرین‌تر است و اگر کسی شیرینی ایمان را بچشد، شیرینی همه این‌ها را فراموش می‌کند.

**ایمان انسان را از تنهایی در می‌آورد/ در اثر ایمان خدا دور انسان را می‌گیرد و او را احاطه می‌کند**

* **ایمان انسان را از تنهایی در می‌آورد و باعث می‌شود که خدا انیس و مونس انسان شود. ایمان به خدا، انسان را از وحشت در می‌آورد. ایمان به خدا، مهربان‌ترین وجود در عالم را به نزدیکی تو می‌آورد. ایمان به خدایی که رحمان و رحیم است، نتایج عجیبی دارد. دنبال هر چیزی غیر از ایمان بروی، حلاوت ایمان را نچشیده‌ای. حلاوت ایمان، یک شیرینی در کنار سایر حلاوت‌ها نیست. کسی که لذت ایمان و شیرینی آن را می‌چشد، جایی برای شیرینی‌های دیگر نخواهد داشت.**
* لذا وقتی مردم در حسینیه جماران شعار می‌دادند «روح منی خمینی، بت شکنی خمینی» برای امام(ره) لذتی نداشت. چون امام(ره) از ایمان به خدا لذتی برده بود که این ابراز محبت‌های مردم در مقابل محبت‌های خدا هیچ بود. امام آنقدر ترک شهوات و خوشی‌ها کرده بود که به لذت ایمان رسیده بود. بر اساس فرمایش رسول خدا(ص) کسی که دوست دارد لذت‌های دیگر را بچشد، هیچگاه به لذت ایمان نمی‌رسد؛ چه برسد به کسی که پیگیر و دلبستۀ لذت‌های دیگر است. لذت و شهوت هم، منحصر در شهوات جنسی نیست، بلکه همۀ دل بخواهی‌های وجود انسان را در بر می‌گیرد که گاهی سلبی است(مانند غضب که چیزی را از خودت دفع می‌کنی) و گاهی ایجابی است(که منفعتی را به سمت خودت جلب می‌کنی).
* خداوند ایمان را محبوب مؤمنین قرار داده و آن را در قلب آنها زینت داده و زیبا قرار داده است؛ زیبایی و جذابیتی که انسان را مست و محسور می‌کند. خداوند می‌فرماید: «وَ لکِنَّ اللَّهَ حَبَّبَ إِلَیْکُمُ الْإِیمانَ وَ زَیَّنَهُ فِی قُلُوبِکُمْ»(حجرات/7)
* خداوند در اثر ایمان دور انسان را می‌گیرد تا احساس غریبی نکند. لذا می‌فرماید: «ما از رگ گردن به انسان نزدیک‌تریم؛ نَحنُ أَقرَبُ الیهِ مِنْ حَبْلِ الوَرید»(ق/16). آیه دیگر می‌گوید: «و هر جا که باشید او با شماست؛ وَ هُوَ مَعَکُمْ أَینَما کُنْتُمْ»(حدید/4) و همچنین می‌فرماید «أَینََما تُوَلُّوْا فَثَمَّ وَجْهُ اللّه»(بقره/115) هیچ انسانی نمی‌تواند دور آدم را بگیرد. فقط خداوند است که می‌تواند دور انسان را بگیرد و او را احاطه کند. آدم نمی‌تواند تنها زندگی کند. و هیچ کس مانند خدا انسان را از تنهایی در نمی‌آورد.

**ایمان، تنفر از معصیت پدید می‌آورد**

* کسی که حلاوت ایمان را می‌چشد و ایمان نزد او محبوب واقع می‌شود، اتفاق دیگری هم برایش می‌افتد و آن این است که از کفر و فسوق و عصیان بدش می‌آید. از ایمان به غیر خدا و عمل زشت بدش خواهد آمد. اگر کسی زشتی گناه را درک کند و از آن تنفر پیدا کند، دستمایۀ خوبی برای مناجات با خدا پیدا کرده است؛ چون می‌فهمد گناه چقدر پلید و زشت است و از ته دل استغفار می‌کند و با خدا مناجات می‌کند.

**برای چشیدن شیرینی ایمان، تحمل رنج و مبارزه با نفس ضروری است**

* برای چشیدن شیرینی ایمان، تحمل رنج و دوری از بدی‌ها به وسیله مبارزه با نفس ضروری است. امیرالمؤمنین علی(ع) می‌فرماید: نفس خودتان را در انجام طاعات، وادار به صبر کنید و آن را از پلیدی بدی ها مصون نگه دارید تا شیرینی ایمان را بچشید (صَابِرُوا أَنْفُسَکُمْ عَلَى فِعْلِ الطَّاعَاتِ وَ صُونُوهَا عَنْ دَنَسِ السَّیِّئَاتِ تَجِدُوا حَلَاوَةَ الْإِیمَان؛ غررالحکم/حدیث81).
* **ایمان و ارتباط با خدا، با زجر و سختی بدست می‌آید نه با کلاس اصول عقاید. البته کلاس اصول عقاید هم خوب است ولی برای پاسخ دادن به دشمن. یعنی اگر دشمن بخواهد عقاید و ایمان تو را از تو بگیرد، کلاس اصول عقاید خوب است ولی به شرط اینکه ایمانی داشته باشی که دشمن بخواهد آن را بگیرد!**

**چرا گاهی انسان زجر می‌کشد، اما حلاوت ایمان را نمی‌چشد؟**

* **انسان باید خودش را بهتر بشناسد و زجر بی‌فایده نکشد. چون گاهی اسان زجر می‌کشد، اما این زجر او را بالا نمی‌برد و حلاوت ایمان را نمی‌چشد. یکی از علتها این است که هنگام سختی، به دنبال جبران این سختی‌ها بوده است. مانند برخی که به‌ظاهر باتقوا و زاهدی می‌شوند و همه چیز را مراعات می‌کنند تا یک وقتی فرصتی پیدا کنند و همه چیز را جبران کنند. این افراد هرچقدر هم سختی تحمل کنند، حلاوت ایمان را نمی‌چشند چون به دنبال فرصتی برای جبران سختی‌ها بوده‌اند و در واقع این سختی‌ها را برای رسیدن به یک راحتی دنیایی بالاتر تحمل کرده‌اند.**
* به عنوان مثال کسی که از شهوات چشم‌پوشی می‌کند ولی به دلیل حب مقامی که دارد در فکر رسیدن به مقامات است، شیرینی ایمان را نمی‌چشد. چنین افرادی مصداق عبارت قرآنی «خسر الدنیا و الآخرة» می‌شوند. شهوت مقام، اجازه ورود حلاوت ایمان را به قلب را نمی‌دهد. یکی از دلایل اینکه برخی از لوتی‌مسلک‌ها و قداره‌بندها یک دفعه آدم‌های خوبی می‌شوند به همین دلیل است که از گذشته خود آگاهند و هیچ‌وقت شهوت مقام‌های عرفانی را ندارند.
* برای اینکه خدا حلاوت ایمان را به ما بچشاند باید سختی‌ها و رنج‌ها را صادقانه تحمل کنیم؛ نه برای رسیدن به شهوات دیگر.

14

**مبارزه با نفس بسیار پیچیده است، چون نفس، به انسان نیرنگ می‌زند**

* تنها مسیر ما برای کمال، مخالفت با دوست داشتنی‌ها است اما نه مطلق دوست داشتنی‌ها. یعنی این‌طور نیست که به طور مطلق با همۀ دوست داشتنی‌ها مبارزه کنیم، بلکه باید با برنامه مبارزه کنیم. برنامه‌ریزی متمرکز و پرهیز از تکثرهای مضرّ در جریان مبارزه با نفس لازم است.
* کار مبارزه با نفس بسیار پیچیده است، چون نفس، به انسان نیرنگ می‌زند. نفس حتی می‌تواند دینداری را هم به نفع خودش مصادره به مطلوب کند.

**علت توجه به رنج/ «فرار از رنج» مهمترین عامل ترک مبارزه با نفس**

* علت توجه به رنج در کنار توجه به مبارزه با نفس این است که چون می‌خواهیم به اصلی‌ترین راه کمال و رشد توجه کنیم، نیاز به مخالفت با هوای نفس داریم و هوای نفس عملیات اصلی ما در این دنیا است. مهمترین و شاید تنها عامل ترک مبارزه با نفس در میان ما، فرار از رنج است. پس نیاز است که ابتدا از رنج صحبت شود و موضوع رنج درست جا بیافتد.
* **چرا به نصیحت‌های خوبان برای مبارزه با نفس گوش نمی‌کنیم؟ چرا به آیات مربوط به بهشت و جهنم دقیق اهتمام لازم را نداریم؟ چون ما دوست نداریم اذیت بشویم و رنج بکشیم. ایراد انسان‌ها معمولاً، موضوع رنج است. ترس از رنج پسندیده نیست و ما حتی نیاز به طلب کردن برخی از رنج‌ها داریم.**

**رنج، گذرا است و بعد از آن یک راحتی و خوشی طولانی وجود دارد**

* ترس از رنج موجب فرار انسان از مبارزه با نفس و سایر خوبی‌ها می‌شود، لذا باید تکلیف این رنج و نوع برخورد خود را با آن مشخص کنیم. رنج، گذرا است و بعد از آن یک راحتی و خوشی طولانی وجود دارد. چنانکه حضرت علی(ع) در وصف متقین می‌فرماید: چند روز کوتاه دنیا را با صبر و شکیبایی می‌گذرانند و در پی آن آسایش طولانی دارند (صَبَرُوا أَیَّاماً قَصِیرَةً أَعْقَبَتْهُمْ رَاحَةً طَوِیلَة؛ نهج البلاغه/خطبه 193).

**1. کسی که مسألۀ رنج را حل نکرده باشد، نفسش مدام فریبش می‌دهد، هر چند با دلایل به ظاهر دینی**

* رنج گاهی به دلیل ترک لذت است و گاهی واقعاً رنج و درد است. اگر مشکل ما با این دو نوع رنج در ابتدای کار حل نشده باشد؛ دو مشکل پیش می‌آید.
* مشکلی که در ابتدای کار است و باقی می‌ماند این است که **اگر ته دلت راحت‌طلب باشی، نفس تو مدام تو را فریب می‌دهد. اگر رنج‌گریز باشی، همیشه نفس تو برای بی‌دینی و راحت‌طلبی، بهانه‌های قشنگی از آیات و روایات برایت درست می‌کند؛ چون این نفس، امّاره به سوء است.( إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ؛یوسف/53) علت اصلی فریب خوردن با بهانه‌های به ظاهر دینی و زیبا هم این است که راحت‌طلبی پنهان خود را از ریشه نکنده‌ایم و مسأله رنج را برای خودمان حل نکرده‌ایم. اگر انسان موضوع رنج و راحت‌طلبی و خوشی‌طلبی را برای خودش حل نکرده باشد، در همان اول راه نفس انسان، او را فریب می‌دهد.**

**چرا رزمندگان، راه صد ساله را یک‌شبه می‌روند؟/ نمونه‌ای از نیرنگ نفس**

* چرا رزمندگان و مجاهدان راه خدا به مقامی می‌رسند که راه صد ساله را یک شبه طی می‌کنند؟ چون رنج جان دادن را برای خود حل کرده‌اند و پذیرفته‌اند و در نتیجه نورانیت فوق‌العاده‌ای پیدا کرده‌اند. موضوع رنج برای مجاهد فی سبیل الله حل شده است.
* **اگر موضوع رنج حل نشده باشد، نفس تو به تو نیرنگ می‌زند و متوجه نمی‌شوی. مثلاً اگر جایی عصبانی شدی و رنجِ «برخورد تند دیگران» را تحمل نکردی و تو هم ناسزا گفتی، نفس می‌گوید: «حق او بود که ناسزا بشنود! تو که تقصیر نداشتی!» ولی حل موضوع رنج کمک می‌کند که با دیدن اینطور رنج‌ها، نیرنگ نخوری و از تحمل این رنج خوشحال هم بشوی.**

**هنگام ازدواج انتخاب می‌کنید که با چه کسی اختلاف نظر داشته باشید!**

* این درک مهم است که انجام تکلیف، موضوع اصلی است و رنج کشیدن در این راه را باید مبنا قرار داد، ولی برنامه‌ریزی باید طبق برنامه خدا باشد. اگر چه انتخاب دل ما باید لذت‌گریزی باشد، اما در مقام عمل، لذت‌گریزی فقط بر اساس دستورات و برنامه الهی است نه بر اساس انتخاب ما. لذا اگر یک لذت و خوشی، روزی انسان باشد؛ اگر نخواهد هم به او خواهند داد و همچنین اگر انجام یک تکلیف الهی لذت دارد، هرگز نباید آن را ترک کرد. مهم وضعیت دل ما است که نباید راحت‌طلب و لذت‌طلب باشد. باید بپذیریم که قرار است رنج‌هایی را بپذیریم.
* **به عنوان مثال، هر ازدواجی حتماً با مشکلات و اختلاف ‌نظرهایی همراه است، زیرا زن و شوهر دو انسان هستند، و طبیعی است که انسان‌ها در برخی موارد با هم اختلاف دارند. بنابراین شما هنگام ازدواج در واقع انتخاب می‌کنید که با چه کسی اختلاف نظر داشته باشید! نه اینکه دنبال کسی بگردید که هیچ اختلافی با شما نداشته باشد. این رنج‌ها را باید پذیرفت و با آن‌ها زیبا برخورد کرد.**

**2. کسی که مسألۀ رنج را حل نکرده باشد، اگر آدم خوبی بشود، خیلی خوب نمی‌شود**

* مطلب دیگر در مورد نتیجه نپذیرفتن رنج این است که اگر مسألۀ رنج را برای برای خودت حل نکرده باشی، اگر آدم خوبی هم بشوی، آدم خیلی خوب نمی‌شوی؛ چون انانیت تو باقی مانده است. **عرفا و بزرگان تلاش کرده‌اند این «من» خودشان را از بین ببرند و آخرین محافظ‌های بت انانیت، «فرار از رنج» و «میل به راحتی و شهوت» است.** اگر«من» از بین برود، چشم تو عین‌الله، لسان تو لسان‌الله و دست تو یدالله می‌شود. انتهای راه این است که دیگر «من» و دوست‌داشتنی‌های من نیست، «او» است. چنین لذت‌هایی هم در دین هست که «او» بشویم. می‌خواهیم به جایی برسیم که «ما» نباشیم،«او» بشویم. برای به اینجا رسیدن، باید تکلیف خودت را با رنج معلوم کنی.

**ترک لذت، شیرین است/ برای جلب نگاه خدا چه لذت‌هایی را باید ترک کنیم؟**

* رنج ترک لذت، اگر چه رنج است ولی وقتی وارد آن می‌شوی و به ترک لذت می‌پردازی، آن‌قدر شیرین است که زبان حال عرفا در این ترک لذت‌ها این بوده است: «در بلا هم می‌چشم لذات او / مات اویم، مات اویم مات او»
* در روایتی امام صادق(ع) از قول پیامبراکرم(ص) فرموده‌اند: هر کسی که هر چه دلش می‌خواهد می‌خورد و هر چه دوست دارد، می‌پوشد، خدا به او نگاه نمی‌کند تا اینکه از این وضعیت جدا شود یا این شرایط را ترک کند (مَنْ‏أَکَلَ‏مَایَشْتَهِی‏ وَ لَبِسَ مَا یَشْتَهِی لَمْ یَنْظُرِ اللَّهُ إِلَیْهِ حَتَّى یَنْزِعَ أَوْ یَتْرُک‏؛ التمحیص/ص34). پس برای جلب نگاه خدا، ترک این لذت‌ها لازم است.

**رابطۀ مبارزه با نفس و عبادت/ عبادت خوب، جایزه مبارزه با هوای نفس است/ برای چشیدن شیرینی نماز باید مبارزه با نفس کرد**

* یکی از موضوعات مهم، نحوه برقراری ارتباط بین مبارزه با نفس و سایر مفاهیم دینی است. مثلاً رابطه عبادت با مبارزه با نفس چگونه است؟ عبادت، مقوله‌ای غیر از هوای نفس است. عبادت در واقع ارتباط مستقیم با خدا است.
* رابطه این دو اینطور است که اگر کسی از صبح تا ظهر مبارزه با نفس کرده باشد، نماز ظهر و عصر بیشتر به او مزه می‌دهد و عبادتش رونق پیدا می‌کند. نماز، جایزه آن مبارزه است. نماز مثل لقاءالله است. عبادت، اگر چه ارتباط مستقیم با خدا است ولی این مطلب هم در چگونگی آن نقش دارد که قبل از عبادت چه کار کرده‌ای؟ تو در برون چه کرده‌ای که الان می‌خواهی درون خانه بیایی؟!
* امام حسن مجتبی(ع) می‌فرمایند: «هر کسی می‌خواهد عبادتی داشته باشد، باید خودش را برای آن پاک کند؛ إِنَّ مَنْ‏طَلَبَ ‏الْعِبَادَةَ تَزَکَّى لَهَا»(تحف العقول/ص236).
* عبادت، یعنی ارتباط. معنای لغوی «صلاة» درود، بهترین سلام و تحیت است. جمع صلاة، صلوات است. و «صلاة» به معنای نماز هم در واقع چیزی از جنس صلوات بر رسول خدا(ص) است. اگر در صلوات، درود و تحیت به پیامبر اکرم و اهل بیت(ع) می‌فرستیم، در «صلاه» می‌خواهیم همین کار را نسبت به خداوند انجام دهیم، که البته عملیات ویژه‌ای دارد.
* نماز نتیجه همه خوبی‌ها است و برای فهمیدن نماز و چشیدن آن باید بسیار مبارزه با نفس کرد. کسی که مبارزه با نفس نکرده است، مانند بچه سه ساله‌ای که از ارتباط با جنس مخالف چیزی نمی‌فهمد، از درک عبادت محروم است.
* اگر طی روز مبارزه با نفس نکرده‌ای لااقل سر نماز مبارزه با نفس کن. از حلال، لباس تهیه کن و در نماز بپوش. نجاست‌ها را از بدن و لباس پاک کن. طاهر باش و آداب نماز را خوب به جا بیاور. اگر کسی بخواهد طی روز هر طوری که دلش خواست رفتار کند، خدا در نماز به او نگاه نمی‌کند، چه رسد به اینکه بخواهد در نماز هر طوری که دلش خواست رفتار کند. لااقل در نماز مبارزه با نفس کن.

**کدام دوست‌داشتنی محدودیت ندارد؟**

* این‌طور نیست که همه دوست‌داشتنی‌ها از روز اول محدودیت داشته باشند. یک دوست داشتنی و علاقه‌ای وجود دارد که بسیار شیرین است، به دست آوردن آن آسان است، و از همان آغاز حرکت نیز می‌توان طعم آن را چشید و استفاده زیاد از آن اصلاً اسراف نیست و آن هم چیزی نیست جز دوست داشتن بچه‌های پیغمبر(ص). این محبت به اهل بیت(ع)، هدیۀ ویژه پروردگار عالم به امت پیامبر(ع) است.
* در این محبت، هیچ محدودیتی نیست. محبت امیرالمؤمنین(ع)، افراط ندارد. البته کسی که می‌گوید علی(ع) خدا است، از شدت محبت به امیرالمؤمنین(ع) نیست، بلکه ناشی از هوای نفس خودش است. شدت محبت، انسان را مطیع و شبیه می‌کند.
* یکی از چیزهایی که دوست داشتن اهل بیت(ع) را ساده کرده است، مظلومیتی است که تحمل کرده‌اند.
* هر کسی اهل بیت(ع) را دوست داشته باشد، تزکیه می‌شود؛ وَ مَا خَصَّنَا بِهِ مِنْ وَلَایَتِکُمْ طِیباً لِخَلْقِنَا وَ طَهَارَةً لِأَنْفُسِنَا وَ تَزْکِیَةً لَنَا(مفاتیح الجنان، زیارت جامعه کبیره)

15

**دو هدف عمده برای مبارزه با نفس: 1. دنیایی 2. اخروی**

* تا اینجای بحث ضرورت مبارزه با نفس و آثار آن را مورد بررسی قرار دادیم. در ادامه می‌خواهیم به معرفی دو هدف عمده برای مبارزه با نفس بپردازیم: 1- هدف دنیایی برای مبارزه با نفس و 2- هدف معنوی و اخروی برای مبارزه با نفس

**هدف دنیایی: مبارزه با نفس، قدرت روحی ما برای لذت بردن را افزایش می‌دهد**

* هدف دنیایی مبارزه با نفس این است که به جای اینکه تعداد و تنوع لذت‌ها را افزایش بدهیم، توان و قدرت روحی خود را برای لذت بردن افزایش بدهیم تا از زندگی خود لذت بیشتری ببریم. باید بدانیم که انسان وقتی می‌تواند زندگی خود را کنترل کند و لذت خودش را افزایش دهد که قدرت روحی خود را در مبارزه با نفس افزایش دهد. **بعضی‌ها که دلبستۀ لذت هستند، طمع دارند بدون مبارزه با نفس، به لذت‌های فراوان برسند، غافل از اینکه اگر مبارزه نکنند، برای لذت بردن ضعیف خواهند شد. (توان و قوای روحیشان برای لذت بردن ضعیف می‌شود).**

**به جای افزایش تعداد و تنوع لذت‌ها، قدرت روحی و روانی خود را برای لذت بردن افزایش دهید/لذت بیشتر از خواب، غذا و امور جنسی**

* اگر کسی خداشناس و معادشناس نبود و هدف خالق را از خلقت انسان نخواست ببیند و عالم آخرت را برای خودش به عنوان هدف درنظر نگرفت، باید به او بگوییم: «تو از همین زندگی مادی خودت چه می‌خواهی و چه توقعی داری؟ به جای اینکه به فکر این باشی که تعداد لذت‌های خودت یا تنوع لذت‌ بردن خودت را افزایش بدهی، یک کار دیگری بکن؛ قدرت روحی و روانی خودت را برای لذت بردن افزایش بده.
* **به عنوان مثال، به جای اینکه از زیاد خوابیدن لذت ببری که عواقب بد و بیماری‌هایی به همراه خواهد داشت، بیا از قدرت سحرخیزی استفاده کن که در این صورت اگر به خدا هم معتقد نباشی در درازمدت، خواب برای تو لذت‌بخش‌تر خواهد شد. یا اگر دنبال لذت بردن بیشتر از امور جنسی هستی، نگاه حرام را کنار بگذار تا از لذائذ جنسی، بیشتر بهره ببَری. اگر می‌خواهی از غذاخوردن لذت ببری، تنوع زیادی در غذا نداشته باش تا از غذاخوردن لذت بیشتری ببری. اگر می‌خواهی شادتر و خوشحال‌تر بشوی باید برخی از جرعه‌های غضب را فرو بدهی.**»

**مبارزه با نفس ارادۀ انسان را قوی می‌کند و او را «مردی برای همۀ فصول» می‌سازد/ زندگی بهتر در دنیا، با «مبارزه با نفس» ممکن است**

* اگر کسی توان لذت‌بری روح خود را افزایش دهد، از سپیده‌دم، از شعر، از دریا، کوه و طبیعت لذتی خواهد برد که دیگران نمی‌برند و از چیزهایی لذت می‌برد که هر کسی لذت نمی‌برد.
* علاوه بر اینکه ما به مبارزه با نفس مجبور هستیم، برای داشتن یک زندگی بهتر در همین دنیا به آن نیازمند هستیم و الا وقتی سنّ ما بالا برود، با مشکلات زیادی مانند ضعف اعصاب، افسردگی، بی‌حوصلگی و ... مواجه خواهیم شد. مبارزه با نفس ارادۀ انسان را قوی می‌کند و او را «مردی برای همۀ فصول» می‌سازد و باعث می‌شود انسان در شرایط مختلف، سختی و آسایش، و تلخ و شیرین زندگی روحیۀ خوبی داشته باشد.

**بعضی‌ها آن‌قدر با هرزگی، روح خود را ضعیف کرده‌اند که از لذائذ اولیۀ زندگی هم لذت نمی‌برند/ با عدم مبارزه با نفس، روح خود را تضعیف کرده‌ایم**

* **مبارزه با هوای نفس، روح انسان را قوی می‌کند و کسی که روحش قوی باشد از زندگی، بیشتر لذت می‌برد. بعضی‌ها آن‌قدر با هرزگی و عدم مبارزه با نفس، روح خود را ضعیف کرده‌اند که از لذائذ اولیۀ زندگی خودشان مثل لذت جنسی هم لذت نمی‌برند. اینها چون از نظر روحی قوی نیستند از زندگی خود لذت نمی‌برند، اعصابشان خُرد می‌شود و لذا به سراغ گناه می‌روند تا به خیال خود لذتی ببرند.**
* به امیرالمؤمنین(ع) گفتند شما که این‌قدر کم غذا می‌خورید چطور در جنگ‌ها این‌قدر قدرتمندانه می‌جنگید؟ حضرت فرمود: چوب درختانی که در بیابان هستند و آب کمتری می‌خورند خیلی محکمتر از چوب درختانی هستند که در کنار آب هستند، لذا من که کمتر غذا می‌خورم قوی‌تر هستم. (وَ کَأَنِّی بِقَائِلِکُمْ یَقُولُ إِذَا کَانَ هَذَا قُوتُ ابْنِ أَبِی طَالِبٍ فَقَدْ قَعَدَ بِهِ الضَّعْفُ عَنْ قِتَالِ الْأَقْرَانِ وَ مُنَازَلَةِ الشُّجْعَانِ أَلَا وَ إِنَّ الشَّجَرَةَ الْبَرِّیَّةَ أَصْلَبُ عُوداً وَ الرَّوَاتِعَ الْخَضِرَةَ أَرَقُّ جُلُوداً وَ النَّابِتَاتِ الْعِذْیَةَ أَقْوَى وَقُوداً وَ أَبْطَأُ خُمُودا؛ نهج البلاغه/نامه 45)
* متاسفانه ما با عدم مبارزه با نفس، روح خود را تضعیف کرده‌ایم، پس به در خانۀ خدا برویم و بگوییم: ظلمت نفسی؛ یعنی "خدایا! من خودم را زده‌ام و نابود کرده‌ام! من یک عمر به هوای نفسم گوش کرده و هرزه‌دلی کرده‌ام، خدایا گناهان و هوس‌بازی‌های مرا ببخش، من قوت و قدرت و اراده‌ای برای خودم باقی نگذاشته‌ام، تبدیل شده‌ام به یک آدم بدون قدرت تمرکز، حواس‌پرت، ناتوان از لذت بردن از طبیعت، آدمی که در اثر هوسرانی‌ها دچار ضعف جسمی شده، آدمی که نمی‌توانم به اطرافیان خود خدمت کند، یک آدم ضعیف‌ النفس ... خدایا، دست مرا بگیر و ضعف مرا جبران کن. «قَوِّ عَلَى‏ خِدْمَتِکَ‏ جَوَارِحِی»(دعای کمیل)"
* یکی از شخصیت‌ها که نزد آیت الله بهجت(ره) رفته بود تعریف می‌کرد: طی صحبت کردن با ایشان متوجه شدم که آقای بهجت(ره) در آن سن و سال بالا، چه جزئیاتی را از گذشته‌ها هنوز به خاطر دارند! این حافظۀ قوی ناشی از چیست؟ طبیعتاً ناشی از مبارزه با هوای نفس است، البته با آداب و آیینی که دین به ما می‌گوید.

**کسی که قدرت ندارد زندگی درستی داشته باشد، آخرت خودش را هم نمی‌تواند آباد کند**

* اگر کسی می‌خواهد در همین زندگی دنیایی خودش، ضعیف نباشد و قدرت روحی پیدا کند باید مبارزه با هوای نفس کند. وانگهی، این هدف اصلی برای مبارزه با نفس نیست. بلکه هدف «دنیایی» مبارزه با نفس است، و برای تأمین حداقل زندگی است نه حداکثر بندگی. اما کسی که این‌قدر قدرت ندارد که زندگی درستی داشته باشد، آخرت خودش را هم نمی‌تواند آباد کند.
* **کسی که می‌خواهد به خلق خدا و به مملکت امام زمان(ع) خدمت کند باید استعداد، قدرت و توانایی این کار را داشته باشد و این توانایی با مبارزه با نفس به دست می‌آید.**

**بچه‌هایی که خودکنترلی دارند، آدم‌های موفقی خواهند شد، حتی اگر «آی کی یو» آنها پایین‌تر باشد/اصل اول برای رشد علمی در دانشگاه‌ها، مبارزه با نفس است**

* **اگر دانشگاهیان ما رازهای مبارزه با نفس و تأثیر آن بر قدرت روحی و فکری انسان را متوجه شوند، اصل اول در همۀ دانشگاه‌ها برای رسیدن به رشد علمی، مبارزه با نفس و تقوا خواهد شد.** این مساله را علم روانشناسی نیز ثابت کرده است. روانشناسی می‌گوید که «آی کی یو» عامل اصلی موفقیت و خلاقیت علمی نیست، بلکه عامل موفقیت، یک مفهوم دیگری است که وقتی توضیح داده می‌شود می‌بینیم همان مبارزه با هوای نفس است.
* در آزمایشی، چند دانش آموز را در اتاقی می‌گذارند و تعدادی شیرینی هم در آنجا می‌گذارند و می‌گویند «بازی کنید ولی شیرینی‌ها را نخورید، وقتی ما برگشتیم آن‌وقت بخورید، تا به شما جایزه‌ای بدهیم.» برخی از بچه‌ها گوش نمی‌کنند و شیرینی‌ها را می‌خورند، برخی دیگر کمی صبر می‌کنند و بعد می‌خورند و تعداد کمتری تا آخر صبر می‌کنند. بعد از انجام آزمایش‌های متعدد و رصد زندگی آنها در طی سالها، و بررسی‌های آماری، به این نتیجه رسیده‌اند که بچه‌هایی که دیرتر شیرینی را خورده‌اند و در واقع خودکنترلی بیشتری داشته‌اند، در زندگی موفق‌تر بوده‌اند؛ هرچند «آی کیو» آنها پایین‌تر بوده است.

**جوانی که به موسیقی عادت کند، بخشی از قوای ذهنی خودش را از بین برده است/هر ضعف نامعقول در زندگی دنیایی ما، به دلیل ترک مبارزه با نفس در جای لازم است**

* چرا یک زمانی مقام معظم رهبری فرمودند در دانشگاه‌ها موسیقی را ترویج ندهید؟ فقط به خاطر حرمت برخی از انواع موسیقی نبود، بلکه شاید بیشتر به خاطر ضرورت حفظ توان علمی و تولید علم بود. حضرت امام(ره) و استاد ایشان مرحوم شاه‌آبادی(ره) می‌گفتند جوانی که به موسیقی عادت کند بخشی از قوای روحی و ذهنی خودش را از بین برده است و دیگر انرژی و توان لازم برای کار علمی نخواهد داشت. چون موسیقی تمرکز آدم را می‌گیرد.
* برخی می‌گویند: اتفاقاً موسیقی به ما تمرکز می‌دهد! ولی مسئله این است که نباید برای ایجاد تمرکز به موسیقی وابسته باشیم، باید خودمان بتوانیم به خودمان تمرکز بدهیم و الا قوای ذهنی ما تضعیف خواهد شد. لذا حضرت امام(ره) می‌فرمود جوانی که به موسیقی عادت کند، دیگر خاصیت و توان نخواهد داشت. (دستگاه تلویزیون یا دستگاه رادیو که آموزنده باید باشد، قدرت بدهد به جوانهاى ما، جوانهاى ما را نیرومند کند، نباید دستگاه تلویزیون جورى باشد که ده ساعت موسیقى بخوانند. جوانى که نیرومند هست از نیرومندى برگردانند به یک حال خُمار و به یک حال خَلْسَه، مثل همان تریاک مى‏ماند این هم اینقدر با او فرق ندارد، این یک جور خلسه مى‏آورد، آن یک جور خلسه مى‏آورد.؛ صحیفه امام، ج‏9،ص205) (و از جمله چیزهایى که باز مغزهاى جوانها را مخدّر است و تخدیر مى‏کند موسیقى است. موسیقى اسباب این مى‏شود که مغز انسان وقتى چند وقت به موسیقى گوش کرد، تبدیل مى‏شود به یک مغزى غیر آن [مغز] کسى که جدّى باشد. از جدّیت، انسان را بیرون مى‏کند، و متوجه مى‏کند به جهاتى دیگر. تمام این وسائلى که حالا این بعضیش بود، و الى ماشاء اللَّه وسائل درست کرده بودند، همه براى خاطر این بود که ملت را از مقدّرات خودش غافل کند، و متوجه به جهات دیگر بکند، منحرف کند او را از مسائل روز که مبادا مزاحمش بشود...؛ صحیفه امام، ج‏9،ص200) (یک آدم افیونى نمى‏تواند فکر کند براى یک مملکت. یک آدمى که مغزش به موسیقى عادت کرد نمى‏تواند براى مملکت مفید باشد.)(صحیفه امام،ج9،ص464)
* البته حضرت امام گاهی خیلی محکمتر با موسیقی برخورد میفرمودند. (اگر بخواهید مملکتتان یک مملکت صحیح باشد، یک مملکت آزاد باشد، یک مملکت مستقل باشد، مسائل را از این به بعد جدّى بگیرید. رادیو و تلویزیون را تبدیلش کنید به یک رادیو و تلویزیون آموزنده، موسیقى را حذف کنید. نترسید از اینکه به شما بگویند که ما موسیقى را که حذف کردیم کهنه پرست شدیم! باشد ما کهنه پرستیم! از این نترسید. همین کلمات نقشه است براى اینکه شماها را از کار جدى عقب بزنند. اینکه مى‏گویند که اگر چنانچه موسیقى در رادیو نباشد آنها مى‏روند از جاى دیگر مى گیرند موسیقى را، بگذار بگیرند از جاى دیگر، شما عجالتاً آلوده نباشید؛ آنها هم کم کم برمى گردند به اینجا. این عذر نیست که اگر موسیقى در رادیو نباشد، آنها مى‏روند از جاى دیگر موسیقى مى‏گیرند. حالا اگر از جاى دیگر موسیقى بگیرند، ما باید به آنها موسیقى بدهیم؟! ما باید خیانت بکنیم؟! این خیانت است به یک مملکتى، خیانت است به جوانهاى ما. این موسیقى را حذفش کنید بکلى، عوض این یک چیزى بگذارید آموزنده باشد. کم کم مردم را و جوانهاى ما را عادت به آموزندگى بدهید؛ از آن عادت خبیثى که داشتند برگردانید. اینکه مى‏بینید که جوانها اگر این نبود مى‏روند سراغ موسیقى دیگر، براى این که اینها عادت کردند! این شاهد بر این است که جوانهاى ما فاسد شدند. الآن ما موظّفیم که این نسلى که فاسد شده برگردانیم به صلاح و نگذاریم این کوچکهاى ما فاسد بشوند، اینها را جلویش را بگیریم، باید جدّ باشد این مسائل.(صحیفه امام، ج‏9،ص205)
* (تحول به این معنا که رادیو تلویزیون در زمان طاغوت کارهاى طاغوتى مى‏کرد. نصف کارش به این مى‏گذشت که جوانهاى ما را تضعیف کند به واسطه موسیقى. موسیقى تضعیف مى‏کند روح انسان را. موسیقى اسباب این مى‏شود که انسان از استقلال فکرى مى‏افتد. نصف کار رادیو تلویزیون قضیه موسیقى بود... یک کارهایى بکنید که موسیقى را ترکش کنید. شما خیال نکنید که موسیقى یک چیزى است براى یک مملکت مترقى. موسیقى خراب مى‏کند دِماغ بچه‏هاى ما را؛ مغز بچه‏هاى ما را فاسد مى‏کند. دائماً تو گوش یک جوان موسیقى باشد، این دیگر به کار نمى رسد؛ این دیگر نمى‏تواند فکر جدى بکند. اینکه ما مى‏گوییم که اینها را از بین ببرید و مکرر من گفته‏ام، شاید تا حالا ده مرتبه بیشتر من به آقاى قطب زاده(سرپرست وقت سازمان صدا و سیما) گفته‏ام که آقا این را بردارید از آن، مى‏گوید نمى‏شود. من نمى‏دانم این «نمى‏شود» یعنى چه؟ چرا نمى شود؟ شما به عرض من گوش بکنید. من عرض مى‏کنم که اگر ما یک کارى که صلاح ملتمان است بکنیم، غربیها یا غرب زده‏ها بیایند به ما اشکال بکنند و بگویند که اینها کهنه پرستند، ما باید دست برداریم برویم سراغ آنها؟ یا نه، ما باید مصلحت خودمان را ملاحظه کنیم. ما باید ملاحظه کنیم به اینکه این دستگاهى که باید معلّم جمعیت باشد، باید مربى جمعیت باشد، باید سازنده باشد، انسان جورى بار بیاورد که در فکر مقدّرات خودشان نباشند، دنبال این باشند که بنشینند اینجا، و عرض بکنم که این مسائل را از سمع و بصر تحویل بگیرند، و باطنشان اصلًا بعد از چند روز خراب بشود، تهى بشود... نترسید از اینکه به شما بگویند کهنه پرستید 50! سال به ما گفتند، بگویند، ما همینیم. مسائل را جدى بگیرید، نه مسائل را گوشتان به این باشد که از اروپا چى مى‏گوید... و اگر شما بخواهید خوب انجام بدهید، باید این رادیو تلویزیون را از این چیزهایى که ضعف در قلب انسان، در مغز انسان مى‏آورد، انسان را از انسانیت خودش بیرون مى‏کند، استقلال فکرى را از دست مى‏دهد، اینها را باید از او احتراز کنید.‏؛ صحیفه امام،ج9، صص156-158)
* انسان هر جایی دید برای زندگی دنیایی خودش ضعف نامعقول دارد، باید بداند این در اثر آنست که یک جاهایی لازم بوده، مبارزه با هوای نفس کند، نکرده‌است.

16

**مبارزه با نفس برای دستیابی به اهداف دنیوی، برای همۀ جوامع بشری ضروری است**

* در جلسۀ قبل یکی از اهداف کلیدی و مهم برای مبارزه با هوای نفس عنوان شد و مختصراً در مورد آن مطالبی بیان گردید. آن هدف این بود که اگر هوای نفس کنترل شود و بتوانیم برخی از امیال سطح پایین خود را کنترل کنیم از شخصیت قوی‌تری برخوردار می‌شویم که باعث می‌شود به اهداف دنیایی خودمان هم بهتر برسیم. این مبارزه با نفس برای دستیابی به اهداف دنیوی، برای جامعۀ ما و همۀ جوامع، ضروری است.
* **اگر مردم جهان، معصیت می‌کنند و فریب ابلیس را می‌خورند، به این دلیل است که به دروغ به آنها گفته شده که با معصیت، لذّت بیشتری خواهند برد؛ در حالی‌که با کنار گذاشتن مبارزه با هوای نفس، از همین دنیای خودشان هم لذّت کمتری می‌برند.** پذیرش سختی‌ها، ایجاد نظم و انضباط و شکل‌گیری شخصیّت قوی‌تر باعث می‌شود که برای بهره‌مندی از حیات دنیا، قوی‌تر شویم.

**با هواپرستی، انسان ذلیل و ضعیف می‌شود و دنیای خودش را هم نمی‌تواند آباد کند**

* ترک لذّت، انسان را برای لذّت بردن آماده‌تر می‌کند، پس یکی از اهداف مهم مبارزه با نفس، آبادانی زندگی در دنیاست که تمرکز و توان بیشتری به انسان می‌دهد، در حالی‌که انسان با هواپرستی، ذلیل و ضعیف و خراب می‌شود و دنیای خودش را هم نمی‌تواند آباد کند.
* کارکرد مبارزه با نفس را در مباحث بهداشت و سلامت روان هم می‌توان دید. مثلاً کسی که مبارزه با نفس می‌کند و دروغ نمی‌گوید، آرامش دارد و استرس پیدا نمی‌کند و این آرامش برای زندگی بهتر در دنیا لازم است.

**زندگی بهتر در دنیا، هدف فرعی مبارزه با نفس است / ما برای یک «اتفاق بسیار مهم» مبارزه با نفس می‌کنیم/ هدف عالی مبارزه با نفس، ملاقات خدا است**

* اگرچه یکی از اهداف مسلّم مبارزه با هوای نفس، بهتر زندگی کردن در دنیا است، ولی این یک هدف فرعی است، چون زندگی دنیا خیلی زود تمام می‌شود. کدام آدم سالمی قناعت می‌کند به اینکه فقط دنیایش آباد شود؛ دنیایی که به سرعت می‌گذرد و پایان می‌پذیرد؟ چنین هدفی، یک هدف متعالی و ارزنده نیست که از مبارزه با هوای نفس، به دنبال زندگی بهتر در دنیا باشیم. در واقع زندگی بهتر در دنیا را نباید هدف اصلی مبارزه با نفس دانست، بلکه یک هدف فرعی و فایده آن باید تلقی کرد. مثل اینکه وقتی می‌خواهی به مشهد بروی، به ناچار از نیشابور هم رد می‌شوی، نشیابور هدف سفر شما نیست، بلکه فایده به مشهد رفتن است. این‌طور نیست که بگویی من هم به مشهد می‌خواهم بروم و هم به نیشابور! چون وقتی هدف عالی را در نظر می‌گیری، فایده و هدفِ سطح پایین‌تر هم خودبه‌خود محقق می‌شود.
* نباید هدف مبارزه با نفس را به عنوان تنها مسیر، به دنیا و آبادانی آن و زندگی راحت‌تر، محدود کنیم. ما می‌خواهیم برای یک اتفاق بسیار مهم مبارزه با نفس کنیم. آن اتفاق مهم چیست که از نظر ساختار دنیا و ساختار انسان، مجبور به مبارزه با نفس هستیم؟ آن اتفاق مهم چیست که برای رسیدن به آن تقدیرات الهی طوری طراحی می‌شوند تا مبارزه با نفس کنیم؟ آن اتفاق مهم چیست که قرار است برای رسیدن به آن آن‌قدر مبارزه با نفس کنیم که نه تنها دنیای ما، بلکه آخرت ما هم آباد شود؟ این هدف عالی، از قبل برای ما انتخاب شده است و فقط باید آن را بشناسیم.
* اگرچه ممکن است برخی آدم‌ها از اینکه خودشان نقشی در انتخاب اصلی‌ترین هدف زندگی و حیات ندارند، خوششان نیاید ولی چاره‌ای نیست، چون هدف اصلی ما توسط خالق ما از قبل انتخاب شده است و ما فقط می‌توانیم آن هدف را بشناسیم. از سازنده انسان باید پرسید که برای چه هدفی ما را خلق کرده است؟ اگر این هدف را درست بفهمی و بشناسی، می‌توانی به آن عشق بورزی. هرکس سرد و بی‌حال بود و انگیزه و قوّت و قدرت لازم برای طیّ این تنها مسیر را نداشت، او هنوز به این هدف پیوند نخورده است. جاذبه این هدف از جاذبۀ زمین و ماه بالاتر است؛ همین جاذبۀ زمین که اشیاء را به سمت خود می‌کشد و جاذبۀ ماه که باعث مدّ دریاها می‌شود. آیا خدا هم، جاذبه دارد؟!
* بله، خدا هم جاذبه دارد. ما آفریده شده‌ایم که پیش خدا برویم و از او لذّت ببریم؛ «إنّا لله و إنّا إلیه راجعون» ، «و إلیه المصیر». قیامت مانند کوچه‌ای است که باید از آن عبور کنیم و به محلۀ خودمان برسیم و بهشت محلۀ ما است تا در بهشت اتفاق شیرین و وصف‌ناپذیر ملاقات با خدا اتفاق بیافتد. **تو آفریده شده‌ای برای اینکه پیش خدا بروی و برای خودِ او ساخته شده‌ای. هدف تو را خالق تو انتخاب کرده است و فرصتی برای انتخاب هدف اصلی به تو نداده است**.
* خدایا! تو مرا برای چه ساخته‌ای؟ خداوند پاسخ می‌دهد: تو به دنیا آمده‌ای تا از راحت و لذّت، لذّت ببری. تو برای لذّت آفریده شده‌ای ولی تو لذّت واقعی می‌خواهی و لذّت‌های زودگذر، تو را اذیّت می‌کند. **تو را برای یک لذّت فوق‌العاده بهتر ساخته‌ام و آن لذّت، لذّت ملاقات با خدا است**. انسان برای ملاقات با خدا آفریده شده است.

**همۀ انسان‌ها جبراً در مسیر ملاقات با خدا قرار دارند/چگونگی ملاقات، بستگی به چگونگی مدیریت رنج‌ها است**

* خداوند در قرآن می‌فرماید: «ای انسان! تو تلاش می‌کنی و سختی می‌کشی، سختی کشیدنی به سمت پروردگارت، تا به ملاقات او برسی؛ یا أَیُّهَا الْإِنْسانُ إِنَّکَ کادِحٌ إِلى‏ رَبِّکَ کَدْحاً فَمُلاقیه» (انشقاق/7) **همان‌طور که می‌بینید در این آیه تعبیر «یا ایها الذین آمنوا» استفاده نشده، بلکه همۀ انسان‌ها را مورد خطاب قرار داده است؛ یعنی همۀ انسان‌ها جبراً در مسیر ملاقات با خدا قرار دارند ولی انسان می‌تواند رنج‌ها و سختی‌های خود را طوری مدیریت کند که این ملاقات از کیفیّت بالایی برخوردار شود و به نفع انسان تمام شود و یا می‌تواند اَلَکی و بی‌نتیجه سختی‌ها را تحمل کند؛ بدون آنکه تأثیر مثبتی بر ملاقاتش با خدا بگذارد.**

**هیجان ملاقات خدا، هیجانی بی‌پایان است**

* ملاقات خدا، فوق‌العاده لذّت‌بخش است و فقط آدم‌های سیه‌دل نمی‌توانند در موردش فکر کنند. اگر کسی کمی صفای باطن داشته باشد، می‌تواند شیرینی ملاقات با خدا را احساس کند. اما شیرینی ملاقات با خدا با همۀ شیرینی‌های دیگر فرق دارد. خدا، خالق است! اگر کسی یک تابلوی زیبا را طراحی کرده باشد، ممکن است خودش زیبا نباشد ولی خدا اینچنین نیست، خدا خالق «زیبایی» است و قطعاً خودش از همۀ زیبایی‌هایی که خلق کرده است زیباتر است. هیجان ملاقات خدا، هیجانی بی‌پایان است و در هر ملاقات، مؤمن با لذّت جدیدی مواجه می‌شود که لذّت ملاقات قبل را فراموش می‌کند. خدا، انتها ندارد و لذّتِ او هم انتهایی ندارد. ممکن است برای کسی سؤال پیش بیاید که آیا بهشت، خسته کننده نمی‌شود؟ نه! چون در بهشت ملاقات خدا هست که تکراری نیست و ما برای لذّت بردن از خودِ خودِ خود خدا آفریده شده‌ایم.

**برای رسیدن به ملاقات خدا، باید ظرفیت خود را افزایش دهیم/ راه افزایش ظرفیت، «مبارزه با نفس» طبق برنامه و دستور خداست**

* **ما برای رسیدن به ملاقات خدا، تنها یک مسیر داریم که مبارزه با نفس است**. بعد از توجّه به این هدف، لازم است که از برخی خوشی‌ها و دوست داشتنی‌ها بگذریم. یعنی برای رسیدن به خوشی و لذّت صحبت با خدا در روز قیامت باید از برخی خوشی‌های خود صرفنظر کنیم.
* **برای رسیدن به ملاقات خدا، باید ظرفیت خود را افزایش بدهیم. اما چطور می‌توان ظرفیت خود را افزایش داد؟ راه افزایش ظرفیت این است که از خودخواهی‌ها پاک شویم و دوست داشتنی‌ها را طبق برنامه و دستوری که خدا می‌دهد، کنار بگذاریم. اگر کسی بنا به دل‌خواه خودش برای مبارزه با نفس، برنامه‌ریزی کند و تصمیم بگیرد، عقل به او می‌گوید: «تو می‌خواهی خودت برای خودت برنامه‌ریزی کنی؟ باز هم که این «تو» باقی خواهد بود. وقتی «تو» می‌خواهی خواستنی‌هایت را کنار بگذاری، هنوز «تو» باقی است و این نقض غرض است.»**

**راه از بین رفتن «من»، دستور گرفتن از خدا است/ اگر انسان خودش برای «مبارزه با نفس» برنامه بدهد، نفسش بزرگ می‌شود**

* در کنار خدا نباید اثری از نفسانیت «تو» باقی مانده باشد و کسی می‌تواند به ملاقات خدا برود که اثری از خودش و خواسته‌های خودش در مقابل خدا و خواسته‌های خدا نباشد.
* خدا طوری برنامه‌ریزی و طراحی می‌کند که تو به دستور خدا، لذّت‌ها را کنترل کنی و از برخی لذت‌هایت دست برداری و این کار باید با دستور و برنامۀ خدا صورت بگیرد، نه با دستور خودت. راه از بین رفتن «من»، دستور گرفتن از خدا است. «انگیزۀ» اصلی در تنها مسیر، «لقاءالله» است و «برنامۀ» طی مسیر را خودت نباید بریزی چون دوباره نفس تو بزرگ می‌شود. بزرگ شدن نفس بد است، چون فقط خدا است که متکبّر است و اگر تو یک ذرّه تکبّر داشته باشی، طبق روایت بوی بهشت را هم نمی‌شنوی.(رسول خدا(ص): یَا أَبَاذَرٍّ، مَنْ مَاتَ وَ فِی قَلْبِهِ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ مِنْ کِبْرٍ، لَمْ یَجِدْ رَائِحَةَ الْجَنَّةِ إِلَّا أَنْ یَتُوبَ قَبْلَ ذَلِک‏؛ امالی طوسی/538 و نیز امام صادق(ع): لَا یَدْخُلُ الْجَنَّةَ مَنْ فِی قَلْبِهِ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ مِنْ کِبْر؛ کافی/2/310)
* خداوند را باید با همان برنامه‌ای که خودش داده است، اطاعت کرد نه آن برنامه‌ای که خودمان تعیین کرده‌ایم. در روایتی از امام صادق(ع) داریم که خداوند به ابلیس فرمود: «من دوست دارم آن‌طور که خودم می‌خواهم عبادت شوم نه آن‌طور که تو می‌خواهی؛ إِنَّمَا أُرِیدُ أَنْ أُعْبَدَ مِنْ حَیْثُ أُرِیدُ لَا مِنْ حَیْثُ تُرِیدُ» (تفسیرقمی/1/42) خداوند با تنظیم مقرّرات (تکالیف) و مقدّرات، برنامه‌ریزی را انجام داده و آیین‌نامه را اعلام کرده است.

**باید با هوای نفس مبارزه کنیم تا اثری از «من» باقی نماند/خداوند با تقدیر و تکلیف، «من» را می‌گیرد/دستور، ذات مبارزه با هوای نفس است**

* **ما باید با هوای نفس مبارزه کنیم تا اثری از انانیت و «من» باقی نماند و این معنای عشق است، که بسیار هم لذّت دارد ولی بسیاری فقط تار آن را زده‌اند و برایش سر و صدا راه انداخته‌اند و به حقیقت آن نرسیده‌اند. اثری از «من» در مقابل معشوق نباید باشد و این خدا است که با تقدیر و تکلیف، «من» را می‌گیرد. «برنامه» دادن با خدا است و دستور، ذات مبارزه با هوای نفس است. عبد، منتظر دستور است**.

**«مبارزه با هوای نفس» یعنی «رعایت دستورات الهی»/ نام قرآنی «رعایت دستورات الهی»، «تقوا» است**

* بدین ترتیب **«مبارزه با هوای نفس» همان «رعایت دستورات الهی» خواهد بود و نام قرآنی «رعایت دستورات الهی»، «تقوا» است. اینکه در قرآن بر رعایت تقوا توصیه شده، یعنی مواظب دستورات خدا باش. پایۀ تقوا، مبارزه با هوای نفس است، آن هم با رعایت دستورات خدا و نه با میل خودت. اگر با دستورات الهی، مبارزه با نفس کنی، معنایش همان تقوا است، چنانکه حضرت علی(ع) فرمودند: «إنَّما هی نفَسی اَروضُها بِالتّقوی»(نهج‌البلاغه/ نامه 45) دستور که از بالا بیاید، یک چیز دیگر است. فقط با دستور از بالا است که هوای نفس کشته می‌شود.**

**رابطۀ تقوا و مبارزه با هوای نفس در روایات/ رأس تقوا، مخالفت با هوای نفس است**

* حضرت علی(ع) می‌فرمایند: «رأس تقوا، مخالفت کردن با هوای نفس است؛ رأسُ التُّقی مخالِفَة الهَواء» (عیون الحکم 263). و باز امیرالمؤمنین(ع) می‌فرمایند: «کسی که با هوای نفس خودش مبارزه کند، تقوایش کامل می‌شود؛ «من جاهد نفسَه اکملَ التّقی» (غررالحکم/حدیث4940) در کلام دیگری می‌فرماید: « هیچ چیزی تقوا را فاسد و خراب نمی‌کند، مگر غلبه شهوات؛ لَا یُفْسِدُ التَّقْوَى إِلَّا غَلَبَةُ الشَّهْوَةِ» (غررالحکم/حدیث6003). در روایتی دیگر حضرت علی(ع) می‌فرمایند: «خوشا به حال کسی که از فرعون هوای نفس خودش سرپیچی کند و از موسای تقوای خودش اطاعت کند؛ طُوبَى لِمَنْ عَصَى فِرْعَوْنَ هَوَاهُ وَ أَطَاعَ مُوسَى تَقْوَاه‏» (عیون الحکم/5493).
* حضرت علی(ع) در نامه‌ای که به معاویه می‌نویسد، خطاب به معاویه می‌فرماید: «تو در حالی به من تذکر تقوا می‌دهی که خودت بر ضدّ تقوا حرکت می‌کنی و از هوای نفس پیروی می‌کنی؛ تَذْکُرُ التَّقْوَى وَ أَنْتَ عَلَى ضِدِّهَا؛ قَدِ اتَّبَعْتَ هَوَاکَ» (کنزالفوائد/ج2/ص 43) یعنی هوای نفس و تقوا ضد یکدیگر هستند.
* در قسمتی از یک حدیثی طولانی از قول امام رضا(ع) نقل شده است که: «مرد حسابی، و تمام مردی و بهترین مرد، کسی است که هوای خودش را در تبعیت از دستور خدا قرار داده است: لکنَّ الرَّجُل کلُّ الرَّجل، نِعمَ الرَّجل هو الذّی جَعَلَ هَواه تبعاً لِأمر الله» (مجموعۀ ورّام/ ج2/ص 100). از این روایات نیز می‌توان رابطۀ دستور خدا و تقوا و مبارزه با هوای نفس را فهمید.
* گاهی رعایت تقوا اقتضاء می‌کند که از عزیزترین عزیزانت بگذری. اینجا هم باید دنبال دستور خدا بود. اگرچه خانواده و همسر و فرزند، حرمت دارند ولی اگر دستور باشد، باید پذیرفت. کاری که اباعبدالله الحسین(ع) به زیبایی انجام داد...

17

**ما همواره مجبوریم با برخی تمایلات خود مخالفت کنیم**

* در جلسات قبل بحث ما به اینجا رسید که ما مجبوریم با برخی از تمایلات خودمان مخالفت کنیم. این اجبار به دلیل ساختار وجود انسان و ساختار حیات است. در مورد ساختار وجودی انسان ذکر شد که **تنها راه رشد قوای روحی و حتی جسمی انسان در مخالفت کردن با دوست‌داشتنی‌ها است.** در مورد ساختار حیات هم به دلایلی مانند نرسیدن انسان به آرزوهایش، پیر و فرسوده شدن و .... اشاره شد که ما را مجاب به مبارزه با هوای نفس و دوست‌داشتنی‌ها می‌کند.

**ایمان؛ انگیزه لازم برای مبارزه با نفس/تقوا؛ برنامۀ مبارزه با نفس**

* انگیزه لازم برای این مبارزه با نفس، ایمان است و برنامه مبارزه با نفس، تقوا است. ایمان، برای شما هدف تعیین می‌کند تا بتوانی با انگیزه و شوق از این میدان پرخطر عبور کنی. ایمان می‌گوید بعد از این دنیا، عالم دیگری هست که در آن جاودانه هستی. ایمان بیان می‌کند که خرابی این دنیا حکمتی داشته که به نفع تو بوده است و کسی که تو را در این شرایط قرار داده، برنامه هم داده است؛ بیا و به او اطمینان کن.
* **بعد از پذیرش ایمان، برنامه عبور از این میدان مین، تقوا است. جواب به این سؤال که الان چگونه باید حرکت کنیم و کدام یک از دوست‌داشتنی‌ها را باید کنار بگذاریم، آغاز دیانت است.**

**رابطۀ تقوا و «عبد بودن»/برنامه را خود خدا باید بدهد/ برنامه باید طوری باشد که اثری از «من» باقی نماند**

* بعد از اینکه پذیرفتیم که باید از برخی علاقه‌های خود بگذریم، این سؤال پیش می‌آید که از کدام یک از علاقه‌های خود بگذریم؟ در پاسخ می‌گوییم: **در اصل ما برای رسیدن به خدا قرار شد از برخی علاقه‌های خود بگذریم و خداوند به ما می‌فرماید: «تو آن‌قدر باید از علاقه‌های خودت بگذری تا اثری از «منِ» تو باقی نماید. لذا اگر از برخی علاقه‌ها بگذری ولی«من» را حفظ کنی، نقض غرض شده است و این‌ نوع مبارزه با نفس حداکثر به درد دنیای تو می‌خورد. اگر خودت برنامه را تنظیم کنی، هنوز «من» باقی است و اتفاقاً این «من» به خاطر اینکه خودش برای مبارزه برنامه‌ریزی کرده است، بزرگ‌تر هم شده است.» اگر خودمان برنامه‌ریزی کنیم «منِ» ما تورّم پیدا می‌کند پس باید خودِ خدا برنامه را بدهد و خدا هم با بیان دستوراتی در حلال و حرام و تعیین امور واجب و عبادات و ..... شروع می‌کند.**
* خداوند به ما برنامه می‌دهد و مبارزه با هوای نفس را مدیریت می‌کند و می‌فرماید: «اگر من بخواهم مدیریت کنم، تو باید «عبدِ» ذلیل من باشی.» عبد هم مانند برده، هیچ چیزی برای خودش ندارد. قرار هم همین بوده که ما آن‌قدر لذت‌ها و دوست‌داشتنی‌ها را کنار بگذاریم که دیگر چیزی از «منیّتِ» ما باقی نماند تا از خودِ خدا لذت ببریم و این یعنی عبد بودن. در این راه تشریک‌ مساعی هم نداریم که بعضی جاها را خدا نظر بدهد و بعضی جاها را خودمان پیشنهاد بدهیم و بخواهیم کار را با مشارکت جلو ببریم. هر جا هم نتوانستی، باید توبه کنی و خدا مهلت می‌دهد. خدا سخت نمی‌گیرد. ولی حالا که عبد شدی هر جا نتوانستی طبق دستور کار کنی باید بگویی: «غلط کردم» یعنی باید استغفار کنی.

**عمل به برنامه‌ای که خودت در آن نقش نداشته باشی، تنها راه عبد شدن و از بین رفتن «منیّت»/این برنامه، همان تقواست**

* **تو به برنامه‌ای نیاز داری که در از بین بردن انانیت به تو کمک کند تا عبدِ ذلیل خدا بشوی و از او لذت ببری. این«من» اگر بخواهد از بین برود، لازمه‌اش عمل به برنامه‌ای است که خودت در آن نقش نداشته باشی.**
* لذا وقتی از آقای بهجت(ره) درخواست می‌کردند که برای سیر و سلوک برنامه یا کتاب معرفی کنند، ایشان می‌فرمود: همین رساله‌های عملیه! **یعنی برنامه طی کردن این راه و برنامۀ سیر و سلوک، عمل کردن به رساله‌های عملیه است. رزمندگان در دوران دفاع مقدس با رساله‌های عملیه عشق‌بازی می‌کردند. چون آماده بودند که از جان خودشان بگذرند، خداوند نوعی حس خداپرستی را در آن‌ها بیدار می‌کرد که دوست داشتند حرف گوش کنند و بیشترین دستورات در رساله عملیه است.**

**برنامۀ مبارزه با نفس، ما را «عبد» بودن می‌رساند/ عبد، کسی است که حاضر است طبق دستور و برنامۀ مولای خود عمل کند**

* اگر مبارزه با نفس را «خودمان» مدیریت کنیم، فایده ندارد و باز هم می‌شود «خودپرستی» نه «خداپرستی»! مثل کسانی که رنج می‌کشند اما رشد نمی‌کنند. اگر کسی رنج کشید ولی نورانی نشد، باید بداند که بد (اشتباه) رنج کشیده است، یعنی مبارزه با نفس کرده و رنج کشیده ولی نفس و هوای نفس او از بین نرفته است. رنج کشیدن در دنیا قطعی است و اگر به خاطر خدا رنج نکشی، به خاطر خودت رنج خواهی کشید.
* **این برنامۀ مبارزه با نفس ما را به مقوله عبد می‌رساند، چون عبد، کسی است که حاضر است «دستور» گوش کند و طبق برنامۀ مولای خود عمل کند، به همان اندازه‌ای که یک برده از ارباب خودش دستور گوش می‌کند.**
* رابطه ما با خداوند و رابطه ما با مأمور راهنمایی و رانندگی (از نظر گوش کردن به دستور) خیلی فرق می‌کند. مأمور راهنمایی و رانندگی فقط یک سری دستور می‌دهد تا رانندگی در سطح شهر با نظم و طبق مقررات باشد، و مثلاً به اینکه شما داخل ماشین چه کاری می‌کنید، کاری ندارد. ولی رابطه پروردگار عالم با ما این‌طور نیست. یک‌سری مقررات اعلام می‌کند و بعد نگاه می‌کند آیا از نفس تو چیزی باقی است یا نه؟ تا اگر هنوز باقی است، به وسیله بقیه امتحانات و سختی‌ها، آن نفسانیت و منیت را از بین ببرد. البته خدا با مهربانی و صبورانه، و با گذشت این کار را می‌کند و فرصت می‌دهد و به عمل کم ما قانع است. باید همه صفات و ویژگی‌های خدا را ببینیم. خدا با مراعات، هوای نفس را از تو می‌گیرد.

**«تقوا» همان «مبارزه با نفس» است به علاوۀ دو ویژگی:1. برای خدا 2. با برنامۀ خدا**

* ما باید یکسری از لذت‌ها را با این هدف کنار بگذاریم که به لذت خدا برسیم و به خدا اتصال پیدا کنیم و مزه ملاقات خدا را بچشیم. ما به حکم عقل باید مشغول لذت برتر باشیم.
* در این شب‌ها ما باید بسیار توبه کنیم که مشغول خدا به عنوان برترین لذت عالم نبوده‌ایم. ماه رمضان را خدا قرار داده است که مشغول او باشیم. ما چاره‌ای نداریم جز اینکه خودمان را تسلیم کنیم و بگوییم خدایا! شما خودتان مدیریت بفرمائید. خدا هم می‌فرماید: «بله، چارۀ دیگری نیست! من تو را به چه کسی بسپارم؟ به هر کسی بسپارم، عبد او شده‌ای و به من نمی‌رسی. **تو باید عبدِ من باشی و خودت را در راه «منِ خدا»، فنا کنی. تو باید در راه رسیدن به لذتی که از من می‌بری، از خود بی خود شوی. پس من خودم باید مدیریت کنم و از امروز اسم تو را «عبد» می‌گذارم**. و تو هم که قبول کردی عبد شوی، دیگر باید دستورها را اجرا کنی. هر دستوری که تعیین کردم، چه تقدیری و چه تکلیفی، فقط دنبال دستور من باش.»
* بعد از اینکه اصل زجر کشیدن را که قبول کرده‌ و پذیرفتیم، باید سراغ «برنامه» و رضایت از سختی‌های در طول راه ب‌رویم.
* وقتی خداوند برنامه را می‌دهد، می‌فرماید: «دستور مرا مراقبت کن» اینجا دیگر نام مبارزه با نفس را به کار نمی‌برد بلکه از «تقوا» سخن به میان می‌آورد. تقوا، یک مبارزه با نفس خام نیست. مبارزه با نفسی است که دو ویژگی دارد: 1- جهت الهی دارد و فقط برای دنیا مبارزه با هوای نفس نمی‌کنی، بلکه برای رسیدن به ملاقات خدا مبارزه با نفس می‌کنی. بنابراین تقوا، همان مبارزه با نفس است ولی برای خدا 2- ویژگی دوم آن این است که تقوا همان مبارزه با نفس است ولی با برنامۀ خدا.

**برای امتحان نهایی عدم خودخواهی نفس، خدا فیلتری به نام «ولایت» قرار داده است / کسی که بخواهد مستقیم از خدا دستور بگیرد، نه از ولیّ خدا، متکبر است**

* اگر انسان دوست‌داشتنی‌هایش را به نفع دستورات خدا کنار بگذارد، تا کم‌کم به خدا برسد و از او لذت ببرد، و دستورات و برنامه را هم خدا تعیین کرده باشد و انسان عبد شده باشد، باز هم یک مشکل باقی مانده است. اگر رضایت در بلا هم داشته باشیم، باز هم ممکن است نفس انسان یک مکری به او بزند. یعنی اگر تمام دستورات را گوش کنیم، باز هم ممکن است«من» باقی مانده باشد.
* خدایا! تکلیف و تقدیر را که به خودت سپرده‌ایم، راضی هم هستیم، عبد هم شده‌ایم، دیگر چه مرضی ممکن است باقی بماند؟ خدا می‌فرماید: «انگار داری پسرخاله می‌شوی. ما کجا؟ تو کجا؟ انگار هنوز یک کمی«من» داری.»
* برای اینکه معلوم شود که نفس ما خودخواهی نمی‌کند، خدا یک فیلتر در مسیر بندگی خودش قرار داده است که پذیرش «ولایت» است.
* اگر قرار است حرف خدا را بشنویم، این پیامبر است که حرف خدا را می‌رساند. کسی که می‌گوید: «خدایا! من می‌خواهم مستقیم از خودت دستور بگیرم، نه از پیامبر و ولی تو» او متکبر است. خدا می‌فرماید: «تو وقتی حقیقتاً پا بر روی انانیت خودت گذاشته‌ای و تسلیم من شده‌ای که نه تنها دستور مرا گوش بدهی، بلکه دستورات هر کسی که من گفتم را هم گوش کنی.» گوش کردن دستورات هر کسی که خدا گفته است؛ یعنی ولایت است.
* ولایت، نقطه نهایی مشخص شدن پاکی انسان است. ولایت همان چیزی است که ابلیس نتوانست بپذیرد و بعد از 6000 سال معلوم شد دروغ می‌گفته است و هنوز انانیت دارد.

**برای اینکه معلوم شود که واقعاً انانیت از بین رفته است، با ولایت باید امتحان شود**

* از روز اول برو در خانه اهل بیت(ع)، ببین به امیرالمؤمنین تواضع می‌کنی یا نه؟ عبد خدا بودن را نمی‌توانستی نپذیری، اما آیا حاضری دستور و برتری و فضیلت امیرالمؤمنین(ع) بر خودت بپذیری یا حسادت می‌ورزی؟ آیا هنوز یک تکبر و علو روحی داری؟ اگر عبد خدا باشی، می‌گویی «خدایا! شما چه کسی را دوست داری؟ ما نوکر او هم هستیم.» این فرق عبد حقیقی با عبد دروغی است. این فرق مسلمان و مؤمن است.
* قرار بود انانیت ما به دستور خدا از بین برود که به کمک تقوا حاصل می‌شد. ما می‌پذیریم و عبد بودن، وصف ما و تقوا مرام ما خواهد شد. برای اینکه معلوم شود که واقعاً انانیت از بین رفته است، باید با ولایت امتحان شود. باید برایت سنگین نباشد که به حرف کسی که خدا گفته است هم گوش کنی. خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: ای پیغمبر! به خدای تو قسم، اگر سنگین باشد برای کسی که حرف تو را بپذیرد، او ایمان ندارد. «فَلا وَ رَبِّکَ لا یُؤْمِنُونَ حَتَّى یُحَکِّمُوکَ فیما شَجَرَ بَیْنَهُمْ ثُمَّ لا یَجِدُوا فی‏ أَنْفُسِهِمْ حَرَجاً مِمَّا قَضَیْتَ وَ یُسَلِّمُوا تَسْلیماً»(نساء/65)

**چرا خطای اهل ولایت بخشیده می‌شود؟**

* **اگر کسی مرحله ولایت را به خوبی طی کرده باشد، چون عبد بودن او محرز شده، اگر جایی هم خطا کند راحت می‌بخشند. ولی اگر کسی اعمال خوب و پرثواب زیادی انجام داده باشد، ولی مرحله ولایت را به‌خوبی طی نکرده باشد، مریض است. کارهای خوب او هم برای فریب دادن و ساکت کردن وجدانش است، نه برای اطاعت از خدا. او خودپرست است و در خیالات و اوهام به سر می‌برد. نزاع اصلی در عالم بین خداپرستی و خودپرستی است و نهایت خداپرستی این است که تو نه تنها مستقیم از خدا تبعیت کنی، بلکه وقتی کسی را ولی تو قرار داد، بپذیری.**
* یک عبد عالی در زمان پیغمبر، سلمان فارسی است. از امام صادق(ع) سؤال شد که چرا ما این‌قدر از شما دربارۀ سلمان فارسی تعریف می‌شنویم؟ چرا این‌قدر یاد سلمان می‌کنید؟ امام صادق(ع) فرمود: نگو سلمان فارسی، بلکه بگو سلمان محمدی. بعد فرمودند: می‌دانید من چرا این‌قدر از سلمان فارسی حرف می‌زنم؟ آن فرد گفت نه. نمی‌دانم. فرمود: به این دلیل که سلمان فارسی 3خصلت داشت: اولین خصلت او این بود که هوای امیرالمؤمنین(ع) را بر هوای خودش ترجیح می‌داد. یعنی سلمان در مبارزه با هوای نفس به این مرحله رسیده بود که علاوه بر اینکه دستورات خدا را بر هوای نفس خودش غلبه می‌داد، یکی از دستورات ویژه خدا که ولایتمداری است را طوری انجام می‌داد که هوای دل امیرالمؤمنین(ع) را بر هوای خودش ترجیح می‌داد. (مَا أَکْثَرَ مَا أَسْمَعُ مِنْکَ یَا سَیِّدِی ذِکْرَ سَلْمَانَ الْفَارِسِیِّ! فَقَالَ: لَا تَقُلِ الْفَارِسِیَّ، وَ لَکِنْ قُلْ سَلْمَانَ الْمُحَمَّدِیَّ، أَ تَدْرِی مَا کَثْرَةُ ذِکْرِی لَهُ قُلْتُ: لَا. قَالَ: لِثَلَاثِ خِلَالٍ: أَحَدُهَا: إِیثَارُهُ‏ هَوَى‏ أَمِیرِ الْمُؤْمِنِینَ (عَلَیْهِ السَّلَامُ) عَلَى هَوَى‏ نَفْسِهِ‏، وَ الثَّانِیَةُ: حُبُّهُ لِلْفُقَرَاءِ وَ ..؛ امالی شیخ طوسی/ص133)

**شاید ولایت فقیه هم محل امتحان هوای نفس آدم باشد**

* هوای نفس، داستان ما را ازعبودیت و تقوا به ولایت کشانید. آیا ته هوای نفس چیزی باقی مانده است؟ ولایت فقیه چقدر به ولایت علی بن ابیطالب(ع) ربط دارد؟ شاید ولایت فقیه هم محل امتحان هوای نفس آدم باشد. سؤال می‌شود: «ولی فقیه که معصوم نیست»! ببخشید مگر سلمان فارسی معصوم است؟! شما اگر سلمان فارسی را دوست نداشته باشی و ولایت او را نداشته باشی، از ولایت اهل بیت(ع) خارج شده‌ای. اسم مقداد، ابوذر، عمار و حذیفه هم در این مورد ذکر شده است.( الْوَلَایَةُ لِلْمُؤْمِنِینَ الَّذِینَ لَمْ یُغَیِّرُوا وَ لَمْ یُبَدِّلُوا بَعْدَ نَبِیِّهِمْ ص وَاجِبَةً مِثْلِ سَلْمَانَ الْفَارِسِیِّ وَ أَبِی ذَرٍّ الْغِفَارِیِّ وَ الْمِقْدَادِ بْنِ الْأَسْوَدِ الْکِنْدِیِّ وَ عَمَّارِ بْنِ یَاسِرٍ وَ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ الْأَنْصَارِیِّ وَ حُذَیْفَةَ بْنِ الْیَمَانِ وَ أَبِی الْهَیْثَمِ بْنِ التَّیِّهَانِ وَ سَهْلِ بْنِ حُنَیْفٍ وَ أَبِی أَیُّوبَ الْأَنْصَارِیِّ وَ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ الصَّامِتِ وَ عُبَادَةَ بْنِ الصَّامِتِ وَ خُزَیْمَةَ بْنِ ثَابِتٍ ذِی الشَّهَادَتَیْنِ وَ أبو [أَبِی‏] سَعِیدٍ الْخُدْرِیِّ وَ مَنْ نَحَا نَحْوَهُمْ وَ فَعَلَ مِثْلَ فِعْلِهِمْ؛ خصال صدوق/2/607) اگر کسی می‌گو‌ید ما فقط 14معصوم داریم و نوکر آن‌ها هستیم، باید گفت تو اگر نوکر نوکرهای آنها نباشی و به یکی از نوکرهایشان توهین کنی، از ولایت معصومین خارج شده‌ای. به همین دلیل عجالتاً به همه احترام بگذار.
* خدا برای اینکه برنامه مبارزه با نفس ما را بدهد، می‌تواند همه پیغام‌ها را خودش برساند ولی برخی جاها را می‌گوید پیامبر من، این مطلب را تو بگو. از جمله مهمترین این موارد، ماجرای غدیر است.(أَیُّهَا الرَّسُولُ بَلِّغْ ما أُنْزِلَ إِلَیْکَ مِنْ رَبِّک) هر جا خداوند اطاعت از خودش را مطرح کرده است، اطاعت از رسول را هم با عبارت‌هایی نظیر «أَطیعُوا اللَّهَ وَ أَطیعُوا الرَّسُول» و «فَاتَّقُوا اللَّهَ وَ أَطیعُونِ» مطرح کرده است. «فَاتَّقُوا اللَّهَ وَ أَطیعُونِ» یعنی تقوای خدا داشته باشد و از من اطاعت کنید؛ این حرف تمام انبیاء در قرآن بوده است. و شاید فقط یک مورد باشد که خداوند تنها از اطاعت خودش سخن گفته باشد.
* حضرت علی(ع) می‌فرمایند: «ای بندگان خدا بدانید وقتی شما تقوای خدا را داشته باشید و از اهل بیت پیغمبر خدا محافظت کنید این افضل عبادات است و خدا را به افضل عبادت پرستش کرده‌ای. و بهترین ذکر خدا را گفته‌اید. شکر خدا را در برترین صورت شکر به جار آورده‌اید. و بهترین نوع صبر و شکر را انتخاب کرده‌اید؛ وَ اعْلَمُوا عِبَادَ اللَّهِ أَنَّکُمْ إِذَا اتَّقَیْتُمُ اللَّهَ وَ حَفِظْتُمْ‏ نَبِیَّکُمْ‏ فِی‏ أَهْلِهِ‏ فَقَدْ عَبَدْتُمُوهُ بِأَفْضَلِ عِبَادَتِهِ وَ ذَکَرْتُمُوهُ بِأَفْضَلِ مَا ذُکِرَ وَ شَکَرْتُمُوهُ بِأَفْضَلِ مَا شُکِرَ»(تحف العقول/ص178)

**هر کس نسبت به ولی خدا کینه‌ای داشت در کربلا فرصت پیدا کرد آن را رو کند**

* اما در کربلا چه خبر بود؟ در جبهه اولیاء که امام حسین(ع) آمده بود تا عشق‌بازی کند و قربانی بدهد. اما در جبهه اشقیاء چه کسانی هستند؟ خدا تصمیم گرفت در کربلا دو اتفاق بیافتد: 1- عاشق‌ها، عشق خود را نشان دهند 2- کسانی که کینه‌ای یا یک تکبری به ولی خدا داشتند که ته دلشان رسوب کرده بود، فرصت پیدا کنند رذالت و پلیدی خودشان را نشان بدهند. در کربلا می‌توان دید کسانی که تسلیم ولایت نیستند، چه رذالتی در دل‌هایشان خوابیده است. هر کس نسبت به ولی خدا کینه‌ای داشت در کربلا فرصت پیدا کرد آن را نشان بدهد ...

18

**ما خلق شده‌ایم تا با عبور از موانع، ارزش افزوده تولید کنیم/در عبور از تمایلات کم‌ارزش، «مبارزه با نفس» شکل می‌گیرد**

* صحبت ما در مورد هوای نفس به اینجا رسید که ما خلق شده‌ایم تا ارزش افزوده تولید کنیم و در این مسیر، مانع وجود دارد؛ مانعی به نام تمایلات پست و بی‌ارزش سر راه ما وجود دارد که با عبور کردن از آن‌ها می‌توانیم به رشد برسیم. زندگی در ابتدا با خواسته‌های کم شروع می‌شود و به مرور با عبور کردن از این تمایلات و خواسته‌های کم، عملیات مبارزه با هوای نفس شکل می‌گیرد. مبارزه با نفس، مسیر اصلی حرکت ما است که تا آخرین لحظه حیات در این دنیا ادامه خواهد داشت. این مبارزه با نفس برای اولیاء خدا هم وجود دارد.

**لازمه مبارزه با نفس این است که خدا برنامه مبارزه با نفس را طراحی کند/ مبارزه با نفس یعنی مقابله با «من» که در مقابل «معبود» قرار دارد**

* در مسیر مبارزه با نفس، رنج وجود دارد و موضوع رنج را باید از همان ابتدای مسیر برای خودمان حل کنیم. لازمه مبارزه با نفس این است که خدا برنامه مبارزه با نفس را طراحی کند. خدا هم برنامه‌ها را به صورت تقدیری و تکلیفی برای رشد ما تنظیم کرده است. برای اینکه با «من» یا «انانیّت» خود مبارزه کرده باشی، بایستی حتماً خداوند دستور یا برنامه داده باشد لذا این مبارزۀ با نفس، در واقع یعنی مقابله با «من»ی که در مقابل «معبود» قرار دارد. **انسان برای اتصال و ملاقات با پروردگار عالم آفریده شده است و رشد بدون اتصال به معبود معنی ندارد. برای چنین ملاقاتی باید «نفس» و «من» را کنار گذاشته باشی.**
* اطاعت‌ها و عبادت‌های مختلف، برای ضعیف‌تر کردن«من» است. وقتی عبادت نباید به خاطر«من» باشد، اصل مذهبی بودن هم باید به خاطر خدا و کوچک کردن«نفس» و «من» باشد. اگر مذهبی بودن به خاطر خدا نباشد و برای جمع کردن اعتبار باشد، ریاکاری است.

**برای اینکه رشد کنیم، باید برخلاف دوست‌داشتنی‌های خود عمل کنیم/**

* برای اینکه رشد کنیم، باید بر خلاف دوست‌داشتنی‌های خود عمل کنیم. معنای رشد هم آمادگی بیشتر و بهتر برای ملاقات خدا است. برای ملاقات خدا، نه تنها دوست‌داشتنی‌ها را باید کنار بگذاریم، بلکه «نفس» و «من» را هم باید کنار گذاشت. برنامه این راه، تقوا و انگیزه آن ایمان به لقاءالله است.
* **خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: از صبر و نماز کمک بگیرید؛ وَ اسْتَعینُوا بِالصَّبْرِ وَ الصَّلاةِ»(بقره/45) صبر نمونه برجسته رفتار ما در مقابل مشکلات تقدیری است. صلاه، نمونه برجسته پذیرش تکلیف و اطاعت از دستور است. در ادامه می‌فرماید: کمک گرفتن از نماز سخت است، مگر برای کسانی که خاشع‌ هستند؛ وَ إِنَّها لَکَبیرَةٌ إِلاَّ عَلَى الْخاشِعینَ»(همان). اما خاشعان چه کسانی‌ هستند؟ خودِ پرودگار در آیه بعد پاسخ می‌دهد: کسانی که فکر می‌کنند خدا را ملاقات خواهند کرد و به سوی او باز می‌گردند؛ الَّذِینَ یَظُنُّونَ أَنهَُّم مُّلَاقُواْ رَبهِِّمْ وَ أَنهَُّمْ إِلَیْهِ رَاجِعُون»(بقره/46)**

**خداوند دستورات خودش را از طریق خلیفه‌الله ابلاغ می‌کند/کسی که هنوز «من» دارد، از ولیّ خدا تنفر پیدا می‌کند**

* ایمان و تقوا، به تنهایی کافی نیستند چون هنوز «من» باقی مانده است. خداوند انسان را بسیار پیچیده آفریده است و با صبر و نماز معلوم نمی‌شود که آیا واقعاً در مقابل نفس خودت ایستاده‌ای یا خیر؟ برای اینکه معلوم شود تا الان چقدر واقعاً از «نفس» گذشته‌ای یا نه، خداوند دستورات خودش را از طریق خلیفه‌الله ابلاغ می‌کند. اما کسی که هنوز «من» و نفس دارد، از ولی خدا تنفر پیدا می‌کند.
* نمونه‌ای برای کسانی که از ولیّ خدا تنفر پیدا می‌کنند، اتفاقی بود که در روز عید غدیر خم پیش آمد که آن فرد بعد از اعلان ولایت علی(ع) از سوی رسول خدا(ص) صدا زد یا رسول‌الله(ص)! اگر دستور خدا این است که من از علی(ع) تبعیت کنم، بگو خدا همین الان بلایی بفرستد که مرا نابود کند! و بلایی بر سرش نازل شد و به هلاکت رسید (لَمَّا کَانَ یَوْمُ غَدِیرِ خُمٍّ قَامَ رَسُولُ اللَّهِ ص خَطِیباً فَأَوْجَزَ فِی خُطْبَتِهِ ثُمَّ دَعَا عَلِیَّ بْنَ أَبِی طَالِبٍ ع فَأَخَذَ بِضَبْعِهِ ثُمَّ رَفَعَ بِیَدِهِ حَتَّى رُئِیَ بَیَاضُ إِبْطَیْهِمَا ... فَبَلَغَ ذَلِکَ الْحَارِثَ بْنَ النُّعْمَانِ الْفِهْرِیَّ فَرَحَلَ رَاحِلَتَهُ ثُمَّ اسْتَوَى عَلَیْهَا وَ رَسُولُ اللَّهِ ص إِذْ ذَاکَ بِمَکَّةَ حَتَّى انْتَهَى إِلَى الْأَبْطَحِ فَأَنَاخَ نَاقَتَهُ ثُمَّ عَقَلَهَا ثُمَّ جَاءَ إِلَى النَّبِیِّ [ص‏]... وَ إِنَّهُ لَمُغْضَبٌ وَ إِنَّهُ لَیَقُولُ اللَّهُمَّ إِنْ کَانَ مَا قَالَ مُحَمَّدٌ حَقّاً فَأَمْطِرْ عَلَیْنا حِجارَةً مِنَ السَّماءِ تَکُونُ نَقِمَةً فِی أَوَّلِنَا وَ آیَةً فِی آخِرِنَا ... فَلَمَّا خَرَجَ مِنَ الْأَبْطَحِ رَمَاهُ اللَّهُ بِحَجَرٍ مِنَ السَّمَاءِ فَسَقَطَ عَلَى رَأْسِهِ وَ خَرَجَ مِنْ دُبُرِهِ وَ سَقَطَ مَیِّتاً فَأَنْزَلَ اللَّهُ فِیهِ‏ سَأَلَ سائِلٌ بِعَذابٍ واقِعٍ؛ تفسیر فرات/ص504) حضرت زهرا(س) بعد از این ماجرا به علی(ع) فرمودند: یا ابالحسن! فکر نکن دشمن تو فقط همین کسی بود که آمد و ابراز تنفر کرد، بلکه دشمنان دیگری هم هستند که این کینه و نفرت را نسبت به تو در دل‌شان دارند اما چیزی نمی‌گویند.
* **بنابراین همین که انسان نمازخوان بشود، کار تمام نمی‌شود، بلکه نباید هیچ تکبر و حسادتی به حضرت علی(ع) داشته باشد. کسانی که مسلمان شده بودند ولی محبت حضرت علی(ع) را نداشتند، در واقع انانیّت خود را کنار نگذاشته بودند**.

**آخرین نقطۀ عرفان، ولایت است/ حج، یعنی ملاقات امام(ع)**

* بحث ولایت فوق‌العاده عرفانی است. آخرین نقطۀ عرفان، ولایت است. معنای فناء فی الله همین عبارت است که در زیارت‌نامۀ اهل‌بیت(ع) می‌خوانیم: «بِأَبِی أَنْتَ‏ وَ أُمِّی‏ وَ نَفْسِی‏ وَ مَالِی‏ وَ وُلْدِی؛ پدر و مادر و خودم و مال و فرزندام فدای تو»(تهذیب الاحکام/ج6/ص61)
* امام محمد باقر(ع) می‌فرماید: حج، یعنی ملاقات امام(ع). طواف کردن، چرخیدن به دور خانۀ کعبه، سعی صفا و مروه و... همه برای این است که به محضر امام خودت برسی و با او بیعت کنی. همۀ آنها مقدمه این نقطه است. (تَمَامُ‏ الْحَجِ‏ لِقَاءُ الْإِمَام‏؛ کافی/ج4/ص549) و (إِنَّمَا أُمِرَ النَّاسُ أَنْ یَأْتُوا هذِهِ الْأَحْجَارَ، فَیَطُوفُوا بِهَا، ثُمَّ یَأْتُونَا، فَیُخْبِرُونَا بِوَلَایَتِهِمْ، وَ یَعْرِضُوا عَلَیْنَا نَصْرَهُمْ‏ وَ هُوَ قَوْلُ اللَّهِ وَ إِنِّی لَغَفَّارٌ لِمَنْ تابَ وَ آمَنَ وَ عَمِلَ صالِحاً ثُمَّ اهْتَدى‏ ثُمَّ أَوْمَأَ بِیَدِهِ إِلَى صَدْرِهِ إِلَى وَلَایَتِنَا؛ کافی/ج4/ص549) (عَنْ أَبِی جَعْفَرٍ ع فِی قَوْلِ اللَّهِ یَحْکِی قَوْلَ إِبْرَاهِیمَ خَلِیلِ اللَّهِ «رَبَّنا إِنِّی أَسْکَنْتُ مِنْ ذُرِّیَّتی‏ بِوادٍ غَیْرِ ذی زَرْعٍ عِنْدَ بَیْتِکَ الْمُحَرَّمِ رَبَّنا لِیُقیمُوا الصَّلاةَ فَاجْعَلْ أَفْئِدَةً مِنَ النَّاسِ تَهْوی إِلَیْهِمْ وَ ارْزُقْهُمْ مِنَ الثَّمَراتِ لَعَلَّهُمْ یَشْکُرُونَ» فَقَالَ ع مَا قَالَ إِلَیْهِ یَعْنِی الْبَیْتَ مَا قَالَ إِلَّا إِلَیْهِمْ أَ فَتَرَوْنَ أَنَّ اللَّهَ فَرَضَ عَلَیْکُمْ إِتْیَانَ هَذِهِ الْأَحْجَارِ وَ التَّمَسُّحَ بِهَا وَ لَمْ یَفْرُضْ عَلَیْکُمْ إِتْیَانَنَا وَ سُؤَالَنَا وَ حُبَّنَا أَهْلَ الْبَیْتِ وَ اللَّهِ مَا فَرَضَ عَلَیْکُمْ غَیْرَهُ؛ تفسیر فرات/224)

**ولایت، شرط قبولی اعمال است**

* نماز که شرط قبولی تمام اعمال است، اگر بدون ولایت باشد، همین نماز هم قبول نمی‌شود. (قَالَ الصَّادِقُ ع إِنَ‏ أَوَّلَ‏ مَا یُسْأَلُ‏ عَنْهُ‏ الْعَبْدُ إِذَا وَقَفَ‏ بَیْنَ‏ یَدَیِ‏ اللَّهِ جَلَّ جَلَالُهُ الصَّلَوَاتُ الْمَفْرُوضَاتِ وَ عَنِ الزَّکَاةِ الْمَفْرُوضَةِ وَ عَنِ الصِّیَامِ الْمَفْرُوضِ وَ عَنِ الْحَجِّ الْمَفْرُوضِ وَ عَنْ وَلَایَتِنَا أَهْلَ الْبَیْتِ فَإِنْ أَقَرَّ بِوَلَایَتِنَا ثُمَّ مَاتَ عَلَیْهَا قُبِلَتْ مِنْهُ صَلَاتُهُ وَ صَوْمُهُ وَ زَکَاتُهُ وَ حَجُّهُ وَ إِنْ لَمْ یُقِرَّ بِوَلَایَتِنَا بَیْنَ یَدَیِ اللَّهِ جَلَّ جَلَالُهُ لَمْ یَقْبَلِ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ مِنْهُ شَیْئاً مِنْ أَعْمَالِهِ؛ امالی شیخ صدوق/256)
* در روایت دیگری امام محمد باقر(ع) می‌فرماید: «اسلام بر 5 چیز استوار است: نماز، زکات، روزه، حج، ولایت و هیچکدام اهمیت ولایت را ندارند؛ بُنِیَ‏ الْإِسْلَامُ‏ عَلَى‏ خَمْسٍ‏ عَلَى الصَّلَاةِ وَ الزَّکَاةِ وَ الصَّوْمِ وَ الْحَجِّ وَ الْوَلَایَةِ وَ لَمْ یُنَادَ بِشَیْ‏ءٍ کَمَا نُودِیَ بِالْوَلَایَةِ»(کافی/ج2/ص18)
* اینکه نماز بخوانی و عبادت کنی ولی انانیت خودت را حفظ کنی چه فایده‌ای دارد؟ ابلیس6000 سال عبادت مقبول داشت، و به جایی رسیده بود که با خدا حرف می‌زد و خدا هم با او حرف می‌زد، اما وقتی که به ولیّ خدا سجده نکرد، خدا به او گفت تو اصلاً ایمان نداری! خدایا چرا ایمانش را انکار می‌کنی؟ خب بگو شیطان این راه را تا آخر نرفته است! اما خدا می‌گوید اصلاً از اول نیامده است.

**کسانی که ولایت ولیّ خدا را نمی‌پذیرند، اصلاً ایمان ندارند/ اگر نفس خود را بزرگ نگه داشته باشیم، با ولایت به مشکل برمی‌خوریم**

* در سوره نساء هم به این مفهوم تصریح شده است که آنهایی که ولایت ولیّ خدا را نمی‌پذیرند، اصلاً ایمان ندارند. خداوند می‌فرماید: کسانی که از قضاوت کردن پیامبر(ص) ناراحت می‌شدند، ایمان نداشتند. «فَلا وَ رَبِّکَ لا یُؤْمِنُونَ حَتَّى یُحَکِّمُوکَ فیما شَجَرَ بَیْنَهُمْ ثُمَّ لا یَجِدُوا فی‏ أَنْفُسِهِمْ حَرَجاً مِمَّا قَضَیْتَ وَ یُسَلِّمُوا تَسْلیماً»(نساء/65) مبارزه با هوای نفس برای این است که نفس خودت را از بین ببری و اگر نفس خود را بزرگ نگه داشته باشی، با ولایت به مشکل برمی‌خوری.
* امام رضا(ع) در روایت معروف سلسلة الذهب فرمود: «خداوند می‌فرماید: کلمۀ لا اله الا الله قلعۀ من است و هر کس داخل این قلعه شود از عذاب من در امان است.» بعد امام رضا(ع) فرمود: به شروطی و من از شروط آن هستم؛ حَدَّثَنِی أَبِی مُوسَى بْنُ جَعْفَرٍ ... قَالَ حَدَّثَنِی أَبِی عَلِیُّ بْنُ أَبِی طَالِبٍ ع قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص یَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ حِصْنِی فَمَنْ دَخَلَ حِصْنِی أَمِنَ مِنْ عَذَابِی قَالَ فَلَمَّا مَرَّتِ الرَّاحِلَةُ نَادَانَا بِشُرُوطِهَا وَ أَنَا مِنْ‏ شُرُوطِهَا»(عیون اخبار الرضا ع/ج2/ص135)

**گذشتن از دوست‌داشتنی‌ها، مرحله اول آمادگی برای ملاقات خدا است/بی«من» شدن در مقابل خدا این است که ولایت ولی خدا را بپذیری**

* بعد از طی مقدمانی به این نتیجه رسیدیم که انسان برای اینکه خدا را ملاقات کند باید هوای نفس خود را کنار بگذارد و از «من» عبور کند. گذشتن از دوست‌داشتنی‌ها، مرحله اول آمادگی برای ملاقات خدا است ولی مهمترین مرحله، بی«من» شدن در مقابل خداست و منظور از بی‌من شدن این نیست که حتی اطاعت از خدا داشته باشی و در مقابل اوامر او بگویی: «چشم»؛ بلکه منظور این است که به جانشین خدا و ولی خدا بگویی «چشم».
* البته پذیرش ولایت؛ در موارد دیگر هم شباهت‌ها یا مصادیق دیگری نیز پیدا می‌کند. مثلاً اگر مشغول تعقیبات نماز هستی و پدر و مادر از تو کاری می‌خواهند، مبارزه با هوای نفس این است که تعقیبات را ترک کنی و آن کار را انجام دهی؛ یعنی ولایت پدر را هم در همان حدّی که هست، باید پذیرفت و بر عبادت مستحب فرزند اولویت پیدا می‌کند. داستان اویس قرنی هم همین بوده است. اویس قرنی به خاطر گوش کردن به حرف مادر مشرک خود، دیدار پیامبر اکرم(ص) را از دست داد و زودتر برگشت.

**وقتی کسی مذهبی شد، خدا امتحانات خود را برای سنجش تکبر او در مقابل ولیّ خدا شروع می‌کند/داستان ابن ملجم**

* وقتی کسی مذهبی شد، خدا آزمایش‌ها و امتحانات را برای سنجش تکبر او در مقابل ولی خدا شروع می‌کند. مذهبی‌ها وقتی زمین می‌‌خورند، ضدولایتی‌های ویژه‌ای می‌شوند. مثلاً ببینید چه کسی حضرت علی(ع) را به شهادت رسانید؟ هم‌عرض اهمیت میلاد امیرالمؤمنین(ع) در خانه خدا، لحظه شهادت امیرالمؤمنین(ع) است و اینکه به دست چه کسی به شهادت رسید. «ابن ملجم» یک آدم لامذهب و بی‌دین نبود، او یک فرد مذهبی و متدین بود. ابن ملجم کسی بود که یک گوشه از نفس خودش را در مورد ولایت‌پذیری نگه داشته بود و پنهان کرده بود ولی آن را حل نکرده بود.
* ابن ملجم کسی بود که مؤمنین یمن از میان خودشان او را به عنوان بهترین‌ها انتخاب کردند و به نزد علی(ع) فرستادند. وقتی امیرالمؤمنین(ع) به والی یمن نامه نوشت که ده نفر از بهترین‌های خود را انتخاب کنید و به نزد ما بفرستید، اهل یمن ابتدا صد نفر از خوبان خود را انتخاب کردند و آنها از بین خود هفتاد نفر و بعد سی نفر انتخاب کردند و آنها در نهایت ده نفر را انتخاب کردند و به نزد علی(ع) فرستادند. وقتی این ده نفر به نزد علی(ع) رسیدند ابن ملجم جلو رفت و در مقابل علی(ع) ایستاد و پس از اقرار به ولایت امیرالمؤمنین(ع) با سخنان زیبای خودش، خدمت علی(ع) عرض ارادت کرد. بعد از اینکه سخنانش تمام شد امیرالمؤمنین(ع) نام او را پرسید. و او گفت من ابن ملجم مرادی هستم. اینجا بود که علی(ع) یک دستش را بر روی دست دیگر زد و فرمود: انا لله و انا الیه راجعون... (فَاخْتَارَ مِنْهُمْ مِائَةً ثُمَّ مِنَ الْمِائَةِ سَبْعِینَ ثُمَّ مِنَ السَّبْعِینَ ثَلَاثِینَ ثُمَّ مِنَ الثَّلَاثِینَ عَشَرَةً فِیهِمْ عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ مُلْجَمٍ الْمُرَادِیُّ لَعَنَهُ اللَّهُ وَ خَرَجُوا مِنْ سَاعَتِهِمْ فَلَمَّا أَتَوْهُ ع سَلَّمُوا عَلَیْهِ وَ هَنَّئُوهُ بِالْخِلَافَةِ فَرَدَّ عَلَیْهِمُ السَّلَامَ وَ رَحَّبَ بِهِمْ فَتَقَدَّمَ ابْنُ مُلْجَمٍ وَ قَامَ بَیْنَ یَدَیْهِ وَ قَالَ السَّلَامُ عَلَیْکَ أَیُّهَا الْإِمَامُ الْعَادِلُ وَ ...بحارالانوار/ج42/ص260)

**راه چاره برای زمین زدن نفس، روضۀ اباعبدالله(ع) و اعلام برائت از دشمنان اهل بیت(ع) است**

* راه چاره برای زمین زدن نفس، روضۀ اباعبدالله(ع) و اعلام برائت از دشمنان اهل بیت(ع) است. مصائب اهل‌بیت(ع) و روضه‌های امام حسین(ع) نفس آدم را می‌کُشد و اثر مستقیم بر تضعیف انانیّت انسان دارد. اگر کسی با روضه‌ها و در کنار قتلگاه درست نشد، جای دیگری نرود. اگر کسی مقابل مصائب اهل بیت(ع) زانو نزد، مقابل اوامر، فضائل و عدالت اهل‌بیت(ع) هم زانو نمی‌زند.

19

**خداوند لطف کرده که به ما دستور داده است/ اگر خدا به ما دستور نمی‌داد، سرگردان بودیم**

* نقطه مقابل خداپرستی، هواپرستی است. اما کسی که دستور خدا را نمی‌پذیرد، زشتی کار او را به نوع دیگری(غیر از هواپرستی) هم می‌توان ترسیم کرد. به تعبیری می‌توان گفت **خداوند لطف کرده که به ما دستور داده است. اگر خدا به ما دستور نمی‌داد، سرگردان بودیم. خدا می‌دانسته که امکان ندارد ما با برنامۀ خودمان بتوانیم ارزش پیدا کنیم ولی با اجرای دستوری که از بالا آمده، می‌توانیم ارزش پیدا کنیم، لذا خدا لطف کرده و برای ارزش پیدا کردن ما، دستور داده است.**

**عصیان، بی‌احترامی به خدایی است که لطف کرده از مقام بلندش کوتاه آمده و به ما دستور داده**

* شاید اگر خداوند می‌‌خواست مقام بلند خودش را حفظ کند، اصلاً نباید به ما دستور می‌داد چون خدا می‌دانست که بسیاری از بندگانش ممکن است به اوامر او بی‌اعتنایی کنند، ولی با این‌ حال از سر دلسوزی و لطفی که به بندگانش داشت این دستورات را به ما داده است.
* برای این تعبیر، قرائنی هم در قرآن کریم وجود دارد. مثلاً خداوند متعال گاهی به شأن و مرتبت و بزرگواری خودش که نگاه می‌کند، گویی پیامبر گرامی اسلام(ص) را هم از انذار دادن نهی می‌کند و می‌فرماید: «کسانى که کافر شدند بر ایشان یکسان است چه ایشان را انذار بکنى و چه انذار نکنى ایمان نخواهند آورد؛ إِنَّ الَّذینَ کَفَرُوا سَواءٌ عَلَیْهِمْ أَ أَنْذَرْتَهُمْ أَمْ لَمْ تُنْذِرْهُمْ لا یُؤْمِنُونَ»(بقره/6) و در جای دیگر می‌فرماید: «رهایشان کن تا بخورند و سرگرم بهره‏گیرى از لذت‏ها باشند و آرزوهایشان آنها را مشغول کند که بزودى خواهند فهمید؛ ذَرْهُمْ یَأْکُلُوا وَ یَتَمَتَّعُوا وَ یُلْهِهِمُ الْأَمَلُ فَسَوْفَ یَعْلَمُون»(حجر/3)
* **چرا عصیان و عدم اطاعت از خدا این‌قدر بد است؟ چون بی‌احترامی به خدایی است که از جایگاه و مقام بلند خودش خیلی کوتاه آمده و به تو دستور داده است. علی‌رغم اینکه خدا به ما لطف کرده و از مقامش کوتاه آمده و به ما دستور داده، یک بندۀ ضعیف، که در مقایسه با ذات پروردگار عالم موجود بی‌ارزشی محسوب می‌شود، قیافه می‌گیرد و حرف خدا را گوش نمی‌کند!! و این واقعاً بی‌احترامی به پروردگار است و خیلی زشت است.**

**توبۀ حقیقی برای کسی است که دستورات الهی را، محبت خدا به خودش بداند**

* **وقتی عمیقاً می‌توان توبه کرد که دستورات خدا را ، لطف و محبت خدا به خویش بدانیم. آن وقت هر یک دستور را که اجراء نکرده باشی، در واقع یک محبت خدا را پس زده‌ای و رد کرده‌ای.** توبه حقیقی برای این گروه است. یک درجه پائین‌تر توبه، برای کسانی است که عذاب جهنم را می‌بینند. مرحله پائین از این هم مربوط به کسانی است که قبر را می‌بینند، یعنی کسی که لحظه جان دادن و داخل قبر شدن را ببیند و بگوید: به کارهای بدی که کرده‌ام، نمی‌ارزید. پائین‌تر از این مرحله هم این است که آدم شب قدر را در نظر بگیرد و بگوید اگر قرار باشد خدا بر اساس کارهای سال قبل من، مقدرات سال بعد مرا رقم بزند؛ وضعیت خیلی بدی خواهم داشت.
* عالی‌ترین نوع توبه این است که در مقابل اطاعت از خدا، اطاعت از نفس خودت را ببینی و آن را بسیار زشت بدانی. اطاعت از نفس برایت خیلی دلگیر باشد.

**حس توبه به این است که ببینی چه کسی را نافرمانی کرده‌ای و در مقابل او از چه چیزی فرمان برده‌ای**

* حس توبه به این است که ببینی چه کسی را نافرمانی کرده‌ای و در مقابل از چه چیزی فرمان برده‌ای. تو خدا را رها کرده‌ای و از نفس خودت اطاعت کرده‌ای. «آیا دیدى کسى که خدای خود را هواى نفسش قرار داده؛ أَفَرَأَیْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلهَهُ هَواه»(جاثیه/23) بعضی‌ها هوای نفس خود را خدای خودشان قرار می‌دهند و مدام به او سجده می‌کنند. **کسی می‌تواند توبه کند که از این ناراحت باشد که «خدایا چرا من تو را پرستش نکردم و به جای تو، خودم را پرستش کرده‌ام؟» خودپرستی خیلی زشت است. قباحت خودپرستی در مقابل زیبایی خداپرستی باید فهمیده شود.**
* ای کاش آن‌قدر گناه نکنیم تا بتوانیم این را بفهمیم و این احساس زیبا را درک کنیم. زیبایی ایمان و اطاعت از خدا و زشتی عصیان در مقابل امر خدا را می‌توان درک کرد. خداوند می‌فرماید: «خدا ایمان را محبوب شما قرار داد و آن را در دل‌هایتان زینت داد، و کفر و فسوق و عصیان را برای شما ناخوشایند قرار داد؛ وَ لکِنَّ اللَّهَ حَبَّبَ إِلَیْکُمُ الْإیمانَ وَ زَیَّنَهُ فی‏ قُلُوبِکُمْ وَ کَرَّهَ إِلَیْکُمُ الْکُفْرَ وَ الْفُسُوقَ وَ الْعِصْیان»(حجرات/7) ما که کفر و فسوق نداریم باید تلاش کنیم از عصیان هم کراهت داشته باشیم.

**ولیّ خدا، واسطه بین تو و پروردگار عالم است، تا بتوانی هوای نفس را از بین ببری و به شیرینی ملاقات خدا برسی**

* یکی از راههایی که به درک این مفهوم کمک می‌کند این است که پای اهل بیت(ع) را هم وسط بکشیم. همان‌طور که در بحث هوای نفس بیان شد؛ برای اینکه هوای نفس خودت را با دستور خدا از بین ببری، می‌بایست دستور از طریق ولی خدا، ابلاغ شود. ولیّ خدا، واسطه بین تو و پروردگار عالم است، تا بتوانی هوای نفس را از بین ببری و به شیرینی ملاقات خدا نائل شوی.
* اگر ترک کردن حرف خدا زشت است، به همان اندازه زشت است که حرف امیرالمؤمنین(ع) را کنار بگذاری و حرف خودت را گوش کنی. قرار بود که من با امر مولا رشد کنم، حالا این وسط، مولا چه تقصیری کرده است که من به او بی‌احترامی می‌کنم؟ لذا وقتی استغفار می‌کنی، اگر امام زمان(عج) از تو راضی نشده باشد، خدا هم راضی نمی‌شود. در مورد بقیه کسانی که ولایت دارند هم به همین ترتیب است. اگر والدین را اذیت کرده باشی و دل آن‌ها رنجیده باشد، چگونه می‌توانی خدا را راضی کنی؟ و از پدر و مادر مهمتر امام زمان(عج) است.

**کسانی که فقط با خدا مناجات می‌کنند و کاری با ولیّ خدا ندارند، راه توبه را درست نفهمیده‌اند/ گناه کردن نافرمانی امام هم هست**

* در زیارت جامعۀ کبیره می‌خوانیم: «ای ولیّ خدا، میان من و خدا گناهانى هست که جز رضاى شما آن را محو نمی‌کند؛ یَا وَلِیَّ اللَّه‏ إِنَّ بَیْنِی وَ بَیْنَ اللَّهِ ذُنُوباً لَا یَأْتِی عَلَیْهَا إِلَّا رِضَاکُمْ»(من لا یحضره الفقیه/ج2/ص616) این حس، همان حس توبه است که باید در دل یک شیعه به وجود بیاید. در جریان خداپرستی، کسانی که فقط با خدا مناجات می‌کنند و کاری با ولیّ خدا ندارند، راه توبه را درست نفهمیده‌اند. نگاهشان درست نیست. نمی‌خواهند از امام زمان(عج) کمک بگیرند تا خدا آن‌ها را ببخشد؛ در حالیکه ما با گناه کردن، امام زمان(عج) را معصیت و نافرمانی کرده‌ایم.

**درود بر اهل بیت(ع) باعث آمرزش گناهان است**

* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: از رسول خدا(ص) شنیدم که فرمودند: آیا می‌خواهید شما را از زیرک‌ترین آدم‌ها و احمق‌ترین آنها باخبر کنم؟ گفتند بله یا رسول الله(ص). حضرت فرمودند: زیرک‌ترین آدم‌ها کسی است که از خودش حساب بکشد و برای بعد از مرگ خود کار کند، و احمق‌ترین آدم‌ها کسی است که از هوای نفس تبعیت کند و فقط از خدا آرزوهای خودش را بخواهد. از حضرت پرسیدند آن انسان زیرک چگونه نفس خود را محاسبه می‌کند؟ حضرت فرمود: هر روز به نفس خود می‌گوید: ای نفس این روزی که گذشت دیگر برنمی‌گردد. امروز چه کار کرده‌ای؟ آیا حاجت کسی را برآورده کردی؟ بعد از محاسبه اگر خواستی گناهان تو پاک شود بر پیامبر و اهل بیت(ع) صلوات و درود بفرست. معنای درود بر پیامبر(ص) و اهل‌بیت(ع) این است که من نوکر شما هستم. صلوات حکم استغفار را پیدا می‌کند. یعنی انسان به خودش می‌گوید دوباره با علی بن ابیطالب(ع) بیعت کن و این بیعت را برای خودت مجدداً قبول و تأیید کن. و شروع کن به لعنت کردن دشمنان اهل بیت(ع). وقتی این کار را انجام دهی، خدا می‌گوید من دیگر به خاطر گناهانت گریبان تو را نمی‌گیرم، چون تو به دوستان من ابراز ارادت کردی و با دشمنان من دشمنی کردی (أَ لَا أُخْبِرُکُمْ بِأَکْیَسِ‏ الْکَیِّسِینَ وَ أَحْمَقِ الْحَمْقَى قَالُوا: بَلَى یَا رَسُولَ اللَّهِ. قَالَ: أَکْیَسُ‏ الْکَیِّسِینَ مَنْ حَاسَبَ نَفْسَهُ، وَ عَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ، وَ إِنَّ أَحْمَقَ‏ الْحَمْقَى مَنِ اتَّبَعَ نَفْسُهُ هَوَاهَا، وَ تَمَنَّى عَلَى اللَّهِ تَعَالَى الْأَمَانِیَّ. ... بِتَجْدِیدِ الصَّلَاةِ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ الطَّیِّبِینَ، وَ عَرَضَ بَیْعَةَ أَمِیرِ الْمُؤْمِنِینَ عَلِیٍّ ع عَلَى نَفْسِهِ، وَ قَبُولَهُ لَهَا، وَ إِعَادَةَ لَعْنِ أَعْدَائِهِ وَ شَانِئِیهِ وَ دَافِعِیهِ عَنْ حَقِّهِ‏ فَإِذَا فَعَلَ ذَلِکَ قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ: لَسْتُ أُنَاقِشُکَ فِی شَیْ‏ءٍ مِنَ الذُّنُوبِ- مَعَ مُوَالاتِکَ أَوْلِیَائِی، وَ مُعَادَاتِکَ أَعْدَائِی؛ تفسیر منسوب به امام حسن عسکری ع/ص38)
* خدا در این شب‌های قدر دربارۀ امیرالمؤمنین علی(ع) چه می‌خواهد بگوید؟ اینکه مولای خودتان، علی(ع) را دوست داشته باشید و با او تجدید بیعت کنید...

20

**باور به جاودانه بودن برخی از آدم‌ها در عذاب، سخت است/ رذالت دشمن را بپذیریم**

* یکی از باورهای بسیار مهم، باور به جهنم و دوزخ است. باور شکنجه‌های سخت خداوند برای برخی آدم‌ها سخت است. باور به جاودانه و مخلّد بودن در عذاب، باور اینکه کسی برای همیشه در عذاب و در آتش بماند، سخت است. چنین فردی چقدر باید آدم رذلی بوده باشد که لازم است تا همیشه در عذاب بماند. باید باور کنیم بعضی‌ها خیلی رذل هستند که عذاب الهی به صورت همیشگی شامل حال آنها می‌شود. خداوند دربارۀ گروهی از این آدم‌های رذل می‌فرماید: «اینها دشمن واقعى هستند، از آنان بپرهیز، خدا آنان را بکشد چقدر از حق روگردان هستند؛ هُمُ الْعَدُوُّ فَاحْذَرْهُمْ قاتَلَهُمُ اللَّهُ أَنَّى یُؤْفَکُونَ»(منافقون/4)
* متدینین و آدمه‌های خوب باید باور کنند که بعضی‌ها ممکن است تا این حدّ رذل و بد باشند. برخی از متدینین که اهل لعن فرستادن به دشمنان اهل بیت(ع) نیستند(به همین صورت کلی که در زیارت عاشورا آمده و مخل وحدت نیست)، علتش این است که رذالت این آدم‌ها و اینکه چنین عذابی برای آنها وجود دارد را باور نکرده‌اند. به دلیل همین ساده‌اندیشی است که عده‌ای عمق پدیده شوم و پلید اسرائیل را باور نمی‌کنند؛ ولی دشمن را باید باور کرد.
* باور کردن وجود دشمن برای افراد ساده و اعتقاد به رذل بودن برخی از انسان‌ها سخت است، در حالی‌که برای رسیدن به جامعه سالم در زمان امام زمان(عج)، باید چنین باوری داشته باشیم. **اگر رذالت برخی از آدم‌ها را باور نکنی، آن‌قدر این آدم‌های رذل در مقابل چشمت جنایت خواهند کرد تا باور کنی. جنایت‌ها‌یی که این اواخر در کشورهای منطقه اتفاق می‌افتد، نمونه‌ای از وجود آدم‌های رذل است.** بهتر است با معرفت و قلب خودت به این باور برسی که عده‌ای از انسان‌ها بسیار رذل هستند و مستحق‌اند که تا همیشه در آتش بمانند.
* کلمات حضرت امام خمینی(ره) برای فهمیدن پستی دشمن بسیار عالی است. امام(ره) محکم‌ترین و تندترین تعابیر را علیه مذهبی‌هایی به کار می‌برند که جاده صاف کن دشمن هستند و اعتقادی به پستی و رذل بودن دشمنان ندارند.

**چگونه جاودانگی بعضی در جهنم را باور کنی؟/ کسی که راه آسان ولایت را نرفته، خیلی آدم پستی بوده است/ پذیرش ولایت فقط برای کسانی سخت است که بیماردل‌ و متکبرند**

* **راه باور جاودانه بودن عذاب جهنم، باور میزان رذالت برخی آدم‌ها است؛ و راه باور رذالت و پستی برخی آدم‌ها هم این است که ببینی پذیرش راه اولیاء خدا، چقدر آسان بوده است ولی این عده آن را نپذیرفته‌اند. اجرای صادقانۀ فرمان خدا در گرو پذیرش فرمان ولایت است. اتفاقاً پذیرش فرمان از ولایت، کار ما را آسان کرده است. اگر آسان بودن پذیرش ولایت و فرمان او را قبول کنی، رذل بودن آدم‌هایی را که با آن مخالفت کرده‌اند را باور خواهی کرد.**
* **کسی که راه آسان ولایت را نرفته است، بسیار آدم رذلی بوده است. اصل پذیرش حرف اولیاء خدا یک مخالفت با هوای نفس است ولی پذیرش آن آسان است و چون آسان است باید گفت مرگ بر کسانی‌که این کار آسان را نپذیرفته‌اند و عذاب جاودانه بر کسانی باد که از آن سر باز زده‌اند. پذیرش ولایت فقط برای کسانی سخت است که در دل مرض دارند و متکبرند.**
* برای باور کردن این موضوع که آنهایی که ولایت را نپذیرفته‌اند، مستحق عذاب جاودان هستند و هیچ سهمی از ایمان ندارند، به این روایت توجه کنید. امام صادق(ع) می‌فرماید: در روز قیامت خدا به بعضی‌ها نگاه نمی‌کند و با آن‌ها حرف نمی‌زند، اینها سه گروه هستند: 1. کسانی که جایگاه امامت را غصب کرده‌اند 2. کسانی که در مقابل اولیاء خدا ایستاد‌ه‌اند و یا جنگیده‌اند 3. کسانی که برای دو گروه اول یک ذره سهم از اسلام قائل شده‌اند. (ثَلَاثَةٌ لا یُکَلِّمُهُمُ اللَّهُ یَوْمَ الْقِیامَةِ وَ لا یُزَکِّیهِمْ وَ لَهُمْ عَذابٌ أَلِیمٌ‏ مَنِ ادَّعَى إِمَامَةً مِنَ اللَّهِ لَیْسَتْ لَهُ وَ مَنْ جَحَدَ إِمَاماً مِنَ اللَّهِ وَ مَنْ زَعَمَ أَنَّ لَهُمَا فِی الْإِسْلَامِ نَصِیباً؛ کافی/ج1/ص373)

**وقتی مبارزه با نفس به موضوع ولایت می‌رسد، رنج‌ها کاهش می‌یابد / ولایت، مبارزه با نفس را آسان می‌کند**

* همه رنج‌هایی که در جلسات قبل مورد اشاره قرار گرفت، در مخالفت با هوای نفس بود، ولی وقتی مبارزه با نفس به موضوع ولایت می‌رسد، رنج‌ها کاهش پیدا می‌کند. اینجا کار آسان است و رنج مبارزه از بین می‌رود. **رنج اطاعت از خدا و انجام تکالیف و رضایت به تقدیر، در پذیرش ولایت از بین می‌رود. خدا، مولا را برای آدم‌های سالم گذاشته است تا راه طولانی و سخت را آسان کند و خدا کسانی را که وقتی راه آسان می‌شود؛ باز هم پشت می‌کنند و آن راه را نمی‌روند را لعنت می‌کند.** خدا امیرالمؤمنین علی(ع) را گذاشته تا دینداری آسان شود. آدم ضعیفی که مریض نباشد، وقتی به ولیّ خدا می‌رسد می‌گوید: آقا! شما چقدر خوبید! شما که آمدید، قصه عوض شد و کارها آسان شد! من چون شما را ندیده بودم، بی‌دین بودم. لذا از این به بعد دیندار خواهم بود.
* ولایت، مبارزه با نفس را آسان می‌کند. البته کسی که جاهل است، از این قاعده خارج است؛ ولی کسی که با جلوه علی بن ابیطالب(ع) مواجه می‌شود و ولایت او را رد می‌کند، خیلی آدم رذلی است.

**هرکس رذالت کسانی که ولایت علی(ع) را باور نکرد، کربلا را ببیند**

* اگر کسی رذالت کسانی که ولایت علی(ع) را نپذیرفته‌ بودن را باور نکرد، کربلا را ببیند. همۀ کسانی که خون به جگر حضرت علی(ع) کرده بودند، در کربلا رذالت خودشان را نشان دادند. در کدام یک از جنگ‌ها، این جنایت‌هایی که در کربلا مرتکب شدند را انجام داده بودند؟! کربلا، جای ساده‌ای نیست، کربلا محل بالاترین معارف است.
* اگر ابن ملجم را نفهمیده‌ای، تفسیر او را در کربلا ببین. این کینه‌ها را در کجا پنهان کرده بودند؟ نعل تازه زدن به اسب‌ها و تاختن بر بدن شهدا چه نفعی برای دشمن داشته است؟ زدن با چوب نیزه به سر بچه‌های امام حسین(ع) برای چه هدفی بوده است؟ اینکه کسی علی(ع) را دوست نداشته باشد، ساده نیست. اینکه کسی از بغض علی(ع)، امام حسین(ع) را بکشد؛ ساده نیست.

**امام، تسهیل کنندۀ عبودیت و مبارزه با هوای نفس است/ مطیع امر مولا بودن را باید در امتداد مخالفت با هوای نفس دید**

* اگر مراحل قبلی مبارزه با نفس سخت است، در عوض وقتی ولایت امیرالمؤمنین(ع) مطرح می‌شود، کارها آسان است. امام، تسهیل کنندۀ عبودیت و مبارزه با هوای نفس است. از این نقطه به بعد دشمنی با اولیاء خدا جدی‌تر می‌شود. در مسیر مبارزه با نفس، تمام بحثها دربارۀ رنج در مراحل مقدماتی بود؛ وقتی به موضوع ولایت می‌رسیم، رنج‌ها کاهش پیدا می‌کند.
* در روایت معروفی از امام حسن عسکری(ع) آمده است: «پس هر فقیهى که مراقب نفس و حافظ دین خود است و با نفس خود مخالفت می‌کند و مطیع امر مولا مى‏باشد، بر عوام است که از چنین فقیهى تقلید کنند؛ فَأَمَّا مَنْ‏ کَانَ‏ مِنَ‏ الْفُقَهَاءِ صَائِناً لِنَفْسِهِ‏، حَافِظاً لِدِینِهِ، مُخَالِفاً لِهَوَاهُ، مُطِیعاً لِأَمْرِ مَوْلَاهُ فَلِلْعَوَامِّ أَنْ یُقَلِّدُوه»(وسائل الشیعه/27/131)در این روایت مطیع امر مولا بودن را باید در امتداد مخالفت با هوای نفس دید. این دو در یک راستا هستند.

**اگر برای کسی مخالفت با هوای نفس سخت است، پس او باید بیشتر به روضه امام حسین(ع) برود**

* **اگر برای کسی مخالفت با هوای نفس سخت است، پس او باید بیشتر به روضه امام حسین(ع) برود. این نعمت ولایت را که رایگان به ما داده‌اند، اگر با استفاده از این نعمت که جذاب و تسهیل‌کنندۀ بندگی و مخالفت با نفس است، مبارزه با نفس را برای خودمان آسان نکنیم، در این صورت خودمان را مستحق عذاب جهنم خواهیم یافت.**
* امام صادق(ع) در تفسیر آیه «الْیَوْمَ أَکْمَلْتُ لَکُمْ دِینَکُمْ»(مائده/3) فرمودند: «الْیَوْمَ أَکْمَلْتُ لَکُمْ دِینَکُمْ‏ بِإِقَامَةِ حَافِظِهِ‏ وَ أَتْمَمْتُ‏ عَلَیْکُمْ‏ نِعْمَتِی‏ بِوَلَایَتِنَا وَ رَضِیتُ لَکُمُ الْإِسْلامَ دِیناً أَیْ تَسْلِیمَ النَّفْسِ لِأَمْرِنَا»(مناقب آل ابیطالب/ج3/ص23) در اینجا «رَضِیتُ لَکُمُ الْإِسْلامَ دِیناً» تسلیم بودن نفس به امر ائمۀ هدی(ع) است.
* **چرا امام تسهیل‌کنندۀ حرکت در این مسیر است؟ چون امام جذابیت و شیرینی خاصی دارد. «فَمَا أَحْلَى أَسْمَاءَکُمْ»(زیارت جامعه- عیون اخبار رضا ع/ج2/ص276) امام جذاب و زیبا است، ناز است. اگر کسی آدم حسابی دیده باشد می‌تواند تأثیر امام را بر تسهیل دینداری بفهمد.** کسی که به نماز اول وقت علاقه ندارد، وقتی به امام زمان(عج) علاقمند شود و بفهمد امام زمان(عج) نماز اول وقت را دوست دارد، اهل نماز اول وقت می‌شود. امام دل را جذب می‌کند و با محبت امام است که می‌توان اهل دینداری شد و دین را فهمید. در زیارت جامعه می‌خوانیم: «بِمُوَالاتِکُمْ‏ عَلَّمَنَا اللَّهُ‏ مَعَالِمَ‏ دِینِنَا»(عیون اخبار رضا ع/ج2/ص277) ایجاد اتحاد بین مردم و در جامعه هم کار آسانی نیست و فقط ولایت می‌تواند این کار را انجام دهد. لذا در ادامه چنین آمده است: «وَ بِمُوَالاتِکُمْ تَمَّتِ الْکَلِمَةُ وَ عَظُمَتِ النِّعْمَةُ وَ ائْتَلَفَتِ الْفُرْقَةُ»(همان)

**فقط با ورع می‌توان به ولایت رسید/ با ورع به سمت ولایت برویم و با ولایت، ورع را بالا ببریم**

* فقط با ورع می‌توان به ولایت رسید، ورع نیز مرحلۀ آخر تقوا است. ورع، ترک آسان هوای نفس است، یعنی در این مرحله دیگر مبارزه با هوای نفس آسان شده است. امیرالمؤمنین(ع) به سلیم فرمود: ملاک این امر (ولایت)، ورع است چرا که به ولایت ما جز با ورع نمى‏توان رسید؛ یَا سُلَیْمُ إِنَّ مِلَاکَ‏ هَذَا الْأَمْرِ الْوَرَعُ‏ لِأَنَّهُ لَا یُنَالُ وَلَایَتُنَا إِلَّا بِالْوَرَع‏»(کتاب سلیم بن قیس/ج2/ص827)
* باید با ورع به سمت ولایت برویم و با ولایت، ورع را بالا ببریم. اینطوری ورع هم آسان می‌شود. عشق به امیرالمؤمنین(ع)، ورع را افزایش می‌دهد و ورع عشق به امیرالمومنین(ع) را بالا می‌برد. عشق به علی(ع) عشق به همه خوبی‌ها است. در زیارت جامعه می‌خوانیم: «إِنْ ذُکِرَ الْخَیْرُ کُنْتُمْ أَوَّلَهُ وَ أَصْلَهُ وَ فَرْعَهُ وَ مَعْدِنَهُ وَ مَأْوَاهُ وَ مُنْتَهَاهُ»
* اما علت اینکه ولی خدا، مبارزه با نفس را آسان می‌کند این است که ولی خدا، مظلوم است. وقتی مظلومیت علی(ع) را هنگام شهادت حضرت زهرا(س) ببینی، مبارزه با نفس برایت آسان می‌شود...

21

**پاسخ خدا به عابد بنی اسرائیل: «باید از همان راهی که گفته‌ام بیاید»**

* ماه رمضان ماه مغفرت است و به فرمودۀ رسول خدا(ص) بدبخت کسی است که در این ماه از مغفرت خداوند محروم شود. همه مشتاق‌اند که حداکثر استفاده از این ماه و شبهای آن را داشته باشند. اگر کسی در این ماه از اجابت پروردگار عالم محروم شود، به این سادگی‌ها راه نجات پیدا نخواهد کرد. برای استفادۀ بیشتر از این ماه باعظمت و برای اینکه به اهمیت راه و مسیری که باید در پیش بگیریم، بیشتر پی‌ببریم، به این روایت توجه بفرمایید.
* **امام صادق(ع) می‌فرماید: یکى از علماى بزرگ بنى اسرائیل، به حدّى خدا را عبادت کرد که مانند خلال، ضعیف و باریک شده بود. خداوند از طریق وحى به پیغمبر آن زمان فرمان داد که به او بگو: به عزّت و جلال و جبروتم‏ سوگند که: اگر آن‌قدر مرا عبادت کنى که بدنت آب شود- مانند پیه که در اثر حرارت در دیگ ذوب مى‏شود- این اطاعت و عبادت را از تو قبول نمی‌کنم مگر آنکه از همان راه و بابی که من دستور داده‌ام به سوى من بیایی؛** إِنَّ حَبْراً مِنْ أَحْبَارِ بَنِی إِسْرَائِیلَ عَبَدَ اللَّهَ حَتَّى صَارَ مِثْلَ الْخِلَالِ فَأَوْحَى اللَّهُ إِلَى نَبِیٍّ مِنْ أَنْبِیَائِهِ فِی زَمَانِهِ قُلْ لَهُ وَ عِزَّتِی وَ جَلَالِی وَ جَبَرُوتِی لَوْ أَنَّکَ عَبَدْتَنِی حَتَّى تَذُوبَ کَمَا تَذُوبُ الْأَلْیَةُ فِی الْقِدْرِ مَا قَبِلْتُ مِنْکَ حَتَّى تَأْتِیَنِی مِنَ الْبَابِ الَّذِی أَمَرْتُکَ(ثواب الاعمال و عقاب الاعمال/203).

**پاسخ خدا به 7 شبانه روز طلب مغفرت: «باید از همان راهی که گفته‌ام بیاید»/ راه: پذیرش برتری ولی‌الله**

* امام صادق(ع) در روایت دیگری می‌فرمایند: **حضرت موسی(ع) از کنار مردی عبور کردند، دیدند دستش را درِ خانه خدا به عبادت بالا برده است. از او عبور کردند. بعد از یک هفته دوباره دیدند دست او درِ خانه خدا بالا است. حضرت موسی(ع) صدا زدند: خدایا این بنده تو است که دستش را به سمت تو بالا گرفته است و از تو حاجتی دارد. هفت روز است که از تو مغفرت می‌خواهد. اما هنوز جوابش را نداده‌ای. خداوند وحی فرستاد که ای موسی! اگر آن‌قدر دعا کند که دستهایش قطع شود، یا زبانش قطع شود، من جوابش را نمی‌دهم مگر از آن دری که به او گفته‌ام بیاید**؛ مَرَّ مُوسَى بْنُ عِمْرَانَ ع بِرَجُلٍ وَ هُوَ رَافِعٌ یَدَهُ إِلَى السَّمَاءِ یَدْعُو اللَّهَ فَانْطَلَقَ مُوسَى فِی حَاجَتِهِ فَبَاتَ سَبْعَةَ أَیَّامٍ ثُمَّ رَجَعَ إِلَیْهِ وَ هُوَ رَافِعٌ یَدَهُ إِلَى السَّمَاءِ فَقَالَ یَا رَبِّ هَذَا عَبْدُکَ رَافِعٌ یَدَیْهِ إِلَیْکَ یَسْأَلُکَ حَاجَتَهُ وَ یَسْأَلُکَ الْمَغْفِرَةَ مُنْذُ سَبْعَةِ أَیَّامٍ لَا تَسْتَجِیبُ لَهُ قَالَ فَأَوْحَى اللَّهُ إِلَیْهِ یَا مُوسَى لَوْ دَعَانِی حَتَّى یَسْقُطَ یَدَاهُ أَوْ یَنْقَطِعَ لِسَانُهُ مَا اسْتَجَبْتُ لَهُ حَتَّى یَأْتِیَنِی مِنَ الْبَابِ الَّذِی أَمَرْتُه‏(المحاسن/1/224)
* **آن راه و بابی که باید از آن راه خدا را عبادت کنیم و الا هر چه که عبادت کنیم، نتیجه نمی‌گیرد کدام باب است؟** آن درب چیست و کجاست؟ که اگر از آن وارد نشوی، هر کاری هم انجام دهی، شما را تحویل نمی‌گیرند ولی اگر از راه آن وارد بشوی به اشاره‌ای تو را می‌بخشند. هر دو مطلب را باید قبول کرد. دقت و صفای باطن نیاز دارد.

**امام صادق(ع): نفست را با پذیرش فرمان مافوق ذلیل کن**

* امام صادق(ع) می‌فرمایند: نفس خودت را ذلیل کن با تحمل فرمان کسی که به عنوان مافوق تو، با تو مخالفت می‌کند و کسی که نسبت به تو برتری دارد و تو اقرار کرده‌ای به فضل او برای اینکه با او مخالفت نکنی؛ ذَلِّلْ نَفْسَکَ بِاحْتِمَالِ مَنْ خَالَفَکَ مِمَّنْ هُوَ فَوْقَکَ وَ مَنْ لَهُ الْفَضْلُ عَلَیْکَ فَإِنَّمَا أَقْرَرْتَ بِفَضْلِهِ لِئَلَّا تُخَالِفَهُ(کافی/15/554).
* این مافوق می‌تواند پدر و مارد در محیط خانه، فرمانده در محیط پادگان، رییس شما در اداره و .... باشد. این حدیث می‌تواند در فلسفه اخلاق جای داشته باشد؛ نه اینکه صرفاً یک گزاره اخلاقی باشد. چون بیان می‌کند برای اینکه به خدا برسی، نفس تو باید ذلیل شود.
* البته روشن است که پذیرش فرمان ما فوق، تا جایی است که مخالف دستور خدا نباشد؛ همانطور که در قرآن کریم، این مطلب در مورد پدر و مادر بیان شده است. (عنکبوت/8 و لقمان/15)

**باید با هوای نفس مبارزه کنیم تا ذلیل خدا شویم، و به خدا برسیم/معلوم نیست با6000سال عبادت، نفس ذلیل خدا شده باشد**

* برای اینکه به جایی برسی، نفس تو باید ذلیل شود. برای ذلیل شدن نفس باید با آن مبارزه و مخالفت کرد. برای مبارزه و مخالفت با نفس باید فرمان مافوق وجود داشته باشد. تنها مسیر این است و انسان مجبور به مبارزه با هوای نفس است. انسان باید مبارزه با هوای نفس بکند تا ذلیلِ خدا شود و بتواند به خدا برسد. امکان ندارد یک آدم متکبر- تاوقتی که متکبر است- به خدا برسد. راه رسیدن به خدا تذلل است. یعنی «من» نباید داشته باشی تا بتوانی به خدا برسی.
* **اما غالباً اگر نفس انسان با خدا تنها باشد، انگار کم‌کم پُررو می‌شود و برای خودش مقام و جایگاهی در نظر می‌گیرد و «من» او در مقابل خدا از بین نمی‌رود. لذا معلوم نیست در اثر ارتباط مستقیم با خدا، تذلل در مقابل خدا حاصل شود. اینکه عبادت شش هزار ساله ابلیس نابود می‌شود، پیامش این است که اگر شش هزار سال هم مستقیم خدا را عبادت کنی، معلوم نیست نفس در اثر این عبادت، ذلیل خدا شده باشد.**

**اهمیت ذلیلِ خدا شدن /«ذلیلِ خدا بودن» علت انتخاب شدن موسی(ع) برای صحبت با خدا**

* در مورد اهمیت ذلیل شدن نفس در مقابل خدا می‌توان به این روایت اشاره کرد که امام باقر(ع) فرمود: خداوند تبارک و تعالى به موسى(ع) وحى فرستاد: آیا می‌دانى چرا از میان همۀ مردم تو را برای سخن گفتن با خودم برگزیدم؟ موسى(ع) عرض کرد: پروردگارا، نه نمى‏دانم، خداوند فرمود: من بندگانم را زیر و رو کردم (آزمایش نمودم) و در میان آنها ذلیل‌تر و خاکسارتر و فروتن‏تر از تو نسبت به خود ندیدم، اى موسى براى اینکه چون تو از نماز فارغ می‌شوى، روى خود را بر خاک مى‏نهى. یعنى اظهار کوچکى و ناچیزى می‌نمایى؛ أَوْحَى اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ إِلَى مُوسَى ع أَنْ یَا مُوسَى أَ تَدْرِی لِمَ اصْطَفَیْتُکَ بِکَلَامِی دُونَ خَلْقِی قَالَ یَا رَبِّ وَ لِمَ ذَاکَ قَالَ فَأَوْحَى اللَّهُ تَبَارَکَ وَ تَعَالَى إِلَیْهِ أَنْ یَا مُوسَى إِنِّی قَلَّبْتُ عِبَادِی ظَهْراً لِبَطْنٍ فَلَمْ أَجِدْ فِیهِمْ أَحَداً أَذَلَّ لِی نَفْساً مِنْکَ یَا مُوسَى إِنَّکَ إِذَا صَلَّیْتَ وَضَعْتَ خَدَّکَ عَلَى التُّرَابِ(کافی/2/123).

**«پذیرش برتری ولیّ الله»، راه ذلیلِ خدا شدن / باید قبول کنی ولیّ خدا از تو برتر است**

* راه چیست؟ اگر من بخواهم به خدای متکبر راه پیدا کنم، باید متذلل شوم. فلسفه مبارزه با نفس این است که نفس را خوب زمین بزنی و وقتی می‌خواهی این کار را بکنی، خداوند ولیّ خودش را معرفی می‌کند و تو باید قبول کنی که او از تو برتر است. به غیر از پذیرش برتری او بر خودت، باید دستورات خدا را نیز از او دریافت کنی و دستوراتی که خوش می‌گوید را هم مانند دستورات خدا بپذیری.
* اینکه خداوند می‌فرماید اگر کسی آن‌قدر دستش را در خانۀ من دراز کند که دست‌هایش بشکند یا زبانش قطع شود؛ یا اگر آن‌قدر عبادت کند که مانند پیه داخل دیگ، آب شود اگر از راهی که من گفته‌ام نرفته باشند؛ قبول نمی‌کنم، این راه همان راه ولایت است که باید از آن طریق دستور خدا را دریافت کرد.

**علت هلاکت ابلیس، تکبر به ولی‌الله/ علت بخشش آدم(ع)، تواضع به ولی‌الله**

* امام حسن عسکری(ع) از قول پیامبر اکرم(ص) فرمودند که: «ابلیس، خدا را معصیت کرد و هلاک شد چون معصیت او همراه با تکبر نسبت به حضرت آدم بود و حضرت آدم، خدا را معصیت کرد ولی سالم ماند و هلاک نشد چون معصیت خودش را با تکبر بر پیامبر اسلام(ص) و اهل‌بیت(ع) همراه نکرد. و این سخن خدا است که ای آدم! ابلیس در تو، مرا عصیان کرد و نسبت به تو تکبر نشان داد و هلاک شد. اگر نسبت به تو با دستور من تواضع می‌کرد، رستگار می‌شد چه رستگارشدنی! و تو مرا با خوردن از شجره، معصیت کردی و با تواضع در مقابل محمد و آل محمد(ص) به تمام رستگاری می‌رسی؛ عَصَى اللَّهَ إِبْلِیسُ، فَهَلَکَ لِمَا کَانَ مَعْصِیَتُهُ بِالْکِبْرِ عَلَى آدَمَ وَ عَصَى اللَّهَ آدَمُ بِأَکْلِ الشَّجَرَةِ، فَسَلِمَ وَ لَمْ یَهْلِکْ لِمَا لَمْ یُقَارِنْ بِمَعْصِیَتِهِ التَّکَبُّرَ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ الطَّیِّبِینَ، وَ ذَلِکَ أَنَّ اللَّهَ تَعَالَى قَالَ لَهُ: «یَا آدَمُ عَصَانِی فِیکَ إِبْلِیسُ، وَ تَکَبَّرَ عَلَیْکَ فَهَلَکَ، وَ لَوْ تَوَاضَعَ لَکَ بِأَمْرِی، وَ عَظَّمَ عِزَّ جَلَالِی لَأَفْلَحَ کُلَّ الْفَلَاحِ کَمَا أَفْلَحْتَ، وَ أَنْتَ عَصَیْتَنِی بِأَکْلِ الشَّجَرَةِ، وَ بِالتَّوَاضُعِ لِمُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ تُفْلِحُ کُلَّ الْفَلَاحِ»(احتجاج طبرسی/1/53)

**شب قدر، شب عذرخواهی از امام زمان(عج) است/ پذیرفته شدن توبه ما منوط به جلب رضایت امام زمان(عج) است**

* شب قدر، شب عذرخواهی از امام زمان(عج) است. پذیرفته شدن توبه ما هم منوط به جلب رضایت امام زمان(عج) است. در شب قدر پرونده ما را به دست امام زمان(عج) می‌دهند همان‌طور که در روز قیامت پرونده‌‌ اعمال را به دست حضرت امیرالمؤمنین(ع) می‌دهند.
* پیامبر اکرم(ص) خطاب به اصحابشان می‌فرمایند: «به شب قدر ایمان بیاورید که آن مخصوص على بن ابى طالب و یازده فرزند او (بعد از من) می‌باشد؛‏ آمِنُوا بِلَیْلَةِ الْقَدْرِ إِنَّهَا تَکُونُ- لِعَلِیِّ بْنِ أَبِی طَالِبٍ وَ لِوُلْدِهِ الْأَحَدَ عَشَرَ مِنْ بَعْدِی‏»(کافی/1/533).

**اگر شهوترانی زشت است، چون انسان هرکاری دلش خواسته انجام داده، نماز بی‌ولایت نیز به همین دلیل زشت است**

* اگر شهوترانی و فساد و گناه -به این دلیل که انسان هر کاری دلش خواسته انجام داده است- کار زشتی محسوب می‌شود، نماز بی‌ولایت هم زشت است چون انسان هر کاری که دلش خواسته انجام داده است. اتفاقاً نمازخوان‌های بی‌ولایت جنایت‌هایی را انجام داده‌اند که کفار هم آن کارها را نکرده‌اند. کفار وقتی با پیامبر می‌جنگیدند حرمت اسرای سپاه اسلام را نگاه می‌داشتند ولی نمازخوان‌های بی‌ولایت در کربلا حرمت بچه‌های خردسال امام حسین(ع) را هم نگه نداشتند...

22

**پذیرش فرمان «ولی خدا»، علامت صحت ایمان و صداقت در مخالفت با هوای نفس**

* بعد از اینکه انسان قبول کرد با هوای نفس خود مبارزه کند و این مبارزه را هم با برنامه‌ای که خداوند داده و مقدراتی که برای او طراحی کرده انجام دهد تا «منِ» او تضعیف شود، حالا خداوند به او می‌گوید: «برای اینکه منیّت تو از بین برود، فقط اینکه در مقابل خدای خود تواضع کنی کافی نیست و دلالت بر پاکی تو نمی‌کند، زیرا انسان موجود پیچیده‌ای است و چه بسا در نهان خانۀ دل خود هنوز از تکبر چیزی باقی گذاشته باشد. لذا من ولیّ خودم را می‌فرستم تا به تو دستور بدهد. تو باید در مقابل ولیّ من تواضع کنی و به دستور او گوش کنی. اکنون اگر به فرمان ولیّ من گوش کنی، معلوم می‌شود در این ادّعا که حاضری به خاطر خدا و با دستورات او با هوای نفس خود مخالفت کنی، صداقت داری.»
* سنجش صحتِ ایمان ما، و سنجش صدق ادعای ما در مخالفت با هوای نفس، به واسطۀ سلسله مراتبی است که خداوند متعال در نظام عالم طراحی کرده است. یعنی بحث لزوم اطاعت کردن، یک پله از خداوند پایین می‌آید و به رسول خدا(ص)، امیرالمؤمنین(ع)، ائمۀ هدی(ع) و امام زمان(ع) می‌رسد. البته این سلسله مراتب در پله‌های پایین‌تر به صورت‌های دیگری مانند اطاعت از پدر و مادر نیز وجود دارد.

**مهار کردن نفس، فقط با اطاعت از دستورات مستقیم خدا امکان‌پذیر نیست**

* ما باید نفس خود را مهار کنیم، و منیّت و تکبر نفس خود را بگیریم و نفس خود را در مقابل پروردگار عالم ذلیل و فروتن کنیم، و این مسأله به واسطۀ دستور مستقیم پروردگار عالم امکان‌پذیر نیست، چون نه امکان دریافت دستور از خدا به صورت مستقیم برای همه وجود دارد و نه نفس انسان نهایت پاکی خود را با صرف اطاعت مستقیم از خدا به اثبات می‌رساند؛ لذا خداوند در این میان، ولیّ خود و بعد از او یک سلسله مراتبی -مثل پدر و مادر را قرار داده که باید حرف آنها را گوش کنیم. یعنی پدر و مادر هم جزئی از همین سلسله مراتب هستند که با اطاعت از آنها، در جایی که لازم است، تکبر و منیّت ما تضعیف می‌شود و نفس‌مان در مقابل خدا ذلیل می‌شود.
* امام صادق(ع) می‌فرماید: «نفست را ذلیل کن، با تحمّل کسی که مافوق تو است و دارد با تو مخالفت می‌کند؛ ذَلِّلْ‏ نَفْسَکَ‏ بِاحْتِمَالِ مَنْ‏ خَالَفَکَ‏ مِمَّنْ هُوَ فَوْقَکَ»(کافی/ج8/ص243) یعنی مدیریت مخالفت با هوای نفس خود را به مافوق خودت بده. مثلاً مافوق خانم‌ها در یک زمینه‌هایی شوهران آنها هستند؛ یعنی در همان محدوده‌ای که شوهر ولایت دارد. این سلسله مراتب مافوق در انواع بخش‌های اجتماعی و حیات بشر وجود دارد.

**مدیریت هوای نفس هرکس باید با مافوقی باشد که خدا برای او تعیین کرده**

* همۀ ما برای خودمان مافوق داریم. مثلاً پدر و مادرهای ما، مافوق ما هستند، لذا باید بخشی از مدیریت مخالفت با هوای نفس خود را به پدر و مادر خود بدهیم. خداوند در قرآن کریم چندین مرتبه به لزوم تبعیت از این مافوق تأکید فرموده و بعد از اینکه دستور می‌دهد به خدا شرک نورزید، می‌فرماید: به پدر و مادر نیکی کنید «وَ اعْبُدُوا اللَّهَ وَ لا تُشْرِکُوا بِهِ شَیْئاً وَ بِالْوالِدَیْنِ إِحْساناً» (نساء/36) و می‌فرماید حتی «اُف» هم نباید به آنها بگویید: «فَلا تَقُلْ لَهُما أُفٍّ»(اسراء/23) و نباید طوری با آنها برخورد کنیم که دلشان بشکند و از ما ناراحت شوند. اقتضاء این احسان و احترام به پدر و مادر، مخالفت با هوای نفس با سلیقۀ آنهاست.
* **مدیریت هوای نفس من باید با مافوقی باشد که خدا او را تعیین کرده است. هر کسی باید ببیند که در سلسله مراتبی که خداوند تعیین فرموده، مافوق او چه کسی است تا از او تبعیت کند، مافوق‌ها نیز در درجات مختلف توسط خداوند متعال تعیین شده‌اند. مثلاً برای یک خانم، شوهر او مافوقش است، برای آقایان، پدر و مادر مافوق هستند، و مافوق مطلق هم «ولیّ الله ‌الاعظم» است و بعد از او و در نیابت از او «ولیّ فقیه» قرار دارد.**
* اساسا پذیرش مافوق خودش یک مرتبه از مراتب سلامت نفس است و تواضع می‌آورد منتها باید ببینی مقابل چه مافوقی خاضع می‌شوی آنکه خدا تعیین فرموده است یا آنکه طاغوت وار خودش را بر تو تحمیل کرده است و خدا دستور اطاعت او را نداده است.

**امام صادق(ع): نفست را با تحمّل کسی که فضلی بر تو دارد ذلیل کن**

* در ادامۀ روایت می‌فرماید: نفست را با تحمّل کسی که فضلی بر تو دارد ذلیل کن؛ یعنی اگر خداوند به کسی برتری‌هایی نسبت به تو داده است، مدیریت مخالفت با هوای نفس خود را به او بده. در اینصورت تو به فضل او اقرار کردی تا با او مخالفت نکرده باشی؛ ذَلِّلْ‏ نَفْسَکَ‏ بِاحْتِمَالِ مَنْ‏ خَالَفَکَ‏ مِمَّنْ هُوَ فَوْقَکَ وَ مَنْ لَهُ الْفَضْلُ عَلَیْکَ؛ فَإِنَّمَا أَقْرَرْتَ بِفَضْلِهِ لِئَلَّا تُخَالِفَهُ»(کافی/ج8/ص243) به عنوان مثال طبیب نسبت به بیمار، برتری دارد و بیمار باید به سخن طبیب خود گوش کند. لذا آن‌طور که از پزشکان حضرت امام(ره) نقل شده، ایشان در مقام یک بیمار، فوق‌العاده تسلیم دستور طبیب خود بود. اینها همه مراتبی از روحیۀ ولایت پذیری است. با اینکه طبیب، ولیّ انسان نیست ولی از نظر اخلاقی کسی که نمی‌تواند تشخیص یک متخصص‌تر از خودش را بپذیرد متکبر است.

**کسی که برای احدی، برتری و فضلی قائل نباشد؛ آدم خودپسندی است**

* امام صادق(ع) در ادامه می‌فرماید: «و کسی که برای احدی، برتری و فضلی قائل نباشد؛ آدم خودپسندی است؛ وَ مَنْ لَا یَعْرِفْ لِأَحَدٍ الْفَضْلَ، فَهُوَ الْمُعْجَبُ بِرَأْیِهِ»(کافی/ج8/ص243) راز تکوینی این سخن این است که سر راه همۀ ما بالاخره انسان بافضیلت‌تری قرار خواهد گرفت که باید به برتری او اعتراف کنیم و البته اعتراف کردن به فضل و برتری دیگران، کار هر کسی نیست. بعضی‌ها هم برای آنکه خود را خلاص کنند اصلا برای کسی فضل قائل نمی‌شوند که آنها تکلیفشان معلوم است و دچار عجب شده‌اند که بدترین روحیه است.
* در شرح اصول کافی در خصوص روایت فوق، آورده‌اند مصداق اتمّ و اکمل برای «مافوق» اهل‌بیت(ع) و ائمۀ هدی(ع) یا همان «ولایت» است. ولی من بحث را توسعه می‌دهم تا حسن تربیتی و اخلاقی اطاعت از مافوق بهتر فهمیده شود.

**اگر مدیریت مخالفت با هوای نفس را به ولیّ خدا ندهیم، به دست دشمن خدا می‌افتد که رحم ندارد**

* اگر در این مسیر، مدیریت مخالفت با هوای نفس با ولیّ خدا نباشد چه اتفاقی می‌افتد؟ در این صورت مدیریت مخالفت با هوای نفس ما به دست دشمن ما خواهد افتاد و او دیگر رحم ندارد. یعنی خدا رذل‌ترین آدم‌های روزگار را بر ما مسلط خواهد کرد و این یک قاعده و سنت الهی است.
* اگر مدیریت مخالفت با هوای نفس خود را به دست ولیّ خدا ندهی، مجبور خواهی شد با مدیریت اراذل و اوباش عالم مخالفت با هوای نفس بکنی و راه دیگری هم وجود ندارد.

**آیا در مصر که سی و پنج سال به آمریکا «چَشم» گفت، مردم راحت زندگی می‌کنند؟**

* اگر انسان کمی با دستور ولیّ خدا با هوای نفس مخالفت کرد و در راه حق مقاومت کرد، یک عُمر آسایش خواهد داشت، اما اگر با مدیریت ولیّ خدا، با هوای نفس مخالفت نکرد، استکبار و اراذل و اوباش عالم بر او سلطه پیدا می‌کنند و وقتی سلطه پیدا کردند زندگی راحتی نخواهد داشت.
* **نمونه‌اش کشور مصر است که سی و پنج سال به آمریکا «چَشم» گفت. آیا الان زندگی راحتی دارند؟! مصر می‌توانست پیشرفته‌ترین وضع اقتصادی و فرهنگی در منطقه را داشته باشد. مصر دروازۀ ورود معرفت به اروپا بوده است. مردم مصر و سرزمین مصر هیچ کمبودی ندارند، ولی به خاطر اینکه به آمریکا «بله» گفتند، به این وضع گرفتار شدند که امروز فقر و فلاکت در آنجا بی‌داد می‌کند.**
* متاسفانه رسانه‌های ما در انعکاس خبرهای مربوط به اوضاع منطقه و کشور مصر، یک زبان دیپلماسی خُشک و رسمی که مربوط به جلسات سران دُول است را اتخاذ کرده‌اند؛ در صورتی که با چند تا مستند می‌توانند اوضاع واقعی مردم منطقه را به خوبی نشان دهند.
* ببینید امروز مملکت عراق چقدر زیر سلطۀ آمریکا قرار دارد. با اینکه آمریکا سربازهای خود را از عراق بیرون برده، ولی سلطۀ خود را قطع نکرده است. بزرگترین سفارتخانۀ آمریکا (با چند هزار نفر کارمند) شاید در عراق باشد. آمریکا خودش نفت عراق را می‌فروشد و مبلغی هم بابت فروش نفت عراق به خود عراقی‌ها می‌دهد، گویا خزانه‌دار عراق است! لااقل یک مقدار هم در جهت آباد کردن عراق قدم بر نمی‌دارد تا بلکه وجاهتی پیدا کند! ناامنی را در عراق ببینید. روزی چندنفر باید در عراق کشته شوند تا آمریکایی‌ها راضی بشوند؟

**آیا باید تکه تکه شویم تا بعضی‌ها رذالت دشمن را باور کنند!**

* متاسفانه بعضی‌ها آن‌قدر نادان هستند که این واقعیت‌های دنیا را نمی‌بینند و وجود دشمن را باور نمی‌کنند. اینگونه افراد تا خود و جامعۀ خود را به دست دشمن نابود نکنند، نمی‌فهمند که چیزی به نام دشمن، و چیزی به نام استکبار وجود دارد. آیا حتماً باید تا آنجا به دشمن فرصت بدهیم تا امنیتمان از بین برود و تکه تکه بشویم تا بعضی‌ها رذالت دشمن را باور کنند؟! حرف انقلابی زدن در جامعۀ ما هنوز غربت دارد!

**هنگامی باید با غربی‌ها مذاکره کنیم که .../ با استکبار نمی‌شود مذاکره کرد، مگر اینکه به شدت در مقابل ما ذلیل بشود/ فقط از موضع قدرت می‌شود با آنها گفتگو کرد**

* باید در مقابل مدیریت استکبار جهانی بایستیم. با او مذاکره هم نمی‌شود کرد، مگر اینکه به شدت در مقابل ما ذلیل بشود. زیرا تا ببیند ما اهلِ کوتاه آمدن هستیم، بلافاصله پُررویی می‌کند.
* **ما هنگامی باید با غربی‌ها مذاکره کنیم که وقتی روی میز مذاکره محکم مشت خودمان را کوبیدیم و گفتیم که تروریست‌ها را از سوریه بیرون بکشید تا با شما حرف بزنیم، ذلیلانه بگویند «چَشم». چون فقط از موضع قدرت می‌شود با آنها گفتگو کرد و الا اگر در موضع ضعف بخواهیم با آنها گفتگو کنیم، آنها روی میز می‌کوبند و می‌گویند که حزب الله و مقاومت سوریه را در اختیار ما قرار دهید تا همه را گردن بزنیم! آنها سال‌هاست که حرفِ اولشان همین است که از حزب‌الله و از مقاومت، حمایت نکنید.**

**اگر امروز ذره‌ای در مقابل دشمن کوتاه بیاییم، فردا باید از تروریست‌هایی که در سوریه هستند در کشور خودمان پذیرایی کنیم!**

* **ما حتی باید بررسی کنیم که اروپا چگونه جرات کرده است شاخۀ نظامی حزب الله لبنان را جزء تروریست‌ها قرار دهد؟ چه عواملی موجب شده به خود اجازۀ چنین ظلمی را داده است؟ اگر امروز ذره‌ای در مقابل دشمن کوتاه بیاییم، فردا باید از تروریست‌هایی که در سوریه هستند در کشور خودمان پذیرایی کنیم!**
* اگر مدیریت مخالفت با هوای نفس خودت را به ولیّ خدا ندهی، مدیریت مخالفت با هوای نفسِ تو، به دست دشمن خدا می‌افتد و او دیگر رحم ندارد. در واقع ما در روز قدس فریاد می‌زنیم که مدیریت مخالفت با هوای نفس ما به دست عدوّ خدا نیست، بلکه به دست ولیّ خدا است. باید از خدا بخواهیم مدیریت مخالفت با هوای نفس ما را به دست ولیّ خدا حفظ کند.

**کسانی که در راه حق سختی نکشند، همان سختی را در راه باطل خواهند کشید/کوفیانی که سختی مقابله با معاویه در رکاب علی(ع) را تحمل نکردند، همان سختی را در رکاب یزید و در جنگ با حسین(ع) تحمل کردند و هزاران کشته دادند**

* بنا بر سنت الهی کسانی که در راه حق، سختی نکشند، همان سختی را در راه باطل خواهند کشید. (امام صادق(ع) اعْلَمْ أَنَّهُ مَنْ لَمْ یُنْفِقْ فِی طَاعَةِ اللَّهِ ابْتُلِیَ بِأَنْ یُنْفِقَ فِی مَعْصِیَةِ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ وَ مَنْ لَمْ یَمْشِ فِی حَاجَةِ وَلِیِّ اللَّهِ ابْتُلِیَ بِأَنْ یَمْشِیَ فِی حَاجَةِ عَدُوِّ اللَّه‏؛ من لا یحضره الفقیه/4/412) مردمی که در کوفه برای علی(ع) بهانه آوردند که هوا گرم است، سرد است، سخت است و... و با این بهانه‌ها از علی(ع) تبعیت نکردند که بجنگند، کارشان به جایی رسید که به اشارۀ یزید بن معاویه، سیدالشهداء(ع) را کشتند و خودشان هم هزاران نفر کشته دادند.
* کسانی که قرار بود پای رکاب امیرالمؤمنین(ع) در نبرد با معاویه شهید بشوند، کارشان به جایی رسید که پای رکاب یزید، در نبرد با امام حسین(ع) کشته شدند و به درک واصل شدند. یعنی کسانی که از حق دفاع نکردند، کارشان به جایی رسید که از باطل دفاع کردند.

**انگلیسی‌ها برای اهداف خود سربازان هندی را به کشتن می‌دادند / کسی که در مقابل استکبار «چَشم» بگوید، کارش به جایی می‌رسد که باید برای اهداف استکبار کشته شود**

* یک زمانی غربیها برای سرکوب قیام‌های منطقه از جوانان و سربازان ایران استفاده می‌کرد. ببینید ما چه وضعی داشتیم و امام(ره) با انقلاب ما را به کجا رساند که نه تنها برای دشمن نبرد نکنیم بلکه علیه او مقاومت کنیم. یعنی ما جوانان و سربازهای خود را به کشتن می‌دادیم برای اینکه آمریکا در منطقه به خواسته‌های خودش برسد! این وضع ما بود!
* یک زمانی انگلیسی‌ها از سربازان هندی استفاده می‌کردند تا اهداف استعماری خود را در کشورهای دیگر دنبال کنند و این سربازان بدبخت را برای بسط سلطۀ استعماری خود در کشورهای دیگر به کشتن می‌دادند. یعنی کسی که در مقابل استکبار «چَشم» بگوید، باید تا آخر برود و کارش به اینجا می‌رسد که باید برای اهداف استکبار کشته شود.
* یعنی اگر به دشمن خدا چَشم بگویی، او به تو زندگی راحتی نمی‌دهد و حتی فقط از تو نمی‌خواهد که سختی‌های ناشی از ظلم او را تحمل کنی، بلکه می‌گوید باید برای من کشته بشوی! ‌چون حِیف است برای سلطۀ من سرباز خودم کشته شود!
* **اغلب اوقات نیازی نیست با دشمن بجنگیم، فقط کافی است روحیۀ جهادی داشته باشیم. سگِ هار را لازم نیست بزنی، فقط کافی است از مقابل او فرار نکنی. اگر سنگ را برداری بلافاصله سرِ جایش می‌نشیند و حتی مانند سگی که سنگ خورده باشد زوزه هم می‌کشد! باید با دشمن با روحیۀ انقلابی برخورد کرد والا همۀ ملت متضرر می‌شود.**

**سیاستمداران ما باید در مقابل این گرگ‌های پست ‌فطرت بایستند**

* سیاستمداران ما باید یکی از دیگری بهتر در مقابل این گرگ‌های پست ‌فطرت بایستند. در مجلس شورای اسلامی علیه اروپائیان بی‌شرم که حزب‌الله لبنان را تروریست اعلام کرده بودند، موضع‌گیری مختصری انجام شد؛ ولی لازم است همۀ سیاستمداران عکس‌العمل محکمی نشان بدهند. هر کس در مقابل این بی‌شرم‌ها ذره‌ای کوتاه بیاید، و عزتمندانه دفاع نکند و شجاعانه حمله نکند، دچار ذلت خواهد شد و خداوند اسباب این ذلت را فراهم می‌کند.
* البته این مقاومت عزتمندانه و تهاجم شجاعانه به دشمن باید با حکمت و تدبیر و توام با واقع بینی باشد، ولی این هم از اهم واقعیت‌های عالم است که خداوند متعال به یاری کنندگان و مقاومت کنندگان در برابر دشمن وعدۀ نصرت داده است.

23

**مراحل مبارزه با نفس؛ 1. «عقل» در مقابل هوای نفس 2. «ایمان» در مقابل هوای نفس 3. «ولایت» در مقابل هوای نفس**

* **مسیر مبارزه با نفس، در نهایت به مدیریت مبازه با هوای نفس توسط ولایت منجر می‌شود. اگر در اوایل مبارزه با نفس، عقل در مقابل هوای نفس بود؛ در مراحل بعد ایمان است که در مقابل هوای نفس قرار می‌گیرد و بعد، نهایتاً این ولایت است که در مقابل هوای نفس قرار می‌گیرد.**
* **1. عقل در مقابل هوای نفس:** عقل توصیه می‌کند که دورترین منافع را ببین ولی هوای نفس تو را دعوت به سطحی‌ترین منافع می‌کند.
* **2. ایمان در مقابل هوای نفس:** ایمان، هدف و انگیزه را ایجاد می‌کند ولی هوای نفس تلاش می‌کند ایمان شکل نگیرد. اگر کسی از هوای نفس تبعیت کند، ایمان را از دست می‌دهد.
* **3. ولایت در مقابل هوای نفس:** برای مبارزه با نفس، برنامه‌ریزی لازم است. و «تقوی» برنامۀ مبارزه با نفس است که روش تضعیف «من» را بیان می‌کند. برای تضعیف «من» باید دستورات را از خدا بگیری و این دستورات را ولی خدا باید به تو ابلاغ کند. دستور گرفتن از خدا، مستقیم نیست و باید در مقابل ولی او تواضع کنی. پذیرفتن برتری او و فضیلت او در این تواضع هست. در این مرحله، هم باید دستوراتی را که ولی خدا از جانب خدا بیان می‌کند را بپذیری و هم دستوراتی که خودش می‌دهد را بپذیری تا انانیت تو از بین برود. پس در این مرحله، هوای نفس در مقابل «ولایت» قرار می‌گیرد و برای مقابله با هوای نفس باید دستورات ولی خدا را بپذیری.

**کسی که دین خود را از امام(ع) نگرفته باشد، از هوای نفس خود تبعیت کرده**

* در مورد رابطۀ هوای نفس با ولایت روایت‌های زیادی وجود دارد. از امام رضا(ع) در مورد معنای این آیه سؤال شد: «وَ مَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَواهُ بِغَیْرِ هُدىً مِنَ اللَّهِ؛ چه کسى گمراه‏تر است از آنکه از هواى نفس خود بدون هدایت خدا پیروى کند؛ »(قصص/50) حضرت فرمود: «منظور کسى است که دین خویش را به رأى و نظر خود گرفته باشد نه از امامى از میان ائمۀ هدی؛ عَنْ أَبِی الْحَسَنِ ع‏ فِی قَوْلِ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ-وَ مَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَواهُ بِغَیْرِ هُدىً مِنَ اللَّهِ‏- قَالَ یَعْنِی مَنِ اتَّخَذَ دِینَهُ رَأْیَهُ بِغَیْرِ إِمَامٍ‏ مِنْ‏ أَئِمَّةِ الْهُدَى»‏(کافی/1/374).
* آنچه در این روایات بیان می‌شود، با آنچه در در مورد دستور گرفتن از ولی خدا برای مخالفت با هوای نفس مطرح شد، تطبیق دارد و همان عملیات فکری را تأیید می‌کند. با این نوع روایات نباید صرفاً یک برخورد تعبدی داشت، بلکه باید آنها را مبنا و روش مخالفت با هوای نفس برای همگان دانست.

**صداقت انسان در تواضع به خدا، تنها هنگام تواضع به ولی خدا ثابت می‌شود**

* تواضع واقعی انسان‌ها به خداوند، در نوع برخوردشان با ولایت مشخص می‌گردد. اگر ولایت فردی مثل خودت که بر تو فضل و برتری دارد را بپذیری، در واقع تواضع کرده‌ای و در اینجا است که ولایت اصل می‌شود. با موضوع ولایت باید تحلیلی و تعقلی برخورد کرد و آثار آن را در تمام اجزاء دین بررسی کرد. آنچه از مجموعۀ بسیاری از آیات قرآن، روایات، و نیز بررسی‌های عقلی روشن می‌شود، این است که صداقت انسان در تواضع به خدا، تنها هنگام تواضع به ولی خدا ثابت می‌شود.
* زراره می‌گوید از امام باقر(ع) و امام صادق(ع) شنیدم که می‌فرمودند: «خداوند امر خلقش را به پیامبرش واگذار کرده است تا ببیند اطاعتشان چگونه است؟ سپس این آیه را تلاوت می‌‌کردند که هر آنچه پیامبر به شما (دستور) می‌دهد بپذیرید و از هر چه نهی می‌کند، دوری کنید؛ إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ فَوَّضَ إِلَى نَبِیِّهِ ص أَمْرَ خَلْقِهِ لِیَنْظُرَ کَیْفَ طَاعَتُهُمْ ثُمَّ تَلَا هَذِهِ الْآیَةَ- ما آتاکُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَ ما نَهاکُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا»(کافی/1/266)
* امام صادق(ع) روایت می‌کند که رسول خدا(ص) فرمود: «قسم به آن کسی که مرا به پیامبرى برانگیخته است، خدا را دیدار کند اگر کسى با اعمال هفتاد پیامبر، خدا را دیدار کند، اما ولایت اولو الامرِ ما خاندان را به همراه نداشته باشد، خداوند از او نه توبه و بازگشتى مى پذیرد و نه فدیه اى؛ و الّذی بَعَثَنی بالحَقِّ نَبِیّا، لو أنّ رَجُلاً لَقِیَ اللّه َ بِعَمَلِ سَبْعینَ نبیّا ثُمَّ لَم یَلْقَهُ بِوَلایةِ اُولی الأمْرِ منّا أهلَ البیتِ ما قَبِلَ اللّه ُ مِنْهُ صَرْفا و لا عَدْلاً(امالی مفید/115)
* در رویات مشابه دیگری، رسول خدا(ص) می‌فرماید: «قسم به کسی که جان محمد به دست اوست، اگر در روز قیامت کسی با عمل هفتاد پیامبر وارد شود، خداوند از او قبول نمی‌کند مگر اینکه با ولایت من و اهلبیت من آمده باشد؛ وَ الَّذِی نَفْسُ مُحَمَّدٍ بِیَدِهِ، لَوْ أَنَّ عَبْداً جَاءَ یَوْمَ الْقِیَامَةِ بِعَمَلِ‏ سَبْعِینَ‏ نَبِیّاً مَا قَبِلَ اللَّهُ ذَلِکَ مِنْهُ حَتَّى یَلْقَاهُ بِوَلَایَتِی وَ وَلَایَةِ أَهْلِ بَیْتِی»(امالی طوسی/140)

**کسی که اعتقاد به ولایت اهل بیت(ع) نداشته باشد، اهل دوزخ است حتی اگر تمام عمرش عبادت کند**

* میسّر مى‏گوید: بر امام صادق(ع) وارد شدم و به آن حضرت عرض کردم: فدایت شوم، همسایه‏اى دارم که شب‌ها برای نماز شب از صدای او بیدار می‌شوم که یا مشغول خواندن قرآن است و آیات را مکرّر مى‏خواند و گریه و زارى مى‏کند و یا دعا مى‏کند. درباره او تحقیق کردم، به من گفتند: او از همه محرّمات الهى دورى مى‏کند. امام (ع) فرمود: اى میسّر، آیا به آنچه تو اعتقاد دارى(ولایت ما اهلبیت) معتقد است؟ گفتم: خدا مى‏داند.
* این گذشت تا آنکه سال بعد به حج رفتم و از حال آن مرد پرسیدم، متوجه شدم که هیچ معرفتی به ولایت اهل‌بیت(ع) ندارد. وقتى خدمت امام صادق (ع) رسیدم و از حال آن مرد به حضرت خبر دادم، همان سخن سال گذشته را تکرار فرمود و پرسید: آیا به آنچه تو اعتقاد دارى معتقد است؟ گفتم: نه. فرمود: اى میسّر، کدام نقطه روى زمین از همه جا حرمتش بیشتر است؟ گفتم: خدا و رسول او و فرزند پیامبرش بهتر مى‏دانند. حضرت فرمود: اى مُیَسِّر، میان رکن و مقام باغى از باغهاى بهشت است، و میان قبر رسول خدا(ص) و منبرش نیز بوستانى از بوستان‌هاى بهشت قرار دارد. به خدا قسم اگر خداوند به بنده‏ اى عمر طولانی بدهد تا اینکه او میان رکن و مقام، و میان قبر و منبر پیامبر، هزار سال خدا را عبادت کند، و سپس او را مظلومانه در بسترش مانند گوسفند سر ببرند، و خدا را در حالى ملاقات کند که به ولایت ما معتقد نباشد، بر خدا سزاوار است که او را بر روی صورت در آتش دوزخ بیاندازد.
* (دَخَلْتُ عَلَى أَبِی عَبْدِ اللَّهِ ع فَقُلْتُ لَهُ جُعِلْتُ فِدَاکَ إِنَّ لِی جَاراً لَسْتُ أَنْتَبِهُ إِلَّا بِصَوْتِهِ إِمَّا تَالِیَا کِتَابَهُ یُکَرِّرُهُ وَ یَبْکِی وَ یَتَضَرَّعُ وَ إِمَّا دَاعِیاً فَسَأَلْتُ عَنْهُ فِی السِّرِّ وَ الْعَلَانِیَةِ فَقِیلَ لِی إِنَّهُ مُجْتَنِبٌ لِجَمِیعِ الْمَحَارِمِ قَالَ فَقَالَ یَا مُیَسِّرُ یَعْرِفُ شَیْئاً مِمَّا أَنْتَ عَلَیْهِ قَالَ قُلْتُ اللَّهُ أَعْلَمُ قَالَ فَحَجَجْتُ مِنْ قَابِلٍ فَسَأَلْتُ عَنِ الرَّجُلِ فَوَجَدْتُهُ لَا یَعْرِفُ شَیْئاً مِنْ هَذَا الْأَمْرِ فَدَخَلْتُ عَلَى أَبِی عَبْدِ اللَّهِ ع فَأَخْبَرْتُهُ بِخَبَرِ الرَّجُلِ فَقَالَ لِی مِثْلَ مَا قَالَ فِی الْعَامِ الْمَاضِی یَعْرِفُ شَیْئاً مِمَّا أَنْتَ عَلَیْهِ قُلْتُ لَا قَالَ یَا مُیَسِّرُ أَیُّ الْبِقَاعِ أَعْظَمُ حُرْمَةً قَالَ قُلْتُ اللَّهُ وَ رَسُولُهُ وَ ابْنُ رَسُولِهِ أَعْلَم‏ قَالَ یَا مُیَسِّرُ مَا بَیْنَ الرُّکْنِ وَ الْمَقَامِ رَوْضَةٌ مِنْ رِیَاضِ الْجَنَّةِ وَ مَا بَیْنَ الْقَبْرِ وَ الْمِنْبَرِ رَوْضَةٌ مِنْ رِیَاضِ الْجَنَّةِ وَ لَوْ أَنَّ عَبْداً عَمَّرَهُ اللَّهُ فِیمَا بَیْنَ الرُّکْنِ وَ الْمَقَامِ وَ فِیمَا بَیْنَ الْقَبْرِ وَ الْمِنْبَرِ یَعْبُدُهُ أَلْفَ عَامٍ ثُمَّ ذُبِحَ عَلَى فِرَاشِهِ مَظْلُوماً کَمَا یُذْبَحُ الْکَبْشُ الْأَمْلَحُ ثُمَّ لَقِیَ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ بِغَیْرِ وَلَایَتِنَا لَکَانَ حَقِیقاً عَلَى اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ أَنْ یُکِبَّهُ عَلَى مَنْخِرَیْهِ فِی نَارِ جَهَنَّم‏‏؛ ثواب الاعمال صدوق/210)

**خداوند عمل بنده‌ای که در مورد ما اهل‌بیت(ع) شک داشته باشد را قبول نمی‌کند**

* تعابیر چنین روایاتی تأیید می‌کند که **ما برای خوب بودن و انجام دادن چند کار خوب آفریده نشده‌ایم. ما به این دنیا آمده‌ایم تا با هوای نفسمان مبارزه کنیم و این مبارزه نهایتاً به پذیرش و تبعیت از ولایت ختم می‌شود.**
* پیامبر اکرم(ص) فرمودند: «اگر بنده‌ای هزار سال در بین رکن و مقام خدا را عبادت کند و بعد هم مظلومانه مثل گوسفند ذبح شود، او با همان کسانی محشور می‌شود که به آنها تأسی و اقتدا می‌کرده و با هدایت آنها هدایت می‌شده است؛ اگر آنها اهل بهشت باشند، او هم بهشتی می‌شود و اگر آنها جهنمی باشند، او هم جهنمی می‌شود؛ لَوْ أَنَّ عَبْداً عَبَدَ اللَّهَ أَلْفَ عَامٍ مَا بَیْنَ الرُّکْنِ وَ الْمَقَامِ ثُمَّ ذُبِحَ کَمَا یُذْبَحُ الْکَبْشُ مَظْلُوماً لَبَعَثَهُ اللَّهُ مَعَ النَّفَرِ الَّذِینَ یَقْتَدِی بِهِمْ وَ یَهْتَدِی بِهُدَاهُمْ وَ یَسِیرُ بِسِیرَتِهِمْ إِنْ‏ جَنَّةً فَجَنَّةٌ وَ إِنْ‏ نَاراً فَنَارٌ»(بحار الانوار/27/180).
* در روایت دیگری از امالی مفید از امام باقر(ع) و امام صادق(ع) نقل شده است: «خداوند عمل بنده‌ای که در مورد ما اهل بیت شک داشته باشد را قبول نمی‌کند؛ نَحْنُ أَهْلَ الْبَیْتِ لَا یَقْبَلُ اللَّهُ عَمَلَ عَبْدٍ وَ هُوَ یَشُکُّ فِینَا»(امالی مفید/3).

**اهمیت «هوی» در قرآن/هوای نفس علت مخالفت با انبیاء**

* قرآن به عنوان یکی از ویژگی‌های پیامبر اکرم(ص)، می‌فرماید: «پیامبر از روی هوای نفس حرف نمی‌زند؛ وَ ما یَنْطِقُ عَنِ الْهَوى»‏(نجم/3). معلوم می‌شود تبعیت از «هوی» مسألۀ مهمی است و پیامبر(ص) اهل آن نیست. این نوعی نگاه مثبت را برای دوری از «هوی» نشان می‌دهد.
* تعابیر دیگری هم در قرآن وجود دارد که کسانی که اهل تبعیت از هوای نفس هستند را به سگ تشبیه می‌کند. مانند این آیه که دربارۀ یکی از علماء بنی‌اسرائیل(بلعم باعورا) است: «و اگر مى‏خواستیم درجات و مقاماتش را به وسیله آن آیات بالا مى‏بردیم، ولى او به امور ناچیز مادى و لذت‏هاىِ زودگذرِ دنیایى تمایل پیدا کرد و از هواى نفسش پیروى نمود، پس مَثَل او مانند سگ است که‏ اگر به او هجوم ببرى، زبانش را بیرون مى‏آورد، و اگر به حال خودش رها کنی، باز هم‏ زبانش را بیرون مى‏آورد و لَه لَه می‌زند.(از شدت هواپرستی، یک حالت عطش نامحدود پیدا کرده که هیچگاه از دنیا سیر نمی‌شود). این داستان گروهى است که آیات ما را تکذیب کردند؛ وَ لَوْ شِئْنا لَرَفَعْناهُ بِها وَ لکِنَّهُ أَخْلَدَ إِلَى الْأَرْضِ وَ اتَّبَعَ هَواهُ فَمَثَلُهُ کَمَثَلِ الْکَلْبِ إِنْ تَحْمِلْ عَلَیْهِ یَلْهَثْ أَوْ تَتْرُکْهُ یَلْهَثْ ذلِکَ مَثَلُ الْقَوْمِ الَّذینَ کَذَّبُوا بِآیاتِنا» (اعراف/176).
* خداوند در آیۀ دیگری می‌فرماید: «ما از بنى‏ اسرائیل بر اطاعت از خدا و پیروى از موسى‏ پیمان گرفتیم و پیامبرانى به سوى ایشان فرستادیم، هرگاه پیامبرى احکام و قوانینى براى آنان مى‏آورد که مطابق هوای نفسشان نبود(دلخواهشان نبود)، برخی از پیامبران را تکذیب می‌کردند و برخی را مى‏کشتند؛ لَقَدْ أَخَذْنا میثاقَ بَنی‏ إِسْرائیلَ وَ أَرْسَلْنا إِلَیْهِمْ رُسُلاً کُلَّما جاءَهُمْ رَسُولٌ بِما لاتَهْوى‏ أَنْفُسُهُمْ فَریقاً کَذَّبُوا وَ فَریقاً یَقْتُلُون»‏(مائده/70)

**قرآن: حق نمی‌تواند از «هوای مردم» تبعیت کند**

* حق نمی‌تواند از هوای مردم تبعیت کند، چون در میان مردم نظراتی هست که منطبق با هوای نفس آنهاست. خداوند می‌فرماید: «اگر حق، از هوای نفس مردم تبعیت کند، آسمان‌ها و زمین و آنچه که در آنها است به فساد و تباهی کشیده می‌شود؛ وَ لَوِ اتَّبَعَ الْحَقُّ أَهْواءَهُمْ لَفَسَدَتِ السَّماواتُ وَ الْأَرْضُ وَ مَنْ فیهِن»‏(مؤمنون/71)
* خداوند در آیۀ دیگری می‌فرماید: «آیا دیدی آن کسی را که هواى نفس خود را خداى خود گرفت و خدا او را با داشتن علم گمراه کرد و بر گوش و قلبش مهر زد و بر چشمش پرده انداخت، دیگر بعد از خدا چه کسى او را هدایت مى‏کند آیا باز هم متذکر نمى‏شوید؟! أَفَرَأَیْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلهَهُ هَواهُ وَ أَضَلَّهُ اللَّهُ عَلى‏ عِلْمٍ وَ خَتَمَ عَلى‏ سَمْعِهِ وَ قَلْبِهِ وَ جَعَلَ عَلى‏ بَصَرِهِ غِشاوَةً فَمَنْ یَهْدیهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَ فَلا تَذَکَّرُون»‏(جاثیه/23)

**در غرب هواپرستی تئوریزه شده است/غربی‌ها «حقوق بشر» را معادل «هوای بشر» قرار داده‌اند**

* این آیات نشان می‌دهد که تبعیت از هوای نفس چه آثار و نتایج سوئی به دنبال دارد و باید به شدت از پیروی نفس پرهیز کرد. ولی متأسفانه در غرب، هواپرستی تئوریزه شده است و هر چه هوای نفس بخواهد، حق را به او می‌دهند. به بیان دیگر غربی‌ها «حق بشر» را معادل «هوای بشر» قرار داده‌اند. این تبعیت از «هوی» در ساختارهای مختلف غرب نفوذ کرده است و قوانین حاکم بر غرب و مرتبط با تفکر غربی، دومینوی فساد را راه می‌اندازد. ممکن است سقوط اولین مهره‌های این دومینو خیلی مهم نباشد، ولی وقتی این دومینو شروع می‌شود، هر مهرۀ خوب و باارزشی که سر راه باشد را هم خواهد انداخت و از بین خواهد برد.
* به عنوان مثال این دومینوی فساد را در مهره‌های اولیه با پیشنهاهایی مانند ایجاد خط تماس مستقیم برای بچه‌هایی که از پدر و مادر خود شکایت دارند، شروع می‌کنند که در ظاهر چیز بدی نیست اما وقتی این دومینو شروع شود، اقتدار مثبت والدین برای تربیت فرزندان، احترام بزرگ‌ترها و ارکان خانواده را تهدید خواهد کرد؛ چنان که برخی از نتایج آن را در غرب مشاهده می‌کنیم. دومینوهایی مانند از بین بردن اقتدار مثبت مرد در خانواده، برابری ارث زن و مرد برخلاف احکام الهی، گرایش به ساختارها و نوع قوانین غربی و.... برخی از این دومینوها هستند.
* دومینوهای فاسدی هم بودند که در اصل از زمان رسول خدا(ص) شروع شدند اما فساد و تباهی خود را در کربلا نشان دادند...

24

**یکی از موضوعات بسیار مهم در راه مبارزه با نفس، محبت است**

* یکی از موضوعات بسیار مهم که در راه مبارزه با نفس قابل توجه می‌شود، محبت است. محبت می‌تواند به دنیا یا به خدا و اهل بیت(ع) تعلق بگیرد. ابتدا رابطه بین مبارزه با هوای نفس و اصل محبت را بیان می‌کنیم و بعد به موضوع محبت اهل بیت(ع) که جدا از پذیرش ولایت و مدیریت آنها است، خواهیم پرداخت.

**مبارزه با نفس یعنی مبارزۀ نفس با نفس/تنها ابزار مبارزه با علاقه‌های بی‌ارزش، علاقه‌های دیگر انسان است**

* **مبارزه با هوای نفس، یعنی مبارزه با بخشی از تمایلات سطحی که در وجود انسان قرار دارد. این مبارزه باید توسط بخش دیگری از تمایلات صورت بگیرد که آن‌ها هم در وجود انسان هستند. پس مبارزه با نفس یعنی مبارزۀ نفس با نفس. یعنی مبارزه با برخی از علاقه‌ها توسط برخی از دیگر علاقه‌ها. این مبارزه در درون نفس آدم است و مدیریتی که بیرون از نفس ما وجود دارد، فقط برنامه می‌دهد.**
* **تنها ابزار مبارزه با نفس و مبارزه با برخی از علاقه‌ها، علاقه‌های دیگر هستند. اگر فقط علاقه‌های سطحی داشته باشیم، مبارزه‌ای نمی‌توان کرد. در واقع به هنگام مبارزه با نفس دو علاقه در مقابل همدیگر قرار می‌گیرند و ما، یکی را ترجیح می‌دهیم. این لحظه، لحظۀ انتخاب است و با انتخاب خوب می‌توان ارزش تولید کرد و ارزش خود را به اثبات رسانید. مبارزه با علاقه‌های بی‌ارزش باید توسط علاقه‌ای با ارزش صورت بگیرد.**

**آیا مبارزه با علاقه‌ها، باعث عقده‌ای شدن نمی‌شود؟/روانشناسان غربی: هر چه دلت خواست انجام بده تا راحت شوی**

* هنگام مبارزه با نفس و کنار گذاشتن یک علاقه، ممکن است این سؤال به ذهن برسد که آیا مبارزه با علاقه‌ها باعث ایجاد مشکلاتی مانند عقده‌ای شدن نمی‌شود؟ به‌ویژه آنکه توصیۀ «کنار گذاشتن برخی از دوست‌داشتنی‌ها» در شرایطی مطرح می‌شود که در برخی از نظریات روان‌شناسی توصیه می‌شود که شما هر چیزی را که دوست دارید، در رفتار خود تجلی بدهید تا راحت بشوید.
* توصیه برخی از روان‌شناسان غرب‌گرا این است که: «اگر چیزی شما را خوشحال کرده بود؛ مثلاً با فوت پدر، ارث زیادی نصیب شما شده بود و خوشحال بودید، دلیلی ندارد در مجلس عزا شرکت کنید و قیافۀ ماتم‌زده‌ها را به خود بگیرید! برعکس، بهتر است شادی خود را بروز بدهید!» این کار در فرهنگ غرب، صداقت نامیده می‌شود و یک کار با ارزش محسوب می‌شود. لذا کارشان به آنجا می‌رسد که به نفع تخلیۀ نفس و دل‌بخواهی‌ها، آن‌قدر این صداقت عمده می‌شود که بی‌حیایی رواج پیدا می‌کند. ولی به خاطر صداقت نمی‌توان ارزش‌های دیگر را ذبح کرد.
* یا مثلاً فردی که در غرب زندگی می‌کند می‌گوید: «من بعد از مدتی زندگی مشترک احساس میل به هم‌جنس خودم پیدا کردم و آن را صادقانه با همسرم در میان گذاشتم، از او طلاق گرفتم و اکنون زندگی خوبی با هم‌‌جنس خودم دارم!» این فرد در فرهنگ غرب نوعی احساس راحتی کاذب از پاسخگویی به هوای نفس خودش دارد، که غیر از سطحی بودن، محدودکنندۀ بسیاری از استعدادهای دیگر او است. باید بدانیم که برخی از احساس نیازها «کاذب» هستند.

**دو شیوۀ مواجهه با نیازهای کاذب/ 1. به آن پاسخ بده تا راحت شوی 2. خواستۀ دیگری را در مقابلش تقویت کن تا از آن خلاص شوی**

* ولی اگر چنین احساسی در جامعه ما برای کسی پیش بیاید، آن فرد با خودش می‌گوید: «نه! زشت است. این چه خواسته‌ای است؟ اصلاً چرا من باید چنین احساسی داشته باشم؟ مدیریت کلانی که در جامعۀ اسلامی وجود دارد، به من گفته است که این کار ممنوع است. امیرالمؤمنین(ع) گفته‌اند: «خدا از چیزی نهی نکرده، مگر اینکه انسان را از آن بی‌نیاز کرده است؛ مَا نَهَى اللَّهُ‏ سُبْحَانَهُ عَنْ شَیْ‏ءٍ إِلَّا وَ أَغْنَى عَنْه‏»(غررالحکم/3786) وقتی این مدیریت عالی گفته است که ممنوع است، بعد پس من بی‌خود می‌کنم که چنین نیازی دارم.»
* این هوس، مانند جامعۀ غربی پشت سر صداقت پنهان نمی‌شود بلکه با کمک حیا، با این هوای نفس مبارزه می‌شود. در غرب گفته می‌شود که نفس خودت را راحت کن و اسم آن را صداقت می‌گذارند. یکی از عوامل رونق پیدا کردن صداقت در غرب، چنین وضعیت‌هایی است، که روان‌شناسان هم به آن توصیه می‌کنند.
* اما روان‌شناسی که بخواهد انسان‌شناسی اسلامی را رعایت کند به چنین فردی می‌گوید: این خواسته تو، کاذب است؛ با آن مقابله کن و رابطه خودت را با خدا تقویت کن تا این احساس تضعیف شود. این دو تفکر و تمدن متفاوت است که اولی توصیه می‌کند به خواسته‌ات پاسخ بده تا راحت شوی، ولی نگاه دوم می‌گوید یک خواسته دیگر را تقویت کن تا از این خواستۀ بد خلاص شوی.

**مبارزه با نفس، آدم را عقده‌ای نمی‌کند؛ چون با پرداختن به یک علاقۀ خوب، با یک علاقه بد مبارزه می‌کنی**

* **آیا پاسخ ندادن به یک خواسته، باعث بروز مشکلاتی مثل عقده‌ای شدن می‌شود و به آدم لطمه می‌زند؟ در غرب می‌گویند چون اذیت می‌شوی با هوای نفس خود مبارزه نکن و راحت باش؛ این مبارزه به تو صدمه می‌زند. ولی ما می‌گوئیم مبارزه با نفس به آدم صدمه نمی‌زند. چون وقتی با یک علاقۀ بد مبارزه می‌کنی، در واقع به وسیله یک علاقه خوب داری با آن مبارزه می‌کنی و اگر این علاقۀ خوب تقویت شود، مبارزه با هوای نفس مساوی با ارضاء نفس(یکی از خوسته‌های نفس) خواهد بود**.
* مثلاً از خدا خوشت آمده و از پاسخ مثبت دادن به خدا لذت می‌بری، یا از اطمینان پیدا کردن به معاد و اینکه آنجا تو را تحویل بگیرند، خوشت آمده است و به نفع اطمینان کردن به خدا و معاد، وقتی یک خواستۀ سطحی و نفسانی را کنار می‌گذاری، در واقع یک دلبخواهی و یک خوشایندی مهمتر را تأمین کرده‌ای، لذا در اثر ارضای این خواستۀ مهمتر و اصیل‌تر، روحت جلا و صفا پیدا می‌کنی و احساس آرامش عمیق‌تری به تو دست می‌دهد.
* علاقۀ تقرب به خدا در شما ریشه‌دارتر و عمیق‌تر است و اگر به خاطر تامین این علاقه، از یک علاقه سطحی‌تر بگذری، عقده‌ای نمی‌شوی. چون به یک گرایش و علاقه عمیق‌تری رسیده‌ای، و دیگر ناراحت نمی‌شوی که آن ناراحتی بخواهد برایت عقده شود.
* در روایت می‌فرماید کسی که از یک حرام چشم بپوشد، خداوند ایمانی به او می‌دهد که شیرینی و حلاوت آن را در قلبش احساس می‌کند (النَّظِرَةُ سَهْمٌ مَسْمُومٌ مِنْ سِهَامِ إِبْلِیسَ، فَمَنْ تَرَکَهَا خَوْفاً مِنَ اللَّهِ أَعْطَاهُ إِیمَاناً یَجِدُ حَلَاوَتَهُ فِی قَلْبِه‏؛ مستدرک الوسایل/14/268). کسی که از حرام چشم می‌پوشد، به یک محبت دیگری جواب داده است. بالاخره آن محبتی که کمک کرد از نگاه بد، چشم‌پوشی کنی وجود دارد یا نه؟! اگر چنین محبتی هست، الان پاسخ داده شده و باید کیِف کرده باشی. شما اگر محبت خودت به خدا و اهل‌بیت(ع) را تقویت کرده باشی، در اثر همین محبت مبارزه با نفس می‌کنی و دچار عقده هم نمی‌شوی چون به یک محبت پاسخ مثبت داده‌ای.

**به اندازه ظرفیتمان، باید پاسخ به محبت‌های کم ارزش را محدود کنیم**

* **مبارزه با هوای نفس یعنی مبارزه با محبت‌های بد و محبت‌های کم و بی‌ارزش. البته نوع برخورد با محبت‌های کم، این‌طور نیست که همه آن‌ها را کنار بگذاریم. شما بخشی از کارهایی که دوست دارید، هر چند کم ارزش هستند را باید انجام دهید ولی محبت‌های کم ارزش را باید محدود کرد.**
* اولیاء خدا محبت‌های کم ارزش را خیلی محدود می‌کردند، ولی ما به اندازه ظرفیتی که داریم باید پاسخ دادن به محبت‌های کم ارزش خود را محدود کنیم. وسیلۀ محدود کردن محبت‌های کم و کنار گذاشتن محبت‌های بد، محبت‌های عمیق‌تر است. باید محبت‌های عمیق‌تر را تقویت کرد و این کار تا حدی امکان دارد.

**افزایش حبّ الله سخت است/ محبت‌های عمیق‌تری که تقویت آن‌ها دشوار نیست**

* افزایش حبّ الله کار آسانی نیست چون تا وقتی ذره‌ای حب دنیا در دل وجود داشته باشد، یک ذره هم حب الله به دل نمی‌آید (کَمَا أَنَّ الشَّمْسَ وَ اللَّیْلَ لَا یَجْتَمِعَانِ کَذَلِکَ حُبُّ اللَّهِ وَ حُبُّ الدُّنْیَا لَا یَجْتَمِعَان‏؛ غررالحکم/2513)‏ بنابراین باید از محبت‌های دیگر استفاده کرد: 1- حبّ بهشت و رضوان الهی آسان‌تر از حب الله است. 2- می‌توان از ترس از جهنم استفاده کرد تا حب الدنیا در دل انسان کم شود. علاقه به نسوختن اگر چه خوف است ولی در آن یک علاقه است، خوف از جهنم که علاقه به نسوختن است، اگر تقویت شود، خودش عاملی برای مبارزه با نفس است. 3- راه دیگر برای تضعیف علاقه‌های بد این است که علاقه به عذاب نشدن در دنیا را وسط بکشیم. برای خودمان یادآوری کنیم که اگر این گناه را انجام دهی در همین دنیا مشکلات جدی و عذاب دنیوی برایت حاصل می‌شود؛ چون بسیاری از گرفتاری‌های ما در دنیا مربوط به گناهان ما است.

**سطوح مختلف علاقه‌‌های خوب/تنها وسیلۀ مبارزه ما علاقه‌های بد، علاقه‌های خوب است/ باید برای تقویت علاقه‌های خوب وقت گذاشت و تمرین کرد**

* **تنها وسیلۀ مبارزه ما علاقه‌های بد، علاقه‌های خوب است. اوج علاقه‌های خوب، «حب الله» است. وسط علاقه‌های خوب حب به بهشت است و پائین‌تر از آن، ترس از جهنم است که البته از شوق به بهشت راحت‌تر حاصل می‌شود. و پائین‌تر از ترس از جهنم، ترس از عذاب‌های دنیوی است. همۀ این علاقه‌ها در انسان هست.** فشار قبر و سختی جان دادن، و حالات مرگ هم بین عذاب‌های دنیوی تا عذاب‌های اخروی قرار دارند که باید روی این علاقه‌ها وقت گذاشت و روایات مربوطه را بررسی کرد. باید حسابی برای افزایش این محبت‌ها وقت گذاشت، تمرین کرد، در مورد آنها فکر کرد و مطالعه کرد و این علاقه‌ها را تقویت کرد. خدا در ماه رمضان تقویت علاقه‌های خوب را تسهیل می‌کند.
* ماه رمضان یک فرصت خیلی عالی برای تقویت علاقه‌های خوب است. هر گناهی که ترک شود، هر خشمی که فرو خورده شود، هر رعایت امر الهی که انجام شود، علاقه‌های خوب را تقویت می‌کند ولی مستقیم هم می‌توانی وقت بگذاری، و علاقه‌های خوب را تقویت کنی. کسی که به محبت‌های خوب می‌پردازد، نفس او جلا و نشاط پیدا می‌کند. نفس مطمئنه و راضیۀ او جلا پیدا می‌کند.

**در بین علاقه‌های خوب، علاقه‌ای که سریع‌تر انسان را جلو می‌برد، علاقه به اهل‌بیت(ع) است/ محبت اهل بیت(ع) «قدرت مبارزه با نفس» را افزایش می‌دهد**

* محبت اهل‌بیت(ع)، محبت‌های کم را از بین می‌برد. اگر به هوای نفس گوش کنید، نامتعادل می‌شوید، حکمت از شما گرفته می‌شود، قدرت تولید فهم و معرفت انسان از بین می‌‌رود. ولی اگر کسی محبت‌های خوب خودش را تقویت کند، تعادل پیدا می‌کند.
* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «یاد ما اهل‌بیت(ع) موجب شفاى از پلیدى و بیماری‌ها و وسوسه گناه است، و محبت ما رضاى پروردگار است؛ ذِکْرُنَا أَهْلَ الْبَیْتِ شِفَاءٌ مِنَ‏ الْوَغَلِ‏ وَ الْأَسْقَامِ‏ وَ وَسْوَاس‏ الرَّیْبِ وَ حُبُّنَا رِضَا الرَّب»(تحف العقول‏/114)
* رسول خدا (ص) فرمود: هر کس را که خداوند دوستى پیشوایان از خاندان مرا نصیبش فرمود در حقیقت به خیر دنیا و آخرت رسیده است، پس تردیدى نداشته باشد که او در بهشت است؛ زیرا در دوستى خاندان من بیست خصلت وجود دارد که ده مورد از آنها در دنیا و ده مورد از آنها در آخرت است. اما خصلت‏هائى که در دنیا است، زهد و حرص به عمل و پاکدامنى در دین و میل به پرستش خدا و توبه پیش از مرگ و شادمانى در شب‌زنده‌دارى و ناامیدى از آنچه در دست مردم است و نگهدارى احترام امر و نهى خداوند، نهم کینه دنیا، دهم سخاوت. و اما آنچه در آخرت است: دفتر حسابى براى او باز نشود و میزانى براى او بر پا نگردد و نامه او به دست راستش داده شود و فرمان بیزارى از آتش براى او نوشته شود و رویش سفید گردد و از جامه‏ هاى بهشتى بر او پوشانیده شود و در باره صد نفر از خانواده خویش شفاعتش پذیرفته گردد و خداى عز و جل با نظر رحمت به او نظر فرماید و از تاج‏هاى بهشتى بر سرش گذاشته شود و دهم آنکه بدون حساب‏ در بهشت درآید. پس خوشا به حال دوستان خاندان من؛ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص مَنْ رَزَقَهُ اللَّهُ حُبَّ الْأَئِمَّةِ مِنْ أَهْلِ بَیْتِی فَقَدْ أَصَابَ خَیْرَ الدُّنْیَا وَ الْآخِرَةِ فَلَا یَشُکَّنَّ أَحَدٌ أَنَّهُ فِی الْجَنَّةِ فَإِنَّ فِی حُبِّ أَهْلِ بَیْتِی عشرون خَصْلَةً عَشْرٌ مِنْهَا فِی الدُّنْیَا وَ عَشْرٌ مِنْهَا فِی الْآخِرَةِ أَمَّا الَّتِی فِی الدُّنْیَا فَالزُّهْدُ وَ الْحِرْصُ عَلَى الْعَمَلِ وَ الْوَرَعُ فِی الدِّینِ وَ الرَّغْبَةُ فِی الْعِبَادَةِ وَ التَّوْبَةُ قَبْلَ الْمَوْتِ ... وَ الْعَاشِرَةُ یَدْخُلُ الْجَنَّةَ بِغَیْرِ حِسَابٍ فَطُوبَى لِمُحِبِّی أَهْلِ بَیْتِی»‏(الخصال/2/515).
* هر قدر مبارزه با هوای نفس بهتر انجام شود، محبت اهل بیت(ع) هم بیشتر می‌شود و هر قدر محبت اهل بیت(ع) را افزایش دهی، قدرت مبارزه با هوای نفس افزایش پیدا می‌کند. فقط کاری نکنیم که روز قیامت شرمنده اباعبدالله الحسین(ع) بشویم که خدا بفرماید آیا حسین(ع) من آن‌قدر نمی‌ارزید که بیش از این او را دوست داشته باشی؟ چرا اجازه ندادی دلت را کامل ببرد؟! ...

25

**هدف مهم مبارزه با هوای نفس، ذلیل کردن نفس در مقابل پروردگار عالم است/ «فناء فی الله» یعنی نهایتِ ذلت در مقابل خدا/ فلسفۀ همه رنج‌ها در مسیر مبارزه با نفس، تذلل نفس در برابر خداست**

* در جلسه گذشته به بحث رابطه محبت با مبارزه با هوای نفس رسیدیم. یکی از اهداف مهم ما در مبارزه با هوای نفس، ذلیل کردن نفس در مقابل پروردگار عالم است. ذلیل شدن در مقابل خدا، به این معنا است که در مقابل کس دیگری کرنش نخواهد کرد. ذلیل شدن در مقابل خدا، تنها راه عزیز بودن در مقابل غیرخدا است.
* ما در هر رکعت نماز، دو مرتبه سجده می‌کنیم و با تمام وجود خم می‌شویم و صورت را روی زمین می‌گذاریم. چنین عبادتی را امروزه در سایر ادیان نمی‌بینیم. ما رسماً سجده می‌کنیم و به آن افتخار می‌کنیم، در حالیکه سجده هیأت بدن آدم را در وضعیت خوبی قرار نمی‌دهد ولی چون این اظهار ذلت در مقابل خدا است ما با افتخار آن را انجام می‌دهیم. ذلت مقابل خدا، مهم است و باید بدان پرداخت.
* «الله اکبر» که در ابتدای نماز است و مهمترین جایی است که باید حضور قلب در آن داشته باشی، باز هم صحبت از کبریایی خدا است و اشاره به ذلتی دارد که ما در مقابل خدا داریم. این مطلب را خیلی باید با خود تمرین کنیم که من باید پیش خدا ذلیل شوم. عرفا از این مطلب با عبارت «فناء فی الله» یاد می‌کنند. فناء فی الله یعنی نهایتِ ذلت و فروتنی در مقابل پروردگار عالم.
* زشتی کلمه تکبر در مورد خدا وجود ندارد و خداوند رسماً خودش را متکبر معرفی می‌کند. خداوند با ما رابطه کبریایی دارد و ما رابطه ذلیلانه با خدا داریم. اولین بیماری‌ای که ما باید در خودمان از بین ببریم، تکبّر است و فلسفۀ همه رنج‌ها و اذیت‌هایی که در مسیر مبارزه با نفس تحمل می‌کنیم، تذلل نهایی نفس است.

**اغلب کسانی که متکبر هستند، باور نمی‌کنند که متکبر هستند / تکبر، روزانه رشد می‌کند و به راحتی نمی‌توان آن را از بین برد**

* مبارزه با تکبر بسیار مهم است، چون ابلیس هم فقط یک‌بار به خدا گفت: نه! خدا در موردش فرمود: او تکبر کرده و جزء کافران است «وَ إِذْ قُلْنا لِلْمَلائِکَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا إِلاَّ إِبْلیسَ أَبى‏ وَ اسْتَکْبَرَ وَ کانَ مِنَ الْکافِرینَ»(بقره/34). همچنین قرآن در مورد کسی که دعا نمی‌کند، می‌فرماید تکبر کرده است: «وَ قالَ رَبُّکُمُ ادْعُونی‏ أَسْتَجِبْ لَکُمْ إِنَّ الَّذینَ یَسْتَکْبِرُونَ عَنْ عِبادَتی‏ سَیَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ داخِرینَ»(غافر/60) (امام سجاد(ع) در شرح این آیه می‌فرماید: فَسَمَّیْتَ دُعَاءَکَ عِبَادَةً، وَ تَرْکَهُ اسْتِکْبَارا؛ دعای 45صحیفه سجادیه) علی‌رغم این تکبری که مورد تصریح قرآن است، اغلب کسانی که متکبر هستند، باور نمی‌کنند که متکبر هستند. به علاوه تکبر، روزانه رشد می‌کند و به راحتی نمی‌توان آن را از بین برد.

**نماز، مهمترین برنامۀ تربیتی برای از بین بردن تکبر در مقابل خدا است/ با گفتن «خدایا دوستت دارم» نمی‌توان تکبر را از بین برد**

* مهمترین برنامه تربیتی برای اینکه انسان تکبری در مقابل خدا نداشته باشد نماز است و مهمترین ذکر نماز، الله اکبر است. با یادآوریِ کبریایی خدا باید با تکبر خودت مبارزه کنی و الا با قربان صدقه رفتن برای خدا و گفتنِ اینکه «خدایا من دوستت دارم و ...» نمی‌توان تکبر را از بین برد. یک متکبر باید تکبر ما را از بین ببرد و با تکبر خدا است که تکبر ما از بین می‌رود.

**مهمترین آرزوی فطری انسان بزرگ شدن است/ راه درست بزرگ شدن، اتصال به بزرگ است نه تکبر/ اگر انسان خودش را در نهایت کوچکی ببیند، به بزرگ متصل می‌شود**

* مهمترین آرزوی فطری انسان بزرگ شدن است و خدا این علاقه به بزرگ شدن را در وجود انسان‌ها قرار داده است. به حدی که تکبر در مواردی مانند حب مقام ظهور پیدا می‌کند و عده‌ای دنیا و آخرت خود را برای آن می‌گذارند. حب مقام یک جلوه تکبر است ولی آخرین صفتی است که از قلوب صدیقین خارج می‌شود. **درست است که تکبر بد است ولی یک ریشۀ فطری دارد که منحرف شده است. فطرت الهی ما می‌گوید: «ما می‌خواهیم بزرگ شویم»، ولی اگر عجله کنیم و مسیر غلطی را برای بزرگ شدن انتخاب کنیم، اسم ما متکبر خواهد بود.**
* راه درست برای بزرگ شدن، متصل شدن به بزرگ است؛ به خدای بزرگ. علاقه به کبریایی که در وجود انسان هست، اگر بد و غلط ارضاء شود، تکبر حاصل می‌شود و اگر درست ارضاء شود، «متصل شدن به بزرگ» حاصل می‌شود. اگر انسان خودش را در نهایت کوچکی ببیند، به بزرگ متصل می‌شود. ولی به این راحتی‌ها نیست، خیلی سجده می‌خواهد، خیلی تذلل می‌خواهد.

**پنج قدم برای توجه و تذلل در نماز**

* به این ظاهر و هیأت خودت در نماز توجه کن، جسم تو در نماز در چه شرایطی قرار می‌گیرد؟ این خاکساری را ببین! سجده، نوعی ادب است پس آن را درست اجرا کن. در نماز برای اینکه توجه پیدا کنی، قدم اول: توجه به رفتار است، قدم دوم: توجه به گفتار است، قدم سوم: تفکر در گفتار و قدم چهارم: عواطف و محبتی است که به‌طور کلی در اذکار نماز هست، قدم پنجم: عواطف و محبتی است که بطور جزئی در هر ذکری از اذکار نماز هست. این توجه در نماز ما را به این جلب می‌کند که در مقابل خدا ذلیل شویم. انسان‌ها که آرزوی بزرگ شدن دارند، راهشان همین است.
* خدا، کبریایی دارد و این کبریایی در قرآن ترسیم شده است. خدا از خودش بسیار تعریف می‌کند و کسی که تکبر داشته باشد، از این کار خدا بدش می‌آید. عده‌ای هستند که از صحبت در مورد تکبر خدا خوششان نمی‌آید، ولی تکبر خدا را نباید در مقابل رحمت خدا دانست، بلکه غضب خدا است که در مقابل رحمت قرار دارد. در مقابل صفت تکبر، صفت دیگری در خداوند متعال وجود ندارد. نمی‌توان گفت خدا هم متکبر است و هم متواضع. خدا اصلاً متواضع نیست و از کبریایی خودش کوتاه نمی‌آید.

**لحظه‌ای نیست که ما از تکبر جدا باشیم/تکبرِ ما همه‌روزه است و با نمازِ روزانه باید آن را به تذلل تبدیل کرد/ تکبر، مادر همۀ رذائل**

* ما می‌خواهیم به ملاقات خدا برویم ولی به ملاقات خدایی بزرگ و متکبر. نماز، هم تمرین و هم تمنای لقاءالله است. ارزشمندترین فعل نماز و اوج نماز، سجده است. مهترین جای توجه در نماز، «الله اکبر» اول نماز است. رابطه ما و خدا تذلل و تکبر در مقابل همدیگر است. تکبر در وجود ما، همه‌روزه است و باید با نمازِ روزانه آن را تبدیل به تذلل کنیم. بسیاری از بیماری‌های روحی ما مانند حسادت، بخل، طمع و .....گاهی هست و گاهی نیست؛ ولی تکبر مشکل همیشگی ما است.
* **محوری‌ترین درخواست همه ما آدم‌ها، بزرگ‌شدن است ولی آن را نمی‌بینیم، مانند ماهی‌ای که می‌پرسید آب کجاست؟ لحظه‌ای نیست که ما از تکبر جدا باشیم. و آن را نخواهیم و در حسرت آن نباشیم. تکبر، مادر همۀ رذائل است. درجه ذلت ما نزد خدا یکسان نیست ولی خوش به حال کسی که در جمع ما ذلیل‌ترین فرد در خانه خدا باشد.**

**باید ذلت پیدا کنیم تا با پروردگار عالم تناسب پیدا کنیم / چگونه می‌شود از «محبت» به «ذلت» رسید؟/ اگر محبت عمیق شود، عاشق ذلیل معشوق می‌شود**

* چطور در مسیر مبارزه با هوای نفس، از محبت به ذلت رسیدیم؟ هدف مبارزه با هوای نفس، لقاءالله است. **جلوۀ کبریایی «الله» (جل جلاله) به همه جلوات مقدم است و ما باید ذلت پیدا کنیم تا با پروردگار عالم تناسب پیدا کنیم؛ باید بی«من» بشویم که همان فناء فی الله است. مهمترین درخواست انسان هم بزرگ شدن است که البته بدون سر و صدا و خاموش است، و تکبر، مرگ بی صدا است. ما آرزو داریم بزرگ شویم و البته نباید بی‌جا بزرگ شویم و توهم بزرگ داشتن داشته باشیم، یا از راه نامشروع به بزرگ شدن برسیم. این علاقه به بزرگ شدن در وجود ما هست برای اینکه فقط خدا را دوست داشته باشیم.**
* **یکی از چیزهایی که ذلت عمیق می‌آورد، محبت است. اگر محبت عمیق شود، عاشق ذلیل معشوق می‌شود. آن محبتی که تو را ذلیل معشوق نمی‌کند، محبت عمیقی نیست، تقلبی است. محبت، عاشق را ذلیل می‌کند تا منت بکشد. محبت، عاشق را آن‌قدر خوار و خفیف می‌کند که اگرچه لیلی، ظرف او را شکسته و در مقابل جمع او را سرافکنده و ذلیل کرده است می‌گوید: «اگر با دیگرانش بود میلی/ چرا ظرف مرا بشکست لیلی؟!»**
* وقتی حرم امیرالمؤمنین(ع) رفتی، روح و قلب خودت را در مقابل ایشان تذلل بده. این است که باعث می‌شد حضرت امام(ره) هر روز کنار ضریح امیرالمؤمنین(ع) زیارت جامعه بخواند. ببینید چقدر امام(ره) تذلل خودشان را در مقابل اهل‌بیت(ع) ابراز می‌کردند.

**راه میان‌بُر مبارزه با نفس، کمک گرفتن از محبت اهل بیت(ع) است/ محبت به اولیاء خدا نفس را در مقابل خدا ذلیل می‌کند**

* عشق؛ آدم را ذلیل می‌کند. اگر کسی هر چه تلاش می‌کند، نمی‌تواند به‌خوبی با هوای نفس مبارزه کند، باید بداند که راه میان بُر هم وجود دارد. از محبت اهل بیت(ع) باید کمک گرفت. **اثر محبت به اولیاء خدا که راحت‌تر از سایر محبت‌ها است، این است که نفس را در مقابل خدا ذلیل می‌کند. چون ما علی‌بن‌ابیطالب(ع) را به خاطر خدا دوست داریم و وقتی کسی را به خاطر خدا دوست داریم، مانند این است که خود خدا را دوست داریم (مَنْ أَحَبَّنَا فَقَدْ أَحَبَّ اللَّهَ؛ امالی صدوق/476) چون ولّی خدا است، او را دوست داریم. وقتی محبت به اهل‌بیت(ع) تو را ذلیل خدا کند، مبارزه با هوای نفس مثل آب خوردن، راحت می‌شود.**

**تفسیر اهدنا الصراط المستقیم از زبان امام صادق(ع)/ راه مستقیم، راه محبت و راه اهلبیت است که ما را از تبعیت هوای نفس بازمی‌دارد/ تواضع به اولیاء خدا در سورۀ حمد**

* پیامبر اکرم(ص) فرمودند: «بنده‏اى مؤمن نیست جز آنکه مرا بیش از خود دوست دارد و خاندان مرا بیش از خاندان خودش دوست دارد و ذات مرا بیش از ذاتش دوست دارد؛ لَا یُؤْمِنُ عَبْدٌ حَتَّى أَکُونَ أَحَبَّ إِلَیْهِ مِنْ نَفْسِهِ وَ أَهْلِی أَحَبَّ إِلَیْهِ مِنْ أَهْلِهِ وَ عِتْرَتِی أَحَبَّ إِلَیْهِ مِنْ عِتْرَتِهِ وَ ذَاتِی أَحَبَّ إِلَیْهِ مِنْ ذَاتِه‏»(امالی صدوق/335).
* امام جعفر صادق(ع) در تفسیر اهْدِنَا الصِّراطَ الْمُسْتَقِیمَ، فرمود: «خدایا! ما را به راه راست هدایت فرما، و راهنمائیمان کن که **راهى را برگزینیم که ما را به محبّت تو برساند، و ما را از پیروى هواى نفس خود باز دارد**، تا پوچ و تباه نگردیم، راهى که مانع گردد تا بر طبق خواسته خود عمل کنیم و در گرداب نیستى دچار گردیم؛ أَرْشِدْنَا إِلَى الصِّرَاطِ الْمُسْتَقِیمِ أَرْشِدْنَا لِلُزُومِ الطَّرِیقِ الْمُؤَدِّی إِلَى مَحَبَّتِکَ وَ الْمُبَلِّغِ إِلَى دِینِکَ وَ الْمَانِعِ مِنْ أَنْ نَتَّبِعَ أَهْوَاءَنَا فَنَعْطَبَ أَوْ نَأْخُذَ بِآرَائِنَا فَنَهْلِک»(معانی الاخبار شیخ صدوق/33).
* در جای دیگر امام صادق(ع) فرمودند: «راه مستقیم، امیرالمؤمنین علی(ع) است؛ الصِّرَاطُ الْمُسْتَقِیمُ هُوَ أَمِیرُ الْمُؤْمِنِینَ(ع)‏»(تفسیر صافی/4/384 و تأویل الآیات الظاهرة فی فضائل العترة الطاهرة/31).
* در سوره حمد بعد از تقاضای «ما را به صراط مستقیم راهنمایی کن»، خداوند به اولیاء خودش اشاره می‌کند تا ببیند حال تو چگونه است؟ وقتی این آیه را می‌خوانی: «صِرَاطَ الَّذِینَ أَنْعَمْتَ عَلَیْهِم»(حمد/6) و می‌گویی «خدایا ما را به راه کسانیکه به آن‌ها نعمت داده‌ای هدایت کن» باید نسبت به کسانی که خدا به آنها نعمت داده، کسانی که هیچگاه گمراه نمی‌شوند و هیچگاه خدا بر آنان غضب نمی‌کند، یعنی اهل‌بیت(ع)، تواضع داشته باشی.
* **عده‌ای هستند که از اینکه خدا به کسان دیگری نعمت داده است، ناراحت می‌شوند و می‌پرسند: پس ما چی؟! خُب چرا به ما نعمت ندادی؟! ولی در این آیه قرآن تقاضا می‌کنیم که خدایا ما را هم به راه کسانی که به آن‌ها نعمت داده‌ای ببر، نه اینکه نعمت آن‌ها را به ما هم بده. کسانی که اینطوری دعا می‌کنند، یعنی تواضع به ولی خدا دارند. وقتی سوره حمد را می‌خوانید به اولیاء خدا تواضع می‌کنید. خداوند به راه اولیاء خودش اشاره می‌کند و به هیچکدام از دیگر صراط‌ها (صراط تقوی، صراط فضایل اخلاقی، صراط همه خوبی‌ها، صراطی که بهشت می‌دهند و ...) اشاره نمی‌کند، بلکه می‌گوید ابتدا از کنار ولّی من عبور کن ببینم وضع و حال تو نسبت به برتری ولیّ من چگونه است؟**

26

**رابطۀ محبت و مبارزه با نفس از دریچۀ اخلاص/ عمل بدون اخلاص، ذاتاً نمی‌تواند کسی را مقرب کند**

* بحث رابطۀ محبت و مبارزه با هوای نفس هنوز کامل نشده و نیاز به تأمل بیشتری دارد. در جلسه قبل از باب ذلت نفس در مقابل کبریایی خدا وارد بحث محبت شدیم، و در این جلسه از باب مفهوم دیگری به نام «اخلاص»، وارد بحث محبت می‌شویم، تا مسیر اصلی بحث را بهتر ببینیم.
* اخلاص یکی از مفاهیم برجستۀ دینی است. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «اخلاص غایت دین است؛ الْإِخْلَاصُ غَایَةُ الدِّین»‏(عیون الحکم/ص20)، یعنی در نهایت می‌خواهیم به این نقطه برسیم. اخلاص نه تنها غایت دین است بلکه از همان ابتدای حرکت مورد نیاز است چون خداوند هیچ عمل غیرمخلصانه‌ای را نمی‌پذیرد.
* اینکه خداوند عمل بدون اخلاص را نمی‌پذیرد، چه معنایی دارد؟ آیا معنایش این است که عمل شما واقعاً عمل است ولی خداوند آن را نمی‌پذیرد و خوشش نمی‌آید؟ یا معنای آن این است که عمل بدون اخلاص، اصلاً عمل نیست که بخواهد شما را به سمت خدا حرکت دهد. نپذیرفتن عمل، بر اساس تعارف و سلیقه که نیست. عمل بدون اخلاص ذاتاً نمی‌تواند کسی را مقرب کند. این عمل مخلصانه است که اثر وضعی در عالم دارد و می‌تواند مکان شما را در عالم تغییر دهد و شما را بالاتر ببرد. در مسیر مبارزه بانفس قرار بود نفس را ذلیل و کوچک کنیم نه اینکه به نفع نفس کارهای خوبی انجام دهیم. اینکه عمل غیر مخلصانه پذیرفته نمی‌شود، دلیلش این است که ذاتاً قابل پذیرش نیست و بدون اخلاص در واقع هیچ اتفاقی نیافتاده است.
* ماهیت حرکت تعالی بخش انسان از ابتدا تا انتها این است که خلاف نفس خود عمل کند، نفسی که همه چیز را مال خود می‌کند. نفس حتی کارهای خوب مانند نماز اول وقت را هم مال خود کرده و به نفع خود مصادره می‌کند. اینجا است که خدا گاهی اوقات شما را با کار مهمتری از نماز، امتحان می‌کند که ببیند آیا باز هم به دنبال نماز اول وقت می‌روی یا به دنبال کاری که ضروری‌تر است و بر نماز اول وقت اولویت دارد، می‌روی؟

**عملی مخلصانه‌تر است که علیه خودت باشد، نه به نفع خودت**

* چه عملی مخلصانه‌تر است؟ عملی که علیه خودت باشد، نه به نفع خودت. یعنی عمل باید طوری باشد که تذلل در مقابل خدا را تشدید کند. شرط عمل مخلصانه این است که برای کسب وجاهت و محبوبیت نزد مردم نباشد، چون چنین عملی به عمل برای خود و به نفع خود منجر می‌شود. وقتی که گفته می‌شود اخلاص این است که عمل تو برای دیده شدن توسط مردم نباشد، یعنی برای خودت نباشد. عدم اخلاص، کشاندن به طرف خود است و اخلاص برای خدا کار کردن است.

**دو مدل زندگی: 1. علاقه به تصاحب کردن برای خود 2. علاقه به تصاحب شدن توسط «او»**

* **ما دو نوع زندگی داریم. به بیان دیگر دو نوع نگاه و درک از حیات وجود دارد که کاملاً مجزا از یکدیگرند و در همه زندگی جاری است. در نگاه اول انسان همه چیز را به سمت خودش می‌کشد. اگر علاقه‌ای هست، محور همه آنها خودش است. معیار اینکه از چه کسی خوشتش می‌آید، این است که چه کسی به نفع او بوده است. در این نگاه به زندگی، خودت محور هستی و تلاش می‌کنی همه چیز را برای خودت تصاحب کنی. این نگاه، نگاهی برخلاف اخلاص است.**
* **اما در نگاه دوم، علت همه محبت‌ها و تلاش‌ها، تصاحب کردن نیست، بلکه تصاحب شدن است. دوست داری به سمت «او» کشیده شوی، نه اینکه همه چیز را به سمت خودت بکشی. این‌ دو مدل نگاه در مقابل یکدیگر قرار دارند. بعضی‌ها هیچگاه به بلوغ کافی برای درک زندگی نوع دوم نمی‌رسند.**
* **در مدل اول زندگی، شما فقط به این فکر می‌کنی که چه چیزی را دوست داری؟ چه چیزی را می‌خواهی؟ ولی در مدل دوم زندگی مدام می‌پرسی «او» چه چیزی را دوست دارد؟ او از چه چیزی خوشش می‌آید؟ این‌ها دو نگاه و دو نوع حس و دو نوع محبت هستند که یکی تلاش می‌کند همه چیز را به سمت «من» بکشد و دیگری فقط به دنبال «او» است.**

**محبت خودخواهانه به دنبال تصاحب و فداکردن محبوب برای محب است، اما محبت غیرخودخواهانه در پی فدا کردن محب برای محبوب است / در نگاه غرب، عشق تصاحب‌کننده ترویج می‌شود/فیلم‌های عشقی غربی، خودخواهی را افزایش می‌دهند نه محبت را**

* ارتباط محبت با اخلاص هم اینجا مشخص می‌شود که محبت شدیدی که آدم را ذلیل معشوق می‌کند؛ محبتی است که در آن دوست داری تصاحب بشوی، نه اینکه تصاحب بکنی. آن «اشد حباً» که در قرآن فرمود «وَ الَّذِینَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ»(بقره/160)، هم از همین جنس است.
* **اگر مردم زشتی محبت در مدل اول را به درستی درک می‌کردند دیگر کسی علاقه‌ای به دیدن فیلم‌های عشقی امروزی نداشت و این نگاه که تلاش می‌کند دیگری را به تصاحب خود درآورد را مشمئزکننده می‌دید. در نگاه غرب، عشقی ترویج می‌شود که عاشق تلاش می‌کند همه چیز را به نفع خودش مصادره کند و این نگاه، خودخواهی‌های عمیقی را به میان خانواده‌ها آورده است، نه محبت را.** ولی توصیه دین این است که کسی که خانواده تشکیل می‌دهد، به میل خانواده رفتار کند و فقط به دنبال نفع و ضرر خودش نباشد. (مثلا: مؤمن به اشتهاى خانواده خود غذا مى خورد و منافق خانواده اش به اشتهاى او غذا مى خورند؛ الْمُؤْمِنُ یَأْکُلُ بِشَهْوَةِ عِیَالِهِ، وَ الْمُنَافِقُ یَأْکُلُ أَهْلُهُ بِشَهْوَتِه؛ وسائل الشیعه/21/542)‏ غرب از راه‌های مختلف تلاش می‌کند زن و مرد به موجودات خودخواهی تبدیل شوند که در اثر محبت به خویشتن، همه چیز را به سمت خویش بکشد.
* تلاش برای اینکه فقط به دنبال خودت و تصاحب کردن منافع نباشی، تمرین اخلاص است. محبت منهای تصاحب کردن است که ارزش دارد ولی امروزه خیلی کم فهمیده می‌شود.

**راز حسادت به ولیّ خدا/کسی که به دنبال تصاحب کردن است، وقتی توجه ویژه خدا به بنده‌ای دیگر را می‌بیند، به او حسادت می‌کند**

* محبت کردن براساس تصاحب شدن چه فرقی با محبت براساس تصاحب کردن دارد؟ شرح حال کسی که براساس تصاحب شدن محبت می‌کند این است که می‌گوید: «گر از درت برانی، ور نزد خود بخوانی، رو کن به هرکه خواهی، گل پشت و رو ندارد».
* اما در عشق‌های زمینی این حرف معنی ندارد که معشوق برای دیگران باشد. چون عاشق فقط به دنبال تصاحب کردن است. ولی در عشق به خدا و اهل بیت(ع) این‌طور نیست و اتفاقاً راز حسادت به ولی خدا در اینجا معلوم می‌شود. کسی که با ادعای محبت به خدا به دنبال تصاحب کردن بوده است و اخلاص نداشته؛ هنگامی که می‌بیند خدا کس دیگری را مورد محبت و لطف قرار داده، ناراحت می‌شود و می‌گوید من آمده‌ام و تو را عبادت کرده‌ام، آن‌وقت تو به کس دیگری محبت می‌کنی؟! پس من هم به او حسادت می‌کنم.
* این برخوردهای از روی حسادت با حضرت علی(ع) بسیار زیاد بوده است. چون کسانی که اندک خدمتی به اسلام و پیامبر اکرم(ص) کرده بودند، توقع داشتند رسول خدا(ص) را در باند و جریان خودشان تصاحب کنند. ولی وقتی محبت‌های ویژه پیامبر(ص) به حضرت علی(ع) را می‌دیدند، کُفرشان درمی‌آمد و به علی(ع) حسادت می‌کردند. در حالی که اگر محبت این دسته برای تصاحب شدن بود، نه برای تصاحب کردن، باید به پیامبر(ص) می‌گفتند: «رو کن به هرکه خواهی، گل پشت و رو ندارد».

**روزه چه تأثیری روی اخلاص دارد؟/ در روزه از تلاش برای تصاحب کردن دست برمی‌داری**

* حضرت زهرا(س) می‌فرماید: «خداوند روزه را برای تثبیت اخلاص قرار داد؛ فَجَعَلَ اللَّهُ...الصِّیَامَ تَثْبِیتاً لِلْإِخْلَاصِ»(احتجاج/1/99) طبق فرمایش حضرت ثمرۀ روزه کسب اخلاص است. اما باید دید که روزه چه ارتباطی با اخلاص دارد و چه تأثیری روی اخلاص دارد؟
* وقتی روزه می‌گیری و از خوردن و آشامیدن پرهیز می‌کنی، امکان اخلاص پیدا می‌کنی. روزه ترک طبیعی‌ترین چیزهایی است که نفس دوست دارد. در روزه از تلاش برای تصاحب کردن دست برمی‌داری. کسب اخلاص هم چیزی از جنس تصاحب شدن است، نه تصاحب کردن. البته کسب اخلاص کار سختی است.

**دو روایت در باب محبت**

* امام محمد باقر(ع) می‌فرمایند: «اگر خواستی ببینی که در تو خیری هست، به قلبت نگاه کن. اگر اهل طاعت خدا را دوست داشتی و از اهل معصیت خدا بدت می‌آمد، پس در تو خیری هست. و اگر از اهل طاعت خدا بدت می‌آمد، و اهل معصیت را دوست داشتی در تو خیری نیست و خدا هم از تو خوشش نمی‌آید و انسان با همان چیزی است که دوستش دارد؛ إِذَا أَرَدْتَ أَنْ تَعْلَمَ أَنَّ فِیکَ خَیْراً فَانْظُرْ إِلَى قَلْبِکَ فَإِنْ کَانَ یُحِبُّ أَهْلَ طَاعَةِ اللَّهِ وَ یُبْغِضُ أَهْلَ مَعْصِیَتِهِ فَفِیکَ خَیْرٌ وَ اللَّهُ یُحِبُّکَ وَ إِنْ کَانَ یُبْغِضُ أَهْلَ طَاعَةِ اللَّهِ وَ یُحِبُّ أَهْلَ مَعْصِیَتِهِ فَلَیْسَ فِیکَ خَیْرٌ وَ اللَّهُ یُبْغِضُکَ وَ الْمَرْءُ مَعَ مَنْ أَحَب‏ّّ»(کافی/2/127).‏
* امام صادق(ع) می‌فرمایند: «هر کس که به خاطر خدا دوست داشته باشد و به خاطر خدا دشمنی کند و به خاطر خدا عطا کند از کسانی است که ایمانش کامل شده است؛ مَنْ أَحَبَّ لِلَّهِ وَ أَبْغَضَ لِلَّهِ وَ أَعْطى‏ لِلَّهِ، فَهُوَ مِمَّنْ کَمَلَ إِیمَانُه»(کافی/‏2/124)

**لحظه‌ای که به سهولت می‌توان اخلاص را تجربه کرد در محبت اهل‌بیت(ع) است**

* اهل‌بیت(ع) در این شرایط یک فرصت استثنایی هستند که حتی آدم‌های خودخواه هم می‌توانند اهل‌بیت(ع) را دوست داشته باشند. دلیلش هم این است که محبت به ائمه(ع) آدم را می‌سوزاند و در اوج محبت است که دیگر خودت نیستی و فقط او هست. آن لحظه‌ای که به سهولت می‌توان اخلاص را تجربه کرد در محبت اهل‌بیت(ع) است. این مطلب را در روضه‌ها و مظلومیت‌های اهل‌بیت(ع) می‌توانی تجربه کنی که دیگر برای خودت نیستی و برای دیگری می‌سوزی. اگر در این حال به تو بگویند که این عزاداری، پاداش و اجر هم دارد، می‌گویی: من به دنبال پاداش نیستم. من نیامده‌ام چیزی را تصاحب کنم. من می‌خواهم برای او باشم، برای حسین(ع) و بچه‌های حسین(ع)...

27

**داروهای روحی برخلاف داروهای جسمی، برای اثرگذاری به «معرفت» و «نیّت مخلصانه» نیاز دارند/ باید بدانیم که قرار است نماز در ما «تذلّل» ایجاد کند و تکبرمان را تضعیف کند**

* برای اینکه دارو بر جسم انسان اثرگذار باشد، نیازی به «معرفت» و «نیّت» ندارد؛ یعنی اولاً نیازی نیست بدانیم یک قرص در سیستم بدن ما چه کاری انجام می‌دهد و ثانیاً لازم نیست قرص را به نیّت خوب شدن گلودرد مصرف کنیم. زیرا در هر صورت قرص یا دارو اثر خودش را بر جسم انسان خواهد داشت؛ چه معرفت و نیّت داشته باشیم و چه نداشته باشیم.
* اما داروهایی که برای روح انسان هستند، برخلاف داروهای جسمی، برای اثرگذاری، هم به «معرفت» و هم به «نیّت مخلصانه» فوق‌العاده نیازمند هستند.
* به عنوان مثال نماز برای درمان بسیاری از بیماری‌های ما بلکه برای همۀ فحشاء و منکرها درمان و پیشگیری محسوب می‌شود (إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهى‏ عَنِ الْفَحْشاءِ وَ الْمُنْکَرِ؛ عنکبوت/45) اما نماز با این عظمت، اگر بخواهد بر روح ما اثر بگذارد، هم نیاز به معرفت ما دارد و هم نیاز به نیّت مخلصانۀ ما دارد.
* اگر ما به طور دقیق بدانیم و معرفت داشته باشیم که نماز چه اثری بر روح ما دارد، و نیّت ما هم در جهت همین اثرگذاری باشد، در این صورت است که نماز ما واقعاً مؤثرتر خواهد بود. یعنی به طور مشخص باید بدانیم که نماز دارد در ما «تذلل» و فروتنی ایجاد می‌کند و انانیّت و تکبّر ما را تضعیف می‌کند، و بعد هم موقع نماز خواندن نیّت کنیم که «خدایا! من می‌خواهم با این نماز، فروتنی و تواضعم افزایش پیدا کند و تکبّرم ضعیف شود». اگر این معرفت و نیّت را در نمازهای خود داشته باشیم، تقرّب به خدا تحقق پیدا می‌کند.
* انسان وقتی می‌تواند در این مسیر حرکت کند که اولاً بفهمد دارد چه کار می‌کند و ثانیاً آن چیزی را که فهمید واقعاً اراده کند. اصلاً این‌طور نیست که بگوییم: «تو نیکی می‌کن و چشم بسته در دجله انداز / که ایزد در صحرای محشرت دهد باز!» اگر دین ما این‌قدر به تدبر، تعقل، معرفت نفس و تفقه و فهم دقیق دین دعوت می‌کند به خاطر این است که واقعاً این فهم و این معرفت، فایده و اثر وضعی دارد.
* نباید از کنار مفاهیم کلیدی دین که در دین به آنها اهمیت داده شده است، راحت رد شویم بلکه باید فکر کنیم که چرا دین ما این‌قدر به این موضوع اهمیت داده است؟ خیلی بد است که انسان قدرت فهم خود را برای درک دقایق دینی مصرف نکند و آن را در سرگرمی‌ها دیگر نماید.

**همان‌طور که از سرطان می‌ترسیم، باید از نفهمیدن عمیق مفاهیم کلیدی دین بترسیم/رسول خدا(ص): اف بر مسلمانی که یک روز از هفته را به فهم دین اختصاص ندهد**

* باید همان‌طور که از سرطان می‌ترسیم، از نفهمیدن عمیق مفاهیم کلیدی دین بترسیم و وحشت کنیم، چون در این صورت انسان به اشتباهات وحشتناکِ ناخواسته دچار می‌شود.
* متاسفانه بعضی از مذهبی‌ها یا حزب‌اللهی‌ها هستند که عمق معرفتی ندارند و در یک فهم سطحی از معارف دینی متوقف شده‌اند و تصور می‌کنند که همۀ مفاهیم دینی را می‌دانند. مثلاً بعضی‌ها یک فهم سطحی نسبت به مفهوم کلیدی و عمیق تقوا دارند و فکر می‌کنند که این مفهوم باعظمت در «پرهیز از گناه» محدود می‌شود و به دنبال فهم عمیق‌تری از آن نیستند.
* **متاسفانه خیلی‌ها هستند که زحمت فهم عمیق دین را به خودشان نمی‌دهند و این خیلی بد است. رسول گرامی اسلام(ص) می‌فرمایند: «اُف بر هر مسلمانى که در هفته یک روز را قرار ندهد که در آن روز، امر دین خود را بفهمد و بیاموزد، و دربارۀ معارف دین خویش سؤال کند؛ أُفٍ‏ لِکُلِ‏ مُسْلِمٍ‏ لَا یَجْعَلُ‏ فِی‏ کُلِ‏ جُمْعَةٍ یَوْماً یَتَفَقَّهُ‏ فِیهِ‏ أَمْرَ دِینِهِ‏ وَ یَسْأَلُ عَنْ دِینِهِ»‏(محاسن/1/225)**
* متاسفانه بعضی‌ها وقت چندانی برای فهم دین خود نمی‌گذارند و به همان فهم سطحی و عوامانه‌ای که از دین دارند اکتفا می‌کنند. و این سطحی‌نگری یا موجب دین گریزی خود فرد می‌شود و یا موجب رفتاری می‌شود که دیگران را از دین گریزان می‌کند. در حالی که خداوند از آنها خواهد پرسید که «این هوش و فهمی که به تو داده‌ام در چه راهی صرف کردی؟!» بعضی‌ها این هوش و استعداد را فقط صرف کنکور می‌کنند، بعضی‌ها صرف سرگرمی و امور دیگر کنند ولی صرف دین خودشان نمی‌کنند.

**دین بیشتر یک مقولۀ روشن‌فکری و برای آدم‌های باهوش و فهمیم است/ بی‌دینی یعنی حماقت، نفهمی و عوامی‌گری**

* دین بیشتر یک مقولۀ روشن‌فکری و برای آدم‌های باهوش و فهمیم است. به عنوان مثال بررسی جالبی در یکی از کشورها انجام شده بود که نشان می‌داد، کسانی که در سال‌های اخیر به تشیع مشرف شده‌اند اکثراً افراد تحصیل‌کرده و لیسانس به بالا هستند. بی‌دینی یعنی حماقت، نفهمی و عوامی‌گری. هر کسی با دین مخالفت می‌کند یک نوع حماقت در وجود او دیده می‌شود. خداوند در مورد این‌ها می‌فرماید: «برای اینکه آنها مردمى بى‏خرد و نادان هستند؛ ذلِکَ بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لا یَعْقِلُون»(مائده/58)

**آنقدر که مذهبی‌های جاهل بلای جان دین هستند، افراد بی‌دین نیستند /مذهبی‌های جاهل به اندازۀ منافقین، خطرناکند / هر چه رنج می‌کشیم به خاطر نفهمی و جهالت برخی افراد مذهبی است**

* درواقع نزاع اصلی نزاع دین‌دار و بی‌دین نیست، بلکه نزاع نادان‌ها و باشعورهاست. نزاع میان انقلابی و غیرانقلابی نیست بلکه نزاع میان شعور و عدم‌شعور است. نزاع اصلی همانطور که قرآن هم اشاره می‌کند، بر سر فهم و شعور است؛ و دین چه دردی را تحمل می‌کند از جانب برخی از مذهبی‌هایی که اهل فهم و شعور نیستند. این افراد گاهی در کنار گرایش‌های خوبی که دارند با نادانی خود به دین ضربه هم می‌زند.
* برخی مذهبی‌ها هستند که مفاهیم دینی به گوش‌شان خورده و کمانه کرده و الان این احساس و ادعا را دارند که همۀ دین را بلد هستند! گاهی اشتباهات این افراد مذهبی جاهل آن‌قدر بلای جان دین می‌شود که افراد بی‌دین تا این حدّ نمی‌توانند به دین لطمه بزنند.
* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: دو گروه کمر مرا شکستند: 1- منافق سرزبان‌دار و آدم فاسقی که بلد است چگونه از زبانش استفاده کند و حرف‌هایی می‌زند که مردم خوششان بیاید ولی خلاف دین عمل می‌کند، 2- آدم مذهبی نفهم و جاهل. (قَطَعَ ظَهْرِی رَجُلَانِ مِنَ الدُّنْیَا رَجُلٌ عَلِیمُ اللِّسَانِ فَاسِقٌ وَ رَجُلٌ جَاهِلُ الْقَلْبِ نَاسِکٌ هَذَا یَصُدُّ بِلِسَانِهِ عَنْ فِسْقِهِ وَ هَذَا بِنُسُکِهِ عَنْ جَهْلِهِ فَاتَّقُوا الْفَاسِقَ مِنَ الْعُلَمَاءِ وَ الْجَاهِلَ مِنَ الْمُتَعَبِّدِینَ أُولَئِکَ فِتْنَةُ کُلِّ مَفْتُونٍ فَإِنِّی سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ص یَقُولُ یَا عَلِیُّ هَلَاکُ أُمَّتِی عَلَى یَدَیْ کُلِّ مُنَافِقٍ عَلِیمِ اللِّسَان‏؛ الخصال/ج1/ص69 و نیز: قَطَعَ ظَهْرِی‏ اثْنَانِ‏ عَالِمٌ فَاسِقُ یَصُدُّ عَنْ عِلْمِهِ بِفِسْقِهِ وَ جَاهِلٌ نَاسِکٌ یَدْعُو النَّاسَ إِلَى جَهِلِهِ بِنُسُکِه؛ غررالحکم/245 و مجموعۀ ورّام/ج1/ص82)‏
* متاسفانۀ به خطر گروه دوم یعنی افراد مذهبی جاهل کمتر توجه می‌شود، در حالی که در کلام اهل‌بیت(ع) این گروه به اندازۀ منافقین به جامعه ضربه می‌زنند. ما همواره از این دو گروه رنج‌های زیادی متحمل شده‌ایم. الان شما فکر می‌کنید رنج‌های جامعۀ ما در اثر چیست؟ الان هر چه رنج می‌کشیم به خاطر نفهمی و جهالت برخی افراد مذهبی است. همین نفهمی و جهالت آدم‌های مذهبی کم‌کم جمع می‌شود و به انحراف و تشتّت تبدیل می‌شود.
* دین پدیدۀ بسیار پیچیده‌ای است و چنین نیست که صرفاً چند مفهوم ساده باشد که یک بار آن را بشنویم و یاد بگیریم و تمام شود و دیگر نیازی به تعمق و تفکر نداشته باشد. دین موضوعی است که نیاز به دقت و تعمق دارد. دین نه تنها نیاز به متخصصینی دارد که باید به آنها مراجعه نماییم بلکه تک تک ما هم برای درک عمیق دین باید کار کنیم.

**علی(ع): نفس خود را با طاعت پروردگار ذلیل کن/ نفست را محاسبه کن و ببین که آیا بعد از انجام یک طاعت، ذلیل شده است یا نه؟**

* در ادامۀ بحث مبارزه با هوای نفس به یک روایت از امیرالمؤمنین(ع) می‌پردازیم که فرمودند: نفس خود را با طاعت پروردگار ذلیل کن؛ ذَلِّلْ‏ نَفْسَکَ‏ بِالطَّاعَةِ»(عیون الحکم/ص255) اگر طاعت کردی و بعد دیدی که نفست ذلیل نشده است، در واقع طاعتِ خدا را نکرده‌ای بلکه طاعتِ نفس خود را کرده‌ای یا اینکه نفست هم در آن طاعت شریک بوده است. مثلاً دیده‌ای «هم فال است و هم تماشا» یعنی دیدی در انجام این طاعت، هم نفس خودت را حال می‌دهی و هم دستور پروردگار را اجرا می‌کنی، و به همین خاطر آن طاعت را انجام داده‌ای.
* **مشکل ما این است که نفس ما اجازه نمی‌دهد که فقط از خدا اطاعت کنیم، بلکه هم از نفس خود اطاعت می‌کنیم و هم از خدا اطاعت می‌کنیم و خداوند هم به ما می‌فرماید: «من شریک نمی‌گیرم! اگر همیشه و در همۀ اعمال نمی‌توانی نیّت مخلصانه داشته باشی لااقل در برخی از اعمال و طاعات خودت نیّت مخلصانه داشته باش و فقط برای من باشد، یعنی جاهایی که نفست تمایل ندارد، آن طاعت را انجام بده و این‌طور نباشد که فقط طاعت‌هایی را که نفست می‌پسندد انجام بدهی.»** (سَمِعْتُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ ع یَقُولُ قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ أَنَا خَیْرُ شَرِیکٍ مَنْ أَشْرَکَ مَعِی غَیْرِی فِی عَمَلٍ عَمِلَهُ لَمْ أَقْبَلْهُ إِلَّا مَا کَانَ لِی خَالِصاً؛ کافی/2/295 و أَنَا خَیْرُ شَرِیکٍ فَمَنْ عَمِلَ لِی وَ لِغَیْرِی فَهُوَ لِمَنْ عَمِلَهُ غَیْرِی‏؛ وسائل الشعیه/1/72)

**چرا باید نفس خود را در مقابل خدا ذلیل کنیم؟ /نتیجۀ طاعت باید ذلت بیشتر نفس دربرابر خدا باشد**

* **اگر می‌خواهی ببینی که واقعاً طاعتی که انجام داده‌ای، طاعت خدا بوده و نفست در انجام آن شریک نبوده‌ است، نفست را محاسبه کن و ببین که آیا بعد از انجام آن طاعت، نفست در برابر خدا ذلیل‌تر شده است یا نه**. نفس وقتی ذلیل می‌شود چگونه می‌شود؟ همان‌طور که بعضی‌ها در این دنیا ذلیل می‌شوند، (مثلاً به خاطر پول، خودشان را در مقابل دیگران خوار و ذلیل می‌کنند یا تکدّ‌ی‌گری می‌کنند) باید نفس ما در مقابل خدا ذلیل بشود. باید ببینیم که آیا حاضر هستیم واقعاً نفس خود را در مقابل خدا ذلیل کنیم یا اینکه ما در مقابل خواهش‌های پست نفس خودمان ذلیل هستیم؟
* **چرا باید نفس خود را در مقابل خدا ذلیل کنیم؟ چون می‌خواهیم خدا را ملاقات کنیم و کسی که در مقابل خدا ذلیل نشده باشد امکان راه یابی به ساحت مقدس قرب الهی را ندارد**.

**اثر سی روز طاعت و عبادت ماه رمضان باید ذلّت نفس و افتاده‌حالی باشد/ هدف کلی «طاعات»، «عبادت» و «مبارزه با هوای نفس» ذلّت نفس در برابر خداست**

* الان که آخر ماه رمضان است اگر می‌خواهیم ببینیم که طاعت‌های ما در این ماه درست بوده است یا نه باید ببینیم که آیا افتاده‌حال‌تر شده‌ایم یا نه؟ آیا الان از خدا بیشتر می‌ترسیم و حساب می‌بریم یا نه؟ مثلاً وقتی می‌خواهیم نماز خودمان را به تأخیر بیاندازیم یک مقدار بیشتر بترسیم.
* در آخر ماه رمضان بعد از سی روز طاعت و عبادت، اثر این طاعت‌ها باید ذلّت نفس و افتاده‌حالی باشد.
* هدف کلی طاعت، عبادت و مبارزه با هوای نفس، ذلّت نفس است. نفس انسان باید در مقابل خدا ذلیل و فروتن بشود و این ذلیل شدن هر جای دیگر و در مقابل هر کس دیگری اگر زشت است، در مقابل خدا خوب است.
* یک نمونۀ عالی برای فهمیدن اهمیت ذلّت نفس این است که برای قبولی طاعات خود بیش از خود طاعت اهتمام داشته باشیم. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «برای اینکه خدا عمل‌تان را قبول کند بیشتر از عملی که انجام داده‌اید، برای قبولی آن تلاش کنید و زحمت بکشید؛ کُونُوا بِقَبُولِ الْعَمَلِ أَشَدَّ اهْتِمَاماً بِالْعَمَل»(مجموعۀ ورام/ج1/ص64)
* حالا که در طول ماه مبارک رمضان روزه گرفته‌ایم و عبادت انجام داده‌ایم باید بیش از طاعت‌هایی که انجام داده‌ایم نسبت به قبول شدن یا نشدن آن طاعت‌ها نگران باشیم و درِ خانۀ خدا التماس کنیم تا این اعمال ما را قبول کند، در این صورت است که نفس ما ذلیل خواهد شد. چون نشان می‌دهد که ما به این اعمال خود مغرور نشده‌ایم.

**انسان هرکاری انجام بدهد تا نفسش را ذلیل کند، نفسش همان کار را سرمایۀ عُجب خود قرار می‌دهد**

* **چرا حالا که سی روز زحمت کشیده‌ایم و روزه گرفته‌ایم، باید بیشتر از آن زحمت بکشیم تا این روزه‌ها و طاعت‌های ما قبول شود؟ چون نفس انسان یک بیماری دارد به نام «خودپسندی» و «خودخواهی» که هر کاری انسان انجام می‌دهد تا او را ذلیل کند، اتفاقاً همان کار را سرمایۀ عُجب خودش قرار می‌دهد. یعنی با همان کاری که انجام داده‌ای تا گردن نفس را بشکنی، می‌خواهد گردن‌کشی کند!‏ این بیماری نفس انسان است به نام «عُجب» که جلوگیری از آن واقعاً سخت است**.
* مثلاً وقتی به نفس خودت می‌گویی که در مقابل خدا سجده کن، ابتدا مخالفت می‌کند و نمی‌پذیرد، اما اگر بتوانی او را به سجده کردن وادار کنی، بلافاصله وقتی سرت را از سجده برداری مهم می‌زند و می‌گوید: «ولی عَجب سجدۀ قشنگی کردم!» یعنی خودپسندی می‌کند.

**عذرخواهی از گناهان مهم‌تر از گناه نکردن است/ چون عذرخواهی، انسان را ذلیل خدا می‌کند**

* چرا عذرخواهی کردن ما از بابت گناهان ما مهم‌تر از گناه نکردن است؟ چون عذرخواهی کردن در مقابل خدا انسان را خوار و ذلیل می‌کند و همین ذلیل شدن در مقابل خدا برای خدا مهم است نه اینکه «گناه نکنیم و از گناه نکردن دچار عُجب شویم.» اصلاً به همین خاطر است که گاهی خداوند بنده‌اش را رها می‌کند که گناه کند تا دچار عُجب نشود چون خدا می‌داند که گناه برای بندۀ مؤمن از عُجب بهتر است (إِنَّ اللَّهَ عَلِمَ أَنَّ الذَّنْبَ خَیْرٌ لِلْمُؤْمِنِ مِنَ الْعُجْبِ وَ لَوْ لَا ذَلِکَ‏ مَا ابْتُلِیَ‏ مُؤْمِنٌ‏ بِذَنْبٍ‏ أَبَداً؛ کافی/ج2/ص313)

**اگر خواهش و تمنا برای قبولی عمل نباشد، همۀ طاعت‌های سی روز ماه رمضان از بین خواهد**

* همین الان می‌توانید اثر اهتمام برای قبولی عمل را بر روح و جان خود امتحان کنید. به درگاه خدا منّت‌کشی کنید و بگویید: «خدایا! خواهش می‌کنم، این ماه رمضان را از من قبول کن! درست است که طاعت‌های من اصلاً به درد نمی‌خورد ولی التماس می‌کنم که قبول کنی» ببینید با همین مناجات کوتاه چه اتفاقی در روح ما می‌افتد؟ «تذلل» و نورانیت. همین که شروع می‌کنی به التماس برای قبولی عمل، باصفا می‌شوی.
* اگر این خواهش و تمنا برای قبولی عمل نباشد، و این تذلل نباشد همۀ طاعت‌های و مناجات‌های سی روز ماه رمضان از بین خواهد رفت و دست خالی خواهیم ماند.

**تذلل نفس هدف طاعت است و اگر بعد از طاعت به تذلل نرسیم، معلوم است طاعت ما درست نبوده**

* **تذلل نفس هدف طاعت است و اگر طاعت کرده باشیم ولی به تذلل نرسیم، معلوم می‌شود که یک جایی از طاعت ما اشتباه بوده است. این تذلل در پیشگاه خداست که آدم را حفظ می‌کند. ضجه زدن و تمنای قبولی نماز کردنِ بعد از نماز است که آدم را حفظ می‌کند و الا اگر این تمنا نباشد چه بسا خود نماز آدم را فاسد کند. چون اگر این تمنا نباشد، عُجب خواهد آمد.**
* حالا که آخر ماه رمضان است دو تا کار باید انجام دهیم: 1- تمنا کنیم که خدا طاعت‌های ما را قبول کند 2- از طاعت‌ها و عبادت‌هایی که انجام داده‌ایم استغفار کنیم و بگوییم «خدایا! ببخش که این عبادت‌ها و طاعت‌های ما ناقص بود و اصلاً متناسب شأن تو نبود. اصلاً این عبادت‌های ما را ندیده بگیر.» این حالت است که می‌تواند برای ما تذلل و فروتنی بیاورد.

28

**معنای دقیق «به کمک عقل احساسات خود را کنترل کنیم» چیست؟**

* معمولاً گفته می‌شود که ما باید به کمک عقل علیه احساسات خود قیام کنیم یا احساسات خودمان را کنترل کنیم و بر آنها غلبه کنیم. (و گاهی به جای کلمۀ عقل از فکر یا علم یا ایمان هم استفاده می‌شود) اصل این سخن درست است اما خیلی‌ها برداشت دقیقی از آن ندارند. معنای دقیق و صحیح اینگونه سخنان، چیزی نیست که معمولاً برداشت می‌شود.
* **اگر گفته می‌شود که باید به وسیلۀ عقل، ایمان، علم یا تفکر با هوای نفس خودتان مخالفت کنید، همۀ اینها معنای دقیقش این است که به کمک عقل و علم و ایمان، تمایلات خوب خودتان را بیدار و تقویت کنید و بعد توسط این تمایلات خوب علیه تمایلات بد خود اقدام کنید. عقل، ایمان، علم و اندیشه همگی بیدارکننده و تقویت‌کنندۀ علاقه‌های خوب هستند.**

**عقل بیدارکننده و تقویت‌کنندۀ علاقه‌های برتر انسان است/ عقل قدرتی است که تمایلات انسان را مدیریت می‌کند**

* ما می‌خواهیم یک‌سری از علاقه‌های بد خودمان را کنترل یا محدود و ممنوع کنیم. برای کنترل این علاقه‌های بد، تنها وسیله‌ای که داریم علاقه‌های خوبی هستند که یا فطرتاً در دل ما هستند و باید شکوفا شوند و یا بالفعل هستند و فقط باید مدیریت شوند. عقل در واقع بیدارکننده و تقویت‌کنندۀ علاقه‌های خوب و برتر انسان است و بعد شما با کمک این علاقه‌های خوب، علاقه‌های بد خود را از بین می‌برید.
* عقل قدرتی است که تمایلات انسان را مدیریت می‌کند. پیامبران الهی نیز می‌آیند تا پیامبر درونی ما که عقل است را مورد خطاب قرار دهند. عقل یعنی قدرت مدیریت تمایلات مختلفی که در درون ما وجود دارد. قدرت عقل همیشه ما را به سمت میل برتر هدایت می‌کند و به ما می‌گوید که ارزشمندترین تمایل را انتخاب کن و پاسخ بده.

**عقل چراغ می‌اندازد و میل برتر را به ما نشان می‌دهد**

* مثلاً وقتی بیمار می‌شویم و پزشک برای ما داروی تلخ و بدمزه‌‌ای تجویز می‌کند، باید علی‌رغم میل‌‌مان آن‌ را بخوریم. در اینجا ما به وسیلۀ عقل با هوای نفس خود مبارزه می‌کنیم و «تمایل به نخوردن داروی تلخ» را کنار می‌زنیم چون عقل می‌گوید: «زنده ماندن و سلامتی خود را به دست آوردن، میل برتر است». در واقع اینجا دو تا علاقه داریم که با هم در تعارض قرار می‌گیرند: 1-علاقه به نخوردن داروی تلخ 2- علاقه به سلامتی یا زنده ماندن. عقل می‌آید و در این میان چراغ می‌اندازد و میل برتر را به ما نشان می‌دهد و ما تمایل برتر را تشخیص می‌دهیم و آن را انتخاب می‌کنیم.
* عقل ما را به سمت تمایل ارزشمندتر و انتخاب برتر هدایت می‌کند. لذا مثلاً کسی که برای خرید یک پیراهن به فروشگاه می‌رود، اگر یک پیراهن قدیمی‌تر، زشت‌تر و نامناسب‌تر، آنهم با قیمت گران‌تر بخرد، می‌گویند او عقل ندارد.
* علم در چنین موقعیتی فقط اطلاعات را در اختیار انسان می‌گذارد و این عقل است که به عنوان «تمایل به برترین‌ها» بر دیگر تمایلات تاثیرگزاری می‌کند، و موجب بهترین انتخاب می‌شود.

**امروز اکثر دفاعیات از ارزش‌ها مبتنی بر عقل است؛ حتی عقل تجربی**

* الان در دوره‌ای هستیم که دفاع از ارزش‌ها بیشتر عقلانی شده است تا اعتقادی. و نیاز اول ما برخورداری از عقل است؛ عقل معاش، عقل سیاسی و عقل برای تأمین منافع ملی. یعنی یک زمانی، اگر بیشتر بر اساس اعتقادات از انقلاب خودمان دفاع می‌کردیم ولی الان اکثر دفاعیات ما از ارزش‌های انقلاب‌مان مبتنی بر عقل است؛ حتی عقل تجربی. مثلاً یک زمانی عقل تجربی انسان نمی‌رسید که دموکراسی غربی غلط است و باید با استناد به آیات و روایات می‌گفتیم که اگر دنبال دموکراسی غربی هستید، لااقل مراقب باشید امر خدا و ارزش‌ها را زیر پا نگذارید. ولی الان عقل بشر رشد کرده است و بر اساس عقل و تجربۀ بشری می‌توان ثابت کرد که دموکراسی غربی چیز خوبی نیست. و فجایع دمکراسی غربی را با چشمان غیر مسلح نیز می‌توان دید.

**امروز تمام ارزشها با عقلانیت و واقع‌بینی قابل درک است/الان آن‌قدر فضا شفاف شده که اگر فقط به دنبال تأمین منافع خودمان باشیم، ارزش‌ها را هم حفظ کرده‌ایم**

* **امروز نزاع بر سر عقلانیت و عدم عقلانیت است و باید به شیوۀ عقلانی از ارزش‌های نظام و انقلاب دفاع کنیم. چون تجربۀ شکست خوردۀ نظام سلطه که شالودۀ آن کفر و الحاد است در مقابل ماست. اگر نفاقی هم در جامعه وجود داشته باشد، این نفاق و دورویی بر سر عقل‌نمایی است.**
* **بعضی‌ها در فضای سیاسی جامعه با فریب و نیرنگ، از عقلانیت و واقع بینی سوء استفاده می‌کنند؛ همان واقع‌بینی‌ای که بعضی‌ها شعارش را می‌دهند، و مؤمنین به درستی بر آن تأکید می‌کنند، امروز تکیه گاه دفاع از ارزش‌ها است، و ما کافی است بر همین واقع‌بینی و عقلانیت تکیه و استدلال کنیم. امروز با رشد عقلها و تجربه‌ها، تمام ارزش‌ها با عقلانیت و واقع‌بینی قابل درک و فهم است.**
* سی‌سال پیش می‌گفتیم: هم باید به منافع خودمان نگاه کنیم و هم ارزش‌های اسلامی را حفظ کنیم ولی الان آن‌قدر فضای سیاسی جهان واضح و شفاف شده است که حتی اگر فقط به دنبال تأمین منافع خودمان باشیم، ارزش‌ها را هم حفظ کرده‌ایم. جریان‌های سیاسی هم باید خودشان را بر این اساس بازتعریف کنند که دقیقاً در کجای عقلانیت سیاسی امروز قرار دارند.
* بعضی‌ها می‌خواهند تنها با تکیه به بهبود روابط سیاسی و بین‌المللی و دیدن دم این و آن امنیت و رفاه را در کشور نگه دارند. سوریه یک چنین کشوری بود که با معادلات منطقه‌ای امنیت خود را حفظ می‌کرد یعنی بدون اینکه کنترل شدیدی از مرزهای خود داشته باشد صرفاً با روابط خوب با همسایگانش و کشورهای منطقه سعی می‌کرد امنیت خود را حفظ کند. ولی این امنیت بسیار شکننده و آسیب‌پذیر است چون اگر این همسایگان یا کشورهای منطقه به هر دلیلی تصمیم بگیرند که چند لشکر از تروریست‌ها را وارد کشور کنند دیگر چگونه می‌شود آنها را کنترل کرد؟!
* چه کسی امروز نمی‌داند که کوتاه آمده در برابر دشمن خلاف منافع ملی ماست و چه کسی نمی‌داند که دشمن هر لحظه به دنبال نفوذ و سلطه است و هیچ خیر خواهی از او دیده نمی‌شود. فهم این واقعیت‌ها نیاز به اعتقادات محکم انقلابی هم ندارد.

**عقل علاقه‌های خوب را بر سر علاقه‌های بد می‌کوبد/ دشمنِ عقل، هواپرستی است**

* مبارزه با هوای نفس و علاقه‌های بد با کمک علاقه‌های خوب است و اگر می‌گویند این عقل است که با هوای نفس مبارزه می‌کند یعنی اینکه عقل علاقه‌های خوب را برمی‌دارد و بر سرِ علاقه‌های بد می‌کوبد.
* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «عاقل‌ترین مردم کسی است که خیلی بیشتر به عاقبت نگاه می‌کند؛ أَعْقَلُ‏ النَّاسِ‏ أَنْظَرُهُمْ‏ فِی الْعَوَاقِب»(غررالحکم/ص217/روایت542) هر کس بیشتر به این فکر کند که «بعداً چه می‌شود» عاقل‌تر است و طبیعتاً عاقل‌ترین انسان، قیامت را هم محاسبه می‌کند و عاقل‌تر از او حتی مراتب بهشت را هم محاسبه می‌کند و سعی می‌کند در مراتب بالای بهشت جای بگیرد.
* دشمنِ عقل هواپرستی است، چون هوای نفس می‌گوید به همین دوست‌داشتنی‌های دمِ دستی رسیدگی کن و به فکر فردا نباش! ولی عقل به فکر فردا و فرداهای دورتر است.

**هوای نفس، هم دشمن عقل است، هم دشمن عشق/ اگر بذر هوسرانی در جامعه پراکنده شود، عشق می‌میرد/ خانم‌ها اولین متضرر بدحجابی**

* **نه تنها عقل با هوای نفس مبارزه می‌کند و اگر هوای نفس غلبه کند، عقل نابود می‌شود، بلکه هوای نفس دشمن عشق نیز هست و با عشق هم مبارزه می‌کند. عشق به معنایی که در ادبیات عرفانی ما آمده است همان محبت شدید است که بیشتر در امور معنوی قابل تحقق است.**
* **اگر همین مفهوم را در جامعه جا بیانداریم خودِ خانم‌ها محافظان مستحکم حیا و حجاب خواهند شد. چون آن خانم خودش می‌داند که اگر حجاب خود را رعایت نکند با این کارش زمینۀ هوسرانی را در جامعه افزایش می‌دهد و در این صورت دودش اول به چشم خود خانم‌ها می‌رود. چون اگر بذر هوسرانی در جامعه پراکنده شود، عشق یعنی محبت عمیق و دراز مدت نابود می‌شود و مرد‌ها نمی‌توانند با همسر خود عاشقانه برخورد کنند.** در این صورت عمر مفید خانم‌ها مثل عمر دوران بازی فوتبالیست‌ها کوتاه می‌شود همان‌طور که در جهان غرب عمر مفید زنان کوتاه است و بعد از یک سنّی آنها را دور می‌اندازند و این زنان چون غالباً خانواده‌ای ندارند، بقیه عمر را باید با سگ و گربۀ خود زندگی کنند و گویی زنِ غربی هم این مسأله را پذیرفته است؛ اینگونه است که در غرب با زنان مثل کالا برخورد می‌شود.

**هوسرانی موجب شده عشق و محبت در جهان غرب بمیرد/دروغی که در بسیاری از فیلم‌ها به جوانان گفته می‌شود**

* هوسرانی موجب شده عشق و محبت در جهان غرب بمیرد. متاسفانه کمتر فیلم یا سریال یا مستندی که این واقعیت را به زنان و مردان جامعۀ ما نشان دهد ساخته شده است. فیلم‌های زیادی با سوژه‌های روابط زن و مرد می‌توان ساخت که هم جذاب باشد و هم به جای اینکه هرزگی را تقویت کنند، هرزگی را نابود کنند.
* **متاسفانه در بسیاری از فیلم‌ها به جوانان ما دروغ گفته می‌شود که دختران و پسران می‌توانند علی‌رغم هوسرانی و هرزگی در نهایت به عشق خودشان هم برسند و خوشبخت هم بشوند. این دروغ است چون هوای نفس، عشق و عاطفه را از بین می‌برد همانطور که عقل و اندیشه را از نابود می‌کند.**

**کسی که عقل داشته باشد می‌تواند بالاترین لذت‌ها را تجربه کند/لذت پیاده‌روی اربعین بالاتر از لذت هرگونه عیاشی**

* الان دیگر عقل مردم آن‌قدر رشد کرده است که نیازی نیست با آیه و روایت بخواهیم به مردم اثبات کنیم که «هوای نفس»، هم عقل را و هم عشق را نابود می‌کند. به تجربه می‌شود فهمید «مبارزه با هوای نفس» عاطفه را بیشتر می‌کند و انسان را اهل علاقه‌های عمیق و درازمدت می‌کند. اینها واقعیاتی هستند که امروزه در اطراف ما و جهان ما قابل مشاهده هستند.
* کسی که عقل داشته باشد و به آیندۀ دورتری مانند بهشت هم نگاه کند، می‌تواند با همین بهشت و یا بالاتر از آن یعنی «ملاقات با خدا» چنان عشق‌بازی کند و چنان لذتی ببرد که هرزه‌ترین آدم‌ها در هرزه‌ترین جاها نمی‌توانند چنین لذتی را تجربه کنند. به عنوان یک مثال قابل لمس می‌توان به لذت غیرقابل وصفی که در پیاده‌روی اربعین به سمت کربلا وجود دارد، اشاره کرد. کسانی که در این مراسم باشکوه شرکت می‌کنند از آن فضای وصف‌ناشدنی چنان لذتی می‌برند که در هیچ جای عالَم کسانی که دنبال هرزگی و عیّاشی هستند چنین لذتی را نمی‌توانند ببرند.

**کسانی که هوس‌رانانه زندگی می‌کنند واقعاً مظلوم و قابل ترحم هستند/باید برایشان دعا کرد**

* کسانی که هوس‌رانانه زندگی می‌کنند واقعاً مظلوم و قابل ترحم هستند. باید برای این بیچاره‌ها دعا کرد. اینها مجروح و معلول روحی و ذهنی هستند. اینها روح و نفس خود را مجروح کرده‌اند و مثل کسی که تصادف کرده و بدنش مجروح شده، روح خودشان را نابود کرده‌اند. این بیچاره‌ها برای لذت بردن به دنبال هوس‌رانی رفته‌اند، غافل از اینکه لذت واقعی در مبارزه با هوا و هوس است نه در هوس‌رانی. در واقع به اینها دروغ گفته‌ شده و فریب خورده‌اند.

**اگر با عقل خودت دینداری و مبارزه با نفس کنی، عاشق هم می‌شوی**

* ممکن است این سؤال مطرح شود که: اگر من بخواهم با عقل خودم دینداری کنم، از دینداری کردن لذت نمی‌برم چون لذت در عشق است. پاسخ این است: اگر با عقل خودت دینداری کنی و مبارزه با نفس کنی، عاشق هم می‌شوی. چون عشق خلاف عقل نیست. هرچند ممکن است که عشق خلاف عقل دنیانگر باشد ولی اساساً خلاف عقل نیست.
* عقل به تو می‌گوید که به نفع خودت است که به سوی خدا حرکت کنی، به نفع خودت است که گناه نکنی، به نفع خودت است کارهای خوب انجام بدهی. عقل به تو می‌گوید: « اگر خوبی و احسان کردید به خود کرده و اگر بدى و ستم کردید باز به خود کرده‏اید؛ إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِکُمْ وَ إِنْ أَسَأْتُمْ فَلَها»(اسراء/7) عقل به تو می‌گوید: «لَا یُمْکِنُ‏ الْفِرَارُ مِنْ حُکُومَتِک‏»(مصباح المتهجد/ج2/ص845)
* اما عشق کجا پیدا می‌شود؟ وقتی دست از هوس‌رانی برداری عاشقِ آنی می‌شوی که اتفاقا به حسب عقل مجبورش هستی، یعنی اولاً استعداد عاشق شدن پیدا می‌کنی چون هرزگی نکرده‌ای و ثانیاً می‌بینی کسی جز او لایق عاشقی نیست. در این میان یک ترکیب بسیار نادر به وجود می‌آید چون تو به خدایی که معشوق توست مجبور هستی و این یک رابطۀ عاشقانۀ بسیار عجیب و حیرت‌انگیز را شکل می‌دهد که تو را در خود فنا می‌کند.
* امیرالمؤمنین علی(ع) دربارۀ شدّت عشق به خدا می‌فرماید: «محبت خدا آتشی است که به چیزی عبور نمی‌کند مگر اینکه آن را می‌سوزاند؛ حُبُ‏ اللَّهِ‏ نَارٌ لَا تَمُرُّ عَلَى‏ شَیْ‏ءٍ إِلَّا احْتَرَق‏»(مصباح الشریعه/ص192) این محبت به کسی است که عاقلانه به او مجبوری و عاشقانه به او وابسته هستی. اگر با این نگاه و روحیه به سراغ مناجات بروی زبان مناجات را خیلی بهتر متوجه خواهی شد.

**ابتدا انسان با عقلش می‌فهمد که به خدا مجبور است، و بعد می‌بیند چقدر به این خدا مشتاق است**

* عقل آدم را مجبور می‌کند که به سمت خدا حرکت کند؛ چون با عقل خودت می‌فهمی که جز محبت خدا و اهل‌بیت(ع) چیز دیگری در این عالم مزّه ندارد، و راه سعادت دیگری غیر از این وجود ندارد. و کسی که واقعاً بیمار نباشد اینها را دوست خواهد داشت و راهی جز این ندارد که به سمت اینها حرکت کند.
* ابتدا انسان با عقل خودش می‌فهمد که به خدا مجبور است و بعد می‌بیند که چقدر به این خدا مشتاق است و او را دوست دارد.
* خیلی‌ها تصور می‌کنند که اگر کسی به چیزی مجبور باشد دیگر به آن علاقمند نمی‌شود چه رسد به اینکه بخواهد عاشق آن شود! ولی در مورد خداوند این‌طور نیست. یعنی ما با اینکه مجبور به خدا هستیم ولی می‌توانیم عاشق هم باشیم.

**عشق از آنجایی طلوع می‌کند که با عقلت بفهمی در حرکت به سوی خدا منافعت تأمین می‌شود، ولی این منافع را نبینی!**

* عشق از آنجایی طلوع می‌کند که دیگر از یک مرحله‌ای به بعد هر قدمی که به سوی خدا برمی‌داری با عقل خودت می‌فهمی که منافعت دارد تأمین می‌شود، ولی این منافع را نمی‌بینی و فقط این عشق به خداست که دارد تو را جلو می‌برد.
* اگر گفته می‌شود نزاعی بین عقل و عشق است معنایش این نیست که عقل بگوید به ضرر توست و عشق بگوید نه به نفع توست، بعد تو لازم باشد به حرف یکی از عقل یا عشق گوش کنی! این برداشت نسبت به نزاع عقل و عشق اشتباه است. برداشت درست در این باره این است که: «عقل بگوید: نگاه کن که این کار به نفع تو است! ولی عشق به تو بگوید چشمت را به اینکه به نفع توست ببند و فقط به خاطر محبت او حرکت کن و جلو برو. اگر چشمت را به روی منافعی که عقلت می‌بیند ببندی و با عشق خودت جلو بروی باز در مسیر عقلانیت حرکت کرده‌ای. در حالی که اگر چشمت را باز می‌کردی و به نفع خودت نگاه می‌کردی، باز هم همین راه را انتخاب می‌کردی.»

**اوج اخلاص تعبیر دیگری از عشق است**

* اوج اخلاص هم تعبیر دیگری از عشق به معنای فوق است (عشق به معنای «أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ»(بقره/165)) اخلاص به این می‌گویند که بفهمی و بدانی این کاری که داری انجام می‌دهی چه منافع مادی و معنوی‌ای برای تو دارد ولی به آن نگاه نکنی و فقط برای خدا انجام دهی. عشق هم همین هست.
* خیلی‌ها فکر می‌کنند معنای اخلاص این است که: «خدایا! اگرچه این کار به ضرر من است ولی فقط به خاطر تو انجام می‌دهم!» خیلی‌ها فکر می‌کنند که عشق و اخلاص، این‌قدر ناشیانه و غیرمعقول است! انگار می‌خواهند سرِ خدا منّت بگذارند! در حالی که هر یک قطرۀ خونی که انسان در راه خدا بدهد، خدا در مقابلش کرور کرور پاداش خواهد داد، ضمن اینکه آن کسی که در راه خدا کشته می‌شود، طبق تقدیر الهی، مقدر بوده عمرش به پایان برسد ولی خدا به او لطف کرده و منّت گذاشته و به او این فرصت را داده که خونش در راه خدا ریخته شود. (بر اساس آیات و روایات، جهاد در راه خدا، مرگ کسی را نزدیک نمی‌کند و کسی که زمان مرگش فرا رسیده باشد، اگر از جهاد هم فرار کند، در خانۀ خودش از دنیا خواهد رفت؛ یَقُولُونَ لَوْ کانَ لَنا مِنَ الْأَمْرِ شَیْ‏ءٌ ما قُتِلْنا هاهُنا قُلْ لَوْ کُنْتُمْ فی‏ بُیُوتِکُمْ لَبَرَزَ الَّذینَ کُتِبَ عَلَیْهِمُ الْقَتْلُ إِلى‏ مَضاجِعِهِم؛ آل عمران/154)

**معنای عشق این است که عقلت می‌گوید «به نفع توست» ولی عشقت می‌گوید «نگاه نکن که به نفع توست»**

* عقل می‌گوید «وقتی قرار است در تاریخ مشخصی از دنیا بروی، پس دعا کن شهید بشوی، چون شهید شدن مرگ (اَجَل) را نزدیک نمی‌کند.» عقل می‌گوید که شهادت به نفع تو است. اما بعد از اینکه فهمیدی که به نفع تو است، عاشقانه شهید شدن یعنی حتی این منفعت را هم نگاه نکنی.
* اگر انسان عاشق باشد، همۀ منافع اخروی و دنیوی‌ای که در راه خدا نصیبش می‌شود را نمی‌بیند و فقط خدا را می‌بیند. معنای عشق این نیست که عقلت بگوید این کار به ضرر تو است ولی عشقت بگوید که علی‌رغم اینکه به ضرر توست ولی برو! معنای عشق این است که عقلت می‌گوید «به نفع توست» ولی عشقت می‌گوید «درست است که این کار به نفع توست ولی به این منافع نگاه نکن و فقط برای محبت خدا انجام بده.»

**با هوای نفس مبارزه کن تا به عقل برسی، بعد ادامه بده تا به عشق و اخلاص برسی**

* پس هوای نفس مبارزه کن تا به عقل برسی، بعد این مبارزه با نفس را ادامه بده تا به عشق و اخلاص برسی. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «کسی که هوای نفس بر او غلبه کرده است چگونه می‌تواند اخلاص داشته باشد؟! کَیْفَ یَسْتَطِیعُ الْإِخْلَاصَ مَنْ یَغْلِبُهُ الْهَوَى»(غررالحکم/ص516)‏
* خداوند برخی از منافع طاعات و عبادات تو را در همین دنیا به تو نشان می‌دهد تا ببیند که آیا عاشق خدا هستی یا نه! آیا به این منافع نگاه می‌کنی یا نه. اینکه خداوند متعال به عرفا کرامات و قدرت‌های خارق العاده‌ای هدیه می‌کند برای همین است و اگر آنها به این نتایج سرگرم و دلمشغول شوند از همۀ مراتب معنوی خود سقوط می‌کنند.

29

**مروری بر مباحث گذشته/حیات و خلقت انسان طوری طراحی شده که هم دنیا به ما زجر می‌دهد و هم در وجود ما زجرهایی تعبیه شده است**

* **در این جلسه ، در ابتدا خلاصه‌ای از مطالب عنوان شده در جلسات قبل ذکر می‌کنیم و در انتها چند را‌ه عملی یا چند قاعدۀ عملیاتی برای مدیریت مبارزه با هوای نفس بیان می‌کنیم.**
* گفتیم فلسفۀ خلقت انسان این است که 1- انسان برای رشد یافتن به وسیلۀ رنج و سختی آفریده شده است 2- صرفنظر از فلسفه و هدف خلقت انسان، ساختار وجودی انسان به گونه‌ای است که باید زجر بکشد. چون انسان چندین نوع تمایل دارد که اینها با هم در تعارض هستند و لذا انسان نمی‌تواند به همۀ خواسته‌هایش برسد 3- انسان در دنیا، در بستر زندگی و حیاتی قرار دارد که این زندگی با انسان سرِ ناسازگاری دارد، لذا محال است شما در مسیر زندگی خود با افرادی مواجه نشوید که در اثر سوء تفاهم یا به دلایل دیگری به شما بدی کنند.
* خداوند حیات و خلقت انسان را طوری طراحی کرده است که هم دنیا به ما زجر می‌دهد و هم در وجود خودمان یک زجرهایی تعبیه شده است؛ چه به سمت خدا حرکت کنیم و چه نخواهیم به سمت خدا حرکت کنیم این زجرها وجود خواهد داشت. (لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسانَ فی‏ کَبَد؛ بلد/4)

**وقتی تحمل زجر در دنیا حتمی است، پس باید این زجرها را مدیریت کنیم/ در مقام مدیریت زجر باید برای مبارزه با هوای نفس خود برنامه داشته باشیم**

* وقتی فهمیدیم که تحمل زجر و سختی در دنیا برای ما حتمی است، به این نتیجه می‌رسیم که باید این زجرها و رنج‌ها را مدیریت کنیم، تا 1. در حد امکان مقدار رنج‌ها را کاهش دهیم و 2. بهترین بهره‌برداری را از تحمل رنج‌ها ببریم و 3. هدفی که برای این زجرها وجود دارد را محقق کنیم و «خَسِرَ الدُّنْیا وَ الْآخِرَه» نشویم. یعنی این‌طور نباشد که زجرها را تحمل کنیم ولی بهره‌ای نبریم و در آخرت چیزی نصیب‌مان نشود. لذا خود ما در مقام مدیریت زجر باید برای مبارزه با هوای نفس خودمان برنامه داشته باشیم.
* برنامۀ مبارزه با هوای نفس و مدیریت کردن رنج‌ها و سختی‌ها، تنها مسیر زندگی انسان است. و مربوط به «تمام» مسیر زندگی، یعنی از ابتدا تا انتهای عمر انسان است. سایر مفاهیم، توصیه‌ها و برنامه‌ها، یا مقدمه‌ است، یا اجزائش است یا نتیجۀ این مبارزه است.
* ایمان به ما انگیزۀ مبارزه با هوای نفس می‌دهد. هدف مبارزه با هوای نفس نیز، خوب بودن، رشد استعدادها، تعادل روحی و بسیاری فواید دنیوی و اخروی و مادی و معنوی است اما هدف عالی‌تر مبارزه با هوای نفس «کسب استعداد و آمادگی برای لقاء الله» است.

**اگر به میل و تشخیص خودمان مبارزه با هوای نفس را مدیریت کنیم، در واقع باز هم از هوای نفس تبعیت کرده‌ایم/مبارزه با نفس بدون دستور نمی‌شود**

* **وقتی فهمیدیم که ما باید این زجر و رنج را مدیریت کنیم، و «مبارزه با هوای نفس» ماهیت عملیات ما برای مدیریت زجر در دنیاست، حالا اگر بخواهیم به میل و تشخیص خودمان مبارزه با هوای نفس را مدیریت کنیم، دوباره تبعیت از هوای نفس اتفاق خواهد افتاد. چون به دستور نفس خودمان داریم با نفس خود مبارزه می‌کنیم و این نقض غرض است و انانیت و کبریایی نفس گرفته نمی‌شود.**
* هر نوع سختی کشیدن و هر مبارزه با نفسی آدم را از تکبر پاک نمی‌کند و به اوج پاکی نمی‌رساند. در واقع اگر به میل خودمان با هوای نفس خود مبارزه کنیم، نفس‌مان فربه‌تر و بزرگتر می‌شود. یعنی اگر می‌خواهیم با هوای نفس خودمان مبارزه کنیم باید یک کس دیگری به ما دستور بدهد و الا مبارزه بی‌فایده خواهد بود. لذا خدا لطف کرده است و از طریق پیامبرانش به ما دستور داده است. چرا می‌گوییم خدا لطف کرده است که به ما دستور داده؟ چون خیلی از کارهای خوبی که ما انجام می‌دهیم، اگر دستور خدا نبود خودمان هم می‌توانستیم تشخیص دهیم کار خوبی است و باید انجام دهیم (مثل صدقه دادن به فقیر)؛ اما خدا لطف کرده و به ما دستور داده است تا «منِ»مان بزرگ نشود و انانیت‌مان تقویت نشود؛ چون اگر در مسیر تربیت خودمان، همیشه بر اساس تشخیص خود عمل کنیم این «من» بزرگ می‌شود.

**ما دوست داریم بزرگ باشیم ولی این تمایل جز «اتصال به بزرگ»، پاسخی ندارد/فروتنی و عبودیت راه اتصال به خدا**

* در اینجا به مفهوم فوق‌العاده مهم عبودیت می‌رسیم. و مفهوم عبودیت و بندگی در بحث مدیریت مبارزه با هوای نفس وارد می‌شود. ما در مقابل کبریایی خدا باید از خودمان تواضع و فروتنی نشان دهیم تا بتوانیم با خدای بزرگ ارتباط و اتصال پیدا کنیم. ما دوست داریم بزرگ باشیم ولی این تمایل جز اتصال به بزرگ، پاسخی ندارد. مثل حضرت امام(ره) که با کوچکی درِ خانۀ خدا به عزت و بزرگی رسید و الا اگر از طریق دیگری بخواهیم به این تمایل خود پاسخ دهیم و بزرگ شویم، کارمان به تکبر خواهد کشید و «متکبر» خواهیم شد که بوی بهشت هم به مشام ما نخواهد رسید. (مَن ماتَ و فی قَلبِهِ مِثقالُ ذَرَّةٍ مِن کِبرٍ لم یَجِدْ رائحَةَ الجَنَّةِ؛ امالی شیخ طوسی/ص537)

**«انانیت» ما در تبعیت از ولیّ خدا نابود می‌شود/ «ولایت» دومین مفهوم در جریان مبارزه با هوای نفس/تقوا، برنامۀ مبارزه با نفس**

* وقتی قبول کردیم که در مدیریت مبارزه با هوای نفس، باید خدا به ما دستور بدهد، مفهوم کلیدی و فرخندۀ به نام «ولایت» مطرح می‌شود. یعنی خدا همۀ دستورها را خودش صادر نمی‌کند بلکه برای اینکه نفس ما واقعاً ذلیل شود، بخشی از دستورها را ولیّ خدا صادر می‌کند. در اینجا «انانیت» ما در تبعیت از ولیّ خدا نابود خواهد شد، چون آدم زورش می‌آید که از دستور یک آدمی مثل خودش اطاعت کند. البته خداوند اطاعت کردن از ولیّ خودش را برای ما آسان کرده است و گلِ سرسبد عالم را مأمور کرده است تا به ما دستور دهد.
* پس اولین مفهومی که در جریان مدیریت هوای نفس با آن برخورد می‌کنیم، «عبودیت» است و دومین مفهوم «ولایت» است. بعد نوبت به برنامۀ مبارزه با هوای نفس می‌رسد که همان اوامر و نواهی خداوند است که به آن «تقوا» گفته می‌شود.

**را‌ه‌های عملی مبارزه با هوای نفس/ دو بخشِ مبارزه با هوای نفس: 1. ترک شهوات 2. صبر در ناملایمات**

* در ادامۀ بحث، مختصراً به راه‌های عملی مبارزه با هوای نفس می‌پردازیم و چند قاعدۀ عملیاتی برای مدیریت کردن هوای نفس معرفی می‌کنیم. مبارزه با هوای نفس دو بخش دارد که این دو بخش را باید در کنار هم انجام دهیم: 1-ترک شهوات 2-صبر در ناملایمات
* امام صادق(ع) به یکی از اصحاب خود فرمود: «من به حق به شما می‌گویم که شما به آنچه می‌خواهید (نهایتاً لقاءالله) نمی‌رسید مگر به ترک آنچه میل و شهوت دارید و به چیزهایی که آرزو دارید نمی‌رسید مگر با صبر کردن در برابر ناملایمات؛ بِحَقٍّ أَقُولُ‏ لَکُمْ‏ إِنَّکُمْ‏ لَا تُصِیبُونَ‏ مَا تُرِیدُونَ إِلَّا بِتَرْکِ مَا تَشْتَهُونَ وَ لَا تَنَالُونَ مَا تَأْمُلُونَ إِلَّا بِالصَّبْرِ عَلَى مَا تَکْرَهُونَ»(تحف العقول/ص305 و امالی مفید/208)

**بعضی‌ها حاضرند شهوت و گناه را ترک کنند ولی حاضر نیستند در بلا و مصیبت صبر کنند/ با دو بالِ «ترک هوس» و «صبر در بلا» می‌توان پرواز کرد**

* بعضی از آدم‌های مذهبی حاضرند شهوت و گناه را ترک کنند ولی حاضر نیستند در بلا و مصیبت صبر کنند. بعضی‌ها نیز حاضر هستند در بلا صبر کنند ولی حاضر نیستند گناه را ترک کنند. در صورتی که این دو باید با هم باشد تا نتیجه بدهد. چون انسان با دو بال می‌تواند پرواز کند، یکی اینکه وقتی هوسی به سراغش آمد، آن را ترک کند و گناه را کنار بگذارد و دیگر اینکه وقتی بلایی بر سرش آمد صبر کند.
* از حاج آقای دولابی(ره) می‌پرسیدند که به ما دستور العمل بدهید، ایشان می‌فرمود که دستورالعمل نمی‌خواهد فقط «بروید و راضی باشید!» چون مردم معمولاً رضایت را کم دارند. همان کارهای خوبی که انجام می‌دهیم و مراقبتی که در ترک معصیت انجام می‌دهیم اگر با چاشنیِ «رضایت» همراه باشد، به ما کمک خواهد کرد با این دو بال بالاخره از زمین جدا شویم و پرواز را آغاز کنیم.
* صبر کردن در ناملایمات هم خودش مبارزه با هوای نفس است. گاهی اوقات همین‌که آدم در مقابل سختی‌ها و ناملایمات در دل خودش نِق نمی‌زند مبارزه با هوای نفس محسوب می‌شود. گاهی اوقات انسان مشکل دارد ولی باز هم پیش خودش و خدای خودش لبخند می‌زند و این هم مبارزه با هوای نفس محسوب می‌شود و رضایت خدا را به دنبال دارد. چون خدا می‌داند که بنده‌اش چقدر دارد رنج و سختی می‌کشد ولی علی‌رغم این‌ رنج‌ها باز هم به رضای خدا راضی است و شکر می‌کند.
* امام حسین(ع) در سخت‌ترین بلاهای روز عاشورا و آن موقعی که علی اصغر(ع) بر روی دست‌های حضرت جان می‌داد، خون علی اصغرش را به آسمان پرتاب می‌کرد و می‌فرمود: خدایا من این بلا را تحمل می‌کنم و راضی هستم (هونٌ‏ عَلَیَّ‏ مَا نَزَلَ بِی أَنَّهُ بِعَیْنِ‏ اللَّه؛ لهوف/ص117) «راضِیَةً مَرْضِیَّةً» به این می‌گویند.

**هر روز و در هر حالتی باید دأب انسان مبارزه با هوای نفس باشد**

* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «کسی که می‌خواهد حالش اصلاح شود و نفسش سلامت شود باید مرام خود را این قرار دهد (یعنی عادت، بنا و برنامه‌اش این باشد) که در هر حالی مبارزه با هوای نفس کند؛ وَ مَنْ أَرَادَ إِصْلَاحَ‏ حَالِهِ‏ وَ سَلَامَةَ نَفْسِهِ فَلْیَجْعَلْ دَأْبَهُ مُجَاهَدَةَ النَّفْسِ عِنْدَ کُلِّ حَالٍ»(ارشاد القلوب/ج1/ص98) ‏هر روز و در هر حالتی باید دأب انسان این باشد که با هوای نفس خودش مبارزه کند و یک لحظه نباید از این امر غافل شود.

**مبارزه با نفس دائمی است و تا آخر عمر ادامه دارد**

* از امام صادق(ع) پرسیدند: «راه رسیدن به راحتی چیست؟ حضرت فرمود: در مخالفت با هوای نفس است. پرسیدند: چه موقع عبد به راحتی می‌رسد؟ حضرت فرمود: اولین روزی که وارد بهشت می‌شود؛ قِیلَ لَهُ: أَیْنَ طَرِیقُ‏ الرَّاحَةِ؟ فَقَالَ ع: فِی خِلَافِ الْهَوَى. قِیلَ: فَمَتَى یَجِدُ عَبْدٌ الرَّاحَةَ؟ فَقَالَ ع عِنْدَ أَوَّلِ یَوْمٍ یَصِیرُ فِی الْجَنَّة»(تحف العقول/ص370) یعنی مبارزه با نفس دائمی است و تا آخر عمر ادامه دارد. یعنی تا وقتی انسان در این دنیا زندگی می‌کند باید مدام با هوای نفس خودش مخالفت کند، چه در مراحل ابتدایی باشد و چه در مدارج و مراتب بالا باشد. یعنی عرفا و بزرگان ما هم تا آخر عمر مبارزه با نفس می‌کردند، البته در سطح خودشان.

**خدا: اگر بندۀ من بیشتر مشغول من باشد، شهوت او را در مناجات قرار می‌دهم/ ذکر خدا آن‌قدر لذت و شیرینی دارد که جای شهوت را می‌گیرد**

* پیامبر گرامی اسلام(ص) فرموده است: خداوند متعال می‌فرماید اگر بدانم آن‌چیزی که بر عبد من غالب است اشتغال به من است (یعنی اگر ببینم که بندۀ من بیشتر مشغول من است) شهوت او را در دعا و مناجات قرار می‌دهم. وقتى بنده‌ام این چنین شد، اگر بخواهد خطایى مرتکب شود، مانعش مى‏شوم. این بندگان، دوستان حقیقی من هستند، اینها کسانى هستند که هرگاه بخواهم اهل زمین را هلاک کنم، به خاطر آنها، هلاکت و عقوبت را برمى‏دارم‏؛ إِذَا عَلِمْت‏ أَنَّ الْغَالِبَ‏ عَلَى عَبْدِیَ‏ الِاشْتِغَالُ بِی نَقَلْتُ‏ شَهْوَتَهُ‏ فِی مَسْأَلَتِی وَ مُنَاجَاتِی فَإِذَا کَانَ عَبْدِی کَذَلِکَ فَأَرَادَ أَنْ یَسْهُوَ حُلْتُ بَیْنَهُ وَ بَیْنَ أَنْ یَسْهُوَ أُولَئِکَ أَوْلِیَائِی حَقّاً أُولَئِکَ الْأَبْطَالُ حَقّاً أُولَئِکَ الَّذِینَ إِذَا أَرَدْتُ أَنْ أُهْلِکَ الْأَرْضَ عُقُوبَةً- زَوَیْتُهَا عَنْهُمْ مِنْ أَجْلِ أُولَئِکَ الْأَبْطَال»(عدة الداعی/ص250)‏
* اگر کمی تلاش و فعالیت کنید و درگیری خود را غالباً مبارزه با هوای نفس قرار دهید خواهید دید که پروردگار با شما چقدر قشنگ برخورد خواهد کرد. از خدا بخواهیم ما را جزء کسانی قرار دهد که از شهوات غافل شده‌اند و به ذکر او مشغولند. ذکر خدا آن‌قدر لذت و شیرینی دارد که جای شهوت را می‌گیرد.

**رسول خدا(ص): رضایت خدا در ناراحتی نفس است / راه موافقت حق، مخالفت نفس است/هر وقت دیدیم با حق موافق نیستیم، یک جایی مطابق میل نفس عمل کرده‌ایم**

* کسی از رسول خدا(ص) پرسید: چگونه می‌توانم به معرفت حق برسم؟ حضرت فرمود: با معرفت نفس. پرسید: چگونه با حق موافق باشم؟ فرمود: با مخالفت نفس می‌توانی موافق حق بشوی. (لذا هر وقت دیدیم که با حق موافق نیستیم باید بدانیم که یک جاهایی به نفس خودمان حال داده‌ایم و به هوای نفس خود بله گفته‌ایم.) پرسید: چگونه به رضایت حق برسم؟ فرمود: نفس خودت را ناراحت کن تا خدا از تو راضی شود. پرسید: چگونه به وصال حق برسم؟ فرمود: از خودت هجرت کن تا به خدا برسی. پرسید: چگونه می‌توانم به طاعت حق برسم؟ گفت: از نفس خودت نافرمانی کن و وقتی به تو دستور داد، حرف او را گوش نکن و با آن مخالفت کن. پرسید: چگونه به ذکر حق بپردازم؟ فرمود: نفس خود را فراموش کن (خواسته‌های نفس خود را فراموش کن) و به آن فکر نکن تا خدا را به یاد بیاوری. پرسید: چگونه می‌توانم به حق نزدیک و مقرّب شوم؟ فرمود: با دور شدن از نفس و انانیّت. پرسید: چگونه می‌توانم با حق انس بگیرم؟ فرمود: با وحشت از نفس، یعنی هر وقت از هوای نفس و انانیّت خودت وحشت کردی و برایت اصلاً دلچسب نبود آن‌وقت است که با خدا اُنس پیدا خواهی کرد. پریسید: همۀ این‌ها چگونه به دست می‌آید؟ فرمود: از خدا علیه نفس خودت کمک بگیر؛ فَقَالَ یَا رَسُولَ اللَّهِ کَیْفَ‏ الطَّرِیقُ‏ إِلَى‏ مَعْرِفَةِ الْحَقِ‏ فَقَالَ ع مَعْرِفَةُ النَّفْسِ فَقَالَ یَا رَسُولَ اللَّهِ کَیْفَ الطَّرِیقُ إِلَى مُوَافَقَةِ الْحَقِّ قَالَ مُخَالَفَةُ النَّفْسِ قَالَ یَا رَسُولَ اللَّهِ فَکَیْفَ الطَّرِیقُ إِلَى رِضَاءِ الْحَقِّ قَالَ سَخَطُ النَّفْسِ فَقَالَ یَا رَسُولَ اللَّهِ فَکَیْفَ الطَّرِیقُ إِلَى وَصْلِ الْحَقِّ قَالَ هَجْرُ النَّفْسِ فَقَالَ یَا رَسُولَ اللَّهِ فَکَیْفَ الطَّرِیقُ إِلَى طَاعَةِ الْحَقِّ قَالَ عِصْیَانُ النَّفْسِ فَقَالَ یَا رَسُولَ اللَّهِ فَکَیْفَ الطَّرِیقُ إِلَى ذِکْرِ الْحَقِّ قَالَ نِسْیَانُ النَّفْسِ فَقَالَ یَا رَسُولَ اللَّهِ فَکَیْفَ الطَّرِیقُ إِلَى قُرْبِ الْحَقِّ قَالَ التَّبَاعُدُ عَنِ النَّفْسِ فَقَالَ یَا رَسُولَ اللَّهِ فَکَیْفَ الطَّرِیقُ إِلَى أُنْسِ الْحَقِّ قَالَ الْوَحْشَةُ مِنَ النَّفْسِ فَقَالَ یَا رَسُولَ اللَّهِ کَیْفَ الطَّرِیقُ إِلَى ذَلِکَ قَالَ الِاسْتِعَانَةُ بِالْحَقِّ عَلَى النَّفْس‏»(عوالی الئالی/ج1/ص246)
* دعا و خواستۀ ما در پایان ماه رمضان از خداوند متعال این است که «خدایا! ما را در مخالفت با هوای نفس خودمان کمک کن.»

30

**چرا خدا به لقمان حکمت داد؟/امام صادق(ع): لقمان «علم مبارزه با نفس» فرا می‌گرفت**

* **در جلسات قبل دریافتیم «جهاد با نفس» تنها مسیر برای تعالی و بهبود زندگی و بندگی است و در نهایت تنها راه برای رسیدن به قرب پروردگار متعال است. طبیعتاً باید پس از پذیرفتن این اصل به سراغ راه‌کار‌ها و اقدامات عملی برویم.**
* **در این مسیر، به عنوان مقدمه باید به دنبال «علمِ مبارزه با نفس» باشیم و آگاهی‌های مورد نیاز در این زمینه را فرا بگیریم. یادگرفتن چنین علمی خیلی ارزشمند است. این علم مجموعه‌ای از آگاهی‌هاست که ضمن بیان مبانی، راه‌های جهاد با نفس و پیچیدگی‌های آن را برای ما مشخص می‌کند.**
* از امام صادق(ع) پرسیدند چرا خدا به لقمان حکمت داد و چرا این‌قدر آدم ارزشمندی شد؟ امام صادق(ع) در پاسخ، ابتدا به شیوۀ زندگی و برخی رفتارهای خوب لقمان اشاره می‌کنند و بعد می‌فرماید: لقمان کسی بود که فکر می‌کرد و عبرت می‌گرفت و علم مبارزه با هوای نفس را آموزش می‌دید تا بوسیلۀ آن بر هوای نفس خود غلبه کند و با نفس خود مجاهده نماید و و خودش را از شرّ شیطان محافظت کند.. به همین دلیل بود که خداوند به لقمان حکمت و عصمت داد؛ سَأَلْتُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ ع عَنْ لُقْمَانَ‏ وَ حِکْمَتِهِ الَّتِی ذَکَرَهَا اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ، فَقَالَ: أَمَا وَ اللَّهِ مَا أُوتِیَ لُقْمَانُ الْحِکْمَةَ بِحَسَبٍ وَ لَا مَالٍ وَ لَا أَهْلٍ وَ لَا بَسْطٍ فِی جِسْمٍ وَ لَا جَمَالٍ وَ لَکِنَّهُ کَانَ رَجُلًا قَوِیّاً فِی أَمْرِ اللَّهِ مُتَوَرِّعاً فِی اللَّه‏ ... وَ یَعْتَبِرُ وَ یَتَعَلَّمُ‏ مَا یَغْلِبُ‏ بِهِ‏ نَفْسَهُ‏ وَ یُجَاهِدُ بِهِ هَوَاه ُوَ یَحْتَرِزُ بِهِ مِنَ الشَّیْطَانِ فَکَانَ یُدَاوِی قَلْبَهُ بِالْفِکْرِ وَ یُدَاوِی نَفْسَهُ بِالْعِبَرِ- وَ کَانَ لَا یَظْعَنُ إِلَّا فِیمَا یَنْفَعُهُ- فَبِذَلِکَ أُوتِیَ الْحِکْمَةَ وَ مُنِحَ الْعِصْمَةَ ؛ تفسیر قمی/ج2/ص162)‏

**باید یک برنامۀ آموزشی برای «راه‌های مبارزه با هوای نفس» داشته باشیم**

* ما برای درک مبانی و راه‌های مبارزه با هوای نفس باید آموزش ببینیم و یک برنامۀ آموزشی داشته باشیم. باید به دنبال آموختن علم جهاد با نفس باشیم. البته ممکن است این علم را «علم اخلاق» یا «علم تربیت» و یا به تعبیر بهتر «علم تهذیب نفس» بنامند، ولی در واقع این دانش به تعبیر امیرالمومنین(ع) آگاهی از «نظام دین» است.( نِظامُ الدِّینِ مُخالَفَةُ الهوی؛ غررالحکم/6427)
* امام صادق(ع) در ادامۀ روایت می‌فرماید: «لقمان قلب خود را با فکر کردنِ زیاد و نفس خود را با عبرت‌ها مداوا می‌کرد؛ فَکَانَ یُدَاوِی قَلْبَهُ بِالْفِکْرِ وَ یُدَاوِی نَفْسَهُ بِالْعِبَر» یعنی بسیاری از مسائل این علم را با فکر کردن و عبرت گرفتن از تجربه‌ها نیز می‌توان دریافت، و دین تنها یک راهنماست. لازمۀ این سخن آن است که علوم تجربی هم می‌توانند هم جهت با دین، انسان را در مسیر مبارزه با هوای نفس کمک کنند. تعبیر «عبرت گرفتن» که در روایات زیاد به چشم می‌خورد فرقی با تجربه ندارد. عبرت یعنی از تجربیات خوب استفاده کردن و علوم تجربی منظم شدۀ تمام تجربیات انسان‌هاست که طی قرون و اعصار در موضوعات مختلف انباشته شده و نظم گرفته است. دین می‌تواند علوم تجربی را راهنمایی کند و علوم تجربی هم در مسیر رشد خود حتماً به همان حرف‌های دین می‌رسند.

**مبارزه با نفس به انسان حکمت می‌دهد/لقمان علاوه بر حکمت، عصمت هم یافته بود**

* امام صادق(ع) در ادامه روایت، می‌فرماید: لقمان نزدیک نمی‌شد مگر به چیزی که نفعش در آن باشد. (تبعیت کردن از هوای نفس به ضرر انسان است و نفع انسان در مخالفت با هواس نفس است) به همین دلیل (یعنی به دلیل فراگیری دانش مبارزه با نفس و ممارست در جهاد با نفس و ...) به لقمان حکمت و عصمت داده شد؛ وَ کَانَ لَا یَظْعَنُ إِلَّا فِیمَا یَنْفَعُهُ- فَبِذَلِکَ أُوتِیَ الْحِکْمَةَ وَ مُنِحَ الْعِصْمَةَ.»‏(منبع پیشین)
* به این فکر کنید که چرا مبارزه با نفس به انسان حکمت می‌دهد و او را تولیدکنندۀ علم قرار می‌دهد و راه طولانی فهمیدن پیچیده‌ترین قواعد عالم را برای او کوتاه و سهل می‌کند؟ و چرا انسان را به حد عصمت اکتسابی می‌رساند؟

**خدا به لقمان عصمت عنایت کرد، چون واقعاً دنبال «مبارزه با نفس» بود**

* بر اساس فرمایش امام صادق(ع)، خداوند علاوه بر حکمت، به لقمان عصمت هم عطا کرد. برخی وقتی سخن از «عصمت» برای غیر از ائمۀ معصومین می‌شود، حساسیت منفی پیدا می‌کنند. در حالیکه سخن گفتن از عصمت اکتسابی در اثر تقوا و مبارزه با هوای نفس و اخلاص بارها در روایت‌ها آمده است. مثلاً امام باقر(ع) می‌فرماید: «اگر خداوند متعال، حسن نیت را در کسی ببیند او را در پناه عصمت قرار می‌دهد؛ إِذَا عَلِمَ اللَّهُ تَعَالَى حُسْنَ نِیَّةٍ مِنْ أَحَدٍ اکْتَنَفَهُ‏ بِالْعِصْمَة»(اعلام الدین/ص301) این می‌شود عصمت اکتسابی. خداوند به لقمان هم، عصمت عنایت کرده است، چون او واقعاً دنبال مبارزه با نفس بوده است.
* آیت الله بهجت(ره) در بیانی می‌فرمایند: شرط نبوت و وصایت، عصمت است؛ اما بر این که «عصمت، اصلا تحققش منحصر به نبى و وصى است»، دلیل نداریم. زیرا در زید بن على بن الحسین(علیهم السلام) احتمال عصمت مى‌دهیم؛ من احتمال حسابى، حتى بالاتر از احتمال مى دهم، که ایشان معصوم از خطیئه بوده نه معصوم از خطا. در جایى - گویا در تفسیرش - مى گوید: «معصوم همان پنج تن بودند» که پیداست در این مساءله با معصوم (علیه السلام) گفتگو نکرده؛ اما هم خودش و هم پسرش (یحیى)با آن جوانى‌اش، معصوم از خطیئه بودند. و امام صادق (علیه السلام) فرموده است: «خدا عمویم زید را رحمت کند؛ اگر پیروز مى‌شد، حق ما را به ما وا مى‌گذاشت.» همین طور در حضرت ابوالفضل و على بن حسین (که در کربلا شهید شد) و این همه اصحاب سیدالشهداء؛ صحبت احتمال نیست واقع عصمت در اینها محرز است. و همچنین براى مقداد و سلمان؛ آیا مى‌شود بگوییم عصمت ندارند؟ بلکه نزدیک عصر ما هم دیده شده کسانى که مدعى بودند: «معصیت بجا نیاوردیم عالما و عامدا؛ از روى علم و عمدا، معصیت بجا نیاوردیم.» (گوهرهاى حکیمانه/58)

**بعد از کسب آگاهی، اولین اقدامی که باید در مسیر «جهاد با نفس» انجام دهیم چیست؟/ به سادگی نمی‌توان اولین اقدام را تعریف کرد چون وجود انسان ذوابعاد است**

* بعد از کسب آگاهی و وقتی پذیرفتیم که تنها مسیر ما مبارزه با نفس است و به اهمیت و ضرورت آن پی بردیم، این سؤال مطرح می‌شود که اولین اقدامی که باید در این مسیر انجام دهیم چیست؟ به این سادگی نمی‌توان اولین اقدام را در وجود انسان تعریف کرد چون وجود انسان دارای ابعاد مختلف است و هروقت از اولین اقدام سخن می‌گوییم، این سؤال پیش می‌آید که اولین اقدام در کدام ساحت از ساحت‌های وجودی انسان؟
* به عنوان مثال، از جهت انواع روابط انسان، شاید بتوان گفت، از جهت رابطۀ انسان با خدا، اولین اقدام درست کردن نماز است، و از جهت رابطه با اطرافیان، اولین اقدام ظلم نکردن است. در رابطۀ با کنترل رفتار نیز به سادگی نمی‌شود گفت که من اول باید چشم خود را کنترل کنم یا اول گوش یا زبان خود را کنترل کنم.
* همچنین انسان غیر از اعمال و روابط مختلف، مراتب وجودی مختلفی هم دارد. یعنی علاوه بر مرتبۀ «عمل و رفتار»، در مرتبۀ «فکر و اندیشه» یا در مرتبۀ «احساسات و علایق» هم می‌تواند فعالیت‌هایی انجام دهد. در اینجا نیز پرسش‌هایی پدید می‌آید: آیا اولین اقدام، اقدام در مرحلۀ اندیشه است یا اقدام در مرحلۀ عمل و رفتار است یا اقدام در مرحلۀ گرایش‌ها و احساسات؟ در اینجا هم به سادگی نمی‌توان تعیین کرد که اولین اقدام در کدام مرتبه یا مرحله باید باشد.
* البته از یک جهت گفته می‌شود اولین قدم، اقدام در مرحلۀ گرایش‌ها است. زیرا این یک واقعیت روشن است که تا وقتی انسان گرایش به فهمیدن یک مسئله یا انجام یک عمل نداشته باشد، به سراغ آن نمی‌رود. اما آنچه مسئله را پیچیده می‌کند، این است که خداوند انسان را بدون گرایش نیافریده، و از همان ابتدا فطرتاً در تمام انسان‌ها، گرایش‌هایی را قرار داده است. به همین دلیل است که در بسیاری از مواقع، اولین اقدام، اقدام در مرحلۀ گرایش‌ نیست. چون یک سلسله گرایشات خوب در انسان موجود هستند و نیاز به کسب آنها نیست.

**اولین قدم «مبارزه با نفس» پس از آگاهی: داشتن نگرش «بدترین دشمن» به نفس خود/باید یک برداشت بسیار بد و دشمنانه از نفس داشته باشیم**

* با همۀ پیچیدگی‌های روح انسان که موجب شده معرفی اولین قدم بسیار سخت باشد، یک اقدام را به عنوان اولین قدم می‌توان معرفی کرد و آن هم اینکه انسان در مسیر مبارزه با هوای نفس، در اولین قدم به دنبال این باشد که نگرشی که به نفس باید پیدا کند، همان نگرشی باشد که به بدترین دشمن خود دارد. یعنی نگرش انسان به «نفسِ خود» و به «انانیت خود» باید به گونه‌ای باشد که او را موجود بسیار بدی بداند و از او یک برداشت دشمنانه داشته باشد.
* آگاهی کفایت نمی‌کند؛ باید نگاه ما به نفس بسیار با ثبات و عمیق باشد و این نیاز به دقت و صرف وقت دارد؛ که ضمن مبارزه با هوای نفس باید انجام بگیرد.

**خیلی‌ها قبول ندارند که نفس آنها موجود بد و خطرناکی است و حتی با نفس خودشان رفیق هستند!**

* خیلی‌ها قبول ندارند که نفس آنها موجود بدی است و از آن احساس خطر نمی‌کنند و حتی با نفس خودشان رفیق هستند! در حالی که واقعاً باید این اتفاق برای ما بیفتد که نفس خودمان را دشمن خودمان بدانیم و این احساس و نگرش را داشته باشیم که گرایش‌های پست و نفسانی ما (که همان هوای نفس است) بسیار بد و خبیث هستند و اگر آن را دشمن خود ندانیم و با آن مبارزه نکنیم، به یک موجود لوس، نُنُر، بی‌منطق و خطرناک تبدیل خواهد شد.

**پیامبر(ص): بدترین دشمن تو نفس توست/ برای مبارزه با نفس، باید ابتدا نفس را دشمن خود بدانیم**

* **پیامبر گرامی اسلام(ص) می‌فرماید: «بدترین دشمن تو نفس توست که در درون توست؛ أَعْدَى عَدُوِّکَ‏ نَفْسُکَ‏ الَّتِی بَیْنَ جَنْبَیْک‏»(مجموعۀ ورّام/ج1/ص59) باید باور کنیم که نفس ما دشمنی است که می‌خواهد ما را ذلیل و نابود کند. نه تنها باید این نفس خطرناک را ارباب خودمان قرار ندهیم، بلکه حتی با او رفاقت و دوستی هم نباید داشته باشیم و حتی نسبت به او بی‌تفاوت هم نباید باشیم. چون بی‌اعتنایی و غفلت از این دشمن بی‌رحم و خطرناک، ما را بیچاره می‌کند. برای مبارزه با نفس، باید ابتدا نفس را طرف مقابل خود ببینیم و او را دشمن بدانیم، تا او را زمین بزنیم و الا او ما را به زمین خواهد زد.**
* **باید احساس خودمان را نسبت به نفس خود تغییر دهیم و او را واقعاً دشمن خود بدانیم؛ دشمنی که هر لحظه می‌خواهد به ما صدمه بزند و ما را ذلیل کند. نباید در خوش خیالی به سر ببریم و احساس امنیت کاذب ما را در دام دشمنی‌های پنهان او بیفکند.**

**امام کاظم(ع): مجاهده با نفس، مانند «جهاد با دشمن» بر تو واجب است**امام کاظم(ع) به یکی از یاران خود می‌فرماید: با نفس خودت مجاهده کن تا او را از هوی باز بداری که این کار مانند جهاد با دشمن بر تو واجب است؛ جَاهِدْ نَفْسَکَ لِتَرُدَّهَا عَنْ هَوَاهَا فَإِنَّهُ وَاجِبٌ عَلَیْکَ کَجِهَادِ عَدُوِّکَ»(تحف العقول/ص399)

* **ای کاش صدا و سیمای ما این راهبرد را می‌پذیرفت که جنگ منطقه و جنایات دشمن را یک‌مقدار بیشتر به مردم نشان می‌داد تا مردم بدانند دشمن یعنی چه؟ مثلاً یک مقدار به آن چندصد نفری که سر بریده شدند یا یکی یکی با گلوله کشته شدند، می‌پرداخت تا مردم ببیند و مفهوم «دشمن» را درک کنند.**

**دشمن‌شناسی و دشمن‌باوری خوبی نداریم/ ابلیس سعی می‌کند ما را از دشمن غافل کند/ هیچ آدم عاقلی به دشمنِ خونی و تا دندان مسلح خود بی‌اعتنایی نمی‌کند/ فیلمی که باید یک بار نگاه کنیم و بارها به آن فکر کنیم**

* ما دشمن‌شناسی و دشمن‌باوری خوبی نداریم و این‌گونه مفاهیم، کمی در ادبیات ما غریب هستند. ابلیس هم خیلی سعی می‌کند ما را خام کند و از دشمن غافل کند. الان که دشمن هست چرا نباید متوجه باشیم و چرا باید حضور او را نادیده بگیریم؟ هیچ آدم عاقلی به دشمن خونی و تا دندان مسلح خود بی‌اعتنایی نمی‌کند. هیچ آدم با شعوری در کنار دشمن بی‌رحم خود احساس امنیت نمی‌کند.
* **آن فیلمی که نشان می‌دهد سر یک کشیش مسیحی را می‌بُرند باید یک بار نگاه کنیم و بارها به آن فکر کنیم. باید قیافۀ آن کسی که خیلی راحت دارد سرِ آن کشیش را جدا می‌کند ببینیم که چگونه این کار را انجام می‌دهد تا رذالت و خباثت دشمن را باور کنیم. اگر چنین دشمنی به دست شما بیفتد او را نمی‌زنید؟ امام صادق(ع) می‌فرماید: «نفس ما بدتر از آن دشمن است». باید این برای ما جا بیافتد که نفس ما دشمن ماست و باید همان‌طور که دشمن خود را می‌زنیم، نفس خودمان را هم بزنیم و آن را ذلیل کنیم.**

**اگر بفهمیم دشمن‌ترین دشمن‌، نفس ماست تحمل دشمنی‌های مؤمنین به ما، برای‌مان آسان خواهد شد**

* امیرالمؤمنین(ع) در وصیت خود می‌فرماید: «الله الله در جهاد با نفس که دشمن‌ترین دشمنان با شماست؛ وَ اللَّهَ اللَّهَ‏ فِی‏ الْجِهَادِ لِلْأَنْفُسِ؛ فَهِیَ‏ أَعْدَى‏ الْعَدُوِّ لَکُم‏»(دعائم الاسلام/2/352) اگر ما بفهمیم که دشمن‌ترین دشمن‌مان نفس ماست، تحمل دشمنی‌های مختصر مؤمنین در اطراف ما برایمان آسان خواهد شد. البته حساب کفار و منافقان معاند که با اسلام و مسلمین دشمنی دارند جداست؛ با آنها هم باید دشمنی کرد.

**امیرالمؤمنین(ع): آغاز گناهان، تصدیق نفس و اعتماد به آن است**

* امیرالمؤمنین(ع) در ادامۀ وصیت خود می‌فرماید: «ابتدا و آغاز گناهان تصدیق کردن نفس (یعنی نفس خود را تکذیب نکنیم و فکر کنیم نفس ما خوب است و خطری ندارد) و تمایل پیدا کردن و اعتماد به هوای نفس است؛ وإنَّ أوَّلَ المعاصِی تَصدِیقُ النَّفسِ، والرُّکُونُ إلى الهَوَى‏»(دعائم الاسلام/2/352) لازمۀ ترک این اولین گناه این است که ما ابتدا نفس را تکذیب کنیم یعنی با آن بد بشویم.

**غیر از دشمن گرفتن نفس، باید به زشت بودن نفس هم توجه کنیم/ نفس انسان یک موجود خبیث، کثیف، بی‌حیا و طغیانگر است**

* بنابراین اولین قدم ما تکذیب کردن نفس و دشمن گرفتن آن است. اما غیر از دشمن گرفتن نفس، باید به زشت بودن نفس هم توجه کنیم. نفس انسان یک موجود خبیث، کثیف، بی‌حیا و طغیانگر است. وقتی می‌گوییم نفس بد، منظورمان همان بخش پست نفس است که تمایل به دنیا دارد، و الّا روح انسان مراتب بسیار زیبایی هم دارد که خداگونه است.
* خداوند متعال در حدیث معراج خطاب به حبیب خود رسول اکرم(ص) می‌فرماید: «ای احمد! با خوش‌پوشی و خوش‌لباسی و غذاهای لذیذ و خوش‌نشینی مأنوس نباش و خود را زینت نده و به سراغ این کارها نرو، نفس محل همۀ بدی‌هاست و نفس رفیق هر بدی‌ای است. تو او را به طاعت می‌کشانی و او تو را به معصیت می‌کشاند و تو را وادار می‌کند کارهای بد انجام دهی، وقتی سیر می‌شود طغیان می‌کند و وقتی گرسنه می‌شود شکایت می‌کند و وقتی فقیر می‌شود غضب می‌کند و عصبانی می‌شود و وقتی غنی می‌شود تکبر می‌کند (غنی شدن هم فقط با مال نیست، با هر چیزی ممکن است احساس غنی شدن پیدا کند؛ مثلاً گاهی کافی است که نفس انسان ببیند حقّ با اوست، بلافاصله تکبر می‌کند) ؛یَا أَحْمَدُ لَا تَتَزَیَّنُ‏ بِلِینِ اللِّبَاسِ وَ طِیبِ الطَّعَامِ وَ لَینِ الْوَطَاءِ فَإِنَّ النَّفْسَ مَأْوَى کُلِّ شَرٍّ وَ هِیَ رَفِیقُ کُلِّ سُوءٍ، تَجُرُّهَا إِلَى طَاعَةِ اللَّهِ وَ تَجُرُّکَ إِلَى مَعْصِیَتِهِ وَ تُخَالِفُکَ فِی طَاعَتِهِ وَ تُطِیعُکَ فِیمَا تَکْرَهُ وَ تَطْغَى إِذَا شَبِعَتْ وَ تَشْکُو إِذَا جَاعَتْ وَ تَغْضَبُ إِذَا افْتَقَرَتْ وَ تَتَکَبَّرُ إِذَا اسْتَغْنَتْ»(الجواهر السنیة فی الأحادیث القدسیة/ص383)

**مَثَل نفس مَثَل شترمرغ است، خیلی می‌خورد ولی نه بار می‌کشد و نه پرواز می‌کند/ مثل نفس، مثل خَرزهره است**

* در ادامۀ این حدیث قدسی می‌فرماید: «مَثَل نفس مَثَل شترمرغ است، خیلی غذا می‌خورد ولی نه بارکشی می‌کند و نه پرواز می‌کند و هیچ خدمتی انجام نمی‌دهد و مَثَل نفس مَثَل خر‌زهره (نام درختچه‌ای سمی و همیشه‌سبز) است که ظاهرش زیبا ولی بسیار تلخ و بدمزه است؛ مَثَلُ النَّفْسِ کَمَثَلِ النَّعَامَةِ؛ تَأْکُلُ الْکَثِیرَ وَ إِذَا حُمِلَ عَلَیْهَا لَا تَطِیرُ وَ مَثَلُ الدِّفْلَى‏ لَوْنُهُ حَسَنٌ وَ طَعْمُهُ مُرٌّ»
* روزی ظرف فالوده‌اى خدمت امیر المؤمنین(ع) آوردند و در برابر آن حضرت گذاشتند. امام(ع) به صافى و زیبایى آن نگریست و انگشت خود را به آن زد و آن را چشید، و فرمود: همانا حلال، پاک و نیکوست و این حرام نیست، امّا من خوش ندارم نفْسِ خود را به چیزى عادت دهم که تاکنون بدان عادت نداده‌ام. این ظرف را از جلو من بردارید. پس، آن را برداشتند. ( اُتِیَ أمیرُ المُؤمِنینَ علیه السلام بِخِوانِ فالوذَجٍ ، فوُضِعَ بَینَ یَدَیهِ فنَظَرَ إلى صَفائهِ و حُسنِهِ ، فوَجِئَ بِإصبَعِهِ فیهِ حَتّى بَلَغَ أسفَلَهُ ، ثُمَّ سَلَّها و لَم یَأخُذْ مِنهُ شَیئا، و تَلَمَّظَ إصبَعَهُ و قالَ: إنَّ الحَلالَ طَیِّبٌ و ما هُوَ بِحَرامٍ، و لکِنّی أکرَهُ أن اُعَوِّدَ نَفسی ما لَم اُعَوِّدْها، اِرفَعوهُ عَنّی، فرَفَعوهُ؛ محاسن /2/409)
* امام صادق (ع) به نقل از پدرانش فرمود: مقدارى خَبیص(حلوایى تهیه شده از آرد و خرما و کشمش و روغن) خدمت امیرالمؤمنین(ع) آوردند، حضرت از خوردن آن خوددارى ورزید. عرض کردند: آیا آن را حرام مى دانید؟ فرمود: نه، اما می‌ترسم نفْسم به آن علاقه‌مند شود و به دنبال آن بروم.(عَنْ جَعْفَرٍ الصَّادِقِ إِنَّ أَمِیرَ الْمُؤْمِنِینَ عَلِیَّ بْنَ أَبِی طَالِبٍ ع أُتِیَ بِخَبِیصٍ فَأَبَى أَنْ یَأْکُلَهُ فَقَالُوا لَهُ أَ تُحَرِّمُهُ قَالَ لَا وَ لَکِنِّی أَخْشَى أَنْ تَتُوقَ إِلَیْهِ نَفْسِی فَأَطْلُبَهُ ثُمَّ تَلَا هَذِهِ الْآیَةَ- أَذْهَبْتُمْ طَیِّباتِکُمْ فِی حَیاتِکُمُ الدُّنْیا وَ اسْتَمْتَعْتُمْ بِها(امالی مفید/134 و الغارات/1/59) مشابه همین داستان را برای حضرت رسول(ص) نیز نقل کرده‌اند (محاسن/2/409)
* درواقع حضرت امیر(ع) چون خیلی خوشمزه بود نخوردند، و توضیح دادند که اگر من اینجا به خواستۀ نفس خودم پاسخ مثبت بدهم این نفس پُررو می‌شود و جاهای دیگر شروع می‌کند به نِق زدن و زیاده‌خواهی کردن، و بعد دیگر انسان از پس آن برنمی‌آید.

**«گربه را دم حجله باید کشت» دربارۀ نفس باید انجام شود/ از همان اول باید در مقابل خواسته‌های نفس ایستاد و الّا لوس و پُررو می‌شود و دیگر از عهدۀ آن برنمی‌آییم**

* **باید از همان ابتدا به نفس خودمان جواب منفی بدهیم و الا این نفس، لوس و نُنُر و پُررو می‌شود و بعد جاهای دیگر شروع می‌کند به نِق زدن و دیگر از عهدۀ آن برنخواهیم آمد؛ خواسته‌هایش هم تمامی ندارد و تا انسان را بدبخت نکند دست بردار نیست. پس آدم عاقل کسی است که از همان اول در مقابل خواسته‌های نفس خود بایستد، و آخر کار او را ببیند.**
* **اینکه می‌گویند: «گربه را دم حجله باید کشت» دربارۀ نفس باید انجام شود. روی نفس را از همان اول باید کم کنیم و الا وقتی قدرت پیدا کند دیگر از پسِ آن برنمی‌آییم. نفس پُررو، زود عصبانی می‌شود، دیر می‌بخشد، کینه‌ای می‌شود، زودرنج خواهد شد، دیر لذت می‌برد، زود شاکی می‌شود، و هزاران خصلت بد دیگر پیدا می‌کند که آدم را بیچاره خواهد کرد.**

**چرا در درس و بحث‌های معنوی و اخلاقی همیشه به سراغ امور فرعی برویم؟!**

* در درس و بحث‌های معنوی و اخلاقی چرا همیشه به سراغ امور فرعی یا سرشاخه‌ها برویم و روی آنها کار کنیم؟ مثلاً چرا باید ابتدا به سراغ «شُکر» برویم که با هم صحبت کنیم و همه هم خوششان بیاید ولی بعد هم هیچ‌کس شاکر نشود و آخرش هم بگوییم «شُکر عجب چیز خوبی است! ای‌ کاش ما هم بتوانیم شاکر بشویم!» مگر این نفسِ سرکش و خبیثی که داریم به ما اجازه می‌دهد شاکر بشویم؟!
* چرا باید ابتدا در مورد موضوع «صبر» صحبت کنیم؟ مگر این نفس لوس و نُنُر ما قبول می‌کند که ما اهل صبر بشویم؟ ما وقتی می‌توانیم دربارۀ مفاهیم زیبا و خوبی مثل «شُکر»، «صبر»، «سخاوت» و ... صحبت کنیم که مسیر اصلی -یعنی مبارزه با هوای نفس- را طی کنیم؛ در این صورت سخن گفتن از هر فضیلتی برای ما مفید خواهد بود و تذکرات موثری خواهند بود؛ به خودمان خواهیم گفت: «من چون مبارزه با هوای نفس نکرده‌ام، بی صبر شدم، ناشاکر شدم، با سخاوت نشدم و ...»

31

همۀ خوبی‌ها بدون «زیرپا گذاشتن نفس» سرانجام از دست می‌روند!/ چه شد که در کربلا عد‌ه‌ای نمازخوان بدترین جنایت تاریخ بشر را انجام دادند؟!/ اگر یک مذهبی مبارزه با نفس نکند، ممکن است جنایت‌هایی بکند که از کفار هم برنمی‌آید / مبارزه با نفس برای این است که کسانی مثل تروریست‌های سوریه درست نشوند

**چرا قابیل که اهل عبادت بود یک‌باره دست به جنایت زد؟! چرا اولین جنگ بشریت بین دو خداپرست بود؟ چه شد که در کربلا عد‌ه‌ای نمازخوان بدترین جنایت تاریخ بشر را انجام دادند؟!.. همۀ خوبی‌ها بدون «زیرپا گذاشتن نفس» سرانجام از دست می‌روند! اگر مبارزه با هوای نفس نکنیم، ممکن است تمام مهربانی‌ها و خوبی‌های ما در خدمت هوای نفس ما قرار گیرد؛ در واقع «نفس امارۀ بالسوء» سوار ماست و دارد از همۀ خوبی‌های ما به نفع خودش استفاده می‌کند ... دشمن تو بدی‌های تو نیست! دشمن تو رفتارهای بدِ تو هم نیست، دشمن تو نفس تو است! همان نفسی که برخی اوقات از تو کارهای خوب می‌خواهد، و با همان کارهای خوب تو را به جهنم می‌برد! همانطور که 6000 سال عبادتِ ابلیس، او را از جهنم نجات نداد. لذا انسانی که وجوه مثبت و خوبی‌هایی دارد، اگر نفس خود را زیر پا نگذاشته باشد، خوبی‌ها و زیبایی‌هایش سرانجام تبدیل به بدی و زشتی خواهند شد.**

**اینکه نفس را دشمن تلقی کنیم، کار دشواری است و نیاز به تلقین دارد/ متاسفانه ابلیس و هوای نفس ما ادارۀ تلقین ما را به عهده گرفته‌اند**

* در جلسه قبل عرض شد که بعد از آگاهی از ضرورت مبارزه با نفس، قدم اول این است که نفس خود را دشمنِ خودمان تلقی کنیم و از نفس خود نفرت داشته باشیم. یعنی نگرش ما به نفس باید نگرشی باشد که نسبت به «بدترین دشمن» خود داریم. اینکه نفس را دشمن تلقی کنیم، کار بسیار دشواری است و نیاز به تلقین، تفکر و تأمل دارد و با اکتفا کردن به آگاهی حل نمی‌شود. حضرت امام(ره) در خصوص اهمیت و نقش تلقین در رشد معنوی تاکیدهای ویژه‌ای داشتند. (... و بعضیها خیال می‏کنند که این تکرار چرا؟ و حال آنکه لازم است. یکی از چیزهایی که برای ساختن انسان مفید است تلقین است. انسان خودش هم اگر بخواهد ساخته بشود، باید آن مسائلی که مربوط به ساختن خودش است تلقین کند به خودش، تکرار کند. یک مطلبی که تأثیر در نفس انسان باید بکند، با تلقینات و تکرارها بیشتر در نفس انسان نقش پیدا می‏کند» صحیفه امام، ج‏13، ص: 397)
* انسان باید خودش قدرت تلقین کردن به خود را داشته باشد و وقتی را برای تلقین به نفس قرار دهد. ولی متأسفانه زندگی روزمره ما این‌گونه شده است که تلقین‌ها را دیگران برای ما انجام می‌دهند و رسانه‌ها، فیلم‌ها و سخنان اطرافیان عواملی هستند که موجب تلقین از بیرون می‌شوند.
* اگر هم خودمان چیزی را به خودمان تلقین می‌کنیم غالباً سخنان منفی و ناشکرانه و غیرخداپسندانه، حسادت‌ها، حسرت از گذشته و نگرانی بی‌جا از آینده است. همه‌اش تلقین منفی است، و خبر چندانی از تلقین مثبت نیست. این یعنی ابلیس و هوای نفسِ ما ادارۀ تلقین ما را به عهده گرفته‌اند. باید یک مدتی تلقین کردن به خود را به عهده بگیریم و امور خوب را به خود تلقین کنیم و وقتی از عهدۀ تلقین به خود برآمدیم، در رأس امور، این را به خودمان تلقین کنیم که «بدترین دشمن ما نفس ماست و باید با او مبارزه کنیم.»

**«دشمنی با نفس» همۀ خوبی‌ها را می‌آورد/ همۀ خوبب‌ها و زیبایی‌ها بدون «زیرپا گذاشتن نفس»، سرانجام از دست می‌روند!**

* یقیناً اولیاء خدا مثل حضرت امام(ره)، آیت الله بهجت(ره)، و امثال آیت الله حق‌شناس (ره) و آیت الله خوشوقت(ره) ابتدا همین‌گونه قدم‌ها را برداشته‌اند که به جایی رسیده‌اند.
* فرزند آیت الله العظمی بهجت (ره) نقل می‌کند که از ایشان پرسیدیم حضرت امام (ره) در عرفان عملی هم کار کرده بود؟ پدرم می‌فرمود: بله. بعد گفتم شما از ایشان چیزی بگویید. پدرم فرمود: یک دفعه منزل ایشان مهمان بودیم و خورشت قورمه سبزی آورده بود و خودش نخورد. من پرسیدم برای چه نمی‌خوری؟ گفت: خیلی دوست دارم، می‌خواهم نخورم. چون خیلی این غذا را دوست دارم، می‌خواهم نخورم. (گفتگوی حجت الاسلام علی بهجت با خبرگزاری فارس؛06/03/92)
* وقتی آیت الله بهجت می‌خواهند از مراتب عرفان عملی امام(ره) یک مثال یا خاطره ذکر کنند، از غذایی که دوست دارد، اما نمی‌خورد حرف می‌زند. آیت الله بهجت می‌توانستند از میزان معرفت امام(ره) به خدا، یا از محبتشان به اهلبیت، یا حتی از تقیدشان به نماز اول بگویند، اما چرا از مخالفت با یک دوست‌داشتنی مثال می‌زنند؟ برای اینکه کسی که نفسش را زیر پایش بگذارد، هم معرفت به خدا پیدا می‌کند، هم علاقۀ به اهل‌بیت و هم تقید به نماز اول پیدا می‌کند. ضمن اینکه شما هر وجه مثبت دیگری را دربارۀ یک آدمی بگویید، اگر اهل این نباشد که نفسش را زیر پایش بگذارد، آن زیبایی‌ها و خوبی‌هایش سرانجام از دست می‌روند و چه بسا روزی تبدیل به زشتی شوند.

**بسیاری از متدینین نفس خود را دشمن خود نمی‌دانند و این یک خطر بزرگ است!/ اگر مبارزه با هوای نفس نکنیم، ممکن است تمام مهربانی‌ها و خوبی‌های ما در خدمت هوای نفس ما قرار گیرد**

* قدم اول بعد از فهمیدن اینکه برای رسیدن به قرب پروردگار «تنها مسیر، جهاد با نفس است» و نه بسیاری از کارهای خوب دیگر(که تمام اقدامات و قدم‌های دیگر همه از لوازم، مقدمات و یا شعبات جهاد با نفس است)، این است که از نفس خودت نفرت داشته باشی، ازش بترسی، مراقبش باشی، و او را زمین بزنی. یعنی نگرش شما نسبت به نفس منفی باشد و از آن به عنوان دشمن تنفر داشته باشی. (امیرالمؤمنین(ع): زمانى که به نفْس خود بیشترین اعتماد را دارى، از فریب او بیشتر برحذر باش؛ کُن أوثَقَ ما تَکونُ بنَفسِکَ، أحذَرَ ما تَکونُ مِن خِداعِها؛ غررالحکم/530)
* با وجود تأکیدهای مکرر دین بر اینکه شدیدترین دشمن انسان نفس اوست(أَعْدَى عَدُوِّکَ نَفْسُکَ الَّتِی بَیْنَ جَنْبَیْک‏؛ میزان الحکمة/12182)، اما شاید بشود گفت اغلب متدیننین، با نفس‌شان دشمن نیستند و حتی نفس‌شان را دشمن خودشان هم نمی‌دانند؛ و این یک خطر بزرگ است! کسی که با نفس خود دشمن است، هر روز در حال مراقبه، مبارزه و جنگ و جهاد با نفس خود است.(امیرالمؤمنین(ع): یَنْبَغی للعاقِلِ أنْ لایَخْلو فی کُلِّ حالَةٍ عَن طاعةِ ربِّهِ و مُجاهَدةِ نَفْسِهِ؛ غررالحکم/3492)
* باید ببینیم آیا در دلِ ما نسبت به دشمنی به نام «نفس»، کینه و نفرت وجود دارد یا نه؟ متاسفانه کینه و نفرتی که باید نسبت به نفس خود داشته باشیم، در اغلب ما نیست.
* هر یک از ما باید هر روز در احوال خود نگاه کند و ببیند در طول روز چند بار نفس خود را زمین زده و چند بار از نفس خود شکست خورده. مثلاً امروز برای خواندن نماز اول وقت تنبلی می‌کردی ولی برخلاف هوای نفست، بلند شدی و نماز خواندی؛ این یعنی یک‌بار نفست را زمین زدی. اما بعد پای تلویزیون نشستی و فیلمی را که لازم نبوده ببینی و می‌توانستی به جای آن کار مفیدتری انجام بدهی، دیدی. و وقتی تصمیم گرفتی بلند شوی، نتوانستی و تنبلی کردی، پس از نفست شکست خوردی.
* **هر روز بررسی کن ببین چندبار نفس را زمین زدی؟ و چندبار نفست تو را زمین زد؟ مسئلۀ اصلی این است. اینکه که من این چندتا خوبی را دارم، من آدم مهربانی هستم، اهل بخشش هستم، ... اینها را بگذار کنار و خیلی به اینها غرّه نشو، اینها بدون مبارزه با نفس، دردی را از روح انسان دوا نمی‌کند و انسان را به سرانجام نمی‌رساند. زیرا اگر مبارزه با هوای نفس نکنیم، ممکن است تمام مهربانی‌ها و خوبی‌های ما در خدمت هوای نفس ما قرار گیرد؛ در واقع «نفس امارۀ بالسوء» سوار ماست و دارد از همۀ خوبی‌های ما به نفع خودش استفاده می‌کند. مثلاً نفس‌مان به ما می‌گوید: «تو آدم بخشنده‌ای هستی، اینجا یک بخشش از خودت نشان بده تا لذتی ببرم و اعتباری پیدا بکنم!» یعنی در جهت هوای نفس خودمان بخشش می‌کنیم نه در جهت مخالفت با نفس!**
* **مسئله و دعوای اصلی بر سر نفس است. دشمن تو بدی‌های تو نیست! دشمن تو رفتارهای بدِ تو هم نیست، دشمن تو نفس تو است! همان نفسی که برخی اوقات از تو کارهای خوب می‌خواهد، و با همان کارهای خوب تو را به جهنم می‌برد! همانطور که 6000 سال عبادتِ ابلیس، او را از جهنم نجات نداد. لذا انسانی که وجوه مثبت و خوبی‌هایی دارد، اگر نفس خود را زیر پا نگذاشته باشد، خوبی‌ها و زیبایی‌هایش سرانجام تبدیل به بدی و زشتی خواهند شد.**

**باید دشمنی نفس با خودمان را لمس کنیم و بفهمیم که این دشمن خطرناک ما را رها نمی‌کند**

* باید دشمنی نفس با خودمان را لمس کنیم و بفهمیم که این دشمن خطرناک ما را رها نمی‌کند و قطعاً به ما ضربه می‌زند. تا وقتی که این دشمن را از بین نبری، از او در امان نخواهی بود. اگر بتوانیم این نگرش را پیدا کنیم که نفس‌مان بدترین دشمن ماست، آنوقت می‌توانیم با او مقاتله و جنگ کنیم. امیرالمؤمنین(ع) فرمود: «به کمک عقلت، با هوای نفست مقاتله کن و بجنگ تا رشد کنی؛ قَاتِلْ هَوَاکَ بِعَقْلِکَ تَمْلِکْ رُشْدَک‏»(غررالحکم/حدیث818) مجاهده به معنای کوشش بسیار و مبارزه است، اما مقاتله صریحاً به معنای جنگیدن است؛ جنگی که در آن قصد کشتن وجود دارد. لذا حضرت دربارۀ کسانی که در مبارزه با هوای نفس پیروز شده‌اند، می‌فرماید: «شهوت و هوای نفس خود را کشته‌اند؛ مَیِّتَةً شَهْوَتُهُ» (نهج البلاغه/خطبۀ 193)‏
* حضرت در روایت قبلی نفرمودند: «از هوای نفست تبعیت نکن»، فرمودند: «قاتل نفسک»، یعنی بجنگ به قصد کشت؛ چرا؟ چون این نفس با تبعیت نکردن کنار نمی‌نشیند، اگر یک دفعه تبعیت نکنی، مرتبۀ دیگر می‌آید، تا ... بالاخره ضربۀ خودش را بزند. لذا باید آنقدر با نفست بجنگی تا مرگش اعلام شود: «مَیِّتَةً شَهْوَتُهُ»
* رسول خدا(ص) هم خطر نفس را به گونه‌ای دیگر اعلام می‌فرمایند: «اِستَعیذوا باللّهِ مِن الرَّغَبِ»(کنز العمال/حدیث6160) یعنی به خدا پناه ببر از اینکه میل شدیدی به یک چیزی پیدا کنی. زیرا همین میل شدید، تو را نابود می‌کند. مردم چه چیزی را خیلی بد می‌دانند و از آن به خدا پناه می‌برند؟! شاید بگویند: از سرطان یا از تصادف به خدا پناه می‌بریم. اما رسول خدا(ص) می‌فرماید: از رغبت پیدا کردن، و از شدیداً متمایل شدن به چیزی، به خدا پناه ببر! بگو: «خدایا! دل ما را حفظ کن یک‌وقت یک چیزی را زیاد دوست نداشته باشی.» ما باید چنین نگاهی به تمایلات نفسانی پیدا کنیم.

**اهمیت مجاهده با نفس در حالات پنجگانه / نگرش ما به نفس با نگرش آیات و روایات به نفس خیلی فاصله دارد**

* امام صادق(ع) می‌فرماید: مَنْ مَلَکَ نَفْسَهُ إِذَا رَغِبَ وَ إِذَا رَهِبَ وَ إِذَا اشْتَهَی وَ إِذَا غَضِبَ وَ إِذَا رَضِیَ حَرَّمَ اللَّهُ جَسَدَهُ عَلَی النَّار(من لا یحضره الفقیه/4/400) امام صادق(ع) می‌فرمایند کسی که در چهار لحظه بتواند مالک نفس خودش باشد، خداوند آتش جهنم را بر او حرام می‌کند. «إِذَا رَغِبَ وَ إِذَا رَهِبَ»: وقتی که می‌بیند این نفسش مایل به چیزی شده یا از چیزی ترسیده، در این دوتا لحظه بتواند مالک نفس خودش باشد. اگر نفسَت مایل به چیزی شد، باید بهش بگویی «چه خبر است؟ با چه منطق و ملاکی ناگهان عاشق شدی؟ بی‌خود می‌کنی اینقدر اصرار می‌کنی.» مالکش بشو! اگر از چیزی ترسیدی یا نفرت پیدا کردی، به حرف نفست گوش نکن؛ به نفسَت بگو: «چه خبر است اینقدر شلوغش کردی؟»
* بعد می‌فرماید: «و إذا إشتَهَی وَ إذا غَضِبَ وَ إذا رَضِیَ»: وقتی که نفس شهوتی پیدا می‌کند یا غضبناک می‌شود، و وقتی که راضی می‌شود و آرامش بی‌جا پیدا می‌کند، در این مواقع، باید بتوانی مالک نفس خودت باشی. انسان اصلاً نباید به خودش حق بدهد عصبانی بشود؛ به نفست بگو: «چه خبر است عصبانی شدی؟ چه چیزی را خیلی دوست داشتی و اصرار داشتی که به تو برسد که نرسیده؟ اصلاً بی‌خود دوست داری و اصرار داری، که حالا چون بهش نرسیدی، اعصابت به‌هم ریخته. تو حق نداری عصبانی بشوی.» با نفست بجنگ، بهش بگو: «چرا ناراحت شدی؟ چرا دلت رفت؟ چرا زیادی خوشحال شدی؟ چه خبر است؟ پس‌فردا می‌خواهی چه بلایی سر من دربیاوری؟» بگیر یقۀ نفس خودت را.
* امام صادق(ع) می‌فرماید اگر در همۀ این حالت‌های پنج‌گانه «إذا رغب، إذا رهب، إذا اشتهی، إذا غضب، إذا رضی» و در همۀ این لحظه‌ها مالک نفس خودت شدی و نگذاشتی این نفس راحت اسب‌دوانی کند، خدا بدنت را بر جهنّم حرام خواهد کرد. آیا این نتیجه کمی است؟! ببینید مجاهدۀ با نفس چه ارتباط مستقیمی پیدا می‌کند با رفع عذاب الهی! از آنطرف بهای بهشت هم جهاد با نفس است(امیرالمؤمنین(ع): جِهادُ الهوی ثَمَنُ الجَنّةِ؛ غررالحکم/4756)
* این پنج حالت، شامل اغلب حالات انسان را شامل می‌شود؛ انسن یا راضی است، یا ناراحت و عصبانی، یا تمایل دارد به چیزی یا می‌ترسد از چیزی. آنوقت اگر کسی بخواهد در این حالات مالک نفسش باشد، آیا فرصتی برای آرامش و بی‌خیالی برایش می‌ماند؟
* ببینید چقدر این نفس وحشتناک است، چه کارهایی می‌کند و چه نقشی در عالم هستی دارد که جهنم و بهشت ما بسته به جنگ با این نفس است.
* دوستان من! نگرش ما به نفس با نگرشی که آیات و روایات به نفس دارند، خیلی فاصله دارد. ما نیاز داریم که این نگرش خودمان را اصلاح کنیم. یکی از راه‌های مهم که حضرت امام(ره) هم بعد از 60 سال سلوک معنوی، تاکید می‌فرمودند، تکرار و تلقین است. یکی از کارهایی که می‌تواند با مرور و تامل در روایات در جلسات معنوی صورت گیرد همین توصیۀ امام(ره) است. مرور و تامل در روایات مربوط به دشمنی و جهاد با نفس، بخش مهمی از عملیات تلقین است؛ تلقین برای اینکه نفرت از نفس پیدا کنیم، برای اینکه دشمنی نفس برایمان جا بیفتد، برای اینکه این نگرش که خدا و اولیاء خدا می‌خواهند در ما ایجاد شود.
* یکی از پاسخ‌هایی که حضرت آیت الله بهجت(ره) در پاسخ کسانی که از ایشان توصیه برای سلوک معنوی می‌خواستند، این بود که می فرمودند: «هر روز، یک روایت از کتاب (جهادُ النّفس) وسائل الشیعه را مطالعه کنید. در واضحاتش بیشتر فکر کنید. بعد این را در خودتان می بینید که سر یک سال، عوض شده‌اید!»(نکته های ناب/143)

**جایگاه مبارزه با هوای نفس در دعای تعلیمی رسول خدا(ص) به امیرالمؤمنین(ع)/ «خدایا من را رها نکن که میل من مخالف میل تو باشد»**

* رسول خدا(ص) از قول خداوند متعال به علی‌بن ابیطالب(ع) دعایی را یاد دادند که باز هم در این دعا جایگاه محوری هوای نفس را می‌شود دید. رسول خدا(ص) بنابر این نقل فرمودند: «علی‌جانم! خداوند متعال به من فرموده است که: هرکس بین دو امری که نمی‌داند کدامش بهتر است مردّد شد، و می‌خواست نظر من(خدا) را بداند و مطابق آنچه من دوست دارم عمل کند و خلاصه اینکه دوست داشت من برایش انتخاب کنم، بگوید: «...خدایا! من به علم تو که همۀ کائنات را در بر گرفته قسمَت می‌دهم-که تو به هوای نفس و ظاهر و باطن من عالم هستی- که من را به همان سمتی که می‌پسندی بکشانی» تا اینکه می‌فرماید: «و من را رها نکن که میل من مخالف میل تو باشد، یا خواستۀ من غیر از خواستۀ تو باشد و با قدرت خودت، من را به سمت چیزی که دوست داری ببر و با قدرت خودت آنچه دوست داری را بر آنچه من دوست دارم غلبه بده، تا اینکه با هوای تو هوای من تنظیم بشود! (...اللَّهُمَّ إِنِّی أَسْأَلُکَ بِالْقُدْرَةِ الَّتِی زَوَیْتَ بِهَا عِلْمَ الْأَشْیَاءِ کُلِّهَا عَنْ جَمِیعِ خَلْقِکَ، فَإِنَّکَ عَالِمٌ بِهَوَایَ وَ سَرِیرَتِی وَ عَلَانِیَتِی؛ فَصَلِّ عَلَی مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ وَ اسْفَعْ بِنَاصِیَتِی إِلَی مَا تَرَاهُ لَکَ رِضًا فِیمَا اسْتَخَرْتُکَ فِیهِ حَتَّی یُلْزِمَنِی ذَلِکَ أَمْراً أَرْضَی فِیهِ بِحُکْمِکَ وَ أَتَّکِلُ فِیهِ عَلَی قَضَائِکَ وَ أَکْتَفِی فِیهِ بِقُدْرَتِکَ وَ لَا تَقْلِبْنِی وَ هَوَایَ لِهَوَاکَ مُخَالِفاً، وَ لَا بِمَا أُرِیدُ لِمَا تُرِیدُ مُجَانِباً، اغْلِبْ بِقُدْرَتِکَ الَّتِی تَقْضِی بِهَا، «مَا أَحْبَبْتَ» عَلَی «مَنْ أَحْبَبْتُ»، بِهَوَاکَ هَوَایَ؛ مستدرک الوسائل/6/244)

**اهمیت عمل نکردن به میل نفس/ نفس انسان چگونه بزرگ و پُررو می‌شود؟ / راهکار ابلیس و راهبرد امیرالمؤمنین(ع)!**

* **مگر چقدر اهمیت دارد که انسان مراقبت کند که به میل نفسش عمل کند؟ اهمیتش به این است که اگر در قدم اول به میل نفست -که گناه نباشد- عمل کنی، ممکن است برای یکی دوبار عیبی نداشته باشد؛ اما این نفس -وقتی که به میلش عمل کردی- قوی‌تر می‌شود و بعد از چند قدم قطعاً تو را به گناه وادار می‌کند، و قطعا نمی‌توانی مقاومت کنی. یعنی وقتی به میل نفست عمل کردی، نفست بزرگ و پُررو می‌شود، و وقتی که بزرگ شد، ایستادن در مقابل او و به حرفش گوش نکردن، خیلی سخت می‌شود.** اگر یک هنرمند انیمیشنش را درست کند، می‌تواند این مفهوم مهم و مغفول را به سادگی برای مردم جابیندازد. وقتی دو جا در زمینه‌های معمولی، که گناه هم نیست، به حرف نفس گوش کردی، نفست بزرگ می‌شود. دیروز اگر می‌گفت گناه بکن، می‌گفتی «برو! خجالت بکش. من را می‌خواهد به گناه وادار کند.» اما دو جا که گناه نبود و به حرفش گوش کردی و گُنده شد، ایندفعه با صدای کلفت می‌گوید: «من دلم می‌خواهد باید این گناه انجام شود!» «می‌گویی: چشم چشم، چشم، زورم به تو نمی‌رسد»
* ابلیس می‌گوید: من با «گناه» بندگان خدا را هلاک می‌کنم و به جهنّم می‌برم، اما آنها توبه می‌کنند و حال من را می‌گیرند و من را هلاک می‌کنند. بعد من آنها را به هوای نفس-یعنی به چیزهایی که دوست دارند ولی گناه نیست- وادار می‌کنم، و اینها می‌گویند: ما که گناه نکردیم، و خیال می‌کنند که راهشان درست است، بعد انتهای این مسیرشان می‌روند به جهنّم، اما چون نمی‌فهمند که دارند به سوی جهنّم می‌روند، دیگر توبه هم نمی‌کنند. (قال رسول الله(ص):إنّ إبلیسَ قالَ: أهلَکتُهُم بِالذُّنوبِ فأهلَکونی بالاستِغفارِ، فلَمّا رأیتُ ذلکَ أهلَکتُهُم بالأهواءِ، فهُم یَحسَبونَ أنّهُم مُهتَدونَ فلا یَستَغفِرونَ؛ میزان الحکمه/٢١٣٨٩)
* امیرالمؤمنین(ع) دقیقاً به همین راهبرد(عمل نکردن به میل نفس) در برخورد با نفس اشاره می‌فرمایند: «به نفْس‌هایتان رخصت ندهید که این رخصت دادنها شما را به راه‌های ستمکاران می‌برد و با نفْس‌هایتان مماشات نکنید که مماشات کردن با آن شما را به گناه و معصیت می‌کشاند؛ لا تُرَخِّصوا لأنفُسِکُم فتَذهَبَ بکُمُ الرُّخَصُ مَذاهِبَ الظَّلَمَةِ، و لا تُداهِنوا فیَهجُمَ بکُمُ الإدهانُ علَی المَعصیَةِ(نهج البلاغه/خطبه86) و در جای دیگر می‌فرمایند: «به نفْس خود در پیروی از هوس و برگزیدن لذّت های دنیا رخصت مده که دین تو خراب می‌شود و درست نمی شود؛ لا تُرَخِّصْ لِنفسِکَ فی مُطاوَعَةِ الهَوی و إیثارِ لَذّاتِ الدُّنیا ؛ فیَفسُدَ دِینُکَ و لا یَصلُحَ» (غرر الحکم/حدیث10400)
* امیرالمؤمنین(ع) به فرآیند بزرگ و پُررو شدن نفس هم اینگونه اشاره می‌فرمایند: «هر که در آنچه دوست دارد بر نفْس خود آسان گیرد، در آنچه دوست ندارد نفْسش او را به رنج و زحمت اندازد, مَن سامَحَ نفسَهُ فِیما یُحِبُّ أتعَبَتهُ فیما یَکرَهُ »(غررالحکم/حدیث8782) و یا می‌فرمایند: «این نفْس‌ها را سرکوب کنید؛ زیرا که نفْس‌ها گرایش شدید به شهوت‌های خود دارند، اگر از آنها اطاعت کنید، شما را به سوی بدترین فرجام منحرف می‌کنند؛ اِقمَعوا هذهِ النُّفوسَ ؛ فإنّها طُلَعَةٌ إن تُطِیعُوها تَزِغْ بِکُم إلی شَرِّ غایَةٍ»(غررالحکم/حدیث2559) و «هر کس با نفس خود سازشکارى کند، نفسش او را به ارتکاب گناهان می‌کشاند؛ مَن داهَنَ نفسَهُ هَجَمَت بهِ على المعاصِی المُحَرَّمَةِ»(غررالحکم/9022)

**امام صادق(ع): از نفس‌های خودتان بترسید، همچنان که از دشمنان‌تان می‌ترسید**

* امام صادق(ع) می‌فرماید: «احْذَرُوا أَهْوَاءَکُمْ کَمَا تَحْذَرُونَ أَعْدَاءَکُمْ»(کافی/2/335) بترسید از هوای نفس‌تان، همان‌جوری که از دشمنان‌تان می‌ترسید.
* البته الان این حدیث را جوانانی می‌شنوند که دشمن را از نزدیک نچشیده‌اند. حتی جوان‌های دوران دفاع مقدس هم همیشه دشمن را از نزدیک تجربه نمی‌کردند، فقط برخی اوقات شرایطی پیش می‌آمد که دشمن را از نزدیک لمس می‌کردند. اما جوانی که اصلاً دفاع مقدس را ندیده، چگونه می‌خواهد دشمن را تصور کند و دشمنی او را لمس کند، تا بتواند به این فرمایش امام صادق(ع) عمل کند؟ کار راحتی نیست.
* در ادامۀ روایت، حضرت می‌فرماید: «برای انسان، هیچ دشمنی، شدیدتر از «پیروی از هوای نفس» نیست؛ فَلَیْسَ شَیْ‏ءٌ أَعْدَى لِلرِّجَالِ مِنِ اتِّبَاعِ أَهْوَائِهِمْ»(کافی/2/335)

**زشتی و پستی هوای نفس باید برای ما جا بیفتد/امیرالمؤمنین(ع): تابع هوای نفس ذلیل‌تر تر از بردۀ زرخرید**

* جمع‌بندی مباحث گذشته این شد که نسبت به هوای نفس خود باید دو احساس داشته باشیم. 1. هوای نفس را دشمن خود بدانیم 2-هوای نفس را زشت، کریه و پَست بدانیم. نگاه ما به نفس باید همان نگاهی باشد که به یک چیز متعفن داریم. ما باید به کمک مرور و تکرار و تفکر در آیات و روایات آنقدر این دو مطلب را به خودمان تلقین کنیم، که این دو احساس را نسبت به نفس خودمان پیدا کنیم. ائمه هدی(ع) سنگ تمام گذاشتند و همه حرف‌ها را در این زمینه به ما زدند؛ تمام تلاش‌شان را انجام دادند تا ما این مسائل برای ما جا بیفتد. ما هم باید تمام محبّت‌تمان به اهل‌بیت(ع) را به کار بگیریم برای اینکه کلمات نورانی‌شان در این زمینه برایمان جا بیفتد.
* یکی از روایاتی که برای تلقین زشتی و پستی تبعیت از هوای نفس می‌تواند به ما کمک کند، این فرمایش امیرالمؤمنین(ع) است که می‌فرماید: «کسی که شهوات و دوست‌داشتنی‌هایش بر او غلبه پیدا می‌کند ذلیل‌تر از عبد و برده‌ای است که خرید و فروش می‌شود؛ مَغْلُوبُ الشَّهْوَةِ أَذَلُ‏ مِنْ‏ مَمْلُوکِ‏ الرِّقِّ»(غررالحکم/ص709) حالا ببینید می‌توانید نسبت به ذلت و بیچارگی یک برده‌ای که خرید و فروش می‌شود احساس دقیقی داشته باشید یا نه.

**امام کاظم(ع): کسی که به نقایص نفس خود رسیدگی نکند، هوای نفس بر او غلبه می‌کند**

* امام موسی بن جعفر(ع) می‌فرماید: «کسی که به نقایص نفس خود رسیدگی نکند، هوای نفس بر او غلبه می‌کند و کسی که (به واسطۀ چیرگی مداوم هوای نفس) مدام در حال ناقص شدن و کم شدن است (و در نتیجه هر روز وضعش بدتر از دیروز است) مرگ برای او بهتر است؛ مَنْ‏ لَمْ‏ یَتَعَاهَدِ النَّقْصَ مِنْ نَفْسِهِ غَلَبَ عَلَیْهِ الْهَوَی وَ مَنْ کَانَ فِی نَقْصٍ فَالْمَوْتُ خَیْرٌ لَهُ»(من لا یحضره الفقیه/ج4/ص382) همان‌طور که می‌بینید در اینجا کاری به این ندارد که چقدر آدم خوبی هستی و چندتا خوبی یا بدی داری، بلکه می‌فرماید باید مدام به نفس خود رسیدگی کنی. یعنی در بیرون دنبال فهرست بدی‌ها و خوبی‌های خودت نباش، بلکه در درون خودت به دنبال این باش که چند بار بر نفس خود غلبه‌ کرده‌ای و چند بار از آن شکست خورده‌ای.

**یک راز مهم در موضوع مبارزه با نفس/ چه می‌شود بعضی‌ها -مثل تروریست‌های سوریه- به جنایت‌های وحشیانه دست می‌زنند؟**

* در موضوع مبارزه با نفس یک راز مهم وجود دارد که اگر به این راز پی ببریم، ریشۀ بسیاری از حوادث تاریخی و حتی حوادث کنونی منطقه را می‌فهمیم. مثلاً این روزها شما برخی از تصاویر مربوط به وحشیگری و جنایت تروریست‌ها در سوریه را دیده‌اید که چگونه آدم‌های بی‌گناه را زنده زنده به آتش می‌کشند یا بچه‌ها را سر می‌بُرند و تیرباران می‌کنند، اما چه می‌شود بعضی‌ها به این حدّ از رذالت می‌رسند؟ آیا اینها صرفاً اشتباه کرده‌اند یا دچار سوء تفاهم شده‌اند؟! قصه به این سادگی‌ها نیست و باید رذالت اینها را ریشه‌یابی کرد.

**چرا قابیل که اهل عبادت بود یک‌باره دست به جنایت زد؟! /چرا اولین جنگ بشریت بین دو خداپرست بود؟/ چه شد که در کربلا عد‌ه‌ای نمازخوان بدترین جنایت تاریخ بشر را انجام دادند؟!**

* چرا خداوند اولین جنگ تاریخ حیات بشر را بین دو آدم خداپرست (هابیل و قابیل) قرار داده‌ است؟ چون می‌دانید که قابیل آدم کافری نبود، حتی اهل عبادت بود و برای خدا قربانی داده بود و فقط قربانی او قبول نشد؛ مثل خیلی از کارهای خوبی که ما انجام می‌دهیم و قبول نمی‌شود. ولی چه شد که یک‌باره دست به جنایت زد؟ چرا اولین جنگ تاریخ بشر، بین یک حرام‌خور و یک حلال‌خور نبود؟ چرا بین یک بی‌نماز و یک نماز‌خوان نبود؟
* بالاترین جنایتی که در عالم رخ داده است، جنایت کربلا و قتل اباعبدالله الحسین(ع) است.(لَا یَوْمَ کَیَوْمِکَ یَا أَبَا عَبْدِ اللَّه‏؛ امالی صدوق/116) در کربلا هم دوباره می‌بینیم یک عده آدم نمازخوان دست به جنایت می‌زنند! چه شد یک عدۀ به ظاهر مسلمان یا نمازخوان بدترین جنایت تاریخ بشر را انجام دادند؟!

**شاید مارکسیست‌ها به اندازۀ سازمان منافقین خلق که نماز می‌خواندند، جنایت‌کارانه آدم نکشتند/ دلیل جنایات وحشیانۀ تروریست‌های سوریه که اهل نماز و دیانت هستند چیست؟**

* در تاریخ انقلاب خودمان هم گروه‌های تروریستی مختلفی داشتیم؛ هم جنایت منافقین و هم مارکسیت‌ها را دیده‌ایم ولی شاید مارکسیست‌ها به اندازۀ منافقین سازمان مجاهدین خلق که نماز هم می‌خواندند، جنایت‌کارانه آدم نکشتند!
* **امروز هم در سوریه، تروریست‌هایی که به ظاهر مسلمان هستند، آن‌قدر وحشیانه آدم می‌کشند که بی‌سابقه است؛ از کافران و ملحدان کمتر چنین قساوت‌ها و جنایت‌هایی می‌بینیم. دلیل این‌ وحشی‌گری از سوی کسانی که اهل نماز و دیانت هستند چیست؟ برخی از این تروریست‌های سوریه آن‌قدر متشرّع هستند که اگر مفتی آنها به جهاد نکاح فتوا نداده بود، هرگز حاضر نمی‌شدند عمل منافی عفت انجام دهند. ولی با وجود این تشرّع، ببینید چقدر راحت آدم‌های بیگناه را می‌کشند!**

**آیا کسی که یک مقدار اهل مذهب و دیانت شد ولی مبارزه با هوای نفس نکرد، خیلی وحشی می‌شود؟/ اگر یک آدم مذهبی مبارزه با نفس نکند، ممکن است جنایت‌هایی بکند که از کفار هم برنمی‌آید/ خوارج مذهبی‌ترین گروهی که با امیرالمؤمنین(ع) جنگیدند و شکم زن حامله را دریدند**

* آیا اینها نشان نمی‌دهد کسی که یک مقدار مذهبی شد و اهل دین و دیانت شد ولی مبارزه با هوای نفس نکرد، خیلی وحشی می‌شود؟ شواهد تاریخی نشان می‌دهد اولین جنایت تاریخ، یعنی قتل هابیل توسط قابیل از همین نوع بوده و بزرگترین جنایت تاریخ در کربلا هم از این نوع بوده است. وحشی‌گری‌های امروز در سوریه و جاهای دیگر نیز از همین نوع است.
* خوارج مذهبی‌ترین گروهی بودند که با امیرالمؤمنین(ع) جنگیدند. خوارج آن‌قدر متشرّع بودند که وقتی اشتباهاً در مزرعه‌ای به یک چهارپا، تیر زدند و آن را کشتند، بلافاصله رفتند تا از صاحب آن حلالیت بطلبند! آن‌وقت همین‌ خوارج مردی به نام عبدالله ‌بن‌ خباب را به جرم محبت امیرالمؤمنین(ع) یا کافر ندانستن علی(ع) در مقابل همسر باردارش سر بریدند و بچۀ او را هم مهدورالدم دانسته و شکم همسر باردارش را شکافته و بچه را هم کشتند(موسوعة التاریخ الاسلامی/5/237)
* **چطور یک انسان به چنین وحشی‌گری و جنایتی دست می‌زند؟ آیا این عادی است؟! هیچ‌ کدام از اینها تصادفی نیست بلکه نشان‌دهندۀ یک واقعیت مهم است و از برخی قواعد عالم هستی حکایت می‌کند. همۀ اینها به ما می‌گوید که اگر یک آدم به ظاهر مذهبی و متشرع، مبارزه با نفس نکند و مطیع هوای نفسش باشد، می‌تواند از آدم کافر و ملحدی که همیشه مطیع هوای نفسش است، وحشی‌تر بشود؛ از این آدم مذهبی ممکن است جنایت‌هایی سر بزند که از کافران و ملحدان هم سر نمی‌زند!**
* گاهی اوقات از آدمی که ادعای دین و ایمان ندارد، انصافی دیده می‌شود که از آدمی که ادعای دین و ایمان دارد ولی مطیع هوای نفس خودش است، این انصاف را نمی‌بینیم. این آدم مدعیِ دیانت، جنایت‌ها و خیانت‌هایی مرتکب می‌شود که حدّ و حساب ندارد.
* این‌طور نیست که حتماً جنایت‌کار بودن این ‌مذهبی‌ها را در آدم‌کشی ببینیم، بلکه هر کسی در هر عرصه‌ای که هست به نوعی رذالت خود را نشان می‌دهد. مثلاً گاهی یک عنصری در عرصۀ رسانه می‌بینید که بچه مذهبی بوده ولی چون مطیع هوای نفسش است دروغ‌هایی حاضر است ببندد و تخریب‌هایی حاضر است بکند که یک آدم ملحد حاضر نیست چنین ‌کارهایی انجام دهد. یعنی یک آدم ملحد حاضر نبود کسی را این‌طور تخریب کند. یک آدم مذهبی و نمازخوان که مطیع هوای نفس باشد، گاهی در رذالت غوغا می‌کند و کارهای زشتی انجام می‌دهد که از یک کافر ملحد هم برنمی‌آید.

**بچه‌مذهبی‌ها مواظب باشند برای فرار از مبارزه با نفس، پشت دینداری خود پنهان نشوند**

* بچه‌مذهبی‌ای که مطیع هوای نفسش باشد، تبعیت خودش از هوای نفس را توجیه می‌کند. مثلاً اگر با شوهرش دعوا کند، شوهرش را تکفیر می‌کند و او را به لجن می‌کشد. یا آقای مذهبی اگر با خانمش دعوا کند، او را تکفیر می‌کند و به لجن می‌کشد و همۀ هواپرستی‌های خود را پشت سر توجیهاتش مخفی می‌کند. ابلیس هم روز اول همین کار را کرد. ابلیس در توجیه سجده نکردنش گفت: «من از آدم بهترم، مرا از آتش آفریده‌ای و او را از خاک آفریده‌ای؛ قالَ أَنَا خَیْرٌ مِنْهُ خَلَقْتَنی‏ مِنْ نارٍ وَ خَلَقْتَهُ مِنْ طین»(اعراف/12)
* بچه‌مذهبی‌ها مواظب باشند برای فرار کردن از مبارزه با نفس، پشت دینداری خود پنهان نشوند. مبارزه با هوای نفس اصلش برای ما مؤمنین و نمازخوان‌ها است نه برای کافران. جهاد با نفس برای کسانی نیست که در اروپا و کشورهای دیگر هستند و از دین و ایمان چیزی نشنیده‌اند. اگرچه آنها هم اگر مبارزه با نفس کنند سود می‌برند.

**مبارزه با نفس برای این است که کسانی مثل تروریست‌های سوریه درست نشوند/ مسأله صرف یک برداشت اشتباه نیست**

* مبارزه با نفس برای اصلاح کافران نیست، برای این است که کسانی مثل تروریست‌های سوریه درست نشوند. برای اینهایی که تعصب‌های دینی قوی دارند ولی امروز دارند بچه سر می‌برند، آدم‌ها را زنده می‌سوزانند و جنایت‌های وحشتناک انجام می‌دهند. وقتی هم دستگیرشان می‌کنند می‌گویند: «زود باشید مرا بکشید تا به ملاقات پیامبر(ص) بروم!»
* تصور نکنید این افراد تنها دچار سوء تفاهم شده‌اند یا اشتباه به عرضِ آنها رسانده‌اند! مگر یک آدم چقدر می‌تواند اشتباه کند؟ بالاخره هر آدمی عقل و شعور دارد و تا این حدّ نمی‌تواند دچار اشتباه بشود و از روی نفهمی جنایت کند. بالاخره انسان وجدان و فطرت دارد. پس مسأله صرف یک برداشت اشتباه نیست.

**اگر نفس انسان پشت سر عبادتش بزرگ شود، یک جایی که فرصت پیدا کند جنایتی می‌کند که آدم‌های معمولی انجام نمی‌دهند**

* **وقتی یک آدم مومن و مذهبی، به هوای نفس خود رسیدگی نکرد و نفس خود را رصد نکرد (به نقایص نفس خود رسیدگی نکرد؛ لَمْ‏ یَتَعَاهَدِ النَّقْصَ مِنْ نَفْسِهِ) نفس اماره‌اش بزرگ می‌شود و چون پشت سر عبادت قرار می‌گیرد، دیده نمی‌شود. یعنی نفسش پشت سر عبادت بزرگ می‌شود. لذا یک جایی که فرصت پیدا کند، جنایتی می‌کند که آدم‌های معمولی انجام نمی‌دهند.**
* **اغلب آدم‌های متدین که خطاها و اشتباهات بزرگ می‌کنند، به خاطر نفسانیت آنهاست که آنها را به اشتباه می‌اندازد. اغلب آدم‌هایی که جاهل و نادان هستند، تبعیت از هوای نفس، آنها را به اینجا رسانده و اگر تبعیت از هوای نفس نکرده بودند به این جهالت نمی‌رسیدند.**

**گویا مؤمنِ هوای نفس پرست، تا قبل از ظهور نباید باقی بماند**

* همۀ ما در موضوع تبعیت از هوای نفس امتحان خواهیم شد. گویا مؤمنِ هوای نفس پرست تا قبل از ظهور نباید باقی بماند و باید غربال شود و به حسابش رسیده شود. از خدا می‌خواهیم هوای نفس را از دلِ ایمانی ما خارج کند و هوای نفس ما را پشت سر ایمان ما متورم و پنهان و جنایتکار نگه ندارد.
* تنها جایی که می‌شود بر این نفس ذلیل کننده و ذلیل شده غلبه کرد، درِ خانۀ اباعبدالله(ع) و کنار گودی قتلگاه است ...

32

**قدم اول در مبارزه با نفس، تنفر از نفس و دشمن دانستن اوست/ نفس، هم زشت است و هم خطرناک**

* همچنانکه قبلا گفته شد، قدم اول در مبارزه با نفس این است که ما نگرشی منفی نسبت به نفس پیدا کنیم. پیامبر گرامی اسلام (ص) می‌فرماید: «بدترین دشمن تو نفس توست که بین دو پهلوی تو قرار دارد؛ أَعْدَى عَدُوِّکَ‏ نَفْسُکَ‏ الَّتِی بَیْنَ جَنْبَیْک‏» (مجموعۀ ورّام/ج1/ص59) اهل‌بیت (ع) خواسته‌اند که ما نسبت به نفس خود چنین موضعی داشته باشیم. البته باور این مسأله دشوار است. برای باور کردن دشمن بودن نفس می‌توان از تلقین، تفکر و تذکر استفاده کرد. در روح انسان تمایلاتی وجود دارد که معمولاً با تعبیر «نفس» و یا «هوای نفس» از آن یاد می‌کنند و می‌تواند عامل جهنّم ما بشود.
* در روح انسان هم مانند جسم انسان، سموم و آلودگی‌هایی هستند که باید آنها را دفع و دفن کرد. قدم اول، تنفر از نفس است. به علاوۀ اینکه نفس، دشمن هم هست. یعنی نفس هم «زشت» است و هم «خطرناک». هم هلاک‌کننده است و هم قبیح و کثیف است. در قدم اول باید نگرش درستی به نفس پیدا کرد؛ البته اینکه با این دشمن، دشمن شویم کار سختی است. این دشمن، دشمنِ پستی است و آنقدر که این دشمن درونی، انسان را به لجن می‌کشد، دشمن بیرونی نمی‌تواند انسان را به لجن بکشد.

**آیت‌الله بهجت: آن چه معاویه و یزید بالفعل داشتند ما بالقوه داریم/ اولیاء خدا هم مراقب بوده‌اند که مبادا اسیر نفس شوند/باید همیشه با سوءظن با نفس خود برخورد می‌کنیم**

* اگر نفس خود را دشمن خودت بدانی، از اسیر شدن در دست این دشمن خطرناک می‌ترسی. اسیر نفس شدن، خیلی قبیح است. اولیاء خدا هم مراقب بودند که مبادا اسیر نفس شوند. اگر باور کنیم نفسِ ما دشمن ماست، با تمام اتفاقاتی که در نفس می‌افتد با سوءظن برخورد می‌کنیم. (امیرالمؤمنین (ع): «یَعمَلُ الأعمالَ الصّالِحَةَ وهُو علی وَجَلٍ»؛ نهج البلاغه/خطبه متقین؛ امیرالمؤمنین (ع): «کُن أوثَقَ ما تَکونُ بنَفسِکَ، أحذَرَ ما تَکونُ مِن خِداعِها»؛ غررالحکم/530)
* آیت‌الله بهجت می‌فرمودند: «آن چه معاویه و یزید بالفعل داشتند ما بالقوه داریم. و خیلى به خود مغرور نشویم این طور نیست که آنها از جهنم آمده باشند و ما از بهشت. به خدا پناه مى‌بریم!» (در محضر بهجت/ شماره ٢٧١) یعنی نفس آنقدر با ما دشمن است که می‌تواند با ما این کار را بکند و ما را به جایی برساند که مانند شمر و یزید و معاویه باشیم. اگر واقعاً نفس را دشمن خود بدانیم، همیشه با شک و سوءظن با آن برخورد می‌کنیم.
* آقای بهجت همین مطلب را که در روایات ما هم مکرر آمده، به عبارت‌های مختلف تذکر می‌دادند: «هر معصیت و ظلمى که در دیگران بالفعل موجود است، در ما نیز بالقوّه وجود دارد. خدا کند شرایط آنها براى ما تحقّق پیدا نکند و به آزمایش آنها مبتلا نشویم! خدا به ما توفیق و تنبّه دهد که اگر در ابتلا و آزمایش قرار گرفتیم، بد را خوب، و خوب را بد نبینیم! حضرت عیسى علیه السّلام از احمق یعنى کسى که نمى فهمد و نمى فهمد که نمى فهمد، فرار مى‌کرد. ما خرابیم، خدا کند بفهمیم که خرابیم، تا به فکر اصلاح و درمان برآییم.»(در محضر بهجت1/شماره ١٧۵) یا می‌فرمودند: «آن چه در همۀ این رؤسای ضلالت و فساد، بالفعل است، در هر کدام از ما که خدا معصومش نکند و خدا او را حفظ نکند، بالقوّه است.»(گوهرهای حکیمانه/25)

**دومین قدم عزم است؛ یعنی «بنای مبارزه با نفس» داشته باشیم/ خود «بنای مخالفت با نفس» نجات‌دهنده است**

* قدم دوم عزم است؛ یعنی به صورت جدی بنای مبارزه با نفس داشته باشیم. یعنی بنا داشته باشیم که حرف نفس خود را گوش نکنیم و او را ذلیل کنیم. وقتی انسان بنا داشته باشد که نفسش را تحویل نگیرد، ممکن است یک جایی از دستش در برود و اشتباهی بکند، اما خدا دست او را خواهد گرفت. لذا در روایت آمده است که وقتی مؤمن بنا دارد با نفس خود مبارزه کند، اگر زمین بخورد خدا او را بلند می‌کند و باز هم مبارزه را ادامه می‌دهد. (امام باقر (ع): انَّ الْمُؤْمِنَ مَعْنِیٌّ بِمُجَاهَدَةِ نَفْسِهِ لِیَغْلِبَهَا عَلَى هَوَاهَا فَمَرَّةً یُقِیمُ أَوَدَهَا وَ یُخَالِفُ هَوَاهَا فِی مَحَبَّةِ اللَّهِ وَ مَرَّةً تَصْرَعُهُ نَفْسُهُ فَیَتَّبِعُ هَوَاهَا فَیَنْعَشُهُ اللَّهُ فَیَنْتَعِشُ وَ یُقِیلُ اللَّهُ عَثْرَتَهُ فَیَتَذَکَّرُ وَ یَفْزَعُ إِلَى التَّوْبَةِ وَ الْمَخَافَةِ فَیَزْدَادُ بَصِیرَةً وَ مَعْرِفَةً لِمَا زِیدَ فِیهِ مِنَ الْخَوْفِ وَ ذَلِکَ بِأَنَّ اللَّهَ یَقُولُ- إِنَّ الَّذِینَ اتَّقَوْا إِذا مَسَّهُمْ طائِفٌ مِنَ الشَّیْطانِ تَذَکَّرُوا فَإِذا هُمْ مُبْصِرُونَ؛ تحف العقول/285) باید بنای مبارزه با نفس را داشته باشیم، حالا ممکن است خطایی انجام شود، ولی نفس «بنای مخالفت با نفس» داشتن نجات دهنده است.
* در مسیر مبارزه با نفس، زمین خوردن تا حدی یک امر طبیعی است. **اگر خدا ببیند کسی بنای مبارزه نفس دارد، اما زمین خورده و گرفتار گناهی شده، زیاد سخت نمی‌گیرد؛ کمکش می‌کند که بلند شود و جبران کند، چون بنای مبارزه با نفس داشته ولی در راه دچار اشتباه شده است. ببینید بنا داشتن بر مبارزه با نفس چه فایدۀ با عظمتی دارد؟ چون بنا داشتی که مبارزه با نفس بکنی، وقتی زمین خوردی کمکت می‌کنند.** البته وقتی کمکت کردند باید کمک را بپذیری و برخیزی. اما کسی که اساساً بنا نداشته باشد مبارزه با نفس بکند، احتمالا بویی از معنویت هم به مشامش نخواهد رسید و عنایتی هم به او نخواهد شد.

**بنا داشتن بر مبارزه با نفس، ریشۀ استغفار است/ منظور از متقین در آیات ابتدایی سورۀ بقره**

* بنا داشتن بر مبارزه با نفس، یکی از ریشه‌های استغفار است. کسی که مواظب بوده گناه نکند و یا گناه را شکست خوردن از نفس بداند، وقتی گناه کند استغفار خواهد کرد. والّا فرد می‌پرسد: «من برای چه باید استغفار کنم؟!»؛ چون عیبی در خود نمی‌بیند. ولی وقتی بنا داشته باشی، تازه عیوب و معاصی خود را می‌بینی.
* در ابتدای سورۀ بقره می‌فرماید: «ذلِکَ الْکِتابُ لا رَیْبَ فیهِ هُدىً لِلْمُتَّقینَ» (بقره/2)؛ معنای متقین در اول قرآن، به احتمال زیاد این است که کسانیکه «بنا»ی تقوا داشته باشند یعنی بنای مراقبت و مبارزه با هوای نفس دارند. تقوا، یعنی مبارزه با هوای نفس، مطابق برنامه‌ها و دستورات الهی، به انگیزۀ تقرّب الی‌الله؛ و این غیر از این است که صرفاً آرزو داشته باشیم که آدم‌های خوبی باشیم.

**روش تربیتی نادرست برخی والدین**

* **برخی از پدر و مادرها بنا ندارند که فرزندانی باتقوا تربیت کنند، بلکه تنها به دنبال تربیت فرزندان استاندارد هستند، و استاندارد هم از نظر آنها این است که فرزندشان، دانشگاه قبول شود، ازدواج کند، شغل و ماشین باکلاس داشته باشد، اهل روابط اجتماعی و لبخند به دیگران باشد، بتواند از حق خودش دفاع کند، و آبرویی برای پدر و مادرش دست پا کند. ولی اینکه زندگی فرزند آنها ربطی به خدا هم داشته باشد را مهم نمی‌دانند. روش تربیتی برخی از پدر و مادرها این است که به فرزند خود می‌گویند «آدم نباید بی‌ادب باشد. آدم باید خوش‌اخلاق باشد» نه اینکه بگویند «آدم باید با خواسته‌های نفس مبارزه کند». هیچگاه به فرزندشان نمی‌گویند: «تو خلق شده‌ای که با خواسته‌های دلت مبارزه کنی. یعنی اگر الان دوست داری کاری را انجام دهی، ولی آن علاقۀ تو ارزش ندارد، جلوی نفس بایست، مهم این است که جلوی نفس بایستی و با آن مبارزه کنی. مهم این نیست که رفتار خوبی از خودت نشان بدهی ولو مطابق نفسانیاتت هم باشد.»**

**آغاز معنویت بنای مبارزه با نفس است، و آغاز دوری از معنویت بنا نداشتن برای مبارزه بانفس/ بعضی‌ها دنبال دستورالعمل خصوصی می‌روند ولی بنای مبارزه با نفس ندارند!**

* بنا را بر این بگذاریم که با دوست‌داشتنی‌هایمان طبق دستور خدا، برخورد کنیم؛ و الّا ممکن است شامل این آیه باشیم که فرمود: «أُولئِکَ کَالْأَنْعامِ بَلْ هُمْ أَضَلّ» (اعراف/179). بعضی‌ها چنین بنایی برای مبارزه با نفس ندارند و آغاز دوری از معنویت، نداشتن این بنا است.
* آغاز معنویت هم داشتن بنای مبارزه با نفس است. وقتی بنای مبارزه با نفس داشته باشی، حرکت شروع می‌شود و دستورالعمل‌های جزئی از زمین و آسمان سرازیر می‌شود. دستورالعمل هم همین دستورهای عمومی است. البته گاهی از اوقات برخی از اولیاء خدا، لازم باشد دستورالعمل خصوصی هم می‌دهند، اما مهم این است که بنا بر مبارزه با نفس داشته باشیم، و به همان دستورات عمومی گوش فرا بدهیم.
* **بعضی‌ها هستند که دنبال دستورالعمل خصوصی هستند، ولی هنوز بنا بر مبارزه با نفس ندارند؛ اینها کارشان بی‌فایده است. اگر کسی در فضولات نفس زندگی کند، بوی خوش از او به مشام نخواهد رسید. وقتی هر روز صبح دعای روزهای هفته را می‌خوانی، یعنی خدایا! من بنا دارم امروز گناه نکنم و از هوای نفسم تبعیت نکنم، و از تو تبعیت کنم.**

**بعضی‌ها باوجود رعایت برخی دستورات دینی، بنای مبارزه بانفس ندارند!**

* بعضی‌ها علی‌رغم رعایت برخی دستورات دینی، بنا ندارند مبارزه با هوای نفس کنند، بلکه بنا دارند دین را هم در خدمت نفس خود قرار دهند. اینها مورد عنایت خاص خدا قرار نمی‌گیرند، و چه بسا مورد نفرت پروردگار هم واقع شوند.
* یکی از لوازم بنا داشتن برای مبارزه با نفس صبر و رضایت است. **مبارزه با نفس یعنی بنا داشته باشی اگر خدا برخی از دوست‌داشتنی‌هایت را از تو گرفت، صبر کنی. اگر خدا خواست برخی از نعمت‌‌ها را از تو بگیرد، با صبر و رضایت برخورد کنی. آیا ما بنا داریم از سلامتی، خانه، آسایش و آبروی خودمان در راه اوامر تقدیری و تشریعی خدا بگذریم؟ اگر خدا نگذاشت به دوست داشتنی‌هایمان برسیم آیا بنا داریم که صبر کنیم؟ آیا بنا بر این داریم که اگر خدا دستور داد: «از فلان دوست داشتنی‌هایت دست بردار»، بگوییم چشم؟!** هرکس چنین بنایی داشته باشد، سجده‌هایش، نمازش و زندگیش نورانی‌تر می‌شود.

**یکی از راه‌های کسب و تقویت عزم و بنای مبارزه با نفس، دعا است/ تجربۀ لحظات جدایی از نفس در روضۀ امام حسین(ع)**

* یکی از راه‌های کسب و تقویت عزم، دُعا است. عزم و بنای مبارزه با نفس را باید از خدا بخواهیم. دعا و خواستن از خدا برای عزم و بنا داشتن لازم است. اگر با خدا مناجات کنیم و از او بخواهیم، خدا حتماً کمک می‌کند. بسیاری از شهدا وقتی واقعاً از خدا شهادت می‌خواستند و اعلام آمادگی می‌کردند، خدا هم عزمشان را تقویت می‌کرد و شهادت را برایشان رقم می‌زد.
* یکی از مهمترین آثار تربیتی ذکر کربلا و روضۀ امام حسین(ع) این است که مهمترین جایی است که لحظات جدایی از حب نفس را می‌توان تجربه کرد. می‌گویی: «خدایا! من دیگر برای خودم گریه نمی‌کنم. برای نیازمندی‌های خودم نیست، برای کسی گریه می‌کنم که در کربلا به روی زمین افتاده‌است...» دیگر «خودت» مطرح نیستی.

33

**کسانی‌که نتوانسته‌اند مبارزه با نفس کنند، در واقع نخواسته‌اند مبارزه کنند/ ناتوانی فراگیر در مبارزه با هوای نفس ناشی از سلطۀ طاغوت است / با برچیده شدن نظام سلطه، معلوم می‌شود مبارزه با نفس چقدر آسان بوده**

* راه مبارزه با نفس، یک راه بسیار نورانی و زیبا است که در جلسات قبل تلاش کردیم این راه را بهتر بشناسیم. اولین قدم بعد از این شناخت، پیدا کردن نگرشی بود که در آن نفس را دشمن خود بدانیم تا واقعاً مبارزه با نفس را شروع کنیم. قدم دوم، عزم است که رفتن این راه را فوق‌العاده آسان می‌کند. «عزم» داشته باشی، توانایی بر مبارزه با نفس پیدا می‌کنی. کسانی‌که نتوانسته‌اند مبارزه با نفس کنند، در واقع نخواسته‌اند که مبارزه کنند.
* این ناتوانی فراگیر در مبارزه با هوای نفس ناشی از سلطۀ طاغوت است و الّا انسان‌ها توانایی طی این مسیر را دارند. انشاءالله وقتی این «نظام سلطه‌» که بشریت را در جهان به بردگی کشیده است و بد بودن را در مرحلۀ اول، او به انسان‌ها تحمیل و تلقین کرده، نابود شود؛ همه خواهند دید که مبارزه با نفس چقدر آسان بوده است. افراد رذلی که برای نظام سلطه کار می‌کنند، به راحتی انسان‌ها را از رسیدن به بالاترین سعادت‌ها باز می‌دارند و حق چنین افرادی این است که خداوند آن‌ها را در عذاب مخلّد کند.
* اینکه می‌گویم مبارزه با هوای نفس آسان است، چون به آثار با برکت «عزم» نگاه می‌کنم. وقتی عزم بر مبارزه با نفس می‌کنی راه برای بهره‌مند شدن از عنایت پروردگار عالم هموار می‌شود.
* برای توجه بیشتر به فعل درونی «عزم»، می‌توان به این روایت توجه کرد. امام جواد(ع) می‌فرمایند: «با دل قصد خداوند متعال را نمودن، انسان را بهتر به مقصود می‌رساند تا اذیت شدن جوارح بدن انسان به واسطه عمل؛ الْقَصْدُ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى بِالْقُلُوبِ أَبْلَغُ‏ مِنْ إِتْعَاب الْجَوَارِحِ بِالْأَعْمَال»(کشف الغمه/ج2/ص368)‏ در راه مبارزه با نفس نیاز به کار و عمل ویژه و سختی نیست، فقط همین‌که قصد و عزم داشته باشی که در راه رسیدن به قرب خدا مبارزه با نفس کنی، سختی‌های راه آسان می‌شوند.
* روایتی در مورد عزم داریم که هم آیت الله العظمی بهجت(ره) در پیام معنوی خود به آن اشاره می‌کنند و هم در دو مورد از ادعیه که از امام باقر(ع) و امام صادق(ع) نقل شده، به چشم می‌خورد: «خدایا! من فهمیدم با فضلیت‌ترین توشه راحِل به سمت تو، عزم و اراده است؛ وَ قَدْ عَلِمْتُ‏ أَنَّ أَفْضَلَ‏ زَادِ الرَّاحِلِ‏ إِلَیْکَ عَزْمُ إِرَادَةٍ»(مصباح المتهجد/ج2/ص815) یعنی مهمترین توشه‌ای که در راه و مسیر به سمت خدا می‌توان داشت، عزم و اراده است.
* آیت االله بهجت(ره) رضوان الله تعالی علیه در پیامی که به درخوست جماعتی از مؤمنین و مؤمنات برای نصیحت نوشته‌اند، در انتهای پیام می‌فرمایند: «از خدا می‌خواهیم که عیدی ما را در اعیاد شریفۀ اسلام و ایمان، موفقیت به «عزم راسخ ثابت دائم بر ترک معصیت» قرار بدهد که مفتاح سعادت دنیویه و اخرویه است»(به سوی محبوب، ص35) و در پاسخ به سوالی دربارۀ اینکه با چه کاری می‌توان بر تقوی و سیر به سوی خداوند متعال قوت پیدا نمود؟ نوشته‌اند: «بسمه تعالی ـ العزم الثابت الدائم علی ترک المعصیة فی الاعتقاد و العمل»(به سوی محبوب، ص66)

**وقتی عزم و ارادۀ مبارزه با نفس داشته باشی، حتی اگر گاهی زمین بخوری، واقعاً زیاد اهمیتی ندارد**

* وقتی عزم و ارادۀ مبارزه با نفس داشته باشی، حتی اگر گاهی زمین بخوری، واقعاً زیاد اهمیتی ندارد. مهم این است که عزم کنیم و در این عزم ثابت قدم باشیم، بقیه‌اش را خدا دستگیری می‌کند. امام باقر(ع) می‌فرمایند: «إِنَّ الْمُؤْمِنَ‏ مَعْنِیٌّ بِمُجَاهَدَةِ نَفْسِهِ لِیَغْلِبَهَا عَلَى هَوَاهَا فَمَرَّةً یُقِیمُ أَوَدَهَا وَ یُخَالِفُ هَوَاهَا فِی مَحَبَّةِ اللَّهِ وَ مَرَّةً تَصْرَعُهُ نَفْسُهُ فَیَتَّبِعُ هَوَاهَا فَیَنْعَشُهُ اللَّه...»(تحف العقول/ص284) یعنی مؤمن سخت متوجه جهاد با نفس است و در رنج و تلاش است تا بر هواى نفس خود غلبه کند، حالا یک مرتبه با خواهش نفس خود مخالفت می‌کند، یک بار هم نفس او را زمین می‌زند و از نفس خود تبعیت می‌کند ولی خدا او را بلند می‌کند و مشکل او را اصلاح می‌کند و ضایعاتش را جبران می‌کند. او هم به سمت توبه و ترس از خدا می‌رود، بصیرت او زیاد می‌شود، این است که خداوند می‌فرماید: «إِنَّ الَّذینَ اتَّقَوْا إِذا مَسَّهُمْ طائِفٌ مِنَ الشَّیْطانِ تَذَکَّرُوا فَإِذا هُمْ مُبْصِرُون»(اعراف/201) یعنی کسانی‌که تقوی دارند وقتی وسوسه‏‌ای از سوى شیطان به آنان می‌رسد، متذکر می‌شوند و بصیرت پیدا می‌کنند.

**متقی یعنی کسی لااقل بنای رعایت اوامر خدا را داشته باشد/عزم، یکی از معانی تقوا / قرار است ما اراده کنیم و خدا دست ما را بگیرد**

* یکی از معانی تقوا، عزم است. یعنی متقی، کسی است که بنا دارد مراقبت کند. البته تقوی درجات مختلف دارد. تقوی در درجه اعلی در شرایطی است که تمام عزم‌ها را محقق کرده است ولی در درجات پائین‌تر این است که بنای مخالفت با هوای نفس خود را در جریان اطاعت از خدا دارد.
* شاید به همین علت باشد که خداوند در قرآن فرموده است: «إِنَّما یَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقینَ» (مائده/27) اگر پذیرفته شدن اعمال فقط متعلق به درجات عالی تقوی باشد، کسانی‌که در مراتب پائین تقوی قرار دارند و تازه شروع کرده‌اند که نخواهند توانست قدم از قدم بردارند! پس علی القاعده پذیرفته شدن عمل باید به درجات ابتدایی تقوی هم تعلق بگیرد.
* شاید این آیه کریمه که می‌فرماید: «ذلِکَ الْکِتابُ لا رَیْبَ فیهِ هُدىً لِلْمُتَّقینَ»(بقره/2) به این معنی باشد که قرآن فقط افرادی را که لااقل بنای رعایت اوامر خدا را داشته باشد هدایت خواهد کرد و منظور این نیست که قرآن فقط کسانی را هدایت می‌کند که در اوج تقوا باشند و هیچ معصیتی نکنند.
* مهم این است که فرد عزم کرده و در مسیر قرار بگیرد، خدا در بقیه راه، او را می‌برد. بنا نیست که این راه را ما خودمان برویم، که اگر شکست خوردیم بخواهیم بگوئیم «خدایا من نتوانستم بیایم!» بنا است ما اراده کنیم و خدا دست ما را بگیرد. مثال ما در این راه مانند بچه‌ای است که همراه پدرش قایق پدالی سوار شده باشد. پدر پا می‌زند و قایق را جلو می‌برد و فرمان هم دست او است ولی پسر که آن طرف پا را بر روی پدال گذاشته و پا زدن او هیچ تاثیری ندارد و تلاش بی‌تأثیری دارد، فکر می‌کند او هم در حرکت قایق نقشی دارد. ما نقش اندکی در رسیدن به ساحل داریم چون با خدا حرکت می‌کنیم و مسلماً او موثرتر از ماست. انگار فقط اراده می‌کنیم که سوار این قایق شویم.
* اگر مسیر مبارزه با نفس را اینطور نبینیم در صورت موفقیت در مبارزه با هوای نفس دچار عجب می‌شویم. و بخاطر اینکه در اثر عجب خراب نشویم، خدا از اول بسیاری از توفیقات را از ما سلب می‌کند.

**عزم؛ اولین مرحله اخلاص است/ خدا کسی را پاک می‌کند که عزم اخلاص داشته باشد**

* عزم، اولین مرحله اخلاص هم هست. اگر خدا بفهمد که بنده‌اش دوست دارد مخلص شود، خداوند زندگی او را اداره خواهد کرد. کسی که به این سادگی نمی‌تواند مخلص شود، مهم این است که عزم کرده باشد مخلص شود. رسول گرامی اسلام(ص) می‌فرماید: «خداوند متعال می‌فرماید: هرگاه دل بنده‌ام را نگاه کنم و ببینم که از روى اخلاص و براى خشنودى من طاعتم را به جا مى‌آورد، اصلاح و تربیت او را خودم به عهده می‌گیرم و به او نزدیک می‌شوم؛ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص: قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ مَا أَطَّلِعُ عَلَى قَلْبِ عَبْدٍ فَأَعْلَمُ فِیهِ حُبَ‏ الْإِخْلَاصِ‏ لِطَاعَتِی‏ لِوَجْهِی وَ ابْتِغَاءِ مَرْضَاتِی إِلَّا تَوَلَّیْتُ تَقْوِیمَهُ وَ سِیَاسَتَهُ وَ تَقَرَّبْتُ مِنْه»(مصباح الشریعه/ص92)
* کسی که واقعاً بخواهد مبارزه با نفس کند، خدا دست او را می‌گیرد. خدا کسانی را پاک نمی‌کند که حاضر نیستند از بدی‌هایشان دست بردارند. دلیل اینکه زبیر گمراه شد این بود که نخواست یکی از بدی‌هایش که حسادت نسبت به علی بن ابیطالب(ع) بود را کنار بگذارد. لذا هیچکدام از بدی‌هایمان را نباید از خدا پنهان کنیم.
* عزم، رفتن این راه را آسان می‌کند. عزم برای انجام عمل هم بسیار مؤثر است. مثلاً برای سحرخیزی، عزم سحرخیزی داشتن مشکل را حل می‌کند. کسی که عزم نماز شب خواندن دارد، شب کمتر غذا می‌خورد یا زودتر می‌خوابد و موفق به سحرخیزی می‌شود. ولی خود عزم هم بسیار موثر است.

**غفلت می‌تواند عزم انسان را از بین ببرد/ذکر و محاسبه نفس می‌تواند باعث تقویت عزم شود**

* چه چیزی عزم ما را از بین می‌برد؟ غفلت می‌تواند عزم انسان را از بین ببرد همچنانکه به فکر بودن و «ذکر» هم عاملی است که می‌تواند باعث تقویت عزم شود. ما وقتی حواسمان از عزمی که کرده‌ایم پرت شود و ساعت‌ها بگذرد و یادمان نیاید چه عزمی داشتیم کم کم عزممان ضعیف می‌شود.
* محاسبه نفس نیز می‌تواند تقویت عزم را به دنبال داشته باشد. محاسبۀ مداوم نفس آن‌قدر مهم است که امام موسی بن جعفر(ع) می‌فرماید: «کسی‌که هر روز نفس خود را محاسبه نکند، از ما اهل بیت(ع) نیست؛ لَیْسَ مِنَّا مَنْ‏ لَمْ یُحَاسِبْ‏ نَفْسَهُ‏ فِی کُلِّ یَوْم‏»(کافی/ج2/ص453) تداوم عزم، با محاسبه نفس است و محاسبه نفس، عزم را نگه می‌‌دارد و حفظ می‌کند و حتی موجب تقویت آن می‌شود.

34

**اگر دین هم نداشته باشیم، برای زندگی بهتر در دنیا باید مبارزه با نفس کنیم**

* مسیر مباحث مبارزه با نفس به عنوان «تنها مسیر» به گونه‌ای است که بی‌ایمان‌ترین افراد را هم می‌توان به آن مسیر دعوت کرد. اگر کسی فقط به «دنیا» هم معتقد باشد و ببیند که ناچار است در دنیا زندگی کند، درک می‌کند که این دنیا قواعدی دارد که برای بهتر زندگی کردن در آن باید طبق آن قواعد حرکت کند. اگر دین هم نداشته باشیم، برای اینکه در دنیا بهتر زندگی کنیم، باید مبارزه با نفس کنیم.
* اگر کسی اصل مبارزه با نفس را بپذیرد و کمی عقل داشته باشد کم کم متوجه می‌شود بشر از یک برنامه‌ریزی صحیح و دقیق برای مبارزه با نفس عاجز است و بهتر است به برنامه‌های خدا در این باره مراجعه نماید. آنگاه از سر عقل و به انگیزۀ بهتر زندگی کردن هم که شده بسیاری از دستورات دینی را رعایت خواهد کرد.

**قدم‌های اول و دوم در مبارزه با نفس: «نگاه دشمنانه به نفس» و «عزم مبارزه با نفس»**

* همان‌طور که بیان شد؛ قدم اول در راه مبارزه با نفس این است که نگاه خود به نفس را نگاهی دشمنانه قرار دهیم و اصل مبارزه با این دشمن را به لحاظ روحی، عمیقاً باور کنیم. دشمن دیدن نفس، آثار بسیار گرانبهایی دارد؛ یکی از آثارش این است که دشمن بیرونی در مقابل ما ناچیز جلوه خواهد کرد، و در مبارزه و جهاد با دشمنان شجاعانه‌تر عمل خواهیم کرد. به علاوه اینکه در روابط عادی اجتماعی بسیاری از افراد را در اطراف خود، دشمن به حساب نمی‌آوریم، و تا با هر کسی مشکلی پیدا کردیم بلافاصله او را دشمن به حساب نخواهیم آورد.
* قدم دوم، عزم و بنا داشتن برای مبارزه با نفس است. این عزم، در فرد نورانیت به دنبال می‌آورد. چنین عزمی اگر در یک خانواده باشد، آن خانواده را آباد خواهد کرد. این عزم اگر در یک مدرسه باشد، فضای آن را تغییر می‌دهد. اگر عزم در جامعه فرهنگ بشود آن جامعه را از فساد، سالم خواهد کرد.

**عزم مبارزه با نفس، تمام شعارها و آرمان‌های خوب را عملیاتی می‌کند/ راه اتحاد در ادارۀ مدرسه/ دانش‌آموز در مراحل آموزش مدرسه، باید مبارزه با هوای نفس را یاد بگیرد**

* فرق عزم داشتن و عزم نداشتن برای مبارزه با نفس چیست؟ چیزی جای عزم بر مبارزه با هوای نفس را نمی‌تواند پر کند. اگر در یک جمعی مانند یک مدرسه، همه افراد صرفاً ایمان به خدا داشته باشند، و از برنامه و انگیزۀ مشترکی برخوردار نباشند در مرحله عمل دچار مشکل می‌شوند. گاهی ایمان هست ولی اعتراض به خدا در مورد مشکلات و بلاها هم هست. گاهی ایمان هست، ولی تنبلی اجازه نمی‌دهد حرف خدا را گوش کنیم. در حالیکه عزم بر مبارزه با هوای نفس منطق و انگیزۀ صبر در بلا و صبر بر معصیت و طاعت را تقویت می‌کند و تبدیل به یک اصل پذیرفته شدۀ عمومی می‌شود.
* اینکه در یک مدرسه همه تصمیم داشته باشند آدم‌های خوبی باشند، یا آدم‌های بدی نباشند، ولی بر سر راه خوب شدن توافق نداشته باشند باز مشکلی حل نخواهد شد، چون طریق خوب شدن و شاخص خوب بودن تنها در مبارزه با نفس قابل تعریف است. وقتی طریق خوب بودن و بد نبودن معلوم نباشد، باز هم تشتّت، زمین خوردن و ناراحتی و نارضایتی باقی خواهد ماند. کسی که راه بد نبودن را نداند، از تلاش برای بد نبودن خسته می‌شود و آن را رها می‌کند. ولی اگر کسی بنا و عزم برای مبارزه با هوای نفس و دوست داشتنی‌هایش داشته باشد، ایمان، ثمرات خودش را نشان می‌دهد و آرزوها برای خوب بودن و بد نبودن، معنی پیدا می‌کند و محقق می‌شود؛ خسته هم نمی‌شود. کسی که بنا بر مبارزه با نفس دارد و این راه را دوست دارد، دلیلی برای خسته شدن ندارد. چون خسته شدن یعنی غلبۀ هوای نفس و او تصمیم دارد با همین مبارزه کند و دست از دوست‌داشتنی‌هایش بردارد. عزم داشتن بر مبارزه با نفس، تمام شعارها و آرمان‌های خوب را عملیاتی می‌کند.
* **سند تحول در آموزش و پرورش علی القاعده باید اساس و مبنایش مبارزه با هوای نفس باشد؛ هر چه از عبارت‌هایی مانند ایمان و اخلاق در آن استفاده شود جایگزین این محور عملیاتی در تعلیم و تربیت قرار نمی‌گیرد. مسأله مهم این است که دانش‌آموز در مراحل تعلیم و تربیت در مدرسه، مبارزه با هوای نفس را بپذیرد و یاد بگیرد، که اگر این‌طور باشد، دین را هم منجی خودش خواهد دانست نه آنکه دین را مزاحم خود بداند.**

**در برخی فیلم‌ها ظاهراً خلاف شرع واضح دیده نمی‌شود ولی در آنها ضدّ «ایجاد عزم مبارزه با نفس در جامعه» عمل شده/ داستانی که در آن انسان به همۀ آرزوهایش می‌رسد، دروغ است**

* گاهی از فیلم‌ها و آثار سینمایی انتقاداتی می‌شود که ممکن است در ظاهر بدی خاصی نداشته باشند ولی برای این فیلم‌ها همین قدر بدی کافی است که عزمی بر مبارزه با هوای نفس در متن داستان آن‌ها دیده نمی‌شود؛ بلکه آنچه دیده می‌شود بر خلاف عزم برای مبارزه با هوای نفس است. این موجب اشاعۀ فرهنگ هواپرستی می‌شود.
* مثلاً در تمام طول فیلم، بازیگر نقش اول فیلم به دنبال این است که به دوست‌داشتنی‌اش برسد و بیننده هم معطل است که ببیند آیا او به دوست‌داشتنی‌اش می‌رسد یا نمی‌رسد؟ در این دست فیلم‌‌ها، ممکن است ظاهراً خلاف شرع واضحی وجود نداشته باشد ولی ضدّ ایجاد عزم برای مبارزه با هوای نفس در جامعه عمل کرده است.
* ترتیب جلو رفتن داستان در یک فیلم خوب و واقعی، باید اینگونه باشد که یک تقاضا و محبتی در دل بازیگر نقش اول ایجاد شده باشد، و بیننده منتظر باشد ببیند چگونه او به خواسته‌اش نمی‌رسد و راه دیگری برای رشد او باز می‌شود؟ باید در جریان روند داستان منتظر باشد ببیند، چه زمانی حال او گرفته می‌شود؟ اگر یک گره از کار او باز شد، باید دید گره بعدی چگونه بسته می‌شود؟ اگر او یک عیب خودش را اصلاح کرد، باید دید عیب بعدی او چه خواهد بود؟ جریان مستمر حال‌گیری در دنیا از ناحیه خدا به صورت تقدیری باید در هر داستانی دیده شود و الا داستان دروغ است. انسان‌ها به همه آرزوهایشان نمی‌رسند و این واقعیت است. این داستان حال‌گیری، از طرف خود ما هم در جریان مبارزه با نفس وجود دارد و انسان در این راه به جایی می‌رسد که حال او در بلاء و رخاء یکسان است. (نُزِّلَتْ‏ أَنْفُسُهُمْ‏ مِنْهُمْ فِی الْبَلَاءِ کَالَّتِی نُزِّلَتْ فِی الرَّخَاء؛ نهج البلاغه/ خطبۀ 193)

**کلیدی‌ترین کار فرهنگی، نهادینه کردن مبارزه با هوای نفس در فرهنگ جامعه است/ عزم مبارزه با هوای نفس، باید به یک عزم عمومی تبدیل شود**

* عزم برای مبارزه با هوای نفس تنها یک مسألۀ فردی نیست. فرهنگ یک جامعه تنها در صورتی متعالی خواهد شد، که در آن جامعه یک عزم عمومی برای مبارزه با هوای نفس وجود داشته باشد و خودخواهانه و هواپرستانه برخورد کردن از طرف دیندار و بی‌دین قبیح باشد. جامعۀ انسانی فقط در این صورت روی سعادت، آرامش، رشد، فلاح و رستگاری را خواهد دید. عزم برای مبارزه با هوای نفس را باید به یک عزم عمومی تبدیل کرد. اگر این عزم در جامعه جاری شود، جامعه را نورانی می‌کند.
* کسانی‌که اهل کار فرهنگی هستند، به این مطلب کلیدی و مهم توجه داشته باشند که کلیدی‌ترین کار فرهنگی، نهادینه کردن مبارزه با هوای نفس در فرهنگ جامعه است. اگر عزم عمومی نباشد، فرهنگی وجود نخواهد داشت و آن چیزی که ساخته می‌شود، فرهنگ غلط خواهد بود. اگر عزم عمومی در مبارزه با هوای نفس در جامعه وجود داشته باشد، جامعه آرام و روابط بین افراد عالی خواهد بود. چنین جامعه‌ای، شبیه جامعه بعد از ظهور امام زمان(عج) خواهد شد. اگر قبل از ظهور هم بخواهیم مورد مشابهی را درنظر بگیریم، شبیه فرهنگ نابی خواهد بود که بین رزمندگان مخلص و شهادت‌طلب در زمان دفاع مقدس ایجاد شده بود. مورد دیگر مشابه قبل از دفاع مقدس؛ جامعه کوچک اصحاب امام حسین(ع) است که اگرچه عمر کوتاهی داشت، ولی در هیچ کجای دیگر مانند آن پیدا نشده است.

**سومین مرحله مبارزه با نفس؛ داشتن «برنامه» است/ ترک گناه نسبت به انجام کار خوب اولویت دارد**

* بعد از عزم، نوبت برنامه است. یک برنامۀ چند وجهی که طی آن باید بطور همزمان به چند نوع فعالیت اقدام کرد، که البته از جهت اهمیت ممکن است یکسان نباشند ولی در کنار هم قابل اجرا هستند. چون انسان در طول بیست و چهار ساعت و یا در یک لحظه چند کار می‌تواند انجام دهد. با توجه به ذوابعاد بودن وجود آدمی دستورالعمل‌ها نیز همزمان ما را به اجرای فرامین مختلف دعوت می‌کنند.
* قبلا گفته شده **کسی نباید با سلیقه خودش مبارزه با هوای نفس کند، بلکه باید طبق دستور مبارزه کرد. اگر مبارزه با نفس، طبق دستور نباشد مبارزه با نفس نیست؛ بلکه پرداختن به نفس است.** راز دستورات الهی هم اینجا معلوم می‌شود که اصلاً خدا چرا دستور داده است. دستور، لطف خداست و بیشتر ما را رشد می‌دهد. البته اساساً انسان با «امر» و «دستور»، بهتر مبارزه با هوای نفس می‌کند.
* دستورات در تقسیم کلی دو نوع هستند؛ 1- دستور به ترک بدی‌ها 2-دستور به انجام کارهای خوب. اکثر دستورات دینی، دستور به ترک کارهای بد هستند؛ یعنی اکثراً سلبی هستند نه ایجابی، برخی از موارد هم مانند خمس و زکات که ایجابی به نظر می‌رسند از این جهت که شامل ترک و کنار گذاشتن بخشی از اموال هستند، می‌توانند سلبی محسوب شوند. ولی دستوراتی مانند نمازخواندن، وضو گرفتن و کسب درآمد، ایجابی هستند. همانطور که قبلا گفتیم انسان می‌تواند همزمان چند دستور را اجرا کند، انسان «دستور به ترک» را همزمان با «دستور به فعل» می‌تواند اجرا نماید.
* بین دو دستور (ترک گناهان و انجام کار خوب)، ترک گناه بر انجام کار خوب اولویت دارد؛ اولویت داشتن ترک گناه به این معنا است که مواظبت بر ترک گناه باید بیشتر از مواظبت برای انجام کار خوب باشد. البته اولویت گناه نکردن به معنای تعطیل شدن انجام کار خوب نیست.
* گناه نکردن، اولویت دارد و در جریان مبارزه با هوای نفس، اول باید با دوست داشتنی‌ای مبارزه کرد که دعوت به گناه می‌کند. در مرحله دوم باید با دوست داشتنی‌ای مبارزه کرد که دعوت به مقدمه گناه می‌کند. در مورد ترک گناه بزرگ و ترک گناه کوچک هم اولویت‌بندی‌هایی وجود دارد که می‌توان آن را در برنامه دخالت داد. راه مبارزه با نفس، اگر چه ممکن است در ظاهر سخت به نظر برسد ولی با برنامه‌هایی که برای آن وجود دارد، بسیار راحت خواهد بود. وقتی به مبارزه با نفس اقدام کنیم، کار آسان می‌شود.
* در میان دستورات الهی در انجام کار خوب، توجه به نماز به عنوان مهمترین کار خوب ضروری است. نماز به ترک گناه کمک می‌کند. خداوند می‌فرماید: «نماز از فحشاء و منکرات جلوگیرى مى‏کند؛ إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهى‏ عَنِ الْفَحْشاءِ وَ الْمُنْکَرِ»(عنکبوت/45) این آیه هم نشان می‌دهد ترک گناه خیلی مهم است که باید از نماز برای دوری از گناه کمک گرفت. و هم اهمیت نماز را در تاثیرش برای ترک گناه نشان می‌دهد.
* در مورد ترک گناه اشاره به این روایت مناسب است که پیامبر اکرم(ص) فرمودند: «چشم‌هایتان را ببندید تا عجائب عالم را ببیند؛ غُضُّوا أَبْصَارَکُمْ‏ عما حرم الله علیکم تَرَونَ الْعَجَائِب‏» (مصباح الشریعه/ص9)
* تعداد کارهای بدی که انسان باید ترک کند، زیاد است که البته بسیاری از آنها به نوبت سر راه انسان قرار می‌گیرند. و تنظیم آنها توسط امتحانات و مقدرات الهی خواهد بود.
* برای ترک گناه، باید مسأله خط قرمز بودن گناه را جا انداخت. **در ترک گناه، معضل اصلی این است که انسان متقاعد نشده است که باید گناه را ترک کند. مشکل اصلی کسی که متقاعد نشده، این است که اصل مبارزه با هوای نفس که باید طبق دستور باشد، را نپذیرفته است.**

**کنار گذاشتن گناه، «چرا؟» ندارد/ این نگاه به اصطلاح روشنفکری که «من تا فلسفه کاری را ندانم آن را انجام نمی‌دهم» غلط است**

* وقتی اصل ضرورت مبارزه با نفس جا افتاده باشد و این اصل مهم را هم پذیرفته باشیم که برنامۀ این مبارزه با نفس باید از جانب خدا بیاید -چون ما اکثراً نمی‌توانیم متوجه بشویم چه هوای نفسی را باید ترک کنیم- دیگر نفسِ «امر خدا» باید بتواند ما را متقاعد کند که آن را ترک کنیم. آیا واقعاً ما با صرف امر و نهی خدا متقاعد می‌شویم؟ یا بازهم دنبال دلیل می‌گردیم؟
* این نگاه به اصطلاح روشنفکری، نگاه اشتباهی است که من تا فلسفه کاری را ندانم آن را انجام نمی‌دهم. یک روشنفکر هم وقتی نزد پزشک می‌رود، حرف پزشک را مانند مردم عوام قبول می‌کند و نظر پزشک را کامل می‌پذیرد، بدون آنکه علت دستورات او را مفصلاً بداند.
* حضرت علی(ع) می‌فرمایند: «هیچ طاعتی نیست، مگر اینکه آدم خوشش نمی‌آید و هیچ معصیتی نیست مگر اینکه با یک شهوت و خوشی همراه است؛ مَا مِنْ طَاعَةِ اللَّهِ شَیْ‏ءٌ إِلَّا یَأْتِی فِی کُرْهٍ وَ مَا مِنْ‏ مَعْصِیَةِ اللَّهِ شَیْ‏ءٌ إِلَّا یَأْتِی فِی‏ شَهْوَة»(نهج‌البلاغه/خطبۀ 176) کنار گذاشتن گناه، «چرا؟» ندارد. برنامۀ مبارزه با نفس، برای مبارزه با دوست داشتنی‌ها است. وقتی بعضی‌ها می‌پرسند: «چرا من باید این گناه را ترک کنم؟!» خود این سؤال، علامت آن است که به گناه علاقه دارد، در اینجا باید فرد متوجه چانه‌زنی خودش بشود و بعد صریحاً به خودش بگوید: «اتفاقا چون دوست داری و خوشت می‌آید باید آن را ترک کنی».

**بعضی‌ها با یک ترک گناه به خیلی جاها رسیده‌اند/ ترک گناه بهترین برنامه برای مبارزه با هوای نفس است**

* اگر گناه نکنی، کار به جایی می‌رسد که دوست داری مکروه را هم ترک کنی. کسی که گناه نمی‌کند، آنچنان اشتیاقی برای ملاقات با خدا پیدا می‌کند که می‌خواهد کل دنیا را به خاطر خدا ترک کند و همه دارایی‌هایش را به خاطر او قربانی بدهد. گاهی افراد با یک ترک گناه به خیلی جاها رسیده‌اند؛ یک گناه را ترک کرده‌اند. البته نباید در این ترک گناه هیچ ملاحظۀ‌ دیگری غیر از ملاحظۀ خدا مطرح باشد. ترک گناه بهترین برنامه برای مبارزه با هوای نفس است.
* اگر کسی ترک گناه کند روحش به معصومین علیهم السلام مقرب می‌شود؛ و محبت او به اهل بیت(ع) زیاد می‌شود. رابطۀ محبت‌آمیز با اهل‌بیت(ع) وجود انسان را پر می‌کند و تنهایی را بر طرف می‌سازد. اگر اهل ترک گناه باشی، نام امام حسین(ع) را که بشنوی از خود بی‌خود خواهی شد ...

جلسه37

اگر انسان نتواند مخالف دوست‌داشتنی‌هایش عمل کند، «اختیار» و «آگاهی» هم ارزش ندارند/ مخالفت با نفس اگر با دستور خدا و ولی او نباشد، موافقت با نفس است/ بعد از «عزمِ» مبارزه با نفس، «حرکت» با چهاراقدام در دو جبهه آغاز می‌شود/«ترک گناه» و «رضایت» ارزشمندترند اما «نماز» و «شکر» مقدم

**در چه شرایطی انتخاب بین علایق معنا دارد؟/ ارزش افزوده؛ نتیجه عبور از «علایقِ پیدا» به سمت «علایق پنهان» است**

* انسان، موجودی جدا از حیوان و فرشته است. فرق انسان با حیوان و فرشته این است که نه در حد حیوان باقی می‌ماند و نه مجبور است مثل فرشته باشد، بلکه به او اختیار داده شده که به بالا یا پائین برود. البته اینها توصیف است و تعریف دقیق هویت انسان شاید این باشد که انسان موجودی است که می‌تواند ارزش افزوده تولید کند. یعنی انسان می‌تواند خودش و محیطش را تغییر بدهد. لازمه این تغییر این است که علاقه‌هایی داشته باشد و علیه آن علاقه‌ها قیام کند؛ و الا اگر بنا باشد طبق علاقه‌اش عمل کند یا مثل حیوان خواهد بود یا فرشته؛ چون حیوان و فرشته طبق علاقه‌شان عمل می‌کنند. ولی انسان قرار است تغییر کند و لازمۀ این تغییر این است که خلاف علاقه‌اش حرکت کند. پس مخالفت با علاقه، در واقع بخشی از تعریف و ماهیت انسان است، نه یک توصیۀ مهم به انسان. البته میزان و چگونگی این مخالفت و اینکه آیا مخالفت با همۀ علاقه‌ها هست یا برخی از علاقه‌ها، توضیح و تفصیل زیادی دارد که که در جلسات قبل به آن پرداخته شد.
* اگر انسان یک نوع علاقه داشته باشد، طبیعتاً به دنبال آن می‌رود. اگر دو نوع علاقۀ مساوی در دل داشته باشد، همیشه حیران می‌ماند که به سمت کدام یک برود و اگر این دو نوع علاقه، نامساوی باشند همیشه دنبال علاقۀ قوی‌تر می‌رود. پس قرار گرفتن بر سر دو راهی را باید به شکلی تصور کرد که انتخاب، مبارزه با هوای نفس، و مبارزه با علایق ممکن باشد. امکان مبارزه با علاقه و تولید ارزش افزوده چه زمانی پدید می‌آید؟
* امکان مبارزه با علاقه و تولید ارزش افزوده زمانی پدید می‌آید که یک علاقۀ ضعیف‌تر وجود دارد و یک علاقه قوی‌تر؛ ولی علاقه قوی‌تر، پنهان‌تر است و علاقه ضعیف‌تر، ظاهرتر است. در اینجا تعادلی ایجاد می‌شود که امکان مبارزه با علایق سطحی‌تر را فراهم می‌کند.

**ارزشمندی انسان به این دلیل است که می‌تواند مخالف دوست‌داشتنی‌اش عمل کند/ اگر انسان نتواند مخالف دوست‌داشتنی‌های خود عمل کند، اختیار و آگاهی هم ارزش ندارند**

* حرکت انسان از علاقۀ پیدا به سمت علاقۀ پنهان باعث تولید ارزش افزوده می‌شود. ماهیت تولید ارزش افزوده ارتباطی به آگاهی ندارد، زیرا در اینجا آگاهی نفش یک ابزار را دارد. ماهیت تولید ارزش افزوده را به اراده و اختیار هم نباید مرتبط کرد، زیرا آنها فرع این ماجرا هستند. اراده و اختیار- اگر از آن استفاده‌ای نشود- فی‌نفسه برای انسان ارزش و برتری نسبت به حیوان و فرسته ایجاد نمی‌کنند، مهم این است که انسان با این اراده می‌خواهد چه کار کند؟ غذا بخورد؟ خب برای این کار، همان غریزه‌ای که در انسان و حیوانات مشترک است، کافی است، چه نیازی به اراده است؟ ارزشمندی انسان به این دلیل است که می‌تواند مخالف دوست‌داشتنی‌اش عمل کند. در اینجا اختیار و آگاهی به کمک می‌آیند. اگر انسان نتواند مخالف دوست‌داشتنی‌های خود عمل کند، اختیار و آگاهی هم ارزش ندارند.

**انسان موفق، کسی است که می‌تواند بیشتر با نفس خود مخالفت کند**

* **در غرب انسان را فریب می‌دهند و مدام به او می‌گویند: «تو حق انتخاب داری»! بله انسان حق انتخاب دارد ولی این انتخاب فرع بر چیز دیگری است. انسان برای این حق انتخاب دارد که بتواند ارزش افزوده تولید کند و وقتی می‌تواند ارزش افزوده تولید کند که بتواند خلاف میلِ خودش عمل کند.**
* **اگر کسی طبق میل سطحی اولیه، غریزی و حیوانی خود عمل کند، از انتخاب خود استفاده نکرده است. اگر کسی بخواهد از این حق انتخاب استفاده کند، به نوعی باید علیه خودش (یعنی علیه علایق سطحی خودش) از این حق انتخاب استفاده کند. اصل ارزش و هویت انسان به این است که می‌تواند خلاق میل خودش عمل کند و این باعث تولید ارزش افزوده می‌شود.** این مطلب به انسان بودن انسان برمی‌گردد با ادبیات فرادینی و غیر متدینانه هم می‌توان آن را برای همۀ مردم جهان جا انداخت. اخیراً در روان‌شناسی می‌گویند لزوماً انسان‌های با استعدادتر، موفق‌تر نیستند، بلکه انسان‌هایی که می‌توانند بیشتر با خواسته‌های خودشان مخالفت کنند، موفق‌تر هستند. پس موضوع مبارزه با علاقه، یک موضوع اصیل انسانی است؛ حتی قبل از اینکه دین به سراغ ما آمده باشد.

**مخالفت با نفس اگر با دستور خدا و ولی خدا نباشد، موافقت با نفس است/ دستور خدا، لطف خداست**

* بحث بعدی این است که چگونه می‌توان با دوست داشتنی‌ها مخالفت کرد؟ برنامۀ این مخالفت چگونه است؟ در جواب به این سؤال، گفتیم که اگر کسی می‌خواهد با دوست‌داشتنی‌های خودش مبارزه کند، این مبارزه باید به دستور فرد دیگری غیر از خودش باشد. اگر به دستور فرد دیگری نباشد، در واقع به میل خودش مبارزه کرده‌ است و این یعنی مبارزۀ واقعی با نفس انجام نشده است. اگر مبارزه با علایق، با دستور خود انسان باشد، مخالفت با خود نیست بلکه موافقت با خود است. در اینجا خدا به کمک انسان می‌آید و به انسان برنامه و دستور می‌دهد. در واقع خدا لطف کرده است که به ما دستور داده است؛ دستور خدا، در واقع محبت و لطف خدا به ما محسوب می‌شود.
* از این جا به بعد که نیاز به دستور خدا ضروری می‌شود، پای دین به میان می‌آید. دین، به برنامه‌ای نجات‌بخش برای اجرای عملیات ارزش افزوده تبدیل می‌شود. وقتی می‌خواهی از خدا تبعیت کنی، خدا خیلی بزرگ است و ما خیلی از خدا کوچکتریم، لذا ما اگر دستورات خدا را گوش کنیم، خیلی هنری نکرده‌ایم. برای اینکه واقعاً هنر کرده باشیم و امر خدا را اطاعت کرده باشیم تا رشد کنیم، خدا دستور می‌دهد که از کسی مثل خودمان اطاعت کنیم که دوست خدا است. خدا، انبیاء و اولیاء را می‌فرستد و بحث ولایت پیش می‌آید. یعنی شما که می‌خواهی با هوای نفس خودت، مخافت کنی؛ وقتی حرف خدا را گوش می‌کنی، آن قدر منیّت تو از بین نمی‌رود که وقتی حرف ولی خدا را گوش می‌کنی.
* **به طور خلاصه می‌توان گفت: در متن تعریف انسان، مخالفت با علاقه پیش می‌آید و در متن مخالفت با علاقه، دین و دستور خدا پیش می‌آید و در متن دستور خدا و دین، بحث ولایت پیش می‌آید.**

**قدم‌های اول و دوم مبارزه با نفس در کلام حضرت امام(ره): 1-تفکر (نگرشِ منفی به نفس) 2-عزم (بنای مبارزه)**

* بعد از این مقدمات گفتیم که قدم اول برای حرکت، داشتن «نگرشِ به شدت منفی نسبت به نفس» است. یعنی باید نفس را دشمن خود بدانیم. دومین قدم، عزم است و اینکه بنای مبارزه با نفس داشته باشیم. حضرت امام(ره) جملات زیبایی در این مورد دارند. ایشان از قول مرحوم آیت‌الله شاه آبادی(ره) قدم اول را تفکر بیان کرده و می‌فرمایند: «بدان که اوّل شرط مجاهده با نفس و حرکت به جانب حق تعالى «تفکّر» است»(شرح چهل حدیث/ص6) «نگرش» و «تفکر» در یک فضا هستند؛ نگرش با آگاهی حاصل نمی‌شود، بلکه باید وقت گذاشت و در مورد آن تفکر کرد. با تفکر می‌توان این تغییر نگرش را انجام داد.
* حضرت امام(ره) در ادامه، قدم دوم را «عزم» بیان کرده و می‌فرمایند: «منزل دیگر که بعد از تفکر از براى انسان مجاهد پیش مى‏آید، منزل «عزم» است‏... و عزمى که مناسب با این مقام است عبارت است از بنا گذارى»(شرح چهل حدیث/ص7). این بنا گذاشتن، یعنی فرد بنا داشته باشد با علاقه‌های خودش مبارزه کند. باید بنا بر مبارزه با نفس داشت، اگر چه ممکن است چند جا هم موفق نشوید. توجه داشته باشید که بنا داشتن، با اراده کردن متفاوت است. اراده، هنگام فعل و انجام کار است.
* زندگی انسان با مبارزه همراه است، نمی‌توان زندگی بدون جنگ داشت. کسی که در درون خودش بنا را بر مبارزه گذاشته باشد، وقتی که دستور جهاد با دشمن بیرونی هم صادر شود، راحت‌تر می‌پذیرد. همان‌طور که می‌دانید یکی از اولین اتفاقات در تاریخ حیات بشر، جنگ هابیل و قابیل بوده است. یکی از بازی‌های کودکان هم جنگ است و بچه‌ها معمولاً این بازی را دوست دارند. لذا در روش تربیتی صحیح نباید به طور مطلق جلوی جنگ کردن بچه‌ها با یکدیگر را گرفت بلکه ضمن مراقبت از خط قرمزها باید به آن جهت داد. مواردی از این دست نشان می‌دهد وجود انسان با نبرد شکل پیدا می‌کند.

**بعد از «عزم» حرکت در دو جبهه آغاز می‌شود: 1-عمل اعضاء 2-عمل قلب /«رضایت» و «شکر»؛ دو فعل قلبی که شما را تا بهشت می‌برند**

* تا اینجای بحث یک مرور و جمع‌بندی از مباحث گذشته به همراه برخی نکات جدید بود. اما در ادامه بحث، پس از عزم، به حرکت می‌رسیم.
* بعد از اینکه عزم کردی و بنا را بر مبارزه گذاشتی، حرکت در چند جبهه آغاز می‌شود. یکی در جبهه «عمل با اعضاء و جوارح»؛ یکی در جبهه «قلب و روح». به بیان دیگر، «فعل» انسان را می‌توان به دو قسمت تقسیم کرد: «فعل بیرونی» که همان عمل با اعضاء و جوارح است و «فعل درونی» یا «باطنی» که در واقع عمل با قلب و روح است.
* هر یک از این دو نوع فعلِ درونی و بیرونی (فعل ظاهری و باطنی) می‌توانند به دو بخش سلبی و ایجابی تقسیم شوند. لذا در مجموع چهار نوع فعل درونی و بیرونی داریم که بعد از عزم، باید این چهار کار را انجام داد.
* عمل با اعضاء و جوارح یا «فعل بیرونی» می‌تواند 1-«انجام اوامر الهی» باشد و می‌تواند و 2-«ترک نواهی پروردگار» باشد. بنابراین افعال ظاهری و جوارحی به ترک و انجام تقسیم می‌شوند؛ ترک کار بد و انجام کار خوب.
* عمل قلبی و روحی یا «فعل باطنی» می‌تواند 1-«رضایت» باشد و می‌تواند 2-«شکر» باشد. افعال باطنی و قلبی نیز به «شکر برای داشته‌ها» و «رضایت برای نداشته‌ها» تقسیم می‌شوند. شکر جنبۀ ایجابی دارد و رضایت جنبۀ سلبی.
* رضایت و راضی بودن، در واقع یک فعل درونی است که باید در جریان مبارزه با نفس به آن توجه کنیم. یعنی در عین اینکه باید کار و تلاش کرد و وضعیت موجود را تغییر داد، رضایت هم باید داشت. رضایت، یک فعل روحی بسیار مهم است؛ حتی برای اجابت دعا باید از شرایط موجود راضی بود. امام سجاد(ع) می‌فرمایند: «کسى که در دلش هوایى جز رضایت از خدا نگذرد (جز خوشنودی از خدا در دلش خطور نکند) من ضمانت مى‌کنم که خداوند دعایش را مستجاب کند؛ أَنَا الضَّامِنُ‏ لِمَنْ‏ لَمْ‏ یَهْجُسْ فِی قَلْبِهِ إِلَّا الرِّضَا أَنْ یَدْعُوَ اللَّهَ فَیُسْتَجَابَ لَهُ»(کافی/2/62)
* البته انسان در عین حال که راضی است باید تلاش کند طبق دستور خدا وضعیت فعلی خودش را بهبود دهد. بنابراین اگر انسان راضی باشد اما به دستور خدا برای تغییر وضع زندگی‌اش تلاش کند، همین تلاش عبادت است. اگر کسی نمی‌تواند راضی باشد، باید صبر کند. البته «صبر جمیل» همان رضایت است.
* دومین فعل درونی و قلبی، شکر است؛ شکر به خاطر نعمت‌هایی که خدا به ما داده است. رضایت و شکر دو فعل قلبی هستند که شما را تا بهشت می‌برند. این دو فعل را می‌توان همزمان داشت؛ یعنی هم راضی بود و هم شاکر.

**«ترک گناه» و «رضایت» ارزمشندترند اما «نماز» و «شکر» مقدم هستند**

* گفتیم که فعل بیرونی شامل «ترک نواهی» و «انجام اوامر» الهی است. در مورد ترک نواهی-یعنی ترک گناه- در جلسات قبل قبلاً صحبت شد. در میان اوامر الهی اولین کار نماز است. خداوند می‌فرماید: «إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهى‏ عَنِ الْفَحْشاءِ وَ الْمُنْکَرِ»(عنکبوت/45) نماز در بین تمام کارهای سلبی و ایجابی، اول است. اگر این کار ایجابی را انجام دهی، کارهای سلبی را راحت‌تر می‌توانی کنار بگذاری و انجام ندهی. همچنین خداوند می‌فرماید: «وَ اسْتَعینُوا بِالصَّبْرِ وَ الصَّلاةِ»(بقره/45) یعنی باید از صبر و نماز برای طی مسیر کمک بگیریم. (البته ترک گناه ارزش‌مندتر و مهم‌تر است، اما نماز خواندن چون راحت‌تر است، تقدم و اوّلیت دارد. چون به ترک گناه- که سخت‌تر است- کمک می‌کند)
* حضرت امام(ره) هم در ادامۀ آن کلام می‌فرماید: «بدان که هیچ راهى در معارف الهیه پیموده نمى‏شود مگر آنکه ابتدا کند انسان از ظاهر شریعت. و تا انسان متأدّب به آداب شریعت حقه نشود، هیچیک از اخلاق حسنه از براى او به حقیقت پیدا نشود، و ممکن نیست که نور معرفت الهى در قلب او جلوه کند و علم باطن و اسرار شریعت از براى او منکشف شود. و پس از انکشاف حقیقت و بروز انوار معارف در قلب نیز متأدب به آداب ظاهره خواهد بود.»(شرح چهل حدیث/ص8)
* حضرت امام(ره) در ادامه به یکی از عوامل مهم تضعیف عزم، اشاره می‌فرماید: «جرئت بر معاصى کم‏کم انسان را بى‏عزم مى‏کند، و این جوهر شریف را از انسان مى‏رباید. استاد معظّم ما[مرحوم ایت الله شاه‌آبادی] -دام ظلّه- مى‏فرمودند بیشتر از هر چه، گوش کردن به تغنّیات سلب اراده و عزم از انسان مى‏کند.»( شرح چهل حدیث/ص8) یعنی اینکه موسیقی گوش کردن بیشتر از هر چیزی عزم انسان را تضعیف می‌کند.
* برای مبارزه با نفس 4 عمل نیاز است که دو مورد ظاهری و دو مورد باطنی است. در این اعمال، موارد ایجابی را رتبۀ اول اقدام قرار می‌دهیم و بین کارهای ایجابی، نماز جایگاه نخست را دارد. شکر هم فعل درونی ایجابی است چون در مورد داشته‌ها است ولی رضایت چون در مورد نداشته‌ها است، در فضای سلبی قرار می گیرد. لذا همیشه شکر راحت‌تر از رضایت است. اگر انسان شکر کند، به مرور به رضایت هم می‌تواند برسد. پس «نماز» و «شکر» دو کار ایجابی دارای اولویت و تقدم هستند.(گرچه ترک گناه ارزشمندتر است.)

**امام حسین(ع): هم در مقابل آنچه دوست نداری صبر کن و هم در مقابل آنچه دوست داری**

* امام حسین(ع) می‌فرمایند: «در آنچه حقّ برای تو لازم کرده، در مقابل چیزی که دوست نداری صبر کن؛ اصْبِرْ عَلَى‏ مَا تَکْرَهُ فِیمَا یَلْزَمُکَ‏ الْحَقُّ»(نزهه الناظر و تنبیه الخاطر/ص85) یعنی در مقابل چیزهایی که حقّ بر ما تکلیف کرده یا دستور داده یا برای ما مقدّر کرده است، باید صبر کنیم. حضرت در ادامه می‌فرماید: «در آنچه هوای نفس تو را به سمتش دعوت می‌کند، در مقابل چیزی که دوست داری صبر کن؛ وَ اصْبِرْ عَمَّا تُحِبُّ فِیمَا یَدْعُوکَ إِلَیْهِ الْهَوَى‏»(همان) این چهارچوب به تعابیر مختلف در کلمات معصومین(ع) برای ما بیان شده است.

# جلسه 38

در مرحلۀ حرکت، «چهار اقدام» را باید «با هم» انجام دهیم/ نماز چگونه ما را در ترک هوای نفس کمک می‌کند؟

**در مرحلۀ حرکت «چهار اقدام» را باید «با هم» انجام دهیم: شکر، رضایت، ترک کارهای بد، انجام کارهای خوب**

* برای مبارزه با هوای نفس، «نگرش دشمنانه به نفس» و «عزم» را به عنوان قدم‌های مقدماتی بیان کردیم و بعد از این دو مرحله، رسیدیم به مرحلۀ «حرکت». گفتیم در مقام حرکت، باید چهار اقدام را با هم انجام دهیم؛ یک‌سری اقدامات باطنی باید انجام دهیم و یک‌سری اقدامات ظاهری. در هر دو بخش اعمال باطنی و ظاهری باید «باهم» کار کنیم؛ نمی‌شود هیچ کدام را نادیده گرفت و برای یک مدتی تعطیل کرد و فقط به یک بُعد پرداخت.
* اعمال ظاهری شامل «ترک کارهای بد» و «انجام کارهای خوب» است و در مقام اعمال باطنی نیز دو فعل عمده داریم: «شکر» و «رضایت». شکر اساساً یک فعل قلبی است که مربوط به چیزهایی است که داریم. رضایت هم یک فعل باطنی دیگر است که مربوط به چیزهایی است که نداریم. شکر و رضایت در واقع از یک جنس هستند و باید به طور همزمان انجام شوند. چون انسان همواره یک چیزهایی دارد که باید شکر آن را بجا آورد و یک چیزهایی ندارد که باید نسبت به آن رضایت داشته باشد.
* **وقتی بر مبارزه با هوای نفس و ترک دوست‌داشتنی‌ها تأکید می‌کنیم بعضی‌ها می‌پرسند: «نمی‌شود که انسان همۀ لذت‌ها و دوست‌داشتنی‌های خود را کنار بگذارد و ترک کند؛ پس انسان از کجا انرژی و انگیزه بگیرد؟!» پاسخش این است که شما هر چقدر هم که لذت‌های خود را ترک کنید، باز خیلی‌ خوشی‌ها دارید و خیلی لذت‌ها می‌برید، به خاطر همین داشته‌های خود شکر کنید. این یعنی بهره‌برداری درست از «داشته‌ها» که به انسان انرژی می‌دهد تا نسبت به «نداشته‌ها» راضی باشد.** مثل کسی که از غذای افطاری و سحری به خوبی بهره‌برداری می‌کند تا بتواند در طول روز، روزه بگیرد و نداشته‌های خود را تحمل کند.

**در میان کارهای بد «ظلم به دیگران» از همه مهمتر و اولین گناهی است که باید ترک شود/«غیبت» جزء اولین ظلم‌هایی است که باید ترک شود**

* همان‌طور که گفتیم، افعال ظاهری بر دو نوع هستند: 1-کارهایی سلبی، یعنی کارهایی که نباید انجام دهیم 2- کارهای ایجابی، یعنی کارهایی که باید انجام دهیم. در میان همۀ کارهایی که نباید انجام دهیم، یکی را دین جلو آورده و اولویت داده و آن «ظلم نکردن به دیگران» است. یعنی در میان گناهان و کارهای بد، اولین کاری که باید ترک شود «ظلم به دیگران» است و بعد از آن ترک «ظلم به خود» است. پس در برنامۀ مبارزه با نفس اولین کاری که باید از انجام آن جلوگیری کنیم «ظلم به دیگران» است.
* البته «ظلم به دیگران» خودش «الاهم فالاهم» دارد. مثلاً گرفتن جان دیگران بدتر از دزدیدن پول دیگران است. حتی گاهی اوقات بردن آبروی دیگران بدتر از این است که جان آنها را بگیریم. یکی از موارد و مصادیق «بردن آبروی دیگران»، غیبت کردن است. لذا با یک محاسبۀ ساده به این نتیجه می‌رسیم که غیبت جزء اولین ظلم‌هایی است که باید از آن جلوگیری کنیم. پس «غیبت کردن» ظلمی است که در جریان مبارزه با نفس باید ترک آن را در اولویت قرار دهیم.
* فعلاً که در مراحل مقدماتی مبارزه با هوای نفس هستیم، باید در مقام عمل یک خط قرمزهایی را در دوست‌داشتنی‌های خودمان رعایت کنیم؛ اولین خط قرمز این است که وقتی دوست‌داشتنی‌های ما از ما می‌خواهد که به دیگران ظلم کنیم، باید مراقب باشیم که هرگز به کسی ظلم نکنیم.
* **این سخن مشهور که می‌گوید: «خلاصۀ همۀ نصایح در دو کلمه «مرنج و مرنجان» جمع شده است» واقعاً سخن حکمت‌آمیزی است. مرنجان یعنی همان ترک ظلم به دیگران، که مهمترین ترک گناه است. مرنج نیز همان رضایت و راضی بودن نسبت به نداشته‌هاست. پس هر دو دستورِ «مرنج» و «مرنجان» برای مبارزه با هوای نفس است. این‌دو، از کلیدی‌ترین قدم‌های ترک هوای نفس محسوب می‌شوند.**

**در میان کارهای خوب، «نماز» مهمتر از همه است**

* در میان کارهای خوب، آن عملی که مهمتر از بقیه است «نماز» است. در این جلسه می‌خواهیم دربارۀ نقش برجستۀ نماز در مسیر مبارزه با نفس بحث کنیم. می‌خواهیم ببینیم در مسیر ذلیل کردن نفس و در مسیر اتصال ما به خدای باعظمت که راهش کشتن نفس است، نماز چه نقشی دارد؟
* نماز، شما را در مبارزه با هوای نفس تقویت می‌کند. خداوند می‌فرماید: «وَ اسْتَعینُوا بِالصَّبْرِ وَ الصَّلاةِ»(بقره/45) یعنی از نماز و از صبر کمک بگیرید (که دربارۀ صبر بعداً بحث خواهیم کرد). نماز به ما کمک می‌کند در مسیر مبارزه با هوای نفس، حرکت کنیم و در سه اقدام مهم دیگر (یعنی 1-شکر 2-رضایت 3-ترک گناه) به ما کمک می‌کند.

**در برخی آیات قرآن مهمترین کارکرد نماز، مبارزه با هوای نفس اعلام شده است**

* در برخی از آیات قرآن خداوند نماز را دقیقاً در نقطۀ مقابل شهوات و هوای نفس قرار داده است. مثلاً در این آیه که می‌فرماید: «نماز را اقامه کن، نماز از فحشاء و منکرات جلوگیرى مى‏کند؛ أَقِمِ الصَّلاةَ إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهى‏ عَنِ الْفَحْشاءِ وَ الْمُنْکَرِ»(عنکبوت/45) در این آیه نماز را نقطۀ مقابل فحشاء و منکر قرار می‌دهد و فحشاء و منکر نیز همان چیزهایی است که نفس ما از ما می‌خواهد. لذا در اینجا مهمترین کارکرد نماز را در واقع مبارزه با هوای نفس اعلام می‌کند. چرا که در جریان مبارزه با هوای نفس ما باید با آن خواسته‌های نفسانی که منجر به فحشاء و منکر می‌شود مبارزه کنیم، نه اینکه به هر چیزی دل‌مان خواست بگوییم «نه»!
* آیۀ دیگری که نماز را در مقابل شهوات و هوای نفس قرار می‌دهد این آیه است: «فَخَلَفَ مِنْ بَعْدِهِمْ خَلْفٌ أَضاعُوا الصَّلاةَ وَ اتَّبَعُوا الشَّهَواتِ»(مریم/59) در آیات قبل از این آیه، خداوند از آدم‌های خوبی که به حضرت نوح(ع) و ابراهیم(ع) ایمان آوردند و هدایت شدند، تعریف می‌فرماید. در این آیه می‌فرماید: «بعد از این آدم‌های خوب، گروه دیگری آمدند که آدم‌های خوبی نبودند؛ آنها کسانی بودند که نماز را ضایع کرده و از شهوات تبعیت کردند.» یعنی باز هم خداوند در این آیه، نماز را نقطۀ مقابل شهوات و هوای نفس قرار می‌دهد.

**نماز چگونه ما را در ترک هوای نفس کمک می‌کند؟/ در ذات نماز یک عملیات مبارزه با نفس نهفته است**

* باید ببینیم نقش نماز در مقابلۀ با فحشاء و منکر و انواع شهوات و هوای نفس چیست؟ نماز چگونه ما را در ترک هوای نفس کمک می‌کند؟ اولین اثر نماز در اینکه ما اهل مبارزه با هوای نفس شویم، اثر تربیتی «عملیات نماز» است. چون خودِ نماز ابتداءً یک کار شهوت‌انگیز، دل‌چسب و دل‌نشین نیست که آدم از انجام آن کیف کند و لذت ببرد. لااقل برای مبتدی‌ها و آدم‌های معمولی مثل خودمان اینطور نیست. (فعلاً به کسانی که مانند عرفا عاشقانه نماز می‌خوانند کاری نداریم.) در ذات نماز یک عملیات مبارزه با نفس نهفته است؛ یعنی انسان برای اجرای عملیات نماز، خود‌به‌خود باید با هوای نفسش مبارزه کند.
* اولاً از آنجایی که نماز یک عمل تکراری است و زمان‌های آن خیلی به‌هم نزدیک است طبیعتاً نمی‌تواند دلچسب باشد. نماز مثل دعای کمیل نیست که هفته‌ای یا ماهی یک‌بار انجام دهیم و از آن لذت ببریم، بلکه یک عمل روزانۀ مداوم با فاصلۀ کم و نزدیک به هم است. این موجب می‌شود که به طور طبیعی نماز برای انسان دلچسب نباشد. گاهی اوقات باید از خواب‌مان بزنیم و نماز بخوانیم؛ مثل نماز صبح. گاهی در اوج خستگی باید نماز بخوانیم؛ مثل نماز مغرب و عشاء. گاهی نیز وقتی سرگرم کار هستیم، باید آن را قطع کنیم و برویم نماز بخوانیم؛ مثل نماز ظهر. یعنی اوقات نماز در طول شبانه‌روز، طوری طراحی شده که هر کدام یک‌جور حال آدم را می‌گیرد!
* ثانیاً خودِ عملیات نماز هم برای ما زیاد شفاف نیست؛ مثلاً اینکه چرا نماز صبح دو رکعت است؟ چرا در هر رکعت باید دوبار سجده و یک‌بار رکوع انجام دهیم؟ دلیل مقدمات نماز مثل وضو و پاک بودن لباس هم برای ما زیاد شفاف نیست. از سوی دیگر «نماز جماعت» که این‌قدر بر آن تأکید شده است، یک‌جور دیگری حال انسان را می‌گیرد؛ اینکه با «تکبیرۀ‌الاحرام» همه در صفوف منظم قرار می‌گیرند و مثل پادگان‌ها، یک عملیات خاص را انجام می‌دهند. تازه سربازها نیز در پادگان معمولاً فقط صبح‌ها به صف می‌شوند، ولی در نماز جماعت هر روز سه بار به صف می‌شویم!
* رسول اکرم(ص) می‌فرماید: از سن هفت سالگی به بعد، فرزندانتان را به خواندن نماز امر کنید و اگر نماز را ترک کرد آنها را ادب کنید (قال رسول الله(ص) مُخَاطِباً لِأَوْلِیَاءِ الْأَطْفَالِ مُرُوا أَوْلَادَکُمْ‏ بِالصَّلَاةِ وَ هُمْ أَبْنَاءُ سَبْعٍ وَ اضْرِبُوهُمْ عَلَیْهَا وَ هُمْ أَبْنَاءُ عَشْر؛ عوالی اللآلی/ج1/ص328) این نوع برخورد برای آن است که بچه بفهمد در این کار «دلم می‌خواهد» نداریم و اگر هم دلش نخواست باید به زور، خودش را وادار به نماز خواندن کند. بچه‌ها باید از همان هفت‌سالگی یاد بگیرند که مخالف دل‌بخواهی‌های خودشان رفتار کنند و نماز یکی از مهمترین مواقف تمرین این موضوع است. البته پدر و مادرها نباید در مجبور کردن فرزندان به نماز افراط کنند، مثلاً حضرت امام(ره) می‌فرمود اگر بچۀ شما صبح برای نماز بیدار نشد او را به تلخی بیدار نکنید.

**به اینکه نماز حال شما را بگیرد، تن بدهید/ مقید بودن به نماز اول وقت، یعنی تن دادن به حال‌گیری نماز سرِ یک زمان خاص**

* باید به اولین اثر نماز در تقویت مبارزه با هوای نفس توجه کنید. به اینکه «نماز دارد حال نفس شما را می‌گیرد» توجه کنید و بگذارید نماز این کار را به خوبی روی شما انجام دهد و این اثر را بر شما بگذارد. یعنی به اینکه نماز حال شما را بگیرد، تن بدهید. لذا آیت الله بهجت(ره) می‌فرمود اگر می‌خواهید به جایی برسید نماز اول وقت را ترک نکنید. از ایشان پرسیدند این نمازی که شما می‌گویید همه‌چیز را درست می‌کند منظورتان نماز با توجه و حضور قلب است؟ ایشان فرمود: «نه! همین‌که مقید باشید نمازتان را اول وقت بخوانید.»
* مقید بودن به نماز اول وقت یعنی تن دادن به حال‌گیری نماز سرِ زمان‌های خاص. نماز اول وقت حتی اگر همراه با توجه و حضور قلب هم نباشد، این اثر تربیتی خود را خواهد داشت. ممکن است یک‌بار که می‌خواهی بلند شوی و نماز اول وقت بخوانی واقعاً حالش را داشته باشی، اما دفعۀ بعد و در نوبت بعدی حال نماز خواندن را نداشته باشی، این نوسانات به‌طور طبیعی در انسان هست، لذا از این بابت از خودت شکایت نکن؛ اتفاقاً گاهی در اوقاتی که حال نماز خواندن نداری، وقتی بلند شوی و مؤدبانه نماز بخوانی بیشتر رشد می‌کنی.
* اگر اول وقت، حالِ نماز خواندن نداشتید، نباید پیش خود بگویید: «حالا تا آخر وقت نماز، فرصت دارم، هر وقت حال داشتم نماز می‌خوانم! این‌طوری توجه و حضور قلبم سر نماز بیشتر خواهد بود...» خودتان را با این حرف‌ها فریب ندهید، چون اثر تربیتی این نماز هرگز به نماز اول وقت نمی‌رسد. پس نگویید که «هر وقت حال داشتم نماز می‌خوانم!»، حال خودتان را با نماز اول وقت بگیرید. درست است که نماز اول وقت واجب نیست و یک فرصت چند ساعته برای نماز خواندن به ما داده شده ولی این فرصت چند ساعته را برای کسانی گذاشته‌اند که واقعاً ناتوانی یا مانع جدّی و مشکل خاصی دارند. اگر مانعی ندارید همان اول وقت نماز بخوانید و حالِ نفس‌تان را با این نماز اول وقت بگیرید و به کمک نماز اول وقت، با هوای نفس‌تان مبارزه کنید.

**کسی که وقت نماز، از ترس خدا خودش را جمع و جور نمی‌کند، آیا وقت‌های دیگر، مبارزه با هوای نفس خواهد کرد؟!**

* اگر می‌خواهید در مبارزه با هوای نفس تقویت شوید؛ در خودِ نماز مبارزه با هوای نفس کنید. کسی که آن‌قدر تنبل است که حتی وقتی مهمان به خانه‌اش می‌آید خانه را به‌خاطر مهمان جمع و جور نمی‌کند؛ آیا وقتی مهمان نیست و خودش تنهاست خانه را جمع و جور خواهد کرد؟! اگر کسی در وقت نماز که پای خدا در میان است و ترس از خدا و آتش جهنم در میان است، خودش را برای نماز خواندن جمع و جور نکند و بلند نشود نماز بخواند، آیا در وقت‌های دیگر مبارزه با هوای نفس خواهد کرد؟!
* چرا نماز «انسان را از فحشاء و منکر بازمی‌دارد؟ (تَنْهى‏ عَنِ الْفَحْشاءِ وَ الْمُنْکَرِ) چون خود نماز یک تمرین است برای مبارزه با هوای نفس. جدای از محتوای نماز، بزرگان فرموده‌اند به زمان نماز هم خیلی توجه کنید و خودتان را به نماز اول وقت مقید کنید که همین نماز اول وقت آثار تربیتی بسیار خوبی دارد.
* یکی از نکاتی که باید در مورد نماز توجه کنیم این است که انسان قرائت نمازش را درست کند؛ همین کار ساده، اثر تربیتی زیادی روی انسان دارد. همچنین در موقع نماز اگر نفس‌تان گفت که «سریع نمازت را بخوان و تمامش کن» باز هم برای اینکه حال نفس خود را بگیرید، نماز را با حوصله و تأمل بخوانید و با گفتن اذکار مختلف کمی طولانی‌تر کنید، نه اینکه اذکار نماز را خیلی سریع و جویده‌جویده بخوانید تا زود تمام شود. بگذارید مبارزه با هوای نفس در نماز به دل‌تان بچسبد و از نماز کمک بگیرید. بعضی‌ها نماز را ضایع می‌کنند.(أَضاعُوا الصَّلاة؛ مریم/59) مثلاً یک موقعی نماز می‌خوانند که نماز حال‌شان را نگیرد، یا طوری نماز می‌خوانند که حالِ نفس‌شان گرفته نشود. لذا خداوند متعال دربارۀ برخی از نمازخوان‌ها می‌فرماید: «فَوَیْلٌ لِّلْمُصَلِّینَ\*الَّذِینَ هُمْ عَن صَلَاتهِِمْ سَاهُون»(ماعون/4و5) یک جای دیگری هم کسالت در نماز را علامت نفاق اعلام می‌فرماید: «إِنَّ الْمُنافِقینَ یُخادِعُونَ اللَّهَ وَ هُوَ خادِعُهُمْ وَ إِذا قامُوا إِلَى الصَّلاةِ قامُوا کُسالى‏»(نساء/142)

**انسان ابتداءً نمی‌تواند «با توجه» نماز بخواند، لذا فعلاً باید «با ادب» نماز بخواند/ انسان برای اینکه با نماز، آدم شود باید به تلخی و سختی نماز تن دهد**

* **بعضی‌ها غوره نشده می‌خواهند مویز شوند! یعنی از همان ابتدا می‌خواهند از نماز خواندن لذت ببرند. می‌پرسند: «چه‌کار کنیم که از نماز خواندن لذت ببریم؟!» البته خوب است انسان از نماز لذت ببرد، ولی اینها غالباً دنبال لذت معنوی نیستند، بلکه می‌خواهند نماز خواندن مثل بستنی خوردن برایشان راحت و لذت‌بخش باشد!** اینها ناراحت هستند از اینکه سرِ نماز درگیر مبارزه با نفس هستند! اینها اساساً با فلسفۀ زندگی آشنا نیستند و توجه ندارند که کل مسیر زندگی همین است که انسان در مقابل بعضی‌ از دوست‌داشتنی‌هایش بایستد. لذا خداوند نماز را طوری طراحی فرموده است که انسان ابتداءً از نماز لذت نبرد، به سادگی سرِ نماز توجه پیدا نکند و به عمق آن نرسد؛ همه‌اش برای این است که «انسان با سختیِ نماز، آدم شود». لذا انسان برای اینکه با نماز خواندن آدم شود باید به تلخی و سختی نماز تن دهد.
* طبیعی است که انسان ابتداءً نمی‌تواند نماز «با توجه» بخواند و از نمازش لذت ببرد، لذا فعلاً باید نمازش را «با ادب» بخواند تا به مرور به جایی برسد که با توجه و لذت نماز بخواند. مرحوم سید مرتضی(ره) آخر عمرش وصیت کرد همۀ نمازهایش را قضا کنند! چون تردید داشت نمازهایش درست باشد. گفتند شما که با عشق و لذت نماز می‌خواندید! فرمود: مشکل در همین‌جا است؛ چون از نمازم خیلی لذت می‌بردم می‌ترسم به خاطر نفسم نماز خوانده باشم!

**چرا کسی که نماز را ترک کند به او کافر می‌گویند؟/چون ترک نماز لذت ندارد و فقط از روی بی‌احترامی به خداست**

* از امام صادق(ع) پرسیدند: «چرا کسی که زناکار است (و حتی ممکن است حکم او اعدام باشد) به او کافر نمی‌گویند اما کسی که نماز را ترک کرده است به او کافر می‌گویند؟ امام صادق(ع) فرمود: کسی که مرتکب زنا شده در اثر فشار شهوت این گناه بزرگ را انجام داده است اما کسی که نماز نخوانده است چه شهوتی موجب شده نماز نخواند؟ وقتی در ترک نماز لذتی وجود ندارد غیر از این نیست که امر خدا را کوچک و سبک شمرده و به آن بی‌اعتنایی کرده؛ وَ سُئِلَ مَا بَالُ الزَّانِی لَا تُسَمِّیهِ کَافِراً وَ تَارِکُ الصَّلَاةِ قَدْ سَمَّیْتَهُ کَافِراً وَ مَا الْحُجَّةُ فِی ذَلِکَ فَقَالَ لِأَنَّ الزَّانِیَ وَ مَا أَشْبَهَهُ إِنَّمَا یَفْعَلُ ذَلِکَ لِمَکَانِ الشَّهْوَةِ لِأَنَّهَا تَغْلِبُهُ وَ تَارِکُ الصَّلَاةِ لَا یَتْرُکُهَا إِلَّا اسْتِخْفَافاً بِهَا وَ ذَلِکَ لِأَنَّکَ لَا تَجِدُ الزَّانِیَ یَأْتِی الْمَرْأَةَ إِلَّا وَ هُوَ مُسْتَلِذٌّ لِإِتْیَانِهِ إِیَّاهَا قَاصِداً إِلَیْهَا وَ کُلُّ مَنْ تَرَکَ الصَّلَاةَ قَاصِداً إِلَیْهَا فَلَیْسَ یَکُونُ قَصْدُهُ لِتَرْکِهَا اللَّذَّةَ فَإِذَا نُفِیَتِ اللَّذَّةُ وَقَعَ الِاسْتِخْفَافُ وَ إِذَا وَقَعَ الِاسْتِخْفَافُ وَقَعَ الْکُفْر»(کافی/2/386)
* کسی که گناه می‌کند، شهوت او را بیچاره کرده است اما کسی که نماز نمی‌خواند آیا از نماز نخواندنش خیلی لذت می‌برد؟! نه! به هیچ وجه. چرا ما اول موضوع نماز را مطرح کردیم؟ چون برای ترک نماز، فشار شهوت سنگینی روی تو نیست، فقط به خاطر تنبلی، بی‌عرضگی و بی‌خاصیتی است که اینها شهوت محسوب نمی‌شود و لذتی ندارد. این تنبلی را به خاطر نماز کنار بگذار، تا خداوند آن جاهایی که شهوات سنگین به تو حمله می‌کنند، کمکت کند. امام صادق(ع) می‌فرماید: «نماز سدّ الهی است. یعنی نماز، آدم را از معاصی باز می‌دارد و این شرح آیۀ «إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهى‏ عَنِ الْفَحْشاءِ وَ الْمُنْکَرِ» است؛ الصَّلَاةُ حُجْزَةُ اللَّهِ وَ ذَلِکَ أَنَّهَا تَحْجُزُ الْمُصَلِّیَ عَنِ الْمَعَاصِی مَا دَامَ فِی صَلَاتِهِ قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ- إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهى‏ عَنِ الْفَحْشاءِ وَ الْمُنْکَر»(توحید شیخ صدوق/ص166)
* به پیامبر(ص) گفتند یک جوانی هست که همراه شما نماز می‌خواند ولی کارهای خیلی بدی هم مرتکب می‌شود. حضرت فرمود: نمازش یک روزی او را از گناه جدا می‌کند. چند وقت نگذشت که همین‌طور شد و آن جوان توبه کرد؛ أَنَّ فَتًى مِنَ الْأَنْصَارِ کَانَ یُصَلِّی الصَّلَاةَ مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ص وَ یَرْتَکِبُ‏ الْفَوَاحِشَ‏ فَوُصِفَ ذَلِکَ لِرَسُولِ اللَّهِ ص فَقَالَ إِنَّ صَلَاتَهُ تَنْهَاهُ‏ یَوْماً مَا. فَلَمْ یَلْبَثْ أَنْ تَاب‏»(تفسیر صافی/4/118) در روایت دیگری هست که به رسول خدا(ص) گفتند: «فلانی روز نماز می‌خواند و شب دزدی می‌کند! حضرت فرمودند که نماز او روزی او را از این کار بازخواهد داشت؛ قِیلَ لِرَسُولِ اللَّهِ ص إِنَّ فُلَاناً یُصَلِّی بِالنَّهَارِ وَ یَسْرِقُ بِاللَّیْلِ. فَقَالَ إِنَ‏ صَلَاتَهُ‏ لَتَرْدَعُه‏»(بحارالانوار/79/198 و تفسیر نورالثقلین/4/162)
* امام رضا(ع) از قول رسول خدا(ص) می‌فرماید: «مادامی‌که مؤمن نمازش را رعایت کند شیطان همیشه از مؤمن وحشت دارد و می‌ترسد. اما وقتی نمازش را ضایع کرد، شیطان بر او دلیر می‌شود و جرأت پیدا می‌کند و او را دچار گرفتاریهاى بزرگ مى‏کند؛ لَا یَزَالُ الشَّیْطَانُ ذَعِراً مِنَ الْمُؤْمِنِ مَا حَافَظَ عَلَى الصَّلَوَاتِ الْخَمْسِ- فَإِذَا ضَیَّعَهُنَ‏ تَجَرَّأَ عَلَیْهِ وَ أَوْقَعَهُ فِی الْعَظَائِم‏»(صحیفۀ امام رضا(ع)/ص42)

**عملیات مبارزه با تنبلی و «دلم می‌خواهد» سرِ نماز چگونه است؟/توصیۀ امام رضا(ع) برای رعایت ادب سرِ نماز**

* باید دید عملیات مبارزه با «دلم می‌خواهد» سرِ نماز چگونه انجام می‌گیرد؟ عملیات مبارزه با تنبلی و بی‌حالی و بی‌ادبی سرِ نماز چگونه است؟ امام رضا(ع) به این سؤال پاسخ داده است. حضرت می‌فرماید: «اگر خواستی نماز بخوانی، با کسالت برای نماز بلند نشو؛ با چرت نماز نخوان، با عجله نماز نخوان بلکه با سکون و وقار نماز بخوان... وقتی خواستی سرِ نماز در مقابل پروردگارت بایستی، مثل بندۀ گنهکاری که مولایش می‌خواهد او را تنبیه کند، در مقابل خداوند بایست. (این ادب نماز است؛ حتی اگر گناهی نکرده باشی) قدم‌هایت را صاف و محکم قرار بده، نفس خودت را اذیت کن، به این‌طرف و آن‌طرف نگاه نکن، با ریش و سایر جوارح خودت بازی نکن، انگشت‌هایت را نشکن، و بدنت را نخواران، به دماغ و لباست دست نزن و بازی نکن، همیشه در طول نماز مادامی‌که ایستاده هستی نگاهت به محل سجده باشد. با طمع، و خوف و رغبت نماز بخوان؛ فَإِذَا أَرَدْتَ‏ أَنْ‏ تَقُومَ‏ إِلَى الصَّلَاةِ فَلَا تَقُومُ إِلَیْهَا مُتَکَاسِلًا وَ لَا مُتَنَاعِساً وَ لَا مُسْتَعْجِلًا وَ لَا مُتَلَاهِیاً وَ لَکِنْ تَأْتِیهَا عَلَى السُّکُونِ وَ الْوَقَارِ وَ التُّؤَدَةِ وَ عَلَیْکَ الْخُشُوعُ وَ الْخُضُوعُ مُتَوَاضِعاً لِلَّهِ جَلَّ وَ عَزَّ مُتَخَاشِعاً عَلَیْکَ خَشْیَةٌ وَ سِیمَاءُ الْخَوْفِ رَاجِیاً خَائِفاً بِالطُّمَأْنِینَةِ عَلَى الْوَجَلِ وَ الْحَذَرِ فَقِفْ بَیْنَ یَدَیْهِ کَالْعَبْدِ الْآبِقِ الْمُذْنِبِ بَیْنَ یَدَیْ مَوْلَاهُ فَصُفَّ قَدَمَیْکَ وَ انْصِبْ نَفْسَکَ وَ لَا تَلْتَفِتْ یَمِیناً وَ شِمَالًا وَ تَحْسَبُ کَأَنَّکَ تَرَاهُ فَإِنْ لَمْ تَکُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ یَرَاکَ وَ لَا تَعْبَثْ بِلِحْیَتِکَ وَ لَا بِشَیْ‏ءٍ مِنْ جَوَارِحِکَ وَ لَا تُفَرْقِعْ أَصَابِعَکَ وَ لَا تَحُکَّ بَدَنَکَ وَ لَا تُولَعْ بِأَنْفِکَ وَ لَا بِثَوْبِکَ وَ لَا تُصَلِّ وَ أَنْتَ مُتَلَثِّمٌ وَ لَا یَجُوزُ لِلنِّسَاءِ الصَّلَاةُ وَ هُنَّ مُتَنَقِّبَاتٌ وَ یَکُونُ بَصَرُکَ فِی مَوْضِعِ سُجُودِکَ مَا دُمْتَ قَائِماً وَ أَظْهِرْ عَلَیْکَ الْجَزَعَ وَ الْهَلَعَ وَ الْخَوْفَ وَ ارْغَبْ مَعَ ذَلِکَ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ»(فقه الرضا(ع)/ص101)
* امام باقر(ع) هم در یک روایت مشابهی می‌فرماید: «وقتی برای نماز ایستاده‌ای، با دست و سر و ریش خودت بازی نکن و سر نماز فکر و خیال نکن ... یک‌بار روی این‌پا و یک‌بار روی پای دیگر تکیه نکن و روی هر دو پا تکیه کن، دو پا را به هم نچسبان و زیاد هم از همدیگر باز نکن؛ إِذَا قُمْتَ فِی الصَّلَاةِ فَعَلَیْکَ بِالْإِقْبَالِ عَلَى صَلَاتِکَ فَإِنَّمَا یُحْسَبُ لَکَ مِنْهَا مَا أَقْبَلْتَ عَلَیْهِ وَ لَا تَعْبَثْ فِیهَا بِیَدِکَ وَ لَا بِرَأْسِکَ وَ لَا بِلِحْیَتِکَ وَ لَا تُحَدِّثْ‏ نَفْسَکَ‏ وَ لَا تَتَثَاءَبْ وَ لَا تَتَمَطَّ وَ لَا تُکَفِّرْ فَإِنَّمَا یَفْعَلُ ذَلِکَ الْمَجُوسُ وَ لَا تَلَثَّمْ وَ لَا تَحْتَفِزْ وَ لَا تَفَرَّجْ کَمَا یَتَفَرَّجُ الْبَعِیرُ وَ لَا تُقْعِ عَلَى قَدَمَیْکَ وَ لَا تَفْتَرِشْ ذِرَاعَیْکَ»(کافی/3/299)
* چرا اهل‌بیت(ع) به این جزئیات در آداب نماز خواندن تأکید فرموده‌اند؟ به خاطر اینکه رعایت ادب در مقابل پروردگار خیلی مهم است و اهل‌بیت(ع) خواسته‌اند ادب نماز خواندن را به ما یاد بدهند. باید دقت کنیم که فعلاً مؤدبانه نماز خواندن را یاد بگیریم تا انشاءالله توفیق نماز خواندن عارفانه و عاشقانه را هم پیدا کنیم. در متنِ نماز تمرین مبارزه با هوای نفس است و یکی از اصول مبارزه با هوای نفس این است: «جاهایی که می‌توانی مبارزه با هوای نفس کنی، مبارزه کن که قدرت بگیری تا برای جاهایی که نمی‌توانی، قدرت پیدا کنی» این کار مثل تمرین بدن‌سازی برای ورزشکاران است.

# جلسه 39

نماز، مهمترین و گسترده‌ترین تمرین برای مبارزه با هوای نفس است/ در نماز «اظهار ادب» در مقابل خدا لازم است نه «اظهار محبت»

**چرا نماز این‌قدر اهمیت دارد؟/ نماز، مهمترین اقدام برای مبارزه با هوای نفس است**

* ما در مسیر مبارزه با دوست داشتنی‌ها -که این مبارزه می‌تواند از طریق تکالیف الهی باشد و می‌تواند از طریق تقدیر الهی باشد- به اولین قدم‌های عملیاتی رسیدیم و چهار قدم کلیدی را برشمردیم: عمل باطنی شکر، عمل باطنی رضایت، ترک گناه، نماز خواندن. گفتیم که نماز بر هر سه مورد قبل مقدم است. دلیل اهمیت نماز، به اختصار این است که عمل ظاهری آسان‌تر از عمل باطنی است. انجام عمل باطنی سخت است، چون راضی کردن دل کار ساده‌ای نیست، ولی عمل ظاهری را می‌توان به سرعت انجام داد. مثلاً می‌توان فوری وضو گرفت و دو رکعت نماز خواند. هرچند این عمل ظاهری به اعماق جان نفوذ نکند، ولی بالاخره عمل انجام شده و اثر خاص خودش را هم خواهد داشت.
* ترک گناه نیز در مقایسه با عملی عبادی مانند نماز، در رتبه دوم قرار می‌گیرد. اگرچه می‌توان هم نماز خواند و هم گناه نکرد، ولی انسان از نماز خواندن که کار راحت‌تری است برای ترک گناه کمک می‌گیرد. کما اینکه خداوند می‌فرماید: «إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهى‏ عَنِ الْفَحْشاءِ وَ الْمُنْکَرِ»(عنکبوت/45)
* **نماز اولین اقدام و از جهتی مهمترین اقدام برای مبارزه با هوای نفس است. زیرا نماز از دو جهت انسان را در مبارزه با هوای نفس کمک می‌کند: 1- نماز یک اثر تربیتی دارد که مبارزه با هوای نفس را آسان می‌کند. 2- نماز انگیزۀ انسان را در مبارزه با هوای نفس تقویت می‌کند**. (این دو غیر از مطلب جلسه قبل است که گفتیم خود نماز یک مبارزه با هوای نفس است)
* بخش اول اثر نماز در مبارزه با هوای نفس اثر وضعی و تربیتی نماز است که مبارزه با هوای نفس را آسان می‌کند. نماز، شبیه آداب نظامی در ارتش است. آیین و مقرراتی که در ارتش وجود دارد، چه کاری انجام می‌دهد؟ مقررات ارتش و انضباط اجتماعی آن باعث می‌شود نیروهای زیردست، مطیع و فرمان‌بردار نیروی مافوق خود شوند تا به هنگام خطر و در زیر آتش و حمله دشمن، سربازی که عادت به اطاعت کرده است، در چنین شرایط سختی هم فکر جان خودش را نکند و دستور را بپذیرد. در ارتش، با رعایت برخی آداب نظامی، جان‌باختن در هنگام ضرورت تعلیم داده می‌شود. رعایت آداب ارتش، فرمان‌پذیری در شرایط سخت را آسان می‌کند. کسی هم که می‌خواهد مبارزه با نفس کند، خداوند برای او آیین و عملیاتی را در صبحگاه، ظهر و شامگاه طراحی کرده است که باید آن را انجام دهد، ولو اینکه حال عبادت هم نداشته باشد. در ارتش هم انضباط تعریف شده‌ای را باید رعایت کرد، چه سرباز علاقه داشته باشد و چه نداشته باشد.

**اثر تربیتی نماز این است که مبارزه با نفس را آسان می‌کند/در نماز «اظهار ادب» در مقابل خدا لازم است نه اظهار محبت/ چه کسی از اثر تربیتی نماز، بهره بیشتری می‌گیرد؟**

* اثر تربیتی نماز این است که انسان را در مبارزه با هوای نفس تمرین می‌دهد و آن را برای انسان آسان می‌کند. و همان‌طور که قبلاً بیان شد، انسان اساساً برای مبارزه با دوست‌داشتنی‌ها آفریده شده است. اینجاست که نقش نماز برجسته می‌شود.
* هنگام نماز خواندن، اظهار ادب لازم است و ادب یک خصوصیت همیشگی است که ارتباطی به حال داشتن و محبت پیدا کردن ندارد. اولیاء خدا نیز در نمازهایشان و حتی در مناجات‌هایشان بیشتر اظهار ادب می‌کنند تا اظهار محبت. دوست داشتن به تنهایی فایدۀ زیادی ندارد، بلکه بعد از آن باید تبعیت کرد تا این محبت و دوست داشتن دارای نتیجه شود. خداوند متعال به رسول اکرم(ص) می‌فرماید: «ای پیغمبر! به آنها بگو اگر خدا را دوست دارید از من تبعیت کنید، تا خدا هم شما را دوست بدارد؛ قُلْ إِنْ کُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونی‏ یُحْبِبْکُمُ اللَّهُ»(آل‌عمران/31) اساساً ادب در جهت مخالف «هوی» است. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: « نفس آدمى بر سوء ادب سرشته شده است؛ النّفسُ مَجْبولَةٌ على سُوءِ الأدبِ»(مشکاة الأنوار/247) و امام صادق(ع) هم فرموده‌اند: «بهترین چیزی که پدران برای فرزندان خود به ارث می‌گذارند ادب است؛ إِنَّ خَیْرَ مَا وَرَّثَ‏ الْآبَاءُ لِأَبْنَائِهِمُ الْأَدَبُ‏»(کافی/8/150)
* **ادب یعنی رفتاری که از سر «دلم می‌خواهد»، نباشد. ادب، رفتاری طبق برنامه است و بهترین ادب در مقابل پروردگار عالم، نماز است. چه کسی از اثر تربیتی نماز بهره بیشتری می‌گیرد؟ کسی که نماز را مؤدبانه‌تر بخواند.**
* امام جواد(ع) می‌فرماید: «اگر دو نفر با هم یکسان باشند، آن کسی که ادب بیشتری داشته باشد، در نزد خداوند برتر است. پرسیدند برتری او در نزد مردم را می‌فهمیم اما برتری او نزد خداوند به چیست؟ حضرت فرمود: به قرائت صحیح قرآن، همان‌طور که نازل شده و روایت کردن احادیث ما همان‌طور که گفته‌ایم و دعا کردن و خواندن خداوند؛ مَا اجْتَمَعَ رَجُلَانِ إِلَّا کَانَ أَفْضَلُهُمَا عِنْدَ اللَّهِ آدَبَهُمَا. فَقِیلَ: یَا ابْنَ رَسُولِ اللَّهِ قَدْ عَرَفْنَا فَضْلَهُ عِنْدَ النَّاسِ فَمَا فَضْلُهُ عِنْدَ اللَّهِ؟ فَقَالَ بِقِرَاءَةِ الْقُرْآنِ کَمَا أُنْزِلَ وَ یَرْوِی حَدِیثَنَا کَمَا قُلْنَا وَ یَدْعُو اللَّهَ مُغْرَماً بِدُعَائِه‏»(ارشاد القلوب/‏1/160)

**نماز و مقدمات آن، یک برنامۀ مستمر برای مبارزه با هوای نفس است/هر کس ادب نماز را بیشتر رعایت کند، بهتر آدم می‌شود/ نماز گسترده‌ترین تمرین برای مبارزه با هوای نفس است**

* نماز، با نوعی سختی و تلخی همراه است و نماز خواندن نوعی مبارزه با هوای نفس نیاز دارد. حتی انجام مقدمات نماز هم مخالفت با هوای نفس نیاز دارد. مثلاً برای اینکه نماز خوبی بخوانی، نباید پرخوری کرده و از طعام سیر باشی. حضرت یحیی(ع)، ابلیس را دید در حالی‌که زنجیرهایی به دوش داشت و آن‌ها را به دنبال خود می‌کشید. پرسید: اینها چیست که با خودت می‌بری؟ شیطان گفت: اینها را به دست و پای مردم می‌اندازم تا به سمت خودم بکشم و اسیرشان کنم. حضرت یحیی(ع) پرسید: برای ما هم زنجیر داری؟ شیطان گفت: بله. زنجیری که برای شما استفاده می‌کنم این است که گاهی غذا زیاد می‌خوری و حال نماز از شما گرفته می‌شود. حضرت یحیی گفت: سوگند می‌خورم که دیگر شکم خود را از غذا پر نکنم. امام صادق(ع) در ادامۀ روایت می‌فرمایند: ما اهل بیت(ع) هیچگاه شکم خود را از غذا پر نکردیم، تا بتوانیم راحت نماز بخوانیم؛ ظَهَرَ إِبْلِیسُ لِیَحْیَى بْنِ زَکَرِیَّا ع وَ إِذَا عَلَیْهِ مَعَالِیقُ مِنْ کُلِّ شَیْ‏ءٍ فَقَالَ لَهُ یَحْیَى مَا هَذِهِ الْمَعَالِیقُ یَا إِبْلِیسُ فَقَالَ هَذِهِ الشَّهَوَاتُ الَّتِی أَصَبْتُهَا مِنْ ابْنِ آدَمَ قَالَ فَهَلْ لِی مِنْهَا شَیْ‏ءٌ قَالَ رُبَّمَا شَبِعْتَ‏ فَثَقَّلَتْکَ عَنِ‏ الصَّلَاةِ وَ الذِّکْرِ قَالَ یَحْیَى لِلَّهِ عَلَیَّ أَنْ لَا أَمْلَأَ بَطْنِی مِنْ طَعَامٍ أَبَداً وَ قَالَ إِبْلِیسُ لِلَّهِ عَلَیَّ أَنْ لَا أَنْصَحَ مُسْلِماً أَبَداً ثُمَّ قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ع یَا حَفْصُ لِلَّهِ عَلَى جَعْفَرٍ وَ آلِ جَعْفَرٍ أَنْ لَا یَمْلَئُوا بُطُونَهُمْ مِنْ طَعَامٍ أَبَداً وَ لِلَّهِ عَلَى جَعْفَرٍ وَ آلِ جَعْفَرٍ أَنْ لَا یَعْمَلُوا لِلدُّنْیَا أَبَداً»(محاسن/2/440)
* این یعنی مقدمات نماز هم(که پُرنبودن شکم یکی از این مقدمات محسوب می‌شود)، مبارزه با هوای نفس می‌خواهد. خود نماز هم گسترده‌ترین تمرین برای مبارزه با هوای نفس است و از این نماز باید برای مبارزه با نفس در کل زندگی کمک گرفت. اولین نوع اثر تربیتی نماز این است که خود نماز و مقدمات آن، یک برنامه مستمر، فراگیر و تکراری برای مبارزه با هوای نفس است. این جریان، خود به خود مبارزه با هوای نفس را برای انسان تسهیل خواهد کرد. هر کسی بیشتر ادب نماز را رعایت کند، بهتر آدم می‌شود.

**نماز، هدف خلقت ما -یعنی «ملاقات خدا»- را یادآوری می‌کند/ نماز مقدمه‌ای برای لقاء الله است**

* بخش دوم اثر نماز در مبارزه با هوای نفس، این است که نماز انگیزۀ شما برای مبارزه با هوای نفس را افزایش می‌دهد و آن را تقویت می‌کند. نماز انگیزه تولید می‌کند. چون نماز نشانه‌ای از ملاقات با پروردگار عالم است. وقتی که امیرالمؤمنین علی(ع) صدای اذان را می‌شنیدند، رنگ از صورت مبارکشان می‌پرید و می‌فرمودند: وقت ادای امانت رسید؛ امانتی که کوهها از پذیرفتنش ابا کردند، ولی انسان این امانت را پذیرفت. الان باید این امانت را تحویل بدهم؛ أَنَّهُ کَانَ ع إِذَا حَضَرَهُ وَقْتُ الصَّلَاةِ تَلَوَّنَ وَ تَزَلْزَلَ فَقِیلَ لَهُ مَا لَکَ فَیَقُولُ جَاءَ وَقْتُ‏ أَمَانَةٍ عَرَضَهَا اللَّهُ تَعَالَى‏ عَلَى السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ وَ الْجِبالِ فَأَبَیْنَ أَنْ یَحْمِلْنَها .. وَ حَمَلَهَا الْإِنْسانُ‏ فِی ضَعْفِی فَلَا أَدْرِی أُحْسِنُ إِذَا مَا حُمِّلْتُ أَمْ لا»(مناقب آل ابیطالب ع/2/124)
* نماز، ما را به یاد هدف و غایت زندگی می‌اندازد؛ اصل و هدف خلقت و حیات ما ملاقات خداست و بقیه اهداف فرع هستند. لذا همیشه باید به یاد اصل ماجرا باشیم. نماز، قطعه‌ای از بهشت است که به آدم می‌دهند. نماز مقدمه‌ای برای ملاقات خدا است.
* ما برای چه چیزی آفریده شده‌ایم؟ نماز، هدف خلقت را یادآوری می‌کند. نماز، لقاء الله است. هدف مبارزه با هوای نفس هم همین است. قبلاً صحبت کرده‌ایم که هدف مبارزه با هوای نفس، اتصال به پروردگار عالم است. چون فرق ما با حیوان و فرشته این است که ما خودمان باید لیاقت ملاقات با خدا را به دست بیاوریم ولی حیوان و فرشته، نمی‌توانند تغییری در خود بوجود بیاورند. نماز، ایمان انسان را به معاد که همۀ بشارت‌ها برای جوایز مبارزه با هواس نفس در آنجاست، افزایش می‌دهد. نماز ایمان انسان را به معاد که تمام عذاب‌ها و عقاب‌ها(برای کسی‌که مبارزه با هوای نفس نمی‌کند، در آنجا است) افزایش می‌دهد. نماز، حضور پروردگار عالم را در مقدرات ما تقویت می‌کند.

**نماز این قدرت را دارد که شما را با هدف اصلی خلقت پیوند بزند**

* بنابراین نماز به دو صورت برای مبارزه با هوای نفس به انسان کمک می‌کند. اول اینکه خودش یک اثر تربیتی دارد و یک مبارزه با هواس نفس محسوب می‌شود و حتی مقدمات نماز هم مبارزه با هوای نفس می‌خواهد. دوم اینکه نماز، انگیزه و ایمان ما را تقویت می‌کند. هر کسی انگیزۀ مبارزه با هوای نفس را تقویت نماید، مبارزه با هوای نفس برای او بسیار آسان می‌شود. اینکه بزرگانی مانند آیت الله قاضی(ره) و آیت الله بهجت(ره) بر نماز تأکید ویژه‌ای داشتند، به این دلیل است که واقعاً نماز این قدرت را دارد که شما را با هدف پیوند بزند. و اگر کسی پیوند محکمی با هدف داشته باشد، مسیر و راه را هم به درستی تشخیص می‌دهد. اگر جاذبه هدف، کسی را به سمت خود بکشد، از تمام سنگلاخ‌ها عبور می‌کند. پیوند با هدف، سرعت و دقت را هم افزایش می‌دهد. جاذبۀ هدف برای ما با نماز تقویت می‌شود و به تعبیری می‌توان گفت اصل دین و دنیای ما نماز است.

**نماز، فرمانده است و باید از او اطاعت کرد/اطاعت از نماز یعنی پرهیز از فحشاء و منکر**

* طبق آیه قرآن به حضرت شعیب(ع) گفتند: «ای شعیب آیا نماز تو، دستور می‌دهد که ما عبادت بت‌هایی که پدرانمان می‌پرستیدند را رها کنیم؟ قالُوا یا شُعَیْبُ أَصَلاتُکَ تَأْمُرُکَ أَنْ نَتْرُکَ ما یَعْبُدُ آباؤُنا»(هود/87) به نظر می‌رسد که نماز در بین تمام دستورات دینی، نقشی کلیدی دارد به حدّی که گویا نماز فرماندۀ بقیه دستوراتی است که به پیغمبر می‌رسد. نماز چنین جایگاه مهمی دارد. درباره نماز روایات بسیار زیادی داریم. به عنوان نمونه، پیغمبر گرامی اسلام(ص) می‌فرماید: «کسی که از نماز اطاعت نکند، در واقع نماز نخوانده است و اطاعت از نماز هم این است که از فحشاء و منکر پرهیز داشته باشید؛ لا صَلاةَ لِمَن لم یُطِعِ الصَّلاةَ، و طاعَةُ الصَّلاةِ أن تَنهى عنِ الفَحشاءِ و المُنکَرِ»(بحارالانوار/79/198) نماز، خودش فرمانده است؛ اگر از نماز اطاعت نکنی، نماز نخوانده‌ای. دستور نماز این است که از فحشاء و منکر پرهیز داشته باشی.
* در یک روایت دیگر فرموده‌اند: «کسی که نمازش او را از فحشاء و منکر نهی نکند، این نماز به جز دوری از خدا، چیزی به او اضافه نمی‌کند؛ مَن لم تَنهَهُ صلاتُهُ عنِ الفَحشاءِ و المُنکَرِ لَم یَزدَدْ مِنَ اللّه ِ إلاّ بُعدا»(کنزالعمال/20083) باید نماز بخوانیم تا انگیزۀ ما برای حرکت و مبارزه با نفس تقویت شود. علامت تقویت شدن انگیزه هم این است که از فحشاء و منکر جدا شده باشیم. اگر نماز نخوانی، کافر شده‌ای (مَنْ‏ تَرَکَ‏ الصَّلَاةَ مُتَعَمِّداً فَقَدْ کَفَر؛ عوالی اللئالی/2/224) و پیوند خودت را با هدف قطع کرده‌ای. و اگر نماز بخوانی و روی تو اثر نگذارد، تو را از خدا دور می‌کند.(روایت فوق: لَم یَزدَدْ مِنَ اللّه ِ إلاّ بُعدا)
* حضرت عیسى (ع) فرمود: «پرخورى نکنید، زیرا پرخورى، باعث پرخوابى می‌شود و هر کس زیاد بخوابد، نماز کم مى‏خواند و هر کس نماز کم بخواند از غافلان بشمار مى‏رود؛ یَا بَنِی إِسْرَائِیلَ لَا تُکْثِرُوا الْأَکْلَ فَإِنَّهُ مَنْ أَکْثَرَ الْأَکْلَ أَکْثَرَ النَّوْمَ‏ وَ مَنْ أَکْثَرَ النَّوْمَ أَقَلَّ الصَّلَاةَ وَ مَنْ أَقَلَّ الصَّلَاةَ کُتِبَ‏ مِنَ الْغَافِلِین‏»(مجموعۀ ورّام/1/47)و (شرح ابن‌ابی‌الحدید/19/188) این یعنی نماز، ضد خوردن و خوابیدن زیاد است. در واقع نماز، مقدماتی برای مبارزه با هوای نفس دارد.

**افزایش انگیزه؛ اثر مهم‌تر نماز از نظر قرآن**

* همان‌طور که بیان شد، اثر اول نماز که یک اثر وضعی و تربیتی است، این است که قدرت مبارزه با نفس را افزایش می‌دهد. اثر دوم نماز این است که پیوند ما را با مبدأ و معاد افزایش می‌دهد و از این جهت انگیزۀ ما را برای مبارزه با نفس افزایش می‌دهد. در بین این دو اثری که نماز دارد، قرآن مجید ویژگی اثر دوم را قوی‌تر‌ می‌داند. خداوند می‌فرماید: «نماز را برپا دار، نماز از فحشاء و منکر باز می‌دارد ولی از آن مهمتر اینکه شما را به یاد خدا می‌اندازد؛ وَ أَقِمِ الصَّلاةَ إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهى‏ عَنِ الْفَحْشاءِ وَ الْمُنْکَرِ وَ لَذِکْرُ اللَّهِ أَکْبَرُ»(عنکبوت/45). نماز ذکر خدا است.(أَقِمِ الصَّلاةَ لِذِکْرِی؛ طه/14‏) این اثر نماز که ذکر خدا است، بزرگ‌تر از همه چیز است و ما را به هدف می‌رساند. توجه به مبدا و معاد به انسان حیات و جان می‌دهد. (رک: تفسیر المیزان، ذیل آیه45 سوره عنکبوت)

چرا ولایتمداری ارزشمندترین قسمت دین است؟/چرا اگر کسی ولایت را بپذیرد، گناهان او را راحت می‌بخشند؟/چرا پذیرش ولایت باعث شفاعت در قیامت می‌شود؟

**مبارزه با هوای نفس، محور اصلی رشد انسان است/ مسأله اصلی بشر، قرار ندادن هواپرستی به جای خداپرستی است**

* همان‌طور که در جلسات قبل بیان شد، مبارزه با هوای نفس مبنای تولید ارزش یا مبنای ارزشمند شدن انسان است. در واقع محوری‌ترین موضوعی که موجب ارزش یافتن انسان می‌شود و برایش تولید ارزش افزوده می‌کند، و او را در مسیر اصلی خلقت قرار می‌دهد، این است که با برخی از علاقه‌های خودش مبارزه کند. این مخالفت، محور رشد انسان است. برای کمال، یک راه بیشتر نیست که همان راه مبارزه با هوای نفس است. همۀ اعمال خوب، یا دارای مقدماتی برای مبارزه با هوای نفس هستند یا لوازم و نتایج آن‌ها برای مبارزه با هوای نفس به کمک انسان می‌آید.
* این بحث، صرفاً بحثی اخلاقی نیست، البته می‌توان گفت ما یک نظام اخلاقی را ارائه می‌دهیم ولی این بحث، یک بحث اعتقادی نیز هست. یعنی از ابتدا که فکر می‌کنی دین را بپذیری یا نپذیری، موضوع هوای نفس مطرح است. بعد که دین را پذیرفتی و می‌خواهی اجرا کنی، باز هم موضوع هوای نفس مطرح است. بعد که اجراء کردی و می‌خواهی در این راه سالم بمانی و رشد کنی و کارهایت قبول شود، باز هم موضوع هوای نفس مطرح است. اگر به مراتب بالا رسیدی، هنوز هم موضوع هوای نفس مطرح است. در مراتب بالا هم دوست‌داشتنی‌های خوبی هست که باید به خاطر خدا از آن دوست داشتنی‌های خوب بگذری.
* **باید متوجه باشیم که مسأله اصلی ما چیست؟ مسأله اصلی بشر، قرار ندادن هواپرستی به جای خداپرستی است. «هوای نفس»، هر علاقه‌ای است که انسان را پائین‌تر بیاورد، لذا هر علاقه‌ای می‌تواند هوای نفس ما باشد - با توجه به سطح و مرتبه‌ای که انسان دارد-. محور هوای نفس هم «خودخواهی» ما است و این نزاع تا پایان عمر انسان ادامه دارد.**

# جلسه 40

**چرا ولایتمداری ارزشمندترین قسمت دین است؟/هیچ یک از اوامر الهی به اندازه امر به ولایت، مخالف هوای نفس انسان نیست**

* **حالا می‌خواهیم از این زاویه به موضوع ولایت بپردازیم که اگر محور تولید ارزش برای انسان، مخالفت با دوست‌داشتنی‌ها است، چگونه می‌توان توضیح داد که ولایت، ولایت‌پذیری و تبعیت از ولایت ولی خدا، ارزشمندترین قسمت دین است؟**
* سابقاً به این بحث پرداختیم که اگر مبارزه با هوای نفس، محور تولید ارزش در وجود آدمی است؛ چرا نماز عمود خیمه دین است؟ چون نماز دائمی‌ترین و منظم‌ترین برنامۀ مبارزه با هوای نفس است. برای اینکه اهمیت ولایت را نیز بیشتر درک کنیم باید آن را در جریان مبارزۀ دائمی با هوای نفس برای خودمان تحلیل کنیم. مثلاً تبعیت از پدر و مادر چرا اهمیت دارد؟ چون یکی از برنامه‌های جدی مبارزه با هوای نفس، تفاوت سلیقه‌ای است که بین پدر و مادر با فرزند وجود دارد. پدر و مادر چیزی را دوست دارند که فرزند دوست ندارد و این مبارزه با هوای نفس، برنامه‌ای همیشگی برای فرزند می‌شود. خداوند بطور طبیعی تفاوت‌هایی بین پدر و مادر و فرزند قرار داده است که محل رشد و کمال یافتن فرزند است.
* یکی دیگر از زمینه‌های مبارزه با نفس در همان آغاز سن تکلیف در انسان ایجاد می‌شود؛ به این صورت که در این سن غریزۀ جنسی در انسان فعال می‌شود و لذا نوجوانی که تازه به سن تکلیف رسیده است به صورت کاملاً جدّی درگیر مبارزه با نفس می‌شود. اینجا دوباره اهمیت مبارزه با نفس دیده می‌شود. چون معمولاً کسی در این سن نوجوانی ازدواج نمی‌کند، لذا بستری برای مبارزه با نفس در مسائل شهوانی برایش شکل می‌گیرد.
* این مبارزه با هوای نفس و دوست داشتنی‌ها آن‌قدر مسألۀ جدّی و مهمی است که خداوند برای قوی شدن و رشد کردن ما، بسترهای مختلفی را برای شکل‌گیری این مبارزه قرار داده است. همۀ اعمال و رفتارها را می‌توان از زاویۀ مبارزه با هوای نفس نگاه کرد؛ مباحث خانوادگی، مقدراتی که سر راه انسان قرار می‌گیرد، تکالیف مختلف اجتماعی و فردی و ....
* از این زاویه، می‌توان توضیح داد که چرا ولایت رکن دین است. چرا اگر ولایت نباشد، نماز هم قبول نمی‌شود؟ چرا اهمیت ولایت خیلی بالا است؟ برای اینکه هیچ امری از اوامر الهی به اندازه امر به ولایت، مخالف هوای نفس انسان نیست. حتی دستور به جهاد و کشته شدن در راه خدا هم به اندازۀ دستور به تبعیت از ولایت نمی‌تواند در جهت مبارزه با هوای نفس این‌قدر مؤثر باشد.

**ولایت مخالف‌ترین مخالفان با هوای نفس انسان است/کسی که ولایت را بپذیرد، گناهانش راحت‌تر بخشیده می‌شود**

* اگر محور تولید ارزش توسط انسان را مبارزه با هوای نفس بدانیم، و از طرف دیگر «ولایت» را مهمترین اصل دین بدانیم، علی‌القاعده می‌توان گفت؛ ولایت مخالف‌ترین مخالفان با هوای نفس انسان است و اگر کسی ولایتمدار شود، در حال سر بریدن نفس است. کسی که ولایتمدار شود، در واقع سر نفس خور را بریده است. به همین دلیل است که اگر کسی ولایت را بپذیرد، گناهان او را راحت می‌بخشند. اما بخشش گناهان ولایت‌ندارها اینطور نیست و در نقطۀ مقابل ولایت‌مدارها قرار می‌گیرند.
* چند نفر از ولایت‌ندارها نزد امام رضا(ع) آمدند و گفتند ما دیده‌ایم بعضی از شیعیان شما که ولایت‌مدار هستند، علنی در راه عرق می‌خورند. امام رضا(ع) فرمودند: الحمدلله که آنها در راه هستند، و این خوب است! گفتند نه آقا! منظورمان این است که در راه یعنی در مسیر عبور و مرور دیگران و به صورت علنی، عرق می‌خورند! حضرت به تعبیری گفتند: خُب عرق نعنا که اشکال ندارد! (حضرت به معنای دیگری که برای کلمۀ «نبیذ» وجود دارد، اشاره کردند و به این صورت خواستند با اغماض از کنار این موضوع بگذرند) آنها گفتند: نه! عرق یعنی مُسکر می‌خورند. آقا فرمودند: ولایت‌مدار عرق نمی‌خورد؛ و بر فرض اگر یک فرد ولایت‌مدار هم عرق بخورد، روز قیامت یک خدای مهربان، یک پیامبر رئوف و امام شفیع دارد که دست او را می‌گیرد و نجاتش می‌دهد. اما شما چه کسی را دارید؟ (أَنَّ رَجُلًا مِنَ الْمُنَافِقِینَ قَالَ لِأَبِی الْحَسَنِ الثَّانِی ع إِنَّ مِنْ شِیعَتِکُمْ قَوْماً یَشْرَبُونَ الْخَمْرَ عَلَى الطَّرِیقِ فَقَالَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِی جَعَلَهُمْ عَلَى الطَّرِیقِ فَلَا یَزِیغُونَ عَنْهُ وَ اعْتَرَضَهُ آخَرُ فَقَالَ إِنَّ مِنْ شِیعَتِکَ مَنْ یَشْرَبُ النَّبِیذَ ... قَالَ فَإِنْ فَعَلَهَا الْمَنْکُوبُ مِنْهُمْ فَإِنَّهُ یَجِدُ رَبّاً رَءُوفاً وَ نَبِیّاً عَطُوفاً وَ إِمَاماً لَهُ عَلَى الْحَوْضِ عَرُوفاً وَ سَادَةً لَهُ بِالشَّفَاعَةِ وُقُوفاً وَ تَجِدُ أَنْتَ رُوحَکَ فِی بَرَهُوتَ مَلُوفاً؛ مشارق الانوار/ص289) و (عَنْ فُرَاتِ بْنِ أَحْنَفَ قَالَ: کُنْتُ عِنْدَ أَبِی عَبْدِ اللَّهِ ع إِذْ دَخَلَ عَلَیْهِ رَجُلٌ مِنْ هَؤُلَاءِ الْمَلاعِینِ فَقَالَ وَ اللَّهِ لَأَسُوءَنَّهُ مِنْ شِیعَتِه‏ ... إِنَّ شِیعَتَکَ یَشْرَبُونَ‏ النَّبِیذَ فَقَالَ وَ مَا بَأْسٌ بِالنَّبِیذِ أَخْبَرَنِی أَبِی عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ أَنَّ أَصْحَابَ رَسُولِ اللَّهِ ص کَانُوا یَشْرَبُونَ‏ النَّبِیذَ فَقَالَ لَیْسَ أَعْنِیکَ النَّبِیذَ إِنَّمَا أَعْنِیکَ الْمُسْکِرَ فَقَالَ شِیعَتُنَا أَزْکَى وَ أَطْهَرُ مِنْ أَنْ یَجْرِیَ لِلشَّیْطَانِ فِی أَمْعَائِهِمْ رَسِیسٌ‏ وَ إِنْ فَعَلَ ذَلِکَ الْمَخْذُولُ مِنْهُمْ فَیَجِدُ رَبّاً رَءُوفاً وَ نَبِیّاً بِالاسْتِغْفَارِ لَهُ عَطُوفاً وَ وَلِیّاً لَهُ عِنْدَ الْحَوْضِ وَلُوفاً وَ تَکُونُ وَ أَصْحَابَکَ بَبَرَهُوتَ‏ مَلْهُوفاً؛ التمحیص/ص40)

**چرا ولایت ارزشمندترین امر دین است؟/ چون پذیرش ولایت، ریشه هوای نفس انسان را می‌زند**

* اگر کسی ولایت داشته باشد، وعدۀ شفاعت به او داده‌اند. (قَوْلُهُ‏ لا یَمْلِکُونَ الشَّفاعَةَ إِلَّا مَنِ اتَّخَذَ عِنْدَ الرَّحْمنِ عَهْداً قَالَ إِلَّا مَنْ دَانَ اللَّهَ بِوَلَایَةِ أَمِیرِ الْمُؤْمِنِینَ وَ الْأَئِمَّةِ مِنْ‏ بَعْدِهِ‏ فَهُوَ الْعَهْدُ عِنْدَ اللَّه‏؛ کافی/1/431) و (رسولُ اللّه ِص: شَفاعَتی لاُِمَّتی مَن أحَبَّ أهلَ بَیتی؛کنزالعمّال/روایت ٣٩٠٥٧) منطق این مطلب را در بحث مبارزه با هوای نفس می‌توانید به دست بیاورید.
* اگر اصل تولید ارزش افزوده در مخالفت با دوست‌داشتنی‌ها است، چرا ولایت ارزشمندترین امر دین است، به حدّی که فرموده‌اند: «لَمْ یُنَادَ بِشَیْ‏ءٍ کَمَا نُودِیَ‏ بِالْوَلَایَة» (امام محمد باقر(ع): بُنِیَ الْإِسْلَامُ عَلَى خَمْسٍ عَلَى الصَّلَاةِ وَ الزَّکَاةِ وَ الصَّوْمِ وَ الْحَجِّ وَ الْوَلَایَةِ وَ لَمْ یُنَادَ بِشَیْ‏ءٍ کَمَا نُودِیَ‏ بِالْوَلَایَة؛ کافی/2/18) چون ولایت، سرِ هواپرستی انسان را از بدنش جدا می‌کند و ریشه هوای نفس را می‌زند. چون ولایت می‌گوید اختیارت را به من بده؛ من صاحب اختیار تو می‌شوم. یعنی تو می‌شوی عبد و ولایت می‌شود مولا.
* خیلی‌ها می‌پرسند حالا اگر ولایت اختیار ما را در دست بگیرد، مگر چه کار می‌خواهد بکند؟! مثلاً می‌خواهد دستور به نماز بدهد، ولی من خودم نماز می‌خوانم. می‌خواهد بگوید گناه نکن؛ بسیار خُب، گناه نمی‌کنم ولی اختیارم را نمی‌دهم! در حالی که اصلاً ولایت همین اختیار تو را می‌خواهد و دادن اختیار سخت است. به عنوان مثال اگر کسی بخواهد از خانۀ شما استفاده کند، در اختیار او قرار می‌دهید تا مثلاً روضه یا مراسم دیگری در آن برگزار کند ولی سند آن را به نام فرد تقاضاکننده‌ نمی‌زنید. این فرق اطاعت و ولایت است. کسی که ولایت را می‌پذیرد، خودش را وقف کرده است و اختیار خود را به طور کامل به «ولی» داده است.

**پذیرش ولایت یعنی اختیار خودت را به ولیّ خدا بدهی/ ولیّ، صاحب اختیار است**

* پذیرش یا تبعیت از هوای نفس، یعنی یک جاهایی حرف نفس را گوش کرده‌ای و به علاقۀ آن جواب مثبت داده‌ای. مبارزه با نفس یعنی با برخی از خواسته‌های نفس مبارزه کرده‌ای. اما ولایت‌پذیری یعنی اینکه کلاً نفس تو رفته است و عبد شده‌ای. چرا ولایت مهمترین رکن دین است؟ چون ریشۀ هوای نفس را زده است، خود نفس را داده‌ای، رفته است؛ یعنی «من دوست دارم»، دیگر معنایی ندارد. ولایت یعنی اینکه پیغمبر(ص) دیگر فقط پیغام نمی‌دهد، بلکه صاحب اختیار فرد می‌شود، صاحب اموال او هم می‌شود. با این روش است که ریشۀ نفس کنده می‌شود. قرآن می‌فرماید: «النَّبِیُّ أَوْلى‏ بِالْمُؤْمِنینَ مِنْ أَنْفُسِهِمْ»(احزاب/6) یعنی پیامبر(ص) صاحب اختیار مردم است و اختیارش در مورد آدم‌ها از خود آن‌ها بیشتر است. امام صادق(ع) می‌فرماید: نتیجۀ اینکه پیامبر(ص) از خود مؤمنین نسبت به آنان اختیاردارتر است این است که اگر کم آوردید، مولای شما جبران می‌کند و این را ضمانت کرده است. (عَنْ أَبِی عَبْدِ اللَّهِ ع‏، أَنَّ النَّبِیَّ ص قَالَ: أَنَا أَوْلَى بِکُلِّ مُؤْمِنٍ مِنْ نَفْسِهِ وَ عَلِیٌّ أَوْلَى بِهِ مِنْ بَعْدِی» فَقِیلَ لَهُ: مَا مَعْنَى ذَلِکَ؟ فَقَالَ: قَوْلُ النَّبِیِّ ص: مَنْ تَرَکَ دَیْناً أَوْ ضَیَاعاً فَعَلَیَّ وَ مَنْ تَرَکَ مَالًا فَلِوَرَثَتِه‏؛ کافی/1/406) و (مَنْ تَرَکَ مَالًا فَلِوَرَثَتِهِ وَ مَنْ تَرَکَ دَیْناً أَوْ ضَیَاعاً فَعَلَیَّ وَ إِلَیَّ»(تفسیر قمی/2/176)

**کسی که ولایت را نپذیرفته، یعنی اصل ماجرای دین را هنوز نپذیرفته است/ ولیّ خدا آن‌قدر دوست‌داشتنی است که دیدن مهربانی‌های او پذیرش ولایت را آسان می‌کند**

* کسی که ولایت را نپذیرفته، یعنی اصل ماجرای دین را هنوز نپذیرفته است. کسی که نپذیرفته پیغمبر(ص)، مولای او است؛ پس چه چیزی را پذیرفته است؟! ابلیس هم همه چیز را پذیرفته بود ولی سروریِ آدم را نپذیرفت و به جهنم رفت، یعنی هیچ کدام از عبادت‌ها و نمازهای او برایش فایده‌ای نداشت. (امیرالمؤمنین ع: فَاعْتَبِرُوا بِمَا کَانَ مِنْ فِعْلِ اللَّهِ بِإِبْلِیسَ إِذْ أَحْبَطَ عَمَلَهُ الطَّوِیلَ وَ جَهْدَهُ الْجَهِیدَ وَ کَانَ قَدْ عَبَدَ اللَّهَ سِتَّةَ آلَافِ سَنَةٍ؛ نهج‌البلاغه/خطبه192)
* درست است که پذیرش شخص دیگری به عنوان صاحب اختیار انسان به طور طبیعی برای انسان دشوار است، اما ولیّ خدا آن‌قدر دوست‌داشتنی است که دیدن مهربانی‌های ولیّ خدا پذیرش ولایت را آسان می‌کند. امیرالمؤمنین(ع) که مولا و صاحب اختیار ما است، مولایی است که واقعاً زیردست‌های خود را رعایت می‌کند؛ اصلاً علی(ع) دقیقاً همان‌طوری است که ما دوست داریم آن‌گونه باشد.
* امام حسین(ع) هم در شب عاشورا به یارانشان فرمود: من مولای شما هستم؛ اگر می‌خواهید بروید، بروید. دشمن مرا می‌خواهد و من را خواهند کشت. اگر بایستید هم فایده‌ای ندارد، اگر از روی محبت هم می‌‌خواهید بمانید، فایده‌ای ندارد. مرا خواهند کشت، بروید. (ثُمَّ جَاءَ اللَّیْلُ فَجَمَعَ الْحُسَیْنُ ع أَصْحَابَهُ ... فَقَالَ أَمَّا بَعْدُ فَإِنِّی لَا أَعْلَمُ أَصْحَاباً أَصْلَحَ مِنْکُمْ وَ لَا أَهْلَ بَیْتٍ أَبَرَّ وَ لَا أَفْضَلَ مِنْ أَهْلِ بَیْتِی ... ‏ فَإِنَّهُمْ لَا یُرِیدُونَ غَیْرِی؛ اللهوف/ص90) همه متحیر مانده بودند که چه جوابی بدهند. امام حسین(ع) فرمود: عباسم! با شما هم هستم! امام حسین(ع) با این کار چند نشانه زد. یکی اینکه عباس(ع) که مانند عبدی در مقابل مولای خودش ساکت بود به حرف بیاید و چیزی بگوید. دوم اینکه عباس(ع) به دیگران یاد بدهد که چه جوابی باید بدهند. شرح کلام حضرت عباس(ع) این بود که: آقا! ما که به درد شما نمی‌خوریم و جلوی شهید شدن شما را نمی‌توانیم بگیریم، یعنی برگردیم و شما شهید شوید و ما بعد از شما زنده باشیم؟! یا ابا عبدالله به ما رحم کن! بعد از حضرت عباس(ع) دیگران یاران اباعبدالله(ع) هم تبعیت کردند و کلام ابالفضل(ع) را ادامه دادند. (فَقَالَ لَهُ إِخْوَتُهُ وَ أَبْنَاؤُهُ وَ أَبْنَاءُ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ جَعْفَرٍ وَ لِمَ نَفْعَلُ ذَلِکَ لِنَبْقَى بَعْدَکَ لَا أَرَانَا اللَّهُ ذَلِکَ أَبَداً بَدَأَهُمْ بِذَلِکَ الْقَوْلِ الْعَبَّاسُ بْنُ عَلِیٍّ ع ثُمَّ تَابَعُوه‏؛ همان) سپس امام حسین(ع) اجازه داد که آن‌ها کشته شوند. اگر حضرت اجازه نمی‌دادند، همه باید برمی‌گشتند و می‌رفتند. آقا اذن شهادت دادند. اخلاق امام زمان(عج) هم مثل اخلاق امام حسین(ع) است. باید از حضرت خواهش کنیم تا اجازه بدهد که در راهش جانبازی کنیم و شهید شویم، نه اینکه جان خود را برداریم و فرار کنیم.

**کلام پیامبر(ص) و امام هادی(ع) در مورد صاحب اختیار بودن حضرت علی(ع) /پاداش کسی که در جهت اطاعت از امامش مبارزه با نفس کند**

* برای درک صاحب اختیار بودن ولی خدا، آیات و روایات بسیاری وجود دارد. از جمله پیامبر(ص) در روز عید غدیر خم فرمودند: «آیا من از مؤمنین نسبت به خودشان صاحب‌ اختیارتر نیستم؟ أَلَسْتُ‏ أَوْلى‏ بِالْمُؤْمِنِینَ‏ مِنْ‏ أَنْفُسِهِمْ» مردم گفتند بله، خدا شاهد است که همین‌طور است. بعد حضرت فرمودند: پس هر کسی که من صاحب اختیار او هستم، از این به بعد علی(ع) صاحب اختیار او است؛ فَمَنْ کُنْتُ مَوْلَاه‏ فَعَلِیٌّ مَوْلَاهُ» (معانی الاخبار/ص67) بعضی‌ها خیلی زود کم آوردند و اصلاً نتوانستند ولایت علی(ع) را بپذیرند و تحمل کنند لذا تقاضای عذاب کردند. و عذاب هم نازل شد و در جا به جهنم رفتند.(لما نصب‏ رسول‏ الله‏ ص علیا ع یوم غدیر خم، و قال: من کنت مولاه فعلی مولاه، ... فقدم على النبی ص النعمان بن الحارث‏ الفهری، فقال: ... فرماه الله بحجر على رأسه فقتله، و أنزل الله تعالى: سَأَلَ سائِلٌ بِعَذابٍ واقِعٍ‏؛ کافی/8/57 و مجمع البیان/10/530 و البرهان فی تفسیر القرآن/ج5/485) از اینجا به بعد بود که آنهایی که مخالف ولایت حضرت علی(ع) بودند، مخالفت خود را پنهان کردند.
* امام هادی در زیارتی به نام زیارت غدیریه می‌فرمایند: «من شهادت می‌دهم پیغمبر اکرم(ص) ابلاغ کرد آنچه که درباره تو از طرف خدا نازل شده بود؛ أَشْهَدُ أَنَّهُ‏ قَدْ بَلَّغَ‏ عَنِ اللَّهِ مَا أَنْزَلَهُ فِیکَ؛ و پیامبر(ص) امر خدا را افشاء و علنی کرد- علنی کردنی که ممکن است مخالفت‌ها را هم برانگیزد- و طاعت و ولایت تو را بر امت خود واجب کرد، و بیعت تو را بر گردن آنها انداخت؛ فَصَدَعَ بِأَمْرِهِ وَ أَوْجَبَ عَلَى أُمَّتِهِ فَرْضَ طَاعَتِکَ وَ وَلَایَتِکَ وَ عَقَدَ عَلَیْهِمُ الْبَیْعَةَ لَکَ؛ و تو را صاحب اختیار مردم قرار داد، صاحب اختیارتر از خودشان، همچنان که خداوند پیغمبر(ص) را اولی بالمؤمنین من انفسهم قرار داده بود؛ وَ جَعَلَکَ أَوْلَى بِالْمُؤْمِنِینَ مِنْ أَنْفُسِهِمْ کَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ کَذَلِکَ؛ پس خدا را شاهد گرفت بر آن‌ها و گفت: آیا من ابلاغ کردم؟ گفتند بله؛ ثُمَّ أَشْهَدَ اللَّهَ تَعَالَى عَلَیْهِمْ فَقَالَ أَ لَسْتُ قَدْ بَلَّغْتُ فَقَالُوا اللَّهُمَّ بَلَى»(بحارالانوار/97/360)
* در روایتی از پیامبر گرامی اسلام(ص) نقل شده است: «هر یک از دوستان خدا با نفسش مخالفت کند، در جهت اطاعت از امامش و دلسوزی برای امامش؛ در رفیق اعلی-جایی که رفقای او بهترین رفقا باشند- با ما خواهد بود؛ مَا نَظَرَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ إِلَى وَلِیٍّ لَهُ یُجْهِدُ نَفْسَهُ بِالطَّاعَةِ لِإِمَامِهِ وَ النَّصِیحَةِ إِلَّا کَانَ‏ مَعَنَا فِی‏ الرَّفِیقِ‏ الْأَعْلَى‏‏»(کافی/1/404)
* --------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

قسمت دوم - 1

**آدم‌های خوبی که مبارزه با نفس نکنند، خوب‌های قلّابی هستند/ تنها هدف کلیدی در آموزش و پرورش باید آموختن «مبارزه با هوای نفس» باشد/عرفا هیچ کار خاصی غیر از مراقبت و مجاهدۀ با نفس انجام نداده‌اند/ یک‌مقدار مبارزه با هوای نفس کردن، هنری نیست/ سیاستمداری که مردم خود را به لهو و لعب تشویق کند، خائن است**

**آدم‌های خوبی که مبارزه با نفس نکنند، خوب‌های قلّابی هستند/تنها هدف کلیدی در آموزش و پرورش باید آموختن مبارزه با هوای نفس باشد**

* موضوع بحث ما «تنها مسیر» است. در جلسات پیشین از این موضوع گفتگو کردیم که تنها مسیر رسیدن به کمال و تقرب به خداوند و تنها مسیر تأمین منافع دنیوی و اخروی انسان، و تنها مسیر نجات جوامع بشری از ظلم و ستم، این است که انسان با «برخی» از تمایلات خود که به آن هوای نفس گفته می‌شود مخالفت و مقابله کند. و این مبارزه با هوای نفس تا آخر زندگی انسان ادامه دارد. این موضوع به حدّی مهم است که می‌توان گفت آدم‌های خوبی که مبارزه با نفس نکنند، خوب‌های قلّابی هستند. همچنین بر اساس این بحث می‌توان گفت تنها مسیر ارتقاء و اصلاح آموزش و پرورش نیز این است که آموختن مبارزه با هوای نفس به عنوان تنها هدف کلیدی در آموزش و پرورش قرار گیرد.
* در این جلسه چند روایت دربارۀ مبارزه با هوای نفس خدمت شما تقدیم می‌کنم. روایات و کلمات اهل‌بیت(ع) دربارۀ هر موضوعی، دقیق‌ترین و عمیق‌ترین عباراتی هستند که می‌شود دربارۀ آن موضوع مطرح کرد و شاید دربارۀ موضوع خاص مبارزه با هوای نفس و جهاد با نفس، کلمات ائمۀ هدی(ع) بیش از هر موضوع دیگری دلنشین باشد، چون این کلمات ضمن عمق و ظرافت و لطافتی که دارند، یک شیرینی خاصی نیز به تلخی مبارزه با هوای نفس می‌دهند.

**«نفس امارۀ بالسوء» یعنی نفس انسان مدام به ما دستور می‌دهد و همۀ دستوراتش هم بد است**

* پیامبر اکرم(ص) می‌فرماید: «باعظمت‌ترین جهادها، جهاد با نفس است، چون نفس انسان این‌گونه است که خیلی انسان را به بدی وادار می‌کند؛ أَعْظَمُ‏ الْجِهَادِ جِهَادُ النَّفْسِ لِأَنَّهَا أَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ»(ارشاد القلوب/1/98) **نفس انسان مثل یک بچۀ لوس و نُنُر است که همۀ درخواست‌هایش بد و غلط است، مثلاً وقتی می‌گوید این کار را برای من انجام بده، چه شما انجام می‌دهید و چه انجام ندهید، بلافاصله یک درخواست دیگر را مطرح می‌کند، و خواسته‌هایش پایانی ندارد**. امارۀ بالسوء یعنی نفس انسان مدام به ما دستور می‌دهد و همۀ دستوراتش هم بد و غلط است.
* حضرت در ادامۀ روایت فوق می‌فرماید: «نفس انسان به شرّ و کار بد رغبت دارد؛ رَاغِبَةٌ فِی الشَّرِّ» یعنی نفس انسان به کارهای بد رغبت دارد و تمایلش به سمت شرّ و بدی است. لذا اگر این کار بد را نتوانست انجام دهد و با مانعی مواجه شد، به سراغ یک کار بد دیگر می‌رود و متوقف نمی‌شود. حضرت در ادامه می‌فرماید: «نفس انسان به شدّت میل به شهوات دارد و وقتی به کار خوب می‌رسد سنگین است و سختش می‌آید انجام دهد، و نفس انسان آرزوهای زیاد دارد؛ مَیَّالَةٌ إِلَى الشَّهَوَاتِ، مُتَثَاقِلَةٌ بِالْخَیْرَاتِ کَثِیرَةُ الْآمَالِ»

**«آمال و آرزوهای زیاد» از تولیدات خبیث نفس هستند ولی متاسفانه تفریح‌گاه مردم شده‌اند/ باید برنامه داشته باشیم که روز و شب، نفس خود را از راحتی جدا کنیم**

* متاسفانه مردم داشتن آمال و آرزوهای زیاد را چیز بدی نمی‌دانند، به حدّی که تفریح‌گاه مردم شده‌اند، در حالی که آمال و آرزوها از تولیدات خبیث نفس هستند. آرزو موجب می‌شود مهمترین واقعه‌ای که در زندگی همۀ ما اتفاق می‌افتد را نبینیم. لذا اکثر لحظات زندگی ما طوری سپری می‌شود که انگار هیچ‌وقت قرار نیست بمیریم! چه می‌شود که ما به مرگ فکر نمی‌کنیم؟ آمال و آرزوهای ما این کار را می‌کنند. چون آمال حجاب آجال هستند و باعث می‌شوند انسان اجل و مرگ خود را نبیند. اگر مرگ را ببینیم و باور کنیم، فرقی نمی‌کند زمان این مرگ نزدیک باشد یا دور باشد؛ حتی اگر به ما تضمین بدهند صد سال دیگر می‌میریم، باز هم لحظه‌ای از یاد مرگ غافل نخواهیم شد.
* حضرت در ادامه روایت می‌فرماید: «نفس انسان دوست دارد که انسان اهوال و مواقع خطرناک پیش روی خود را فراموش کند؛ نَاسِیَةٌ لِلْأَهْوَالِ» منظور از اهوال، هول و تکان‌های مهمی است که در زندگی انسان پیش می‌آید، از اهوال مرگ گرفته تا اهوال روز قیامت. یعنی نفس انسان به او می‌گوید «این اهوال را فراموش کن، تا راحت زندگی کنی! مرگ را فراموش کن تا راحت زندگی کنی!» حضرت در ادامه می‌فرماید: «نفس انسان ریاست را دوست دارد و طالب راحتی است؛ مُحِبَّةٌ لِلرِّئَاسَةِ وَ طَالِبَةٌ لِلرَّاحَةِ» نفس انسان او را به راحت‌طلبی دعوت می‌کند، لذا باید برنامه داشته باشیم که روز و شب، نفس خودمان را از راحت‌طلبی جدا کنیم. حضرت در پایان می‌فرماید: «خداوند متعال در قرآن(از زبان حضرت یوسف ع) می‌فرماید: نفس، امّارۀ به بدی‌ها است مگر اینکه خدا رحم کند؛ قَالَ اللَّهُ تَعَالَى:‏ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا ما رَحِمَ رَبِّی» یعنی **انسان هرچقدر در مبارزه با این نفس سرکش تلاش کند، باز هم معلوم نیست از پسِ این نفس بربیاید، لذا باید از شرّ این نفس سرکش به خداوند پناه ببرد**.‏
* در این روایت، برخی از ابعاد بدی‌های نفس و تنوعی که در بدی‌های نفس موجود است را دیدیم. باید بدانیم که این بدی‌های نفس انسان طبیعی است لذا هر کسی این بدی‌ها را در خودش دید، فکر نکند فاجعه‌ای برایش اتفاق افتاده است چون ما با این خصلت‌های نفسانی زاده شده‌ایم، البته پشت سر این بدی‌ها گرایش‌های خوب و زیبایی هم داریم که باید شکوفا شوند.

**7 تا 14 سالگی دورانی است که بچه‌ها باید مبارزه با هوای نفس را تمرین کنند**

* در خصوص لزوم مبارزه با هوای نفس و آثار و فواید مجاهدۀ با نفس، امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «بهترین و باارزش‌ترین عمل آن عملی است که خوشت نیاید؛ أَفْضَلُ‏ الْأَعْمَالِ‏ مَا أَکْرَهْتَ‏ نَفْسَکَ عَلَیْه»(نهج‌البلاغه/حکمت 249) یعنی اصلاً قرار است که ما حال نفس خودمان را بگیریم. بر اساس این روایت، هر یک از ما باید از خودمان بپرسیم: «من الان مشغول چه کاری هستم که خوشم نمی‌آید؟» اگر آموزش و پرورش بخواهد مبتنی بر این بحث،‌ برنامه‌ریزی کند باید شیوۀ تعلیم و تربیت و آموزش خود را طوری طراحی کند که وقتی دانش‌آموز فارغ التحصیل شد، «دلم می‌خواهد» در نظرش زشت و بد باشد.‏ نه اینکه در برخی از مدارس دانش‌آموزمحوری را روش آموزشی خود قرار دهند و مثلاً طوری برنامه‌ریزی کنند که دانش‌آموز آزاد باشد هر ساعتی که دلش خواست در هر کلاسی که دلش خواست شرکت کند. ممکن است این روش را برای 14 تا 21 سالگی پسندیده باشد، ولی برای 7 تا 14 سالگی اصلاً پسندیده نیست، چون 7 تا 14 سالگی دورانی است که بچه‌ها باید مبارزه با هوای نفس را تمرین کنند.
* خداوند انسان و حیوان را (به تعبیری) برعکس هم ساخته است؛ به حیوان الهام شده که از هر چیزی خوشش آمد، به سوی آن برود، لذا اگر حیوان به سمت چیزی که خوشش آمد حرکت کند درست عمل کرده است. اما دربارۀ انسان برعکس است؛ یعنی هرچیزی که از آن خوشت آمد نباید به سمت آن بروی! در این میان، نقش ایمان به خدا این است که هم به ما برنامه می‌دهد و هم وعده‌های خوب آخرتی می‌دهد تا در این مسیر روحیه و انرژی بگیریم.

**عرفا هیچ کار خاصی غیر از مراقبت و مجاهدۀ با نفس انجام نداده‌اند/اگر تعداد عرفای ما زیاد بود در شاخه‌های مختلف علمی شاهد شکوفایی فوق‌العاده بودیم**

* عرفای ما هم در اصل، هیچ کار خاصی غیر از مراقبت و مجاهدۀ با نفس انجام نداده‌اند. تصور نکنید که عرفا، به خاطر نماز و عبادت زیاد به این مقام رسیده‌اند. به عنوان مثال آیت الله بهجت(ره) به خاطر دستور پدرشان به ترک مستحبات و پرداختن به درس، تا زمانی که پدرشان زنده بودند، نماز شب نخواندند.(مصاحبه پسر آیت الله بهجت: «تا پدرش زنده بود نماز شب نخواند. این را یقین داریم.» پایگاه اطلاع‌رسانی حوزه، خبر 93027) پس آقای بهجت(ره) چه کاری انجام داده‌اند که به این مقام رسیدند؟ اصل کاری که انجام داده‌اند، مراقبت و مبارزۀ با هوای نفس بوده است.
* **متاسفانه تعداد عرفای ما کم است که همین تعداد کم نیز اکثراً وارد عرصۀ علوم مذهبی می‌شوند. اگر تعداد عرفای ما زیاد بود، آن‌وقت در همۀ شاخه‌های علمی و مشاغل مختلف، شاهد حضور فعال عرفا بودیم و در این صورت پیشرفت و شکوفایی فوق‌العاده‌ای در همۀ امور و شاخه‌های علمی پیدا می‌کردیم. مثلاً تصور کنید یک عارف فیلمساز، یک عارف مهندس و یک عارف پزشک داشتیم، هر کدام از عرفا در هر عرصه‌ای وارد شوند، غوغا خواهند کرد. مثلاً علامۀ طباطبایی(ره) به عرصۀ تفسیر قرآن وارد شد و غوغا کرد، و تفسیری نوشت که در تاریخ تفاسیر قرآن بی‌نظیر است. حالا تصور کنید اگر ایشان پزشک و مهندس بود، چه غوغایی در عالم پزشکی و مهندسی رخ ‌می‌داد!**
* همچنین بخش عمده‌ای از همین‌مقدار رشدی که در شاخه‌های مختلف علمی شاهد هستیم، نتیجۀ یک‌مقدار مجاهدۀ با نفس است. به عنوان مثال می‌توان گفت نقش مجاهدۀ نفس‌ دکتر حسابی در موفقیت ایشان بیش از استعداد ایشان بوده است. ایشان زندگی سختی داشت و گویا با این زندگی سخت خوب کنار آمده بود و همین خوب کنار آمدن که مبارزه با نفس است در موفقیت‌های علمی ایشان مؤثر بوده است.
* اگر انسان در انجام کارهایی که نفسش دوست ندارد، قوی شود، به جایی خواهد رسید که از همین کارهای مخالف هوای نفس لذت خواهد برد، در این صورت این لذت دیگر لذت نفسانی نیست بلکه لذت فطرت عالی انسانی و الهی است. مانند این لذتی که می‌گوید: «در بلا هم می‌کشم لذات او/مات اویم مات اویم مات او»

**برخی آثار اخروی مبارزه با هوای نفس**

* دربارۀ آثار و فواید اخروی مبارزه با هوای نفس، امیرالمؤمنین(ع) در کلام شریفی می‌فرماید: «به بهشت دسترسی پیدا نمی‌کند مگر کسی که با نفسش مجاهده کرده باشد؛ لَنْ یَحُوزَ الْجَنَّةَ إِلَّا مَنْ‏ جَاهَدَ نَفْسَه‏»(غررالحکم/ص553) حالا اگر کسی با نفس خود مبارزه نکرده باشد، از لحظۀ جان دادن به بعد سختی‌هایی می‌کشد تا جبران شود؛ از فشار قبر گرفته تا سختی‌های صحرای محشر و قیامت و جهنم. این عذاب‌ها برای افراد مختلف بستگی به این دارد که چقدر باید در دنیا مبارزه با نفس می‌کردند ولی این سختی را به خودشان نداده‌اند و حالا باید آن سختی‌ها را به شیوۀ دیگری تحمل کنند.

**فهرست دوست‌داشتنی‌هایت را بنویس و سعی کن یکی یکی از آنها صرفنظر کنی**

* امام صادق(ع) می‌فرماید: «ای بندگان دنیا! من واقعاً این سخن را به حق می‌گویم: شرافت آخرت را به دست نمی‌آورید مگر با ترک آنچه که دوست دارید؛ یَا عَبِیدَ الدُّنْیَا بِحَقٍّ أَقُولُ لَکُمْ لَا تُدْرِکُونَ شَرَفَ الْآخِرَةِ إِلَّا بِتَرْکِ مَا تُحِبُّونَ»(تحف العقول/392) فهرست دوست‌داشتنی‌هایت را (برای خودت) بنویس و به درگاه خدا اعتراف کن که من اینها را دوست دارم. بعد یکی یکی سعی کن از آنها صرفنظر کنی و آنها را دور بریزی. البته باید گفت «اکثر» دوست‌داشتنی‌های ما این‌طور هستند که باید دور ریخته شوند نه همۀ آنها. یعنی ممکن است دوست‌داشتنی‌های باارزش و عمیق نیز در قلب خود داشته باشیم؛ مانند محبت به امام حسین(ع).

**داشتن تمایل ذلت‌‌آور برای مؤمن زشت است**

* یکی از آثار هوای نفس در این کلام جذاب امام صادق(ع) بیان شده که می‌فرماید: «چقدر برای مؤمن زشت است که یک تمایلی در وجودش باشد که این تمایل او را ذلیل کند؛ مَا أَقْبَحَ بِالْمُؤْمِنِ أَنْ تَکُونَ لَهُ رَغْبَةٌ تُذِلُّه‏»(کافی/2/320) یعنی حضرت، داشتن تمایلات پست و ذلت‌‌آور را برای یک مؤمن، زشت و ناپسند معرفی می‌فرماید و از این زاویۀ زیبا به موضوع هوای نفس نگاه می‌کند.

**سیاستمداری که مردم خود را به لهو و لعب تشویق کند، خائن است**

* **امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «کسی که واله و شیفتۀ بازی است و نسبت به کارهای بیهوده حریص است، عقل ندارد و نمی‌تواند تعقل کند؛ لَمْ‏ یَعْقِلْ‏ مَنْ‏ وَلِهَ بِاللَّعِبِ وَ اسْتَهْتَرَ بِاللَّهْوِ وَ الطَّرَب»(غررالحکم/ص565)‏ کسی که عاشق «بزن و بکوب» است و شیفتۀ تفریحات این‌چنینی است، چقدر عقلش کار می‌کند؟ سیاستمداری که مردم خود را به لهو و لعب تشویق کند، خائن است و حتی از کسی که می‌خواهد با مسموم کردن آب، مردم یک شهر را بکشد نیز خیانتکارتر است، چون کسی که آب را مسموم می‌کند، صادقانه به جنگ مردم آمده ولی این سیاستمدار، فریبکارانه و ریاکارانه به جنگ با مردم آمده است.**
* انسان در برنامه و سبک زندگی خودش، باید لهو و لعب و بازی‌ها و کارهای بیهوده را کم کند، البته تفریحات سالم مانند مسافرت و ورزش باید در برنامۀ ما باشد.
* ما قبلاً دو بال مبارزه با هوای نفس را بیان کردیم، یکی تکالیف و دستورات الهی است که باید اطاعت کنیم و انجام دهیم و یکی تقدیرات الهی است که وقتی سختی و رنجی برای ما مقدر شده و به ما می‌رسد باید صبر کنیم. امام صادق(ع) در کلام شریفی این دو بال را به زیبایی در کنار هم بیان فرموده است: «شما به آنچه می‌خواهید(خواسته‌های معنوی) نمی‌رسید، مگر به ترک آن چیزهایی که شهوت شما اقتضا می‌کند، و به آرزوهای معنوی خود نمی‌رسید مگر با صبر در برابر چیزهایی که خوشتان نمی‌آید؛ إِنَّکُمْ لَا تُصِیبُونَ مَا تُرِیدُونَ إِلَّا بِتَرْکِ مَا تَشْتَهُونَ وَ لَا تَنَالُونَ مَا تَأْمُلُونَ إِلَّا بِالصَّبْرِ عَلَى مَا تَکْرَهُونَ»(تحف العقول/ص305)
* حضرت در ادامه می‌فرماید: «از چشم‌چرانی بپرهیز، چرا که چشم‌چرانی بذر شهوت را در قلب انسان می‌کارد و همین برای فتنه و گرفتاری انسان کافی است؛ إِیَّاکُمْ وَ النَّظِرَةَ فَإِنَّهَا تَزْرَعُ فِی الْقَلْبِ الشَّهْوَةَ وَ کَفَى بِهَا لِصَاحِبِهَا فِتْنَةً» متاسفانه گاهی به نظر می‌رسد که این مسائل در جامعۀ ما حرمت ندارد، به حدّی که آدم‌ها به آن حریص شده و فکر می‌کنند این نگاه‌های آلوده فرصت‌هایی است که باید غنیمت شمرد! در حالی که رسول خدا(ص) می‌فرماید: «نگاه حرام تیر مسمومی است که از جانب ابلیس به تو برخورد می‌کند؛ النَّظِرَةُ سَهْمٌ مَسْمُومٌ مِنْ سِهَامِ إِبْلِیسَ»(مستدرک‌الوسایل/14/268) و انسان نمی‌داند این تیر مسموم چه بلایی بر سر او می‌آورد و چه آفاتی دارد. اگر این آفات یک مقدار در جامعۀ ما خوب بیان شده بود هیچ فیلم‌سازی جرأت نمی‌کرد مردم را به دیدن صحنه‌هایی دعوت کند که بذر شهوت را در قلب انسان‌ها می‌کارد.

**برای توفیق در مبارزه با هوای نفس، باید در خانۀ خدا تضرع کنیم**

* امام صادق(ع) در کلام دیگری می‌فرماید: «خوشا به سعادت کسی که در راه خدا با نفس خودش جهاد کند و هر کسی ارتش هوای نفسش را نابود کند، به رضایت خدا خواهد رسید؛ طُوبَى‏ لِمَنْ‏ جَاهَدَ فِی‏ اللَّهِ نَفْسَهُ وَ هَوَاهُ وَ مَنْ هَزَمَ جُنْدَ هَوَاهُ ظَفِرَ بِرِضَى اللَّهِ تَعَالَى؛ مستدرک الوسائل/11/139) چون نفس انسان برای خودش ارتش و لشکری دارد. یعنی ما فقط با یک یا دو هوای نفسانی طرف نیستیم، بلکه با یک لشکر از هواهای نفسانی طرف هستیم لذا به هر خواسته‌ای از نفس خودمان نه می‌گوییم، یک خواستۀ نفسانی دیگر جلو می‌آید.
* حضرت در ادامه روایت می‌فرماید: «هرکش عقلش، با کوشش و فروتنى، و تضرع در خانۀ خدا، بر نفْس امّاره اش چیره شود، به پیروزى بزرگى دست یافته باشد؛ وَ مَنْ جَاوَزَ عَقْلُهُ نَفْسَهُ الْأَمَّارَةَ بِالسُّوءِ بِالْجَهْدِ وَ الِاسْتِکَانَةِ وَ الْخُشُوعِ عَلَى بِسَاطِ خِدْمَةِ اللَّهِ فَقَدْ فَازَ فَوْزاً عَظِیماً» یعنی برای توفیق در مبارزه با هوای نفس، باید درِ خانۀ خدا تضرع کنیم تا خدا ما را در این راه کمک کند، و الا بدون تضرع و گریه و ضجه زدن، همین‌طوری کسی در مبارزه با نفس، به جایی نمی‌رسد. البته اینکه حضرت می‌فرماید درِ خانۀ خدا گریه و تضرع کنید، بیشتر برای مراحل بعدی و سخت‌تر مبارزه با نفس است و الا در مراحل اولیه و ابتدایی، مبارزه با هوای نفس خیلی سخت نیست. هرچقدر مبارزه سخت‌تر می‌شود، نیاز ما به تضرع در درگاه الهی هم بیشتر می‌شود.

**بیچاره کسی است که نیم‌بند مبارزه با هوای نفس می‌کند/ یک‌مقدار مبارزه با هوای نفس کردن، هنری نیست**

* **بیچاره کسی است که نیم‌بند مبارزه با هوای نفس می‌کند. بعضی‌ها یک‌مقدار مبارزه با نفس می‌کنند و مثلاً خودشان را تا مسجد می‌آورند و به نماز خواندن وادار می‌کنند، ولی این مبارزه را ادامه نمی‌دهند و در موارد دیگر با هوای نفس خودشان کنار می‌آیند، مثلاً قیافه می‌گیرند و دچار غرور می‌شوند. به خاطر همین است که آدم باید درِ خانۀ خدا تضرع کند و الا یک‌مقدار مبارزه با هوای نفس کردن، هنری نیست، مهم این است که بعد از یک‌مقدار مبارزه با نفس، دچار عُجب و غرور نشویم و از خدا و بندگان خدا طلبکار نشویم و متکبرانه برخورد نکنیم.** بعضی‌ها به خاطر اینکه یک‌مقدار مبارزه با نفس به خودشان حق می‌دهند مرتکب هر ظلم بشوند. این‌قبیل آدم‌ها اگر از همان اول اصلاً مبارزه با نفس نمی‌کردند و به دنبال گناه می‌رفتند بهتر بود!
* حضرت در ادامۀ کلام پیشین خود می‌فرماید: «هیچ پرده‌ و حجابی بین انسان و خدا وحشتناک‌تر از نفس و هوی نیست و هیچ اسلحه‌ای برای قتل نفس بُرنده‌تر از گریه و گدایی کردن و خشوع درِ خانۀ خدا و گرسنگی و تشنگی(روزه گرفتن) و بیداری شب برای عبادت نیست و اگر صاحب چنین مبارزه با هوای نفسی بمیرد، شهید است و اگر زنده بماند به رضوان خدا خواهد رسید؛ وَ لَا حِجَابَ أَظْلَمُ وَ أَوْحَشُ بَیْنَ الْعَبْدِ وَ بَیْنَ اللَّهِ تَعَالَى مِنَ النَّفْسِ وَ الْهَوَى‏ وَ لَیْسَ لِقَطْعِهِمَا وَ قَتْلِهِمَا سِلَاحٌ وَ آلَةٌ مِثْلُ الِافْتِقَارِ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى وَ الْخُشُوعِ وَ الْجُوعِ وَ الظَّمَإِ بِالنَّهَارِ وَ السَّهَرِ بِاللَّیْل‏ فَإِنْ مَاتَ صَاحِبُهُ مَاتَ شَهِیداً وَ إِنْ عَاشَ وَ اسْتَقَامَ أَدَّاهُ عَاقِبَتَهُ إِلَى رِضْوَانِ اللَّهِ الْأَکْبَر»(مستدرک‌الوسایل/11/139)

**برخی آثار دنیوی مبارزه با نفس/کسی که به خاطر خدا مبارزه با نفس کند، خدا دنیا را در اختیارش قرار می‌دهد**

* در روایات به آثار دنیوی مبارزه با نفس هم اشاره شده است. پیامبر اکرم(ص) می‌فرماید: «خداوند متعال می‌فرماید به عزتم و جلالم و عظمتم و کبریایی‌ام و نورم و علوّ مقامم و ارتفاع مکانم قسم می‌خورم که هیچ بنده‌ای نیست که هوای نفس خود را بر هوای من ترجیح دهد(یعنی حرف هوای نفس خود را گوش کند و حرف من را گوش نکند) مگر اینکه من کارش را خراب می‌کنم و امور زندگی او را پریشان و پراکنده می‌کنم و دنیا را از او روی‌گردان می‌کنم، و قلبش را مشغول دنیا می‌کنم و هیچ چیزی از دنیا به او نمی‌دهم مگر همان مقداری که از اول برایش مقدر کرده بودم (یعنی حداقلی از دنیا را به او می‌دهم)؛ یَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ وَ عِزَّتِی‏ وَ جَلَالِی‏ وَ عَظَمَتِی‏ وَ کِبْرِیَائِی وَ نُورِی‏ وَ عُلُوِّی وَ ارْتِفَاعِ مَکَانِی لَا یُؤْثِرُ عَبْدٌ هَوَاهُ عَلَى هَوَایَ إِلَّا شَتَّتُّ عَلَیْهِ أَمْرَهُ وَ لَبَّسْتُ عَلَیْهِ دُنْیَاهُ وَ شَغَلْتُ قَلْبَهُ بِهَا وَ لَمْ أُؤْتِهِ مِنْهَا إِلَّا مَا قَدَّرْتُ لَهُ»(کافی/2/335) اینها جزای کسی است که هوای نفس خود را به هوای نفس خداوند ترجیح بدهد و البته اینها فقط آثار دنیایی مبارزه نکردن با هوای نفس است و این هشدارهای دنیایی می‌تواند حتی برای آدم‌های ضعیف هم سازنده و مؤثر باشد.
* حضرت در ادامه می‌فرماید: «به عزت و جلال و عظمت و نور و علوّ و ارتفاع مکانم سوگند که هیچ بنده‌ای میل مرا بر میل خودش ترجیح نداد مگر اینکه ملائکۀ خودم را فرستادم تا از او محافظت کنند و زمین و آسمان‌ها را مأمور رزقش می‌کنم (که روزی او را برسانند و به او خدمت کنند) و پشت سر هر تجارتی که انجام دهد، خودم از او حمایت می‌کنم و دنیا به سوی او می‌آید و او از دنیا بهره می‌برد؛ وَ عِزَّتِی‏ وَ جَلَالِی‏ وَ عَظَمَتِی‏ وَ نُورِی‏ وَ عُلُوِّی وَ ارْتِفَاعِ مَکَانِی لَا یُؤْثِرُ عَبْدٌ هَوَایَ عَلَى هَوَاهُ إِلَّا اسْتَحْفَظْتُهُ مَلَائِکَتِی وَ کَفَّلْتُ السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرَضِینَ رِزْقَهُ وَ کُنْتُ لَهُ مِنْ وَرَاءِ تِجَارَةِ کُلِّ تَاجِرٍ وَ أَتَتْهُ الدُّنْیَا وَ هِیَ رَاغِمَةٌ»(همان) یعنی خدا به کسی که به خاطر او مبارزه با نفس کند، دنیا هم می‌دهد و دنیا را به راحتی در اختیارش قرار می‌دهد تا به او خدمت کند.

قسمت دوم -2

**پاک‌ترین قدرت، قدرتی است که با تمنّای مردم پدید بیاید نه با توافق مردم/جهاد با نفس در قدرت بخشیدن به حاکمیت دینی نقش اول را دارد/ اگر ما با هوای نفس مبارزه کنیم، برای امام زمان(ع) قدرتی تولید می‌شود که ایشان بر دنیا حاکم شود/ جامعۀ شهوتران ذلیل‌تر از یک جامعۀ برده و پذیرندۀ هرگونه سلطه**

**پیامبر(ص) با احکام سادۀ فردی و اجتماعی، تمدن عظیم اسلام را پی‌ریزی کردند**

* سخنانی که پیامبر اکرم(ص) برای دعوت مردم به اسلام بیان می‌کردند، بسیار سخنان ساده‌ای بود و ایشان با همان سخنان ساده، تمدن عظیم اسلامی را پی‌ریزی کردند و با همان‌ها تنها حکومت جهانی ابدی را شکل خواهند داد. آیه قرآن می‌فرماید: «خداوند پیامبر خود را با هدایت و دین حق فرستاد، تا آن را بر همۀ ادیان عالم پیروز گرداند؛ هُوَ الَّذی أَرْسَلَ رَسُولَهُ بِالْهُدى‏ وَ دینِ الْحَقِّ لِیُظْهِرَهُ عَلَى الدِّینِ کُلِّهِ»(توبه/33) یعنی دعوت پیامبر اکرم(ص) منجر به یک فراگیری در عالم می‌شود. دقت کنید که در این آیه هدف عملیاتی پیامبر(ص) را رساندن تک‌تک انسان‌ها به بهشت الهی بیان نمی‌فرماید بلکه هدف عملیاتی را فراگیر شدن و غلبه این دین بیان فرموده است.
* پیامبر گرامی اسلام(ص) با برقرار کردن سادۀ ارتباط انسان با خداوند و رعایت چند حکم الهی در زندگی فردی و اجتماعی، یک تمدن باعظمت را پی‌ریزی کردند. به عنوان مثال، یکی از این توصیه‌های سادۀ پیامبر(ص) به مردم این بود که: «به پدر و مادر خود نیکی کنید؛ وَ بِالْوالِدَیْنِ إِحْساناً»(نساء/36) یا اینکه «تقوا داشته باشید تا رستگار شوید؛ وَ اتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّکُمْ تُفْلِحُونَ»(بقره/189) و می‌فرمود: «بگویید لا اله الا الله تا رستگار شوید؛ یَا أَیُّهَا النَّاسُ قُولُوا لَا إِلَهَ‏ إِلَّا اللَّهُ تُفْلِحُوا»(مناقب آل ابیطالب(ع)/1/56) یعنی ایشان با یک‌سری توصیه‌ها و احکام ساده، یک جامعه و یک جهان پر از قدرت و سیاست و یک تمدن بسیار مستحکم را بنیان‌گذاری کردند، البته فرآیند تحقق این تمدن بزرگ طول می‌کشد، و پای آن شهادت‌ها و مظلومیت‌ها رقم می‌خورد ولی در نهایت تحقق خواهد یافت.

**برخی سیاسیون ربط بین احکام اسلامی با قدرت و سیاست را درک نمی‌کنند/ محبت و اطاعت از ولیّ خدا می‌تواند مبدأ پاک‌ترین قدرت در جهان باشد/ پاک‌ترین قدرت، قدرتی است که با تمنّای مردم پدید بیاید نه با توافق مردم**

* احکام به‌ظاهر سادۀ اسلام، فوق‌العاده احکام سیاسی و قدرت‌ساز برای جامعۀ اسلامی هستند. اما متاسفانه برخی سیاسیون ربط بین احکام اسلامی با قدرت و سیاست و امنیت را درک نمی‌کنند و لذا به برخی از احکام اسلامی بی‌اعتنایی می‌کنند و ضربه‌های سهمگینی به جامعه وارد می‌کنند. جالب اینجاست که صهیونیست‌ها ارتباط بین این احکام ساده با سیاست را بهتر از این سیاسیون بلد هستند.
* یکی از توصیه‌های سادۀ دین به ما این است که پیامبر اکرم(ص) و اهل‌بیت(ع) را دوست داشته باشید «قُلْ لا أَسْئَلُکُمْ عَلَیْهِ أَجْراً إِلاَّ الْمَوَدَّةَ فِی الْقُرْبی»(شوری/23) عشق و محبت مردم نسبت به پیامبر(ص) و ائمۀ هدی(ع) موجب اطاعت از ایشان خواهد شد و بعد، موجب قدرت در جامعه خواهد شد، یعنی این محبت می‌تواند عالی‌ترین و پاک‌ترین قدرت را در جامعه و جهان تولید کند. **پاک‌ترین قدرت، قدرتی است که با کمترین نظارت و بیشترین تبعیت پدید بیاید، قدرتی است که با تمنّای مردم پدید بیاید نه با توافق مردم.** (یعنی مردم مصرانه و ملتمسانه از کسی بخواهند که قدرت را به دست بگیرد) با همین مکانیزم سادۀ محبت و اطاعت از ولیّ خدا، کار به شکل‌گیری پاک‌ترین قدرت در جهان خواهد رسید، قدرتی که هیچ‌وقت فساد نمی‌کند و اصلاً انگیزۀ انجام فساد نخواهد داشت. چون مبدأ این قدرت، محبت مردم و اطاعت سر دستور دین بوده است.
* **برخی می‌گویند: «قدرت فساد می‌آورد» اما باید دید کدام قدرت فساد می‌آورد؟ قدرتی که با فساد به دست آمده باشد، طبیعتاً فساد بیشتر خواهد آورد، اما قدرتی که با منّت‌کشی و التماس مردم به دست آمده باشد، برای چه باید فاسد شود؟! اصلاً کسی که این‌طوری به قدرت رسیده باشد، روز به روز پاک‌تر خواهد شد. کسی که به زور قدرتی را به دست آورده باشد، طبیعتاً این قدرت فساد می‌آورد، اما اگر مردم به کسی اصرار کردند و خواستند قدرت را به دست بگیرد چه؟ به ویژه اینکه اصرار مردم مبتنی بر یک محبت و معرفت عمیق باشد. 1400 سال است که مردم دارند التماس امام زمان(ع) را می‌کنند و یک روز مردم جهان به پای حضرت خواهند افتاد و ضجه خواهند زد و از ایشان ملتمسانه تمنا خواهند کرد قدرت را به دست بگیرد، آیا این قدرت مطلقه فساد خواهد آورد؟! اصلاً بحث عصمت هم مطرح نیست؛ در مورد ولیّ فقیه نیز همین‌طور خواهد بود.**

**جهاد با نفس در قدرت بخشیدن به حاکمیت دینی نقش اول را دارد**

* ما در این سلسله جلسات دربارۀ این موضوع بحث کردیم که نخ تسبیح فضائل دین «جهاد با نفس» است. در اینجا باید گفت: نخ تسبیح فضائلی که منجر به قدرت حاکمیت اسلامی می‌شود نیز جهاد با نفس است. یعنی مبارزه با هوای نفس، یک موضوع کاملاً تمدنی، کاملاً سیاسی و کاملاً قدرت‌آفرین است. **اگر جهاد با نفس در زندگی شخصی یک انسان از روز اول تا آخر، نقش کلیدی و محوری دارد، در تشکیل حکومت اسلامی و قدرت بخشیدن به حاکمیت دینی هم نقش اول و محوری را دارد.** به همین خاطر است که برخی از مظاهر مبارزه با هوای نفس نقش کلیدی در مقدمه‌سازی برای ظهور حضرت پیدا می‌کند.

**گناه نکردن ما، فوق قدرت سیاسی، اقتصادی و نظامی آمریکا می‌تواند قدرت تولید کند/ اگر ما با هوای نفس مبارزه کنیم، برای امام زمان(ع) قدرتی تولید می‌شود که ایشان بر دنیا حاکم شود**

* امام زمان(ع) می‌فرماید: «چیزی ما را در حبس و دوری از شیعیان‌مان قرار نمی‌دهد، غیر از گناهان شیعیان ما؛ فَمَا یَحْبِسُنَا عَنْهُمْ إِلَّا مَا یَتَّصِلُ بِنَا مِمَّا نَکْرَهُهُ وَ لَا نُؤْثِرُهُ مِنْهُمْ»(احتجاج/2/499) **این کلام حضرت یعنی هیچ عاملی جز گناه شیعیان، ظهور را به تأخیر می‌اندازد. دقت کنید که حضرت نمی‌فرماید گناهکاری و خلافکاری و عرق‌خوری کافران ظهور را به تأخیر می‌اندازد بلکه می‌فرماید گناه شیعیان ما ظهور را عقب می‌اندازد. حالا فکر کنید گناه ما شیعیان چگونه امر فرج را به تأخیر می‌اندازد؟ آیا این نشان نمی‌دهد که گناه کردن ما ابعاد سیاسی دارد؟! یعنی گناه نکردن ما شیعیان به حدّی قدرت‌آفرین است که در عرصۀ بین‌المللی می‌تواند برای امام زمان(ع) قدرت‌‌آفرین باشد؛ قدرتی که برتر از قدرت همۀ مستکبران عالم است. یعنی گناه نکردن ما، فوق قدرت سیاسی و اقتصادی و نظامی آمریکا و سایر مستکبران جهان می‌تواند قدرت تولید کند. پس اگر ما مبارزه با هوای نفس کنیم، برای امام زمان(ع) قدرتی تولید می‌شود که ایشان بر دنیا حاکم شود.**

**امیرالمؤمنین(ع): عبد شهوت ذلیل‌تر از برده است/ نظام برده‌داری به نظام شهوت‌پراکن فعلی کشورهای غربی شرف دارد**

* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «کسی که مغلوب شهوت است از بردۀ مملوک دیگران ذلیل‌تر است؛ مَغْلُوبُ‏ الشَّهْوَةِ أَذَلُّ مِنْ مَمْلُوکِ الرِّق‏»(غررالحکم/709) یعنی کسی که شهوتش بر او غلبه دارد و او نمی‌تواند بر شهوات و علاقۀ نفسانی خود غلبه کند از برده‌ای که خرید و فروش می‌شود، پست‌تر و ذلیل‌تر است. حالا به این روایت از بعد سیاسی نگاه کنید. به عنوان مثال، غربی‌ها که نظام برده‌داری را به صورت گسترده‌ای در جهان راه انداخته بودند (و رسماً آفریقایی‌ها را به بردگی می‌گرفتند و آنها را خرید و فروش می‌کردند) بعد از مدتی دیدند که دیگر نمی‌توانند به این وضعیت ادامه بدهند، لذا نهضت آزاد کردن بردگان شروع شد تا نظام برده‌داری را پایان دهند. اما به جای آن نظام برده‌داری، یک نظام ظالمانۀ دیگر(اومانیسم و به تعبیری نظام شهوت‌پرستی) را راه انداختند به حدّی که می‌توان گفت نظام برده‌داری قبلی، به نظام شهوت‌پراکن فعلی کشورهای غربی شرف دارد، چون امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «عبد شهوت ذلیل‌تر از بردۀ زرخرید است؛ عَبْدُ الشَّهْوَةِ أَذَلُّ مِنْ عَبْدِ الرِّق‏»(غررالحکم/464)
* کسی که اسیر موسیقی و بندۀ شهوت شد و عشق او به سمت مسائل غریزی رفت، او بدتر و ذلیل‌تر از برده است و صهیونیست‌ها این مسأله را خوب بلد هستند و با استفاده از آن توانسته‌اند جوامع بشری را به بردگی خود بکشانند. صد سال است که دارند روی این مسأله کار می‌کنند، برنامه‌ریزی و سرمایه‌گزاری می‌کنند؛ یعنی مردم و جوانان را با شراب و قمار و هرزگی و زن‌بارگی و هم‌جنس‌بازی فاسد می‌کنند و وقتی مردم شهوت‌پرست شدند، آن‌وقت است که ذلیل‌تر از بردگان دورۀ برده‌داری عبد و بندۀ صهیونیست‌ها خواهند شد و به همین شیوه بر جهان تسلط پیدا کرده‌‌اند.

**چرا رئیس نخست وزیر اسرائیل نگران موسیقی جوانان ایرانی است؟/ امام(ره): موسیقی گوش کردن ارادۀ انسان را ضعیف می‌کند**

* شما فکر می‌کنید چرا نخست وزیر اسرائیل رسماً می‌گوید: «جوانان ایران باید به راحتی بتوانند موسیقی غربی گوش کنند و شلوار جین بپوشند»؟! چون اگر یک جوان هر نوع موسیقی‌ای را که دلش خواست گوش کند و هر کاری که دلش خواست انجام دهد؛ هرزه می‌شود و کسی که هرزه بشود، خیلی راحت بردۀ مستکبران خواهد شد.
* حضرت امام(ره) گوش کردن به موسیقی را یکی از عوامل تضعیف کنندۀ عزم و اراده می‌دانستند و می‌فرمودند: «جرئت بر معاصى کم‏کم انسان را بى‏عزم مى‏کند، و این جوهر شریف را از انسان مى‏رباید. استاد معظّم ما [مرحوم ایت الله شاه‌آبادی] -دام ظلّه- مى‏فرمودند بیشتر از هر چه، گوش کردن به تغنّیات سلب اراده و عزم از انسان مى‏کند.»( شرح چهل حدیث/ص8). امام(ره) در جای دیگری هم می‌فرماید: «از جمله چیزهایى که باز مغزهاى جوانها را مخدّر است و تخدیر مى‏کند موسیقى است»(صحیفه امام/ج‏9/ص200) و می‌فرمود: «یک آدم افیونى نمى‏تواند فکر کند براى یک مملکت. یک آدمى که مغزش به موسیقى عادت کرد نمى‏تواند براى مملکت مفید باشد.»(صحیفه امام/ج9/ص464)

**امیرالمؤمنین(ع): کسی که هوای نفسش قوی باشد، اراده‌اش ضعیف است/ آنچه مهم است، مخالفت با هوای نفس است، نه صرفاً انجام کارهای به ظاهر خوب**

* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «کسی که هوای نفسش قوی باشد، اراده‌اش ضعیف است؛ مَنْ‏ قَوِیَ‏ هَوَاهُ‏ ضَعُفَ عَزْمُه‏»(غررالحکم/ص588) **کسی که اراده‌اش ضعیف باشد باید بداند که هوای نفسش قوی است. چنین کسی حتی ممکن است آن‌چنان کارهای بدی هم انجام ندهد و حتی کارهای خوب هم زیاد انجام دهد ولی همان‌طور که قبلاً گفتیم، برای قوی شدن هوای نفس لازم نیست انسان حتماً کارهای بد انجام دهد، بلکه ممکن است انسان همه‌اش کارهای خوب انجام دهد، اما هوای نفسش قوی باشد، چون کارهای خوبی که انجام می‌دهد در جهت هوای نفسش است نه مخالف هوای نفسش.**
* ممکن است شما آدم نمازخوانی باشید ولی اتفاقاً نماز خواندن، مطابق هوای نفس شما باشد(نه مخالف هوای نفس) و اتفاقاً گناه خیابانی هم مخالف هوای نفس شما باشد و انجام ندهید، ولی هنوز با هوای نفس خودتان مخالفت نکرده‌اید، اما اعتبار پیدا کردن در مسجد و محله، مطابق هوای نفس شما باشد و برای رسیدن به آن حاضر باشید هر کار بدی و هر ظلم و ستمی را انجام دهید. مثلاً ممکن است به خاطر اعتبار خودتان مرتکب گناه بزرگی مثل «غیبت» شوید. پس آنچه مهم است، مخالفت با هوای نفس است، نه انجام کارهای خوب.

**اگر در آموزش و پرورش «مبارزه با هوای نفس» را به بچه‌ها یاد دهیم، از استعدادهای متوسط، دانشمندان برتر خواهیم ساخت/«مبارزه با نفس» موجب رشد علمی و علم موجب قدرت است**

* اگر آموزش و پرورش ما هیچ چیزی به بچه‌ها یاد ندهد، اما در عوض طوری کار کند که وقتی این بچه‌ها دیپلم گرفتند، «دلم می‌خواهد» در نظر آنها زشت و ناپسند باشد، ارزش دارد. یعنی فقط کافی است همین یک کار کلیدی را انجام دهد و الا می‌توان گفت فایده‌ای نداشته است. در روانشناسی هم به این واقعیت رسیده‌اند که ضریب هوشی(آی کیو) لزوماً عامل موفقیت نیست، بلکه دانش‌آموزانی که بیشتر می‌توانند «خودداری» کنند و هرچه دلشان خواست انجام نمی‌دهند، در آینده موفق‌تر بوده و از خلاقیت بیشتری برخوردار خواهند بود، حتی اگر ضریب هوشی بالا نداشته باشند؛ این مفهوم در ادبیات ما همان «مبارزه با هوای نفس» است. لذا اگر در آموزش و پرورش «مبارزه با هوای نفس» را به فرزندان خود یاد بدهیم، از استعدادهای متوسط دانشمندان برتر خواهیم ساخت. ربط این مسأله با موضوع قدرت و سیاست نیز از این فرمایش امیرالمؤمنین(ع) مشخص می‌شود که فرمود: «علم موجب قدرت می‌شود؛ العلم‏ سلطان‏ من وجده صال‏ به»(شرح نهج‌البلاغه ابن‌ ابی‌‌الحدید/20/319)

**جامعۀ شهوتران ذلیل‌تر از یک جامعۀ برده و پذیرندۀ هرگونه سلطه/ رواج شهوترانی زمینه تسلط هرکس بر جامعه را فراهم می‌کند**

* کسی که خیلی از آزادی اجتماعی دم می‌زنند، بیشتر از آن باید از آزادی انسان از هوای نفس و شهوات دم بزند و الا دروغ می‌گوید؛ شبیه همان دروغی که صهیونیست‌ها به همۀ مردم عالم گفته‌اند و دیگران را عبد و بردۀ خود کرده‌اند. چون شدیدترین وضعیت نبودن آزادی اجتماعی به بردگی کشاندن انسان‌ها است، اما کسی که عبد شهوت است از کسی که آزادی اجتماعی ندارد ذلیل‌تر است. (امیرالمؤمنین(ع): عَبْدُ الشَّهْوَةِ أَذَلُّ مِنْ عَبْدِ الرِّق‏؛ غررالحکم/464) پس کسی که دنبال آزادی اجتماعی است، اگر راست می‌گوید، هر قدمی که برای این هدف برمی‌دارد باید دوبرابرش برای آزادی انسان‌ها از بردگی هوای نفس بردارد. **کسی که شعار آزادی اجتماعی سر می‌دهد و از سوی دیگر در جهت اشاعۀ شهوات در جامعه اقدام می‌کند، در واقع همان کار صهیونیست‌ها و مستکبران عالم را دارد انجام می‌دهد، چون وقتی شهوترانی در جامعه رواج پیدا کرد، افراد آن جامعه ذلیل‌تر از بردگان خواهند شد و هر کسی می‌تواند بر آن جامعه مسلط شود.**

**از صبح تا حالا، با کدام خواستۀ نفس خود مبارزه کرده‌اید؟/ امروز چند بار روی هوای نفس خود پا گذاشته‌اید؟**

* برای مبارزه با هوای نفس، باید ببینید چه چیزی را دوست دارید تا روی آن پا بگذارید و قربانی بدهید (ببینید هوای نفس شما چه می‌خواهد، تا روی خواستۀ نفس‌تان پا بگذارید) ببینید چه کارهایی مطابق هوای نفس شماست، و برخلاف آن عمل کنید. در حدیث قدسی چنین آمده است که: «مردم یک‌بار می‌میرند ولی مؤمن به خاطر مخالفت با هوای نفس و در جهاد با نفس خودش روزی هفتاد بار می‌میرد؛ یَمُوتُ النَّاسُ مَرَّةً وَ یَمُوتُ‏ أَحَدُهُمْ‏ فِی‏ کُلِ‏ یَوْمٍ‏ سَبْعِینَ مَرَّةً مِنْ مُجَاهَدَةِ أَنْفُسِهِمْ وَ مُخَالَفَةِ هَوَاهُم»(میزان الحکمه/روایت 2916)‏ یعنی یک مؤمن دائماً در حال مبارزه و مجاهده با هوای نفس خود است.
* باید در طول مدت شبانه‌روز، بارها و بارها با هوای نفس خودمان مخالفت کنیم.(طبق روایت فوق هر روز هفتاد بار این کار را انجام دهیم) مثلاً همین امروز ببینید که از صبح تا حالا، با کدام خواستۀ نفس خودتان مبارزه کرده‌اید؟! چه چیزهایی را دوست داشته‌اید و از آن گذشته‌اید؟ باید بتوانید فهرستی از دوست‌داشتنی‌هایی که امروز با آنها مخالفت کرده‌اید، تهیه کنید.

قسمت دوم - 3

**اوج مبارزه با نفس در «مبارزه با هوای نفس پنهان» است/ سرگرمی اصلی زندگی ما، مراقبت از هوای نفس پنهان و کنترل فریب‌های نفس است/ انسان نمی‌تواند مهربانی خدا را ببیند؛ مگر اینکه بدیِ نفس خود را باور کند**

**دو وضعیت آشکار و پنهان هوای نفس داریم لذا دو نوع عملیات آشکار و پنهان برای مبارزه با نفس باید صورت بگیرد/ قسمت اول: مبارزه با هوای نفس آشکار**

* شما وقتی مسیر مبارزه با هوای نفس را شروع می‌کنید باید بدانید که با دو وضعیت مواجه هستید: 1-وضعیت آشکار هوای نفس 2- وضعیت پنهان هوای نفس. لذا در جریان مبارزه با هوای نفس نیز دو نوع عملیات باید انجام دهیم: 1- عملیات آشکار 2- عملیات پنهان
* وضعیت آشکار هوای نفس، آنجایی است که نفس انسان صریحاً از او درخواست معصیت می‌کند. یعنی نفس شما انجام یک کار بد را از شما تقاضا می‌کند، در حالی که هم شما می‌دانید این کار بد است و هم اینکه آن کار، برچسب بد دارد، مانند «فحش دادن» یا «ظالمانه سیلی زدن» یا «غیبت کردن». در این موارد، مبارزه با هوای نفس یک مقدار راحت‌تر است، البته به شرطی که اصل لزوم مبارزه با هوای نفس برایمان جاافتاده باشد و ایستادن در مقابل خواستۀ نفس را یاد گرفته باشیم.
* بعضی‌ها می‌پرسند: «چه‌کار کنیم که غیبت نکنیم؟ یک راه حل خوب به ما یاد بدهید!» اگر کسی بهشان بگوید: سعی کنید غیبت نکنید، می‌گویند: «نمی‌شود، ما نمی‌توانیم خودداری کنیم.» معمولاً کسانی این سؤال را می‌پرسند که اصل مبارزه با هوای نفس برایشان جانیفتاده است، لذا سؤال‌شان در واقع این است که «من چه‌کار کنم که اصلاً دوست نداشته باشم غیبت کنم، یعنی اصلاً درخواست گناه یا تمایل به گناه در من از بین برود!» متاسفانه اینها هنوز نفهمیده‌اند که **نفس انسان خیلی از چیزهای بد را از او می‌خواهد که انسان باید جلوی این خواسته‌ها بایستد. نمی‌شود که صورت مسأله را پاک کرد و گفت که اصلاً نفس من چیزهای بد نخواهد! باید ایستادن جلوی خواستۀ نفس و «نه گفتن» به هوای نفس را یاد بگیری. باید کنترل کردن نفس و جنگیدن با هوای نفس را یاد بگیری.** پس کسی که می‌گوید: «من چه کار کنم که غیبت نکنم؟» در واقع می‌خواهد بدون اینکه نفسش را کنترل کند، همین‌طوری آدم خوبی باشد. مثل کسی که دنبال یک قرص معجزه‌آسا می‌گردد تا بخورد و یک‌دفعه‌ای آدم خوبی بشود، غافل از اینکه تنها راه برای خوب شدن، «مبارزه با هوای نفس» است.

**سوالی که هر شب باید از خودمان بپرسیم: امروز چند بار با هوای نفست مبارزه کردی؟**

* یکی از سؤالاتی که باید هر شب از خودمان بپرسیم این است که «امروز چند بار با هوای نفس خودت مبارزه کرده‌ای؟». کسی که زندگی‌اش بر مبنای مبارزه با هوای نفس استوار باشد می‌تواند به این سؤال، جواب بدهد. مثلاً می‌گوید: امروز یک کسی با من دعوا کرد و من می‌خواستم ناسزا به او بگویم اما نگفتم؛ یا می‌خواستم خیلی ابراز ناراحتی کنم، اما فقط یک کم ابراز ناراحتی کردم. و الا اگر در طول روز هر کار بدی-مطابق هوای نفس- که پیش آمده، انجام داده باشی، معنایش این است که اصلاً مبارزه با نفس نکرده‌ای؛ یعنی هر چه هوای نفست خواسته مطابق آن عمل کرده‌ای. و اگر هم برخی از کارهای بد را انجام نداده‌ای به خاطر این بوده که موقعیتش پیش نیامده یا عرضه‌اش را نداشتی و الا آن را هم انجام می‌دادی.

**قسمت دوم: مبارزه با هوای نفس پنهان/گاهی هوای نفس ما هر کاری بخواهد انجام می‌دهد و اصلاً ما نمی فهمیم**

* بخش اولیه، آسان، و سرگرم‌کنندۀ ماجرای مبارزه با هوای نفس، در واقع همین مبارزه با هوای نفس آشکار است که انسان را به معصیت دعوت می‌کند، اما قسمت دوم ماجرا، مبارزه با هوای نفس پنهان است. گاهی اوقات آن‌قدر هوای نفس ما توسط ما شناسایی نشده است که هر کاری دلش بخواهد در دل‌مان انجام می‌دهد و اصلاً ما نمی‌فهمیم که دارد چه‌کار می‌کند. مثلاً من نمی‌فهمم که امروز از سر حسادت چه سخنی گفته‌ام، بلکه اصلاً نمی‌دانم که حسادت دارم!
* وقتی دربارۀ هوای نفس صحبت می‌کنیم، یعنی دربارۀ همۀ رذایل از جمله حسادت، غرور و تکبر، حب مقام، خساست، حب شهوات، حب راحت و سایر رذایل سخن می‌گوییم. اگر جلوی هوای نفس خود را بگیریم، یعنی جلوی سرچشمۀ همۀ این رذایل را گرفته‌ایم. لذا باید بنای ما این باشد که «حال هوای نفس خود را بگیریم، و هر چیزی که هوای نفس ما خواست، در مقابلش بایستیم و مقاومت کنیم.» باید به نفس خود بگوییم: «اصلاً من می‌خواهم ببینم تو از چه چیزی خوشت می‌آید تا با آن مخالفت کنم و حال تو را بگیرم.» (البته این مبارزه باید بر اساس موازین شرعی و الهی باشد؛ نه مانند مرتاض‌ها، که در مباحث قبلی مفصل به این نکته پرداخته شد.)

**خیلی مهم است که آدم بداند نفسش چه چیزهایی می‌خواهد**

* **کسی که اصلاً این گفتگو را با نفس خودش انجام نداده و بنای خود را بر این نگذاشته که حال نفس خود را بگیرد، اصلاً متوجه نمی‌شود که نفسش چه می‌خواهد! آیا شما آمار دوست‌داشتنی‌های نفس خودتان را دارید؟ این خیلی مهم است که آدم به خودآگاهی برسد و بداند که نفسش چه چیزهایی می‌خواهد؛ مثلاً چقدر حب راحت دارد؟ چند درصد دچار حسادت است؟ چند درصد دچار تکبر است و در چه مواردی دچار این رذایل است؟ مثلاً در چه مواقعی به هیچ وجه حاضر نیست از اعتبار اجتماعی خودش بگذرد و برای خدا از اعتبارش مایه بگذارد؟ چون یک جاهایی انسان باید اعتبار اجتماعی خودش را قربانی کند.**

**با هوای نفس آشکار خودت مبارزه کن تا کم‌کم هوای نفس پنهان خود را پیدا کنی/ اوج مبارزه با نفس در «مبارزه با هوای نفس پنهان» است**

* یک جاهایی نفس تو به‌طور علنی تقاضاهای بدی از تو دارد که باید جلوی نفس خودت بایستی تا کم‌کم بتوانی نفس خودت را ببینی و بشناسی. وقتی توانستی نفس خودت را ببینی و شناسایی‌اش کنی، کم‌کم اقرار می‌کند و چیزهایی به تو می‌گوید که اصلاً باورت نمی‌شود که نفس تو واقعاً این‌طوری بوده باشد؛ یعنی می‌فهمی که تهِ تهِ گوشۀ دلت چه خواسته‌ها و تمایلات و چه رذایلی پنهان شده است. به این ترتیب کم‌کم می‌توانی هوای نفس پنهان خودت را پیدا کنی و اوج مبارزه با هوای نفس نیز در همین مبارزه با هوای نفس پنهان است.
* پس قدم اول با ترک معصیت شروع می‌شود، اما وقتی در ترک معصیت موفق شدی تازه وارد مرحلۀ بعدی می‌شوی. در روایت هست که ابلیس می‌گوید من ابتدا انسان‌ها را به معصیت وادار می‌کنم و هلاکشان می‌کنم، اما آنها با «توبه کردن» مرا هلاک می‌کنند. بعد از این شکست، من آنها را با هوای نفس هلاک می‌کنم؛ یعنی آنها را به چیزهایی که دوست دارند ولی گناه نیست، وادار می‌کنم؛ یعنی به کارهای خنثی یا کارهای خوبی که طبق هوای نفس‌شان است و به خاطر خدا نیست، وادار می‌کنم. از آنجایی که ظاهر این کارها گناه نیست، دست شیطان رو نمی‌شود. به این ترتیب چون انسان‌ها نمی‌فهمند که دارند به سوی جهنّم می‌روند، دیگر توبه هم نمی‌کنند(چون به ظاهر گناهی نکرده‌اند) و من با همین وضعیت آنها را به جهنم می‌برم.(قال رسول الله(ص): إنّ إبلیسَ قالَ: أهلَکتُهُم بِالذُّنوبِ فأهلَکونی بالاستِغفارِ، فلَمّا رأیتُ ذلکَ أهلَکتُهُم بالأهواءِ، فهُم یَحسَبونَ أنّهُم مُهتَدونَ فلا یَستَغفِرونَ؛ میزان الحکمه/٢١٣٨٩)

**یکی از موارد خودشناسی، شناختن هوای نفس پنهان است/ شناختن هوای نفس پنهان، نیاز به مراقبت از نفس دارد**

* هر کسی باید در مورد خودش ببینید، آن هوای نفسی که از آن تبعیت کرده‌ ولی از آن توبه نمی‌کند، چیست؟ فرق بین آدم‌های خوبی که معصیت نمی‌کنند با امثال حضرت آیت الله بهجت(ره) در همین است؛ ایشان علاوه بر هوای نفس آشکار، جلوی هوای نفس پنهان خودش را هم گرفته است، و رسیدن به این مرحله نیاز به مراقبت از نفس دارد. باید آن‌قدر مراقبت کنیم تا بتوانیم این هوای نفس پنهان خود را ببینیم و بشناسیم. بعد اگر نفس خودت را ببینی، خیلی چیزها را در این عالم می‌توانی ببینی و نسبت به دیگران هم شناخت پیدا می‌کنی. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «هرکس خودش را بشناسد، دیگران را هم بهتر می‌شناسد؛ مَن عَرَفَ نَفسَهُ فهُوَ لِغَیرِهِ أعرَفُ»(غررالحکم/ص636) و می‌فرماید: «هرکس خودش را نشناسد، هیچ‌کس را نمی‌شناسد؛ مَن جَهِلَ نَفسَهُ کانَ بِغَیرِهِ أجهَلَ»(غررالحکم/ص627) پس اگر کسی نفس خودش را ببیند و بشناسد، می‌تواند نفس دیگران را هم ببیند و بشناسد.
* یکی از جاهایی که انسان باید خودش را بشناسد، همین هوای نفس پنهان خودش است. اگر مراقبت کنی، می‌توانی هوای نفس پنهانت را ببینی، و چه‌بسا بفهمی که بسیاری از کارهایی که در زندگی انجام داده‌ای به خاطر برخی از همین هواهای نفسانی پنهان بوده است. متاسفانه آدم‌ها عادت ندارند نفس خودشان را ببینند و تشخیص دهند که نفس‌شان از آنها چه می‌خواهد و آنها را به چه کارهایی وادار می‌کند و لذا می‌توان گفت اغلب زندگی‌ها مبتنی بر هوای نفس است.
* یک نمونه از هوای نفس پنهان در روایتی از پیامبر اکرم(ص) ذکر شده: «از شهوت پنهان بپرهیزید، شهوت پنهان این است که عالِم دوست دارد دیگران در محضرش بنشینند و دور او را بگیرند؛ احْذَرُوا الشَّهْوَةَ الْخَفِیَّةَ: الْعَالِمُ یُحِبُّ أَنْ یُجْلَسَ إِلَیْهِ»(میزالحکمه/14289) یعنی اگر یک عالم دوست داشته باشد که دیگران دورش را بگیرند، این ناشی از هوای نفس پنهان است. در مورد حضرت امام(ره) نقل شده که وقتی از محل درس به خانه برمی‌گشتند تعدادی از طلبه‌ها به خاطر اینکه ایشان را دوست داشتند، همراه ایشان حرکت می‌کردند، اما حضرت امام(ره) مانع از این همراهی می‌شدند و خودشان تنهایی می‌رفتند.

**درخواست‌های پنهانِ بدی که نفس‌تان دارد را بشناسید و با آنها مبارزه کنید**

* می‌دانید چقدر باید از نفس خود مراقبت کنیم؟ آن‌قدر باید مراقبت و مجاهدت کنیم که شهوات نفس خود را بکشیم. امیرالمؤمنین(ع) در اوصاف متقین می‌فرماید: «شهوتش مرده است؛ مَیِّتَةً شَهْوَتُهُ‏»(نهج‌البلاغه/خطبۀ193) همان‌طور که می‌دانید در زبان عربی منظور از شهوت، فقط غرایز جنسی نیست، بلکه هر چیزی که نفس انسان به آن اشتها و میل دارد را شهوت می‌گویند. البته نمی‌گوییم که شما کاملاً جلوی درخواست‌های حلال نفس خودتان بایستید و نه بگویید، فعلاً می‌گوییم «درخواست‌های پنهانِ بدی که نفس‌تان دارد» را بشناسید و با آنها مبارزه کنید.
* مثلاً نسبت به کسی حسادت داری، اما چون بچۀ خوبی هستی به او ناسزا نمی‌گویی، او را مسخره نمی‌کی و بدگویی نمی‌کنی، یعنی حسادت خود را صریح و علنی بروز نمی‌دهی. چون اگر این کارها را انجام دهی، همه می‌فهمند تو حسود هستی، اما وقتی نفس تو نمی‌تواند تو را به یک عملیات علنی وادار کند که حسادت خود را بروز بدهی، عملیات مخفیانه و پنهانی انجام می‌دهد. مثلاً از تو می‌خواهد «او را نصیحت کن و مثلاً اگر او جایزه‌ای گرفته (و از این بابت به او حسادت می‌کنی) به او بگو: قدر جایزه‌ای که گرفته‌ای بدان و مراقبش باش!» تا به این ترتیب ضمن حفظ ظاهر، یک‌مقدار حسادت خود را هم ارضاء کرده باشی. درست است که این نصیحت کردن تو، به ظاهر کار بدی نیست ولی منشأ این نصیحت، هوای نفس تو است و لااقل برای خودت روشن است که به خاطر خدا این کار را انجام نداده‌ای.
* اگر یک‌مقدار مراقب نفس‌تان باشید کم‌کم می‌توانید سخنانی که از روی هوای نفس گفته‌اید را تشخیص دهید و به اصطلاح، بوی بد آنها را استشمام کنید، حتی می‌توانید بوی سخن دیگران را که از روی هواس نفس سخن گفته‌اند هم استشمام کنید. لذا اگر کسی یک حرف خوب هم به شما بزند، می‌توانید بفهمید که به خاطر خدا این را گفته یا به خاطر هوای نفس خودش، مثلا می‌توانید بفهمید که این حرف خوب را از روی حسادت به شما گفته است یا نه.

**سرگرمی اصلی زندگی ما، مراقبت از هوای نفس پنهان و کنترل فریب‌های نفس است**

* این مراقبت و دقت در نفس و مبارزه با هوای نفس پنهان، یک بازی و سرگرمی فوق‌العاده شیرین و جذاب است که اگر مشغول این بازی شوی، همۀ زندگی‌ات را فرا می‌گیرد. همین پیدا کردن و شناختن هواهای نفسانی پنهان، یک سرگرمی بسیار جذاب است. از صبح تا شب با همین کار سرگرم باش؛ مراقب نفس خودت باش تا بتوانی زیرآبی رفتن‌ها و کارهای مخفیانه و پنهانی‌اش را ببینی و درک کنی. اگر این مراقبت دائمی را داشته باشی، کم‌کم نفس خودت را می‌بینی و می‌فهمی که چقدر این نفس «امارۀ بالسوء» است چون از صبح تا شب دارد خواسته‌های نادرست و فریبنده از شما می‌خواهد.
* در واقع بازی و سرگرمی اصلی زندگی ما، کنترل فریب‌های نفس و فریب دادن نفس است. وقتی به طور جدی وارد این بازی بشوی، می‌فهمی که نفست چقدر مکّار و حیله‌گر است، لذا می‌فهمی که باید نفس خودت را فریب بدهی.
* مثلاً گاهی اوقات نفست از تو می‌خواهد به مسجد بروی. در این مواقع به نفست بگو: «ای موجود مکّار! چه شده که از من می‌خواهی به مسجد بروم؟!» احتمال بده یک فریبی در این خواستۀ خوب نفس تو وجود داشته باشد چون نفس امارۀ بالسوء که چیز خوب از تو نمی‌خواهد. مثلاً ممکن است به خاطر این باشد که چند وقت است آلودۀ به گناه شده‌ای، لذا نفست دارد می‌بیند که کم‌کم دارد از خودت بدت می‌آید و داری آمادگی توبه کردن پیدا می‌کنی، لذا تو را دعوت می‌کند به مسجد بروی تا یک‌مقدار از عذاب وجدان رها شوی و به سراغ توبه نروی! به خاطر همین، بعد از اینکه به مسجد رفتی، نفست به تو می‌گوید: اشکالی ندارد که یک‌مقدار گناه کرده‌ای، آن‌قدر هم آدم بدی نیستی، چون به مسجد هم می‌روی! لذا نفست می‌داند که اگر الان به مسجد بروی، فریب خواهی خورد و توبه کردنت به تأخیر می‌افتد. در واقع این «نفس اماره» است که برای اینکه از کارهای بد و گناهانی که انجام داده‌ای پشیمان نشوی و توبه نکنی، دارد تو را وادار می‌کند به مسجد بروی.
* البته این گفتگو در مقام مراقبت از نفس و برای شناختن نفس است، اما در مقام عمل باید ببینی وظیفه‌ات چیست و مطابق دستورات خداوند عمل کنی. مراقبت از نفس هم کمک می‌کند تا بهتر وظیفه‌ات را بشناسی و عمل کنی و کمتر دچار فریب و مکر نفس و غرور شوی.

**اگر کسی در خودش زیاد گناه و سیاهی نمی‌بیند، به خاطر این است که هواپرستی‌های پنهانش را نمی‌بیند**

* شما باید تشخیص بدهید کدام قسمت دل‌تان دارد از شما می‌خواهد کار خوب انجام دهید؛ قسمت خوب دل یا قسمت بد دل؟ چون یک قسمت دل «اماره با‌لسوء» است و یک قسمت دل «لوامه» است. مثلاً اگر الان دوست داری به مسجد بروی، باید تشخیص بدهی که آیا نفس امارۀ تو دارد از تو می‌خواهد به مسجد بروی، یا نفس لوامۀ تو این درخواست را دارد؟ برای اینکه تشخیص بدهی، ببین با چه حالتی داری به مسجد می‌روی، اگر با حالت افتادگی داری می‌روی و در دلت می‌گویی: «خدایا! من آدم بدی هستم، من آن‌چیزی که باید باشم، نیستم.» یعنی بنا به خواست نفس لوامه‌ات داری می‌روی. اگر بعد از اینکه به مسجد رفتی در دلت بگویی: «من دیگر کارم درست شد، مسجدم را هم رفتم!» این نشان می‌دهد نفس اماره دخیل بوده و تو را فریب داده تا فکر کنی آدم خوبی هستی.
* کسی که زیاد توبه نمی‌کند، معلوم می‌شود وضعش خراب است. چون فکر می‌کند کارش درست است و لذا توبه نمی‌کند. غافل از اینکه احتمالاً اغلب کارهای خوبش را دارد به دستور نفس اماره‌اش انجام می‌دهد. اگر کسی زیاد حس و حال توبه ندارد، باید بفهمد که نفس اماره‌اش سوار بر اوست، اگر کسی در خودش زیاد گناه و سیاهی نمی‌بیند، به خاطر این است که هواپرستی‌های پنهان خودش را نمی‌بیند و از آن غافل است.

**انسان نمی‌تواند مهربانی خدا را ببیند؛ مگر اینکه بدیِ نفس خود را باور کند**

* انسان نمی‌تواند مهربانی خدا را ببیند؛ مگر اینکه بدیِ نفس خودش را باور کند. وقتی بدیِ نفس خودت را ببینی و باور کنی، غرق محبت خدا می‌شوی، چون می‌گویی: «خدایا! تو چقدر مهربان هستی که داری من را با این‌همه بدی‌، تحمل می‌کنی.» اما اگر کسی بدی‌های نفس خودش را نبیند، وقتی یک‌مقدار کار خوب انجام می‌دهد، فکر می‌کند اوضاعش درست شده است.

**موفقیت در مبارزه با هوای نفس آشکار، برای ورود به مرحلۀ مبارزه با نفس پنهان بسیار موثر است**

* یادآوری می‌کنیم که بحث مبارزه با هوای نفس پنهان، مربوط به مرحلۀ دوم بحث است و موفقیت در مبارزه با هوای نفس «آشکار»، یعنی معاصی، برای ورود به مرحله مبارزه با هوای نفس «پنهان»، یعنی جلوگیری از مکرهای نفس، بسیار موثر است. در مرحلۀ اول گفتیم که برای مبارزه با هوای نفس آشکار، در «قدم اول عملیاتی سلبی»، باید ترک معصیت انجام بگیرد و «در قدم اول عملیاتی ایجابی»، باید نماز خوانده شود و همچنین «در قدم اول عملیات قلبی(باطنی) سلبی»، باید در بلا و مصیبت، رضایت و صبر داشته باشیم و «در قدم اول عملیات قلبی(باطنی) ایجابی»، باید به خاطر داشته‌های خودمان، شکر انجام دهیم. یعنی خودِ قدم اول، چند وجه دارد، چون انسان دارای چند وجه است.

قسمت دوم - 4

**خدا از ما نتیجه نمی‌خواهد بلکه اجرای یک «فرآیند» را می‌خواهد/ چهار راه حل برای مبارزه با هوای نفس پنهان/واقعاً دین می‌خواهد از ما چه بسازد؟/دینداری کردن، یک ضرورت درونی است که همۀ وجود ما به آن بستگی دارد**

* واقعاً دین می‌خواهد از ما چه بسازد؟ ما می‌خواهیم با دینداری خودمان به کجا برسیم؟ پاسخ‌های متعددی برای این سؤال وجود دارد؛ مثلاً اینکه قرار است ما خدا را اطاعت کنیم تا آدم‌های خوبی بشویم، به کمال برسیم و به خداوند مقرب شویم. همۀ این پاسخ‌ها درست است اما انسان برای این سؤال نیاز به یک پاسخ ویژه دارد که برایش آرامش‌بخش باشد. به عنوان مثال برای یک جوان، آیا تلاش برای قبول شدن در یک امتحان مهم مثل کنکور، حیاتی‌تر است یا تلاش برای نجات از یک بیماری مهلک مثل سرطان؟ قطعاً نجات از این بیماری برایش حیاتی‌تر است چون به حقیقت وجود او بستگی دارد و یک ضرورت درونی است، اما قبول شدن در آن امتحان، یک امر خارج از وجود او و یک ضرورت بیرونی محسوب می‌شود، لذا در مورد بیماری سرطان، روحش خیلی عمیق‌تر درگیر این مسأله می‌شود، چون وجودش به آن وابستگی بسیار عمیق دارد و بحث مرگ و زندگی مطرح است.
* دینداری کردن و نمره گرفتن نزد پروردگار عالم، یک ضرورت درونی و یک امر وجودی است، یعنی همۀ وجود ما به این مسأله بستگی دارد. عذاب جهنم هم از یک نگاه، چیزی نیست جز نتیجه‌ای که اعمال ما بر روی روح ما گذاشته است، یعنی آتشی است که خودمان درون خودمان روشن کرده‌ایم، نه نتبیهی که خداوند دستور داده برای ما اجرا شود. عذاب جهنم از نگاهی دیگر، برای این است که عالم هستی بعضی‌ها را نمی‌پذیرد و می‌خواهد آنها را بسوزاند و متلاشی کند. نه اینکه خداوند از دست آنها عصبانی باشد و بخواهد تنبیه کند و به آنها سیلی بزند. بلکه این عالم هستی است که این برخورد را با آنها انجام می‌دهد. شبیه عالم ماده که وقتی جنازه‌ای در خاک قرار می‌گیرد به طور طبیعی آن را می‌پوساند و متلاشی می‌کند. روز قیامت نیز عالم هستی به برخی انسان‌ها غضب می‌کند و وجود آنها را به آتش می‌کشاند، و این یک امر طبیعی محسوب می‌شود.
* دین و اوامر پروردگار مثل قوانین راهنمایی رانندگی نیست که اگر آنها را رعایت نکنیم، حداکثرش این است که ترافیک خیابان‌ها سنگین‌تر بشود و ما جریمه بشویم. نتیجه رعایت نکردن قوانین راهنمایی، جریمه شدن است که یک امر بیرونی است، نه اینکه وجودمان متلاشی شود یا یک غدۀ سرطانی در بدن ما ایجاد شود.
* دین مثل تجارت هم نیست که اگر در تجارت ضرر کنیم، حداکثرش این است که یک‌مقدار از پول خود را از دست بدهیم.
* دین مانند مربی یا دکتری می‌ماند که می‌خواهد خودت سالم باشی و رشد کنی.

**دین می‌خواهد خودت را مدام از علف‌های هرز هوای نفس پاک کنی/پدید آمدن علف‌های هرز(هواهای نفسانی) در وجود انسان اجتناب‌ناپذیر است**

* این‌طور نیست که دین از ما انجام یک کار خاصی را بخواهد و ما هم آن را انجام دهیم و برویم! بلکه دین خودِ خودت را می‌خواهد و می‌خواهد این خودِ تو سالم بشود؛ سلامت از علف‌های هرزی که بدتر از سرطان، روح انسان را خراب و نابود می‌کنند؛ سلامت از علف‌های هرزی که هر لحظه در وجود انسان می‌روید و باید مدام با آنها مقابله کرد. چون جلوگیری از پدید آمدن بذر و نهال‌های کوچک این علف‌های هرز در وجود انسان امکان ندارد. با اینکه طبیعت انسان، طبیعیت پاک و خوبی است و انسان فطرت الهی دارد، اما پدید آمدن این علف‌های هرز(هوای نفس) در وجود انسان اجتناب‌ناپذیر است. لذا اینکه ما در این مسیر چقدر جلو رفته‌ایم تأثیری در کم شدن مراقبت ندارد، و باید همیشه به این فعالیت «مبارزه با علف‌های هرز مبارزه با هوای نفس» ادامه دهیم و نمی‌شود توقف کرد.
* علف ‌هرزۀ هوای نفس در طبیعت روح ما مدام متولد می‌شود. لذا در چنین شرایطی «پاک شدن» و رسیدن به رسیدن به وضعیت «پاکی» معنا ندارد، چون مدام علف‌های هرز دارند پدید می‌آیند. درست است که خداوند می‌فرماید: «هر کسی خودش را پاک کند، رستگار می‌شود؛ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَکَّاها»(شمس/9) ولی باید دقت کنیم که «تزکیه» یک عملیات مستمر است. در روایت دارد که قلب انسان مانند آهن زنگ می‌زند و مدام نیاز به صیقل دارد. (قال رسول الله(ص): إِنَّ هَذِهِ الْقُلُوبَ تَصْدَأُ کَمَا یَصْدَأُ الْحَدِیدُ قِیلَ فَمَا جِلَاؤُهَا قَالَ ذِکْرُ اللَّهِ وَ تِلَاوَةُ الْقُرْآن‏؛ دعوات راوندی/ص237) پس دین از ما پاک شدن یا یک قلب صیقل‌یافته نمی‌خواهد(البته با توضیح فوق)، بلکه یک فعالیت مستمر و مداوم برای پاک کردن و صیقل دادن خودمان می‌خواهد که همان مبارزه با هوای نفس است و این فعالیت یک درگیری همیشگی است. آن چیزی که دین از ما می‌خواهد این است که در مبارزه دائمی با هوای نفس قدرت و مهارت پیدا کنیم.
* حضرت امام(ره) با قدرتی که در خودش داشت، ریشۀ هواهای نفسانی که در دل متولد می‌شود را می‌دید و قبل از اینکه رشد کند، آنها را می‌زد و از بین می‌برد. به تعبیر ما، قدرت فوق‌العاده‌ای در مبارزه با هواهای نفسانی پنهان داشت. ولی ما هنوز با گناهان گل‌درشت و با هواهای نفسانی آشکار خودمان درگیر هستیم یعنی هنوز به ریشۀ بدی‌های خود کاری نداریم بلکه فعلاً با نتایج شوم و آشکار هواهای نفسانی خود(یعنی گناهان) درگیر هستیم. بعد ازمعاصی آشکار، باید سراغ شهوات پنهان برویم.

**خدا از ما نتیجه نمی‌خواهد بلکه اجرای یک «فرآیند» را می‌خواهد/ ما در زندگی درگیر یک فرآیند هستیم وآن مبارزه تمام نشدنی با نفس است**

* دین از ما می‌خواهد در فعالیت مداوم مبارزه با نفس مهارت پیدا کنیم و این کار، مرخصی و تعطیلی هم ندارد. پس «خوب شدن» مثل دیپلم گرفتن نیست که یک‌بار تلاش کنیم و به آن برسیم و بعد راحت باشیم، بلکه خوب شدن یک عملیات مستمر و دائمی است. شبیه کار یک خلبان که وقتی هواپیما را از روی زمین بلند کرد، کارش هنوز تمام نشده بلکه باید تا پایان مسیر با دقت به هدایت هواپیما ادامه دهد. از امام صادق(ع) پرسیدند: «راه رسیدن به راحتی چیست؟ حضرت فرمود: در مخالفت با هوای نفس است. پرسیدند: چه موقع عبد به راحتی می‌رسد؟ حضرت فرمود: اولین روزی که وارد بهشت می‌شود؛ قِیلَ لَهُ: أَیْنَ طَرِیقُ‏ الرَّاحَةِ؟ فَقَالَ ع: فِی خِلَافِ الْهَوَى. قِیلَ: فَمَتَى یَجِدُ عَبْدٌ الرَّاحَةَ؟ فَقَالَ ع عِنْدَ أَوَّلِ یَوْمٍ یَصِیرُ فِی الْجَنَّة»(تحف العقول/ص370) یعنی مبارزه با هوای نفس دائمی است و تا آخر عمر ادامه دارد.
* خداوند از ما انجام یک‌سری اعمال و تکالیف را نمی‌خواهد که با انجام آنها کارمان تمام شود، همچنین خدا از ما نمی‌خواهد به یک جای خاصی برسیم مثلاً به یک مقام و جایگاه معنوی برسیم و بعد فکر کنیم به آنجایی که باید برسیم، رسیده‌ایم. به تعبیری، خدا از ما نتیجه نمی‌خواهد بلکه از ما درست اجرا کردن یک «فرآیند» را می‌خواهد و این فرآیند خوب بودن، یعنی مبارزه با هوای نفسی که مثل علف هرز مدام در دل انسان می‌روید. لذا باید مدام از خودمان بپرسیم که آیا داریم این فرآیند را اجرا می‌کنیم یا نه.

**از خودت بپرس: الان با کدام شهوت مخفی خودت داری مبارزه می‌کنی؟/اول باید باور کنیم که حتماً یک‌سری عیوب پنهان، در وجود خود داریم/هر لحظه باید هوای نفس را از ریشه-یعنی در وضعیتی که هنوز پنهان است-ریشه‌کن کنیم**

* ما هوای نفس را به علف هرزه‌ای تشبیه می‌کنیم، که یک خارهای آزاردهنده‌ای هم دارد لذا وقتی می‌خواهیم با آنها مبارزه کنیم، دستمان به این خارها برخورد می‌کند و اذیت می‌شویم. پس بهتر است قبل از اینکه بذر این علف‌های هرز در خاک ریشه بدواند و از خاک بیرون بیاید، با آن مبارزه کنیم. بنابراین مبارزه با هوای نفس پنهان، اهمیت فوق‌العاده‌ای دارد چون همۀ خبرها آنجاست.
* هر یک از ما باید دائماً از خودمان بپرسیم: «الان با کدام شهوت مخفی خودت داری مبارزه می‌کنی؟!» باید در وجود خودمان دقت کنیم و ببینیم چندتا گرایش پنهانِ بد داریم که از نوع هوای نفس هستند، یعنی عیب‌های پنهان خود را بشناسیم و با آنها مبارزه کنیم. اگر در مبارزه و زدن آنها موفق شدی، بلافاصله یکی دیگر جای آن در می‌آید(پیامبر(ص) فرمود: هر عیبی را از خودت دور کنی، یک عیب دیگر در خودت می‌یابی؛ فَإِنَّهُ لَا یَنْفِی مِنْهَا عَیْباً إِلَّا بَدَا لَهُ عَیْبٌ؛ کافی/ج2/ص148) پس این مبارزه برای همیشه ادامه دارد.
* اول باید باور کنیم و مطمئن باشیم که حتماً عیوب پنهانی، در وجود خودمان داریم. خداوند می‌فرماید: «هیچ وقت خودتان را آدم خوبی ندانید، خدا خودش واقف‌تر است که چه کسی بیشتر تقوا دارد؛ فَلا تُزَکُّوا أَنْفُسَکُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقی»(نجم/32) انسان خودش نمی‌تواند بفهمد چقدر آدم خوبی شده است؛ از کجا می‌خواهد بفهمد؟ آیا از روی حجم عمل‌های خوبش می‌خواهد بفهمد؟! آیا از روی صفات و حالات خوبی که دارد می‌خواهد بفهمد؟!
* هوای نفس مانند علف هرزه دائماً می‌روید و دائم باید آن‌را قطع کنیم. بلکه باید هر لحظه از ریشه-یعنی در وضعیتی که هنوز پنهان است-آن‌را ریشه‌کن کنیم.

**امان از دیندارانی که هوای نفس پنهان دارند و از آن غافلند/ بنابر کلام پیامبر(ص) خطر هوای نفس پنهان برای جامعه در حد رباخواری است**

* رسول گرامی اسلام(ص) می‌فرماید: «بدترین چیزی که بعد از خودم برای امتم می‌ترسم، سه چیز است(که بسیار خطرناک و نابودکننده هستند)؛ کسب مال حرام، هوای نفس پنهان و ربا؛ إِنَّ أَخْوَفَ مَا أَخَافُ عَلَى أُمَّتِی مِنْ بَعْدِی هَذِهِ الْمَکَاسِبُ الْحَرَامُ وَ الشَّهْوَةُ الْخَفِیَّةِ وَ الرِّبَا»(کافی/5/124) ببینید! داشتن شهوت مخفی یا هوای نفس پنهان آن‌قدر بد و خطرناک است که پیامبر اکرم(ص) آن را بین دو تا کار بسیار بد و مهلک قرار داده است یعنی در کنار کسب حرام و رباخواری.
* ما فکر می‌کنیم همین که مذهبی شدیم، تمام شده است! انگار خدا از ما می‌خواسته که فقط یک‌سری کارهای خوب انجام دهیم و بچۀ خوبی باشیم! امان از دیندارانی که هوای نفس پنهان دارند و از آن غافل هستند؛ اینها با شهوت مخفی، خودشان و جامعه را خراب می‌کنند، درست مثل رباخوارانی که جامعه را به فساد می‌کشانند و نابود می‌کنند.
* کسی که شهوت آشکار دارد، می‌شود او را از منکر نهی کرد، مثلاً به خانمی که حجاب درستی ندارد بگویند: «خانم! حجاب خود را رعایت کن» اما کسی که شهوت مخفی دارد مگر می‌شود او را نهی از منکر کرد یا او را نصیحت کرد؟! حتی به او نمی‌شود گفت که سعی کن خود را درست کنی! چون بلافاصله خواهد گفت: «مگر من چه مشکلی دارم؟! تو خودت را درست کن!»
* علامۀ مجلسی در شرح روایت فوق می‌فرماید: «بعید نیست منظور از این شهوت مخفی، شهوت پنهان شده در نفس باشد و آن شهوات پنهانی است که انسان احساس می‌کند چنین شهواتی در نفسش نیست ولی بعداً اثرش ظاهر می‌شود(مرآة العقول/19/89)‏ یعنی برخی از عیوب و هواهای نفسانی در دل انسان هست که خودش خبر ندارد، مثلاً وقتی می‌پرسی: آیا تو حسادت یا خساست یا حب مقام داری؟ می‌گوید: نه! اما این عیوب پنهان، بعداً آشکار می‌شود و معلوم می‌شود چه شهوات پنهانی داشته است.
* بعضی‌ها اوایل انقلاب دور حضرت امام(ره) می‌گشتند، ولی شهوات پنهانشان آشکار شد و معلوم شد که هیچکدام از اصول انقلاب را قبول نداشته‌اند. بعضی‌ها هم دور پیغمبر خدا(ص) می‌گشتند، اما شهوات پنهانشان بعداً آشکار شد و عبرت دیگران شدند.
* در لغت‌نامه دربارۀ شهوت مخفی یا هوای نفس پنهان چنین آمده است: «منظور از شهوت مخفی، هر گناهی است که صاحبش آن را پنهان می‌کند و به آن اصرار دارد، اگر چه به آن گناه عمل هم نمی‌کند (ولی تهِ دلش محکم به آن چسبیده و علاقه دارد، هر چند عمل بد یا گناهی هم از او سر نزند)؛ قیل هى کلّ شى‏ء من المعاصى یضمره صاحبه‏ و یصرّ علیه و إن‏ لم‏ یعمله‏. و قیل هو أن یرى جاریة حسناء فیغضّ طرفه ثم ینظر بقلبه کما کان ینظر بعینه‏»(النهایه/2/516)
* امام صادق(ع) می‌فرماید: «خیلی از اوقات تو فکر می‌کنی که دلسوز مردم هستی، در حالی که داری آنها را به سمت خودت می‌کشی(و دلسوز مردم نیستی) تا مردم به تو میل پیدا کنند و چه بسا خودت را مذمت کنی اما در حقیقت داری خودت را مدح می‌کنی؛ رُبَّمَا حَسِبْتَ أَنَّکَ نَاصِحٌ لِلْخَلْقِ وَ أَنْتَ تُرِیدُهُمْ لِنَفْسِکَ أَنْ یَمِیلُوا إِلَیْکَ وَ رُبَّمَا ذَمَمْتَ نَفْسَک وَ أَنْتَ تَمْدَحُهَا عَلَى الْحَقِیقَةِ»(مصباح الشریعه/143) ‏
* آیت الله بهجت(ره) قریب به این مضمون می‌فرمایند که برای رسیدن به درجات کمال و یقین، قطعاً تنها دوری از محرمات کفایت نمی‌کند، نه تنها دوری از گناهان کبیره و... بلکه حتی یک نگاه تند که سبب اذیت شدن یک مؤمن و یا هتک حرمت او بشود حرام است، همچنین یک تبسم به اهل معصیت که موجب تشویق او بر گناه باشد حرام است، بنابراین کسی که می‌خواهد به درجات کمال و یقین برسد باید از این‌گونه گناهان هم پرهیز کند.(در محضر بهجت/ج2/ص7)

**چهار راه حل برای مبارزه با هوای نفس پنهان: 1- تفحص 2- توبۀ مداوم 3- تواضع و افتاده حالی 4- سوءظن به خود**

* با فرض اینکه ضرورت مبارزه باهوای نفس پنهان، برای ما جاافتاده است، در اینجا چند راه حل برای مبارزه با هوای نفس پنهان معرفی می‌کنیم:
* 1- عملیات تفحص مداوم: باید وقت بگذاریم و هواهای نفسانی پنهان خودمان را پیدا کنیم. هرچقدر هم که آدم خوبی هستی، باید مطمئن باشی که در وجود تو نیز هوای نفس پنهان (شهوت مخفی) وجود دارد. اگر امروز هیچ معصیتی نکرده‌ای که از آن توبه کنی، در وجود خودت جستجو کن تا هواهای نفسانی پنهان خودت را پیدا کنی، همین جستجو کم‌کم باعث می‌شود اتفاقات خوبی برایت بیفتد و برایت نور پدید بیاید.
* 2- توبۀ مداوم: دائماً به خاطر بدی‌های پنهانی که در وجودت هست توبه کن، حتی اگر هنوز نتوانسته‌ای آنها را در وجود خودت پیدا کنی. خوب است علاوه بر برنامۀ توبۀ فردی، برنامۀ توبۀ دسته‌جمعی هم داشته باشیم. یعنی دور هم جمع شویم و جلسۀ دعا و مناجات و توبه داشته باشیم. اگر انسان چنین برنامه‌هایی نداشته باشد، کم‌کم دلش می‌میرد. متاسفانه برخی از مذهبی‌ها هستند که در جلسات دعا و توبه شرکت نمی‌کنند، گویا اصلاً نیاز به توبه در خودشان احساس نمی‌کنند! این خیلی بد و خطرناک است.
* 3- تواضع و افتاده‌حالی: تواضع یک جایگاه نیست که بخواهید به آن برسید بلکه یک ابزار است برای پیدا کردن و رسیدن به آنچه باید رسید. یکی از آثار سوء تکبر(عدم تواضع) این است که مانع کسب علم و معرفت می‌شود. امام صادق(ع) می‌فرماید: «بسیاری از انواع تکبّر مانع استفاده کردن از علم و قبول آن و گردن نهادن به آن می‌شود؛ کَثِیرٌ مِنْ أَنْوَاعِ الْکِبْرِ یَمْنَعُ مِنِ اسْتِفَادَةِ الْعِلْمِ وَ قَبُولِهِ وَ الِانْقِیَادِ لَهُ»(المصباح الشریعه/ص72) پس اگر معرفت نفس می‌خواهی باید افتاده‌حال و متواضع باشی. هر وقت دیدی که چیز جدیدی از درون خودت(از نفس خود) نمی‌فهمی، بدان که دچار تکبر هستی. اگر این تکبر نبود، به تو معرفت نفس می‌دادند که انفع المعارف است(مَعْرِفَةُ النَّفْسِ أَنْفَعُ‏ الْمَعَارِف؛ غررالحکم/ص712) ‏اگر تفحص، توبه و تواضع خود را زیاد کنید، در مبارزه با هواهای نفسانی پنهان، به خیلی چیزها می‌رسید.
* 4-سوءظن به خود: باید سوءظن به خودمان را افزایش دهیم. اگر این روایت را باور کنیم که رسول خدا(ص) می‌فرماید: «دشمن‌ترین دشمنان تو، نفس تو است که بین دو پهلوی تو قرار دارد؛ أَعْدَى عَدُوِّکَ نَفْسُکَ‏ الَّتِی بَیْنَ‏ جَنْبَیْک»(مجموعه ورام/ج1/ص59)‏ در این صورت همیشه نسبت به نفس خودمان سوءظن خواهیم داشت.

**یک تاکتیک در مبارزه با هوای نفس: از فکر عیوب دیگران بیرون بیا وخودت را از گنهکاران هم بدتر بدان**

* موارد فوق، راه حل اصلی برای مبارزه با هوای نفس پنهان بود. اما یک تاکتیک یا عملیات فریب هم در اینجا معرفی می‌کنیم. به کار بردن این تاکتیک می‌تواند باعث شود، کارهای اصلی چهارگانۀ فوق، در مبارزه با هوای نفس پنهان، مؤثر واقع شود، و آن تاکتیک این است که درگیر عیوب دیگران درگیر نشوی و از فکر عیوب دیگران بیرون بیایی. اصلاً تو چه‌کار داری که دیگران چه عیوبی دارند؟! فقط وقتی وظیفه‌ات بود(از باب امر به معروف و نهی از منکر)، باید به آنها تذکر بدهی، و الا در سایر موارد خودت را مشغول عیوب دیگران نکن. با عیوب اطرافیان و همسایه و نزدیکان و کسانی که با تو برخورد دارند، کاری نداشته باش.
* باید به جایی برسی که وقتی یک گناهکار (مثلاً یک عرق‌خور) دیدی، خودت را بدتر از او بدانی و تهِ دلت به او بگویی: «خوب است که بدی و عیب تو آشکار است! من چه‌کار کنم که همۀ بدی‌هایم پنهان است؟» البته دقت کنید که این حرف را باید بین خودت و خداوند بگویی یعنی باید درِ خانۀ خدا و در مناجات با او بگویی، خدا اجازه نداده چنین حرف‌هایی را در جامعه فریاد بزنی. کما اینکه امام سجاد(ع) در مناجات خود به درگاه خداوند عرضه می‌داشت: «پس چه کسی از من بدتر است؛ فَمَنْ یَکُونُ أَسْوَءَ حَالًا مِنِّی»(دعای ابوحمزه ثمالی، مفاتیح الجنان). البته این حرف را در دل خودمان و علیه خودمان باید بگوییم، نه اینکه آن را به اصل ارزش‌ها و سایر متدینین تعمیم دهیم و مثلاً بگوییم: «چاقوکش‌ها بهتر از نمازخوان‌ها هستند»، چون با این کار در واقع داریم ارزش نماز را نادیده می‌گیریم. ارزش‌ها را باید سر جای خودش قرار دهیم و مردم را به این ارزش‌ها دعوت کنیم، اما خودمان را بدترین و کمترین خلق خدا بدانیم.
* مبارزه با هوای نفس، مخصوصاً مبارزه با هواهای نفسانی پنهان، چنان انسان را مشغول خودش می‌کند که اصلاً نمی‌تواند به عیوب دیگران بپردازد و فقط مشغول عیوب خودش خواهد شد (حتی اگر عیب واضح دیگران را ببیند).
* از خدا می‌خواهیم در غربال سهمگین آخرالزمان که قرار است منافقین رسوا شوند، ما را در اثر شهوت پنهان خودمان رسوا و نابود نکند و بدون بلا شهوت پنهان ما را از بین ببرد. یعنی بدون اینکه بلا و مصیبت سختی به ما برساند، این هواهای نفسانی پنهان ما را نابود کند.

قسمت دوم - 5

**«شهوت پنهان» یعنی نفس ما قانع نشده است که از خواسته‌های بدش دل بکَند/ اگر اهل اعتراف به بدی‌هایمان نباشیم، کم‌کم بدی‌هایمان از دید خودمان هم پنهان می‌شود/ «شهوت پنهان» یکی از دلایل ریزش‌ها در امت اسلامی است/ مهمترین راه برای رهایی از شهوات پنهان اعتراف مکرر به آنها درِ خانۀ خداست**

**چرا انسان ظالم شبیه مظلوم است؟ /چون به قصدی ظلم می‌کند که به آن نمی‌رسد**

* انسان وقتی ظالم است شبیه به مظلوم است. به تعبیر دیگر، انسان موجود ظالمی است که در عین ظالم بودن، مظلوم است. انسان وقتی به خودش ظلم می‌کند، از یک زاویۀ دیگر، می‌شود گفت که مظلوم و ستمدیده است. چرا انسان ظالم شبیه مظلوم است؟ چون او به یک قصدی ظلم می‌کند و معصیت انجام می‌دهد که به آن قصد نمی‌رسد. امام حسین(ع) می‌فرماید: «هر کس بخواهد از راه گناه به مقصدى برسد، دیرتر به آرزویش خواهد رسید و زودتر به خطر می‌افتد؛ مَنْ حَاوَلَ أَمْراً بِمَعْصِیَةِ اللَّهِ کَانَ‏ أَفْوَتَ‏ لِمَا یَرْجُو وَ أَسْرَعَ لِمَجِی‏ءِ مَا یَحْذَرُ» (کافی/2/373) کسی که ظلم می‌کند در واقع اشتباه کرده و وقتی گناه می‌کند نتیجه‌ای که می‌خواهد را از گناهش به دست نمی‌آورد، لذا به تعبیری می‌شود گفت دچار سوء تفاهم است. از این بابت قابل ترحم و دلسوزی است.
* وقتی انسام ظلم، جنایت و گناهی انجام می‌دهد، خودش به تعبیری مظلوم است. البته این چیزی از جرم گنهکار و ظلم جنایتکار کم نمی‌کند، ولی خوب است لااقل هرکس گاهی اوقات از این زاویه هم به خودش نگاه کند؛ یعنی دربارۀ خودمان این تصور را داشته باشیم که آن وقت‌هایی که به زعم خودمان با زرنگی منفعت ناسالمی را نصیب خودمان می‌کنیم، در واقع داریم سر خودمان را کلاه می‌گذاریم. کسی که گناه می‌کند در حقیقت دارد خودش را از لذت بیشتر، محروم می‌کند و به خودش ظلم می‌کند. آدم باید دلش برای خودش بسوزد. در مضامین ادعیه هست که از نفس خودمان پیش خدا شکایت می‌کنیم. در دعای دوم از مناجات‌های معروف به «خمس عشر»، امام سجاد(ع) می‌فرماید: «خدایا به تو شکایت می‌کنم از نفسی که مدام من را به بدی امر می‌کند و... ؛ إِلَهِی إِلَیْکَ أَشْکُو نَفْساً بِالسُّوءِ أَمَّارَةً وَ إِلَى الْخَطِیئَةِ مُبَادِرَةً وَ بِمَعَاصِیکَ مُولَعَةً...»(مفاتیح الجنان) در دعای کمیل هم که حضرت امیر(ع) به کمیل تعلیم کردند، می‌خوانیم: «من به خودم ظلم کردم؛ الهی ظَلَمْتُ‏ نَفْسِی‏ وَ تَجَرَّأْتُ بِجَهْلِی‏»(مفاتیح الجنان) اینجا بنده، مانند بچه‌ای که به خودش آسیب رسانده و دست و پای خودش را مجروح کرده است و می‌رود پیش مادرش و از خودش شکایت می‌کند، پیش خدا می‌رود و از خودش شکایت می‌کند.

**فریب‌کاری ذاتی نفس انسان، یکی از عوامل پنهان کردن خواسته‌های بد پشت خواسته‌های خوب است**

* در بحث مبارزه با هوای نفس پنهان باید در نظر بگیریم که یکی از عوامل پنهان شدن خواسته‌های بد و هوس‌های ما پشت سر خواسته‌های دیگرِ ما-که ممکن است به ظاهر خواسته‌های خوبی باشند- این زرنگ‌بازی و فریب‌کاری نفس، در ذات انسان وجود دارد. آدم ذاتاً موجودی است که می‌خواهد زرنگی کند و اگر نفس خودش را رها کند، دوست دارد سر همه را کلاه بگذارد، حتی سر خودش را هم کلاه می‌گذارد، و این به خاطر نفس مکّار اوست. به جز اولیاء خدا، همه یک بهره‌ای از این زرنگ‌بازی را دارند. این زرنگ‌بازی باعث می‌شود انسان بدی‌های خود را مخفی کند.
* **انسان چون دوست دارد پیش خودش و دیگران، به عنوان یک آدم خوب شناخته شود، بدی‌های خودش را ندیده می‌گیرد و پنهان می‌کند یا اینکه بدی‌های خود را انکار می‌کند و آنها را به صورت‌های مختلف توجیه می‌کند. حتی بدی‌های خود از چشم خودش هم پنهان می‌کند. اگر انسان بدی‌هایش را از خودش هم پنهان کند، می‌شود «متکبر» و اگر بدی‌های خود را پیش دیگران پنهان کند می‌شود «ریاکار».**

**انکار کردن عیوب و بدی‌های نفس، زرنگی نیست/ زرنگی این است که عیوب نفس خودمان را درِ خانۀ خدا اقرار کنیم**

* این زرنگ‌بازی‌های که آدم‌ دارد، به او لطمه می‌زند و او را عقب نگه می‌دارد. فرض کنید یک پمپ بنزینی باشد که به خاطر پاکیزگی هوای شهر، هر خودرویی که در حال بنزین زدن است، در همان‌جا معاینه فنی (تست تنظیم موتور) را هم به صورت رایگان انجام دهد و اگر ایرادی داشت یک کارتی به راننده بدهد تا هر موقع خواست به تعمیرگاه ویژه مراجعه کند و به صورت رایگان خودروی خود را تعمیر کند. اگر کسی از این شرایط استفاده نکند و با اینکه خودروی او ایراد فنی دارد، آن ایراد را انکار کند و بعد فکر کند که زرنگ‌بازی کرده است، آیا سر خودش را کلاه نگذاشته است؟ چون او دارد به خودش ضرر می‌رساند.
* انکار کردن عیوب نفس زرنگی نیست، زرنگی این است که برویم به درگاه خداوند و عیوب نفس خودمان را اقرار کنیم و از خداوند بخواهیم این عیوب را درمان کند. کسی که درِ خانۀ خداوند، به گناهان و بدی‌های خودش اعتراف نمی‌کند، در واقع دارد بدی‌های خودش را از خودش هم پنهان می‌کند. انسان گاهی اوقات زرنگ‌بازی در می‌آورد یا برای اینکه به نتیجۀ خوب بودن‌هایش برسد عجله می‌کند و یا از روی غرور و تکبر، عیوب و بدی‌های خود را پنهان می‌کند و نمی‌گذارد موتور وجودش تعمیر شود. این انسان واقعاً بیچاره و مصیبت‌زده است و باید به حال این انسان گریه کرد. امام سجاد(ع) در دعای ابوحمزه علت گریه خود را همین مساله بیان می‌فرماید: چرا گریه نکنم؟ گریه می‌کنم به خاطر اینکه من وضعی برای خودم درست کرده‌ام که اگر در این وضع از دنیا بروم چه کار کنم... (فَمَنْ یَکُونُ أَسْوَءَ حَالًا مِنِّی إِنْ أَنَا نُقِلْتُ عَلَى مِثْلِ حَالِی إِلَى قَبْرِی لَمْ أُمَهِّدْهُ لِرَقْدَتِی وَ لَمْ أَفْرُشْهُ بِالْعَمَلِ الصَّالِحِ لِضَجْعَتِی وَ مَا لِی‏ لَا أَبْکِی‏ وَ مَا أَدْرِی إِلَى مَا یَکُونُ مَصِیرِی وَ أَرَى نَفْسِی تُخَادِعُنِی‏؛ مصباح‌ المتهجد/2/591)
* آدم برای کسی که مظلوم است گریه می‌کند و یکی از کسانی که باید برایش گریه کرد، خودش است، یعنی باید به حال خودش گریه کند. بعضی‌ها در مناجات‌ها و توبه‌های خودشان اصرار دارند خدا را راضی کنند ولی به حال خودشان گریه نمی‌کنند. البته همین هم خوب است ولی خداوند آن وقتی بنده‌اش را بیشتر تحویل می‌گیرد که بنشیند و به حال خودش گریه کند و اعتراف کند که خودش را ضایع و تباه کرده است. در مناجات شعبانیه می‌خوانیم: «خدایا من عمر خودم را در بی توجهی نسبت به تو فنا کردم و ایام جوانی خود را در دوری از تو سپری کردم؛ وَ قَدْ افْنَیْتُ‏ عُمْرِی‏ فِی شَرَهِ‏ السَّهْوِ عَنْکَ وَ أَبلَیْتُ شَبابِی‏ فِی سَکْرَةِ التَّباعُدِ مِنْک‏»(اقبال الاعمال/2/686)

**اگر اهل اعتراف به بدی‌های خود نباشیم، کم‌کم بدی‌های ما از دید خودمان هم پنهان می‌شود**

* **آدم اگر اهل اعتراف کردن به بدی‌های خودش باشد کم‌کم عیب‌های خودش را می‌بیند، اما اگر اهل اعتراف کردن به بدی‌های خودش نباشد یک فرآیندی اتفاق می‌افتد که باعث می‌شود کم‌کم خودش از خودش هم پنهان شود و خودش را فقط آن‌طوری که تمایل دارد می‌بیند نه آن‌طوری که هست؛ یعنی حقیقت خودش را نمی‌بیند و به عیوب خودش نگاه نمی‌کند.**
* اگر انسان عیب‌های خودش را ببیند بنا نیست خودش به تنهایی آنها را برطرف کند بلکه این خداوند است که در صورت جدیت انسان، عیوب او را برطرف می‌کند. کافی است که انسان نفس خودش را مذمت کند و به عیوب خودش اعتراف کرده و مدام استغفار و تمنا و توسل کند و در کنار اینها یک‌مقدار هم مراقبت از نفس داشته باشد. بقیه کارها را خدا درست می‌کند.

**آن چیزی که مراقبت از نفس را برای ما سخت می‌کند، انکار کردن بدی‌ها و عیوب نفس توسط خودمان است/ کسی که می‌خواهد خودش را بشناسد باید با خودش رو راست باشد و چیزی را از خودش پنهان نکند**

* فکر نکنید که مراقبت کردن از نفس در برابر بدی‌ها کار بسیار پیچیده‌ و سختی است. کافی است یک چیزهایی را رعایت کنیم؛ شبیه رعایت کردن مقررات راهنمایی رانندگی. اصلاً خداوند از ما کار پیچیده نمی‌خواهد و در قرآن کریم می‌فرماید: «خدا براى شما آسانى و سهولت را خواسته و دشوارى نخواسته است؛ یُریدُ اللَّهُ بِکُمُ الْیُسْرَ وَ لا یُریدُ بِکُمُ الْعُسْرَ»(بقره/185) آن چیزی که مراقبت از نفس را برای ما سخت می‌کند، انکار کردن بدی‌ها و عیوب نفس توسط خودمان است. لذا پیامبر اکرم(ص) فرمود: «بیشترین چیزی که بر امت خودم می‌ترسم شهوت پنهان و .. است؛ إِنَّ أَخْوَفَ مَا أَخَافُ عَلَى أُمَّتِی مِنْ بَعْدِی هَذِهِ الْمَکَاسِبُ الْحَرَامُ وَ الشَّهْوَةُ الْخَفِیَّةِ وَ الرِّبَا»(کافی/5/124)
* لااقل چیزی را از خودمان و خدای خودمان پنهان نکنیم، اگر خواسته‌های بدی هم داریم آن بدی‌ها را به درگاه خدا اعتراف کنیم و اقرار کنیم که ما این چیزهای بد را می‌خواهیم، شاید خداوند دستی روی سر و دلمان کشید و تغییر و تحولی در ما ایجاد کرد و وضعمان درست شد. اگر می‌خواهیم به خودشناسی یا معرفت نفس برسیم، نباید بدی‌های خودمان را از خودمان پنهان کنیم. امام صادق(ع) می‌فرماید: «اینکه پیامبر اکرم(ص) فرمودند طلب علم بر هر مسلمانی واجب است، منظورشان علم معرفت نفس است؛ الْعِلْمُ أَصْلُ کُلِّ حَالٍ سَنِیٍّ وَ مُنْتَهَى کُلِّ مَنْزِلَةٍ رَفِیعَةٍ وَ لِذَلِکَ قَالَ النَّبِیُّ ص طَلَبُ‏ الْعِلْمِ‏ فَرِیضَةٌ عَلَى‏ کُلِ‏ مُسْلِمٍ‏ وَ مُسْلِمَةٍ أَیْ عِلْمِ التَّقْوَى وَ الْیَقِینِ وَ قَالَ عَلِیٌّ ع اطْلُبُوا الْعِلْمَ وَ لَوْ بِالصِّینِ وَ هُوَ عِلْمُ مَعْرِفَةِ النَّفْسِ‏»(مصباح الشریعه/ص13) یعنی خودشناسی واجب است و کسی که می‌خواهد خودش را بشناسد باید با خودش رو راست باشد و چیزی را از خودش پنهان نکند؛ یعنی عیوب و بدی‌های خود را انکار نکند و از خودش پنهان نکند.

**بعضی‌ها شهوت پنهان خود را پشت مسلمانی کردن‌شان مخفی می‌کنند/ امان از آدم‌های مذهبی‌ای که هوای نفس پنهان دارند و اهل گریه و توبه نیستند**

* **یکی از گیرهای اساسی و مهمی که بسیاری از ما داریم «هوای نفس پنهان» یا «شهوت پنهان» است. اینکه کسی شهوت پنهان خود را پشت سر مسلمانی کردن خودش مخفی کند، خیلی بد و خطرناک است. امان از انسان‌های متدینی که خودشان را نساخته‌اند و هوای نفس پنهان دارند و بدی‌های خود را انکار کرده یا توجیه می‌کنند. چون اینها عیوب پنهان خود را با آب دعا و توبه شستشو نمی‌دهند و اهل گریه و توبه و اعتراف به گناه نیستند. اگر انسان این اعتراف به بدی‌ها را پیش خودش انجام ندهد، کم‌کم بدی‌هایش روی هم تل‌انبار می‌شود و تبدیل به بیماری‌های لاعلاج روحی می‌شود. حالا اگر این شخص، در مجموعۀ بچه‌مذهبی‌ها باشد، همۀ این بدی‌ها و عیوب تل‌انبارشدۀ خود را با پوشش دینی، توجیه خواهد کرد و این خیلی خطرناک است.**
* یکی از دلایل ضعف جامعۀ اسلامی و گروه مسلمانان همین است که بعضی‌ها فقط از نظر عقیدتی مؤمن بشوند و از نظر هویت دینی جزء گروه مسلمانان و گروه اهلبیتی‌ها محسوب شوند و اهل نماز و قرآن هم بشوند، اما به همین اکتفا کنند و دیگر هیچ زحمتی برای خودسازی و مبارزه با نفس نکشند. خدا اینها را ضعیف می‌کند. آن وقت همین‌ها می‌نشینند و می‌گویند: «ما مسلمان‌ها ضعیف هستیم و کفار مدام دارند به ما ظلم می‌کنند»! در حالی که خود اینها اصلاً روی خودشان کار نکرده‌اند و قوی نشده‌اند که بتوانند جلوی این ظلم‌ها را بگیرند؛ فقط آمده‌اند عضو گروه مؤمنان و مسلمان‌ها شده‌اند. باطل که توان ضربه زدن به مؤمنین را ندارد، باطل کجا و ضربه به مؤمنین کجا؟ در حقیقت این ضربه‌ها کار خود خداست که به وسیلۀ یک یا چند گروه ضعیف باطل صورت می‌گیرد، به این دلیل که گروه مؤمنان حاضر نشده‌اند برای مبارزه با نفس خودشان زحمت بکشند و به همین که عضو گروه مؤمنان باشند، بسنده کرده‌اند؛ این ضربه‌ها برای بیدار کردن و هشیار کردن مؤمنان است.

**شهوت پنهان برای امت اسلامی بسیار مهلک بوده و یکی از دلایل ریزش‌هاست**

* شهوت پنهان برای امت اسلامی بسیار مهلک و خطرناک است و یکی از دلایل ریزش‌ها نیز همین است. بعضی‌ها را می‌بینید که قبلاً آدم خوبی بوده‌اند اما بعداً سقوط می‌کنند، چون شهوت پنهان داشته‌اند. به عنوان مثال، زبیر با وجود سوابق خوبی که داشت اما به خاطر یک شهوت پنهان(حسادت پنهان) سقوط کرد. او در جریان یک مأموریتی که در زمان رسول خدا(ص) داشت یک حسادتی در قلبش نسبت به علی(ع) ایجاد شد و آن را پنهان کرد تا اینکه در اثر همان حسادت پنهان سقوط کرد. (موسوعۀ التاریخ الاسلامی، یوسفی غروی/ج4/ص620)
* شهوت پنهان فقط منحصر به مسمانان نیست، غیرمسلمان‌ها و کافران هم می‌توانند شهوت پنهان داشته باشند. بعضی از کافران، کفر خود(عیوب خود) را پشت سر دلایل موجه و منطقی پنهان می‌کنند؛ و چنین کافرانی غالبا انسان‌های خیلی رذل و خبیث هم هستند. به عنوان مثال برخی از کافرانی که کفر خود را پشت سر دلایل موجه پنهان می‌کنند، می‌گویند: «ما به خاطر حقوق بشر با اسلام مخالفت می‌کنیم» در حالی که دروغ می‌گویند. اینها مشکل‌شان جای دیگری است، مثلاً پذیرش اسلام، دینداری، و عبادت برایشان سخت است یا اینکه نسبت به مؤمنین حسادت می‌کنند اما واقعیت را نمی‌گویند و در عوض سعی می‌کنند با بهانه‌تراشی و آوردن دلایل منطقی و فلسفی، اسلام را از چشم‌ها بیاندازند. اینها هم دارند پنهان‌کاری می‌کنند. اینها اسیر شهوات و هوای نفس خودشان هستند ولی صداقت ندارند و بدی‌های خود را توجیه می‌کنند.
* امروزه در دانشگاه‌های غربی در حوزۀ علوم انسانی، تئوری‌های بسیاری طراحی شده است تا نظام سلطه و زندگی غلط در غرب را توجیه کنند؛ یعنی سعی می‌کنند آدم‌ها را توجیه کنند که برده شدن در مقابل نظام سلطه را بپذیرند. اینها هم از جلوه‌های عدم صداقت آنهاست. همین شهوات پنهانی وجود دارد که از درون آنها فمینیسم و بحث‌های حقوق بشری و برخی قوانین حقوقی در می‌آید.

**مهمترین راه برای رهایی از شهوات پنهان اعتراف مکرر به آنها درِ خانۀ خداست/ ما نیاز به یک نوع صداقت عمیق داریم تا دچار شهوت پنهان نشویم**

* کسی که دچار شهوت پنهان است و می‌خواهد خودش را نجات دهد، باید با اعتراف مکرر به گناه و ضعف‌های و عیوب خودش به درگاه خداوند متعال، خودش را نجات دهد؛ این مهمترین راه برای رهایی از شهوات پنهان است.
* علت شهوت پنهان، زرنگ‌بازی و فریب‌کاری نفس انسان است، به حدی که گاهی نمی‌خواهد پیش خداوند به این شهوات اعتراف پنهان کند و گاهی نمی‌خواهد پیش خودش به آنها اعتراف کند. این نکته خیلی مهم است که ما نیاز به یک نوع صداقت عمیق داریم تا دچار شهوت پنهان نشویم و الا انسان موجود توجیه‌گری است و می‌خواهد زرنگ‌بازی در بیاورد و سر خودش و دیگران را کلاه بگذارد و این اختصاص به افراد مذهبی هم ندارد، غیرمذهبی‌ها و کافران هم این‌گونه هستند. همه باید روی خودشان کار کنند تا بدی‌های پنهان نداشته باشند؛ البته نمی‌گوییم کسی نباید بدی داشته باشد، بلکه می‌گوییم کسی نباید بدی‌ پنهان داشته باشد، یعنی بدی‌های خود را پنهان نکند و انکار نکند و پیش خودش و در خانۀ خدا به آنها اقرار کند.

**از کجا بفهمیم که شهوت پنهان داریم؟ / از روی آثار شهوات پنهان: عصبانی‌ شدن‌های بی‌خود یا بیش از حد، منفی‌بافی، غم و اندوه بی‌جا**

* حالا از کجا بفهمیم که شهوت پنهان داریم؟ از روی آثار شهوات پنهان خودمان می‌توانیم به وجود آنها در خودمان پی ببریم. مثلاً یکی از آثار بدی‌های پنهان، عصبانی‌ شدن‌های بی‌خود است. بعضی‌ها سر یک چیزهایی، زیادی عصبانی می‌شوند(بیش از حدّ عصبانی می‌شوند) مثلاً کسی یک کاری می‌کند که شما خیلی عصبانی می‌شوید و به‌هم می‌ریزید، در حالی که واقعاً آن کار نباید شما را این‌قدر عصبانی می‌کرد. در برخی از این مواقع باید بفهمید که ایراد شما از یک جای دیگری است. باید ببینید کدام شهوتِ برآورده نشدۀ شماست که باعث عصبانیت شما شده؛ خواستۀ پنهانی که نمی‌توانید به کسی بگویید و حتی پیش خودتان هم حاضر نیستید به آن اعتراف کنید ولی برآورده نشدن آن دوست‌داشتنی پنهان، شما را به شدت عصبانی و ناراحت کرده است.
* یکی دیگر از آثار شهوات پنهان این است که آدم منفی‌باف می‌شود. مثلاً بعضی‌ها همه‌چیز را به اوضاع و احوال مملکت ربط می‌دهند و مدام منفی‌بافی می‌کنند. به عنوان مثال وقتی می‌بینند که یک کسی از چراغ قرمز رد شده، شروع به سیاهنمایی اوضاع مملکت می‌کنند و همۀ نظام را زیر سؤال می‌برند فقط به خاطر اینکه یک نفر از چراغ قرمز عبور کرده است!
* برخی از منفی‌بافی‌ها ناشی از حسادت است. مثلاً اگر شما نسبت به کسی حسادت داشته باشید، عیوب او را بیشتر می‌بینید و اگر حسادت خود را پنهان کرده باشید، نمی‌توانید تشخیص دهید که این منفی‌بافی شما ناشی از حسادت است.
* یکی دیگر از آثار شهوات پنهان غم و اندوه بی‌جا و بی‌مورد است. این غم و اندوه در اثر به دست نیاوردن و نرسیدن به دوست‌داشتنی‌هایی است که انسان حتی رویش نمی‌شود بگوید من این چیزها را دوست دارم. انسان در اثر نرسیدن به شهوات پنهان، گاهی دلش می‌گیرد و غصه می‌خورد ولی نمی‌داند مشکلش از کجاست. حتی ممکن است در اثر این غصه خوردن‌ها، کم‌کم افسرده بشود.
* دقت کنید که: «گاهی اوقات» غضب بی‌جا یا عصبانیت شدید ناشی از شهوات پنهان است، نه همیشه. یعنی این خشم و غضب، دلایل دیگری نیز می‌تواند داشته باشد لذا می‌گوییم «گاهی اوقات». مثلاً ممکن است عصبانیت و غضب بی‌مورد، ناشی از عوامل جسمی و فیزیولوژیکی انسان، یا شرایط محیط زندگی و یا خصوصیات ژنتیک باشد. مثلاً بعضی‌ها به صورت ژنتیکی آستانۀ تحمل‌شان پایین است. اگر این موارد را کنار بگذاریم، در اغلب موارد می‌توان گفت عصبانیت بی‌جا و بیش از حدّ، ناشی از شهوت پنهان است. اگر انسان شهوات پنهان خود را ببیند و برای خودش حل کند و بین خودش و خدای خودش در میان بگذارد، خیلی راحت‌تر می‌تواند با ناملایمات و بحران‌های مختلف روبرو شود.

**شهوت پنهان یعنی نفس ما قانع نشده است که از خواسته‌های بدش دل بکَند**

* نفس انسان خواسته‌های متنوع و زیادی از او دارد و برای اینکه به همۀ خواسته‌هایش نرسیده است ناراحت است، لذا سعی می‌کند این ناراحتیِ خود را یک‌جور دیگری بروز بدهد. **ما نباید بگذاریم که نفس‌مان ناراحتی‌های ناشی از ناکامی‌ در برآورده شدن خواسته‌هایش را یک‌جور دیگری(مثل عصبانیت‌ بی‌‌مورد، غم و اندوه بی‌جا و ...) بروز بدهد. باید نفس خود را قانع کنیم که به این خواسته‌هایش نخواهد رسید و باید از آنها دل بکَند. شهوت پنهان یعنی نفس ما قانع نشده است که از آن خواسته‌های بدش دل بکَند، لذا مدام دارد نقشه می‌کشد و تلاش می‌کند تا از یک ‌طریقی به آن خواسته‌های بد و پنهانش برسد. حالا دلی که این‌طور باشد، آیا به دنبال خدا خواهد رفت؟! این دل اصلاً جایی برای خدا ندارد.**
* **اگر در ابتدای این بحث تأکید می‌کردیم که هر کسی باید فلسفۀ رنج کشیدن در این دنیا را برای خودش حل کند(لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسانَ فی‏ کَبَد؛ بلد/4)، به خاطر این بود که پذیرش این مسأله موجب می‌شود جلوی شهوات پنهان ما گرفته شود. باید مدام به خودمان بگوییم که در این دنیا نمی‌شود به همۀ خواسته‌هایت برسی لذا بی‌خود روی خواسته‌هایت پافشاری نکن و درِ خانۀ خدا به خواسته‌های پنهانی نفس خودت اعتراف کن. اگر این مسأله را برای خودمان حل کنیم دیگر بر روی برخی از دوست‌داشتنی‌های خودمان اصرار نخواهیم داشت.**
* یک روایت بسیار جالب دربارۀ شهوت پنهان این است که رسول خدا(ص) می‌فرماید: «اگر کسی دوست داشته باشد فردا زندگی کند، یعنی دوست دارد همیشه زندگی کند؛ مَنْ کَانَ یَأْمُلُ أَنْ یَعِیشَ غَداً فَإِنَّهُ یَأْمُلُ أَنْ یَعِیشَ أَبَدا»(کنزالفوائد/1/62) اما اگر از چنین کسی بپرسید که آیا دوست داری همیشه زندگی کنی؟ او می‌گوید: نه! در صورتی که واقعاً این خواسته را دارد ولی آن را پنهان کرده است و حتی خودش هم نمی‌داند که این خواسته را دارد.

**یکی از مهمترین عوامل پنهان شدن هوای نفس، اصرار به بدی و گناه است/ کسی که بدی خود را پنهان می‌کند یعنی اصرار بر نگه‌داشتن آن بدی دارد**

* یکی از مهمترین عوامل پنهان شدن هوای نفس و شهوات در وجود انسان، اصرار بر بدی و گناه است. اگر کسی اهل پنهان کردن بدی‌هایش نباشد یکی از لوازمش این است که بر آن بدی‌ها اصرار ندارد. استغفار و توبه، اصرار بر گناه را از بین می‌برد. کسی که بدی خود را پنهان می‌کند و آن را انکار می‌کند معنایش این است که اصرار بر نگه‌داشتن آن بدی دارد.
* اگر روی برخی از دوست‌داشتنی‌های پنهان خودت زیادی اصرار داشته باشی، به یک شهوت پنهان یا هوای نفس پنهان تبدیل می‌شود که بقیه زندگی تو را به‌هم می‌ریزد و نمی‌توانی بفهمی که چرا زندگی‌ات به‌هم خورده است.
* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «بزرگترین گناهان نزد خداوند گناهی است که صاحبش روی آن اصرار داشته باشد؛ أَعْظَمُ‏ الذُّنُوبِ‏ عِنْدَ اللَّهِ‏ ذَنْبٌ أَصَرَّ عَلَیْهِ عَامِلُه»(غررالحکم/201) متاسفانه نگاه عموم مردم به بزرگ بودن گناه، این‌طوری نیست، یعنی گناه را به خاطر حجم جنایتش بزرگ می‌دانند ولی طبق فرمایش امیرالمؤمنین(ع) باید این نگاه تغییر پیدا کند.‏ اصرار نداشتن روی گناه به چیست؟ به این است که توبه و استغفار کنیم و به درگاه خدا اعتراف کنیم که «من این مشکل را دارم» و از خدا برای رفع آن کمک بگیریم. اگر به گناه خود اعتراف نکنیم و آن را پنهان کنیم معنایش این است که بر گناه خودمان اصرار داریم.
* پیامبر اکرم(ص) می‌فرماید: «چهار چیز در گناه هست که بدتر از خودِ گناه است؛ گناه را کوچک شمردن، به آن گناه افتخار کردن، همدیگر را به گناه بشارت دادن، اصرار داشتن به گناه؛ أَرْبَعَةٌ فِی‏ الذَّنْبِ‏ شَرٌّ مِنَ الذَّنْبِ الِاسْتِحْقَارُ وَ الِافْتِخَارُ وَ الِاسْتِبْشَارُ وَ الْإِصْرَار»(مستدرک‌الوسایل/11/349) این چهار مورد از خود گناه هم بدتر هستند.

**امام باقر(ع): اصرار بر گناه این است که کسی گناه کند ولی استغفار نکند و پیش خودش هم نگوید که من باید توبه کنم**

* امام محمد باقر(ع) ضمن بیان این آیه شریفه که می‌فرماید «چه کسی جز خداوند گناهان را می‌بخشد؟ گناهان کسانی را می‌بخشد که اصرار بر گناه ندارند؛ وَ مَنْ یَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ اللَّهُ وَ لَمْ یُصِرُّوا عَلى‏ ما فَعَلُوا»(آل‌عمران/135) در تعریف اصرار می‌فرمایند: «اصرار این است که بنده، گناه کند ولی استغفار نکند و پیش خودش هم نگوید که من(اشتباه کرده‌ام و) باید توبه کنم؛ عَنْ جَابِرٍ عَنْ أَبِی جَعْفَرٍ ع‏ فِی قَوْلِ اللَّهِ‏ وَ مَنْ یَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَ لَمْ یُصِرُّوا عَلى‏ ما فَعَلُوا وَ هُمْ یَعْلَمُونَ‏ قَالَ الْإِصْرَارُ أَنْ‏ یُذْنِبَ‏ الْعَبْدُ وَ لَا یَسْتَغْفِرَ وَ لَا یُحَدِّثَ نَفْسَهُ بِالتَّوْبَةِ فَذَلِکَ الْإِصْرَار»(تفسیر عیاشی/1/198) گاهی اوقات ما غیبت می‌کنیم ولی بعدش نمی‌گوییم که ما اشتباه کرده‌ایم و باید توبه کنیم، بلکه گناه خودمان را توجیه می‌کنیم و می‌گوییم: «آن کسی که غیبتش را کردم، حقش همین است، من کار درستی کردم...» همین می‌شود اصرار به گناه.
* امام رضا(ع) می‌فرماید: «گناهان کوچک راهی به سوی گناهان بزرگ هستند، و کسی که در کم از خدا نترسد در زیاد هم از خدا نمی‌ترسد؛ الصَّغَائِرُ مِنَ‏ الذُّنُوبِ‏ طُرُقٌ إِلَى الْکَبَائِرِ وَ مَنْ لَمْ یَخَفِ اللَّهَ فِی الْقَلِیلِ لَمْ یَخَفْهُ‏ فِی الْکَثِیرِ»(عیون اخبار الرضا(ع)/2/180) کسی که در گناهان کوچک از خدا نترسد در گناهان بزرگ هم از خدا نخواهد ترسید و هر جنایتی از او برمی‌آید. اگر کسی نمی‌خواهد به این مرحله برسد، باید از گناهان کوچک خودش هم استغفار کند و نگذارد کارش به آن‌جاها برسد.

**اصرار بر گناهان کوچک انسان را از ولایت اهل‌بیت(ع) خارج کرده و وارد پذیرش ولایت دشمنان اهل‌بیت(ع) می‌کند**

* امام زین العابدین(ع) می‌فرماید: «بترسید از گناهانی که کم (کوچک) هستند اما صاحبش بر آن گناه اصرار دارد، چون اصرار بر گناهان کوچک آدم را به خروج از ولایت اهل‌بیت(ع) می‌کشاند و وارد پذیرش ولایت دشمنان اهل‌بیت(ع) می‌کند؛ َ إِیَّاکُمْ وَ الذُّنُوبَ الَّتِی قَلَّ مَا أَصَرَّ عَلَیْهَا صَاحِبُهَا إِلَّا أَدَّاهُ إِلَى الْخِذْلَانِ- الْمُؤَدِّی إِلَى الْخُرُوجِ عَنْ وَلَایَةِ مُحَمَّدٍ وَ عَلِیٍّ وَ الطَّیِّبِینَ مِنْ آلِهِمَا، وَ الدُّخُولِ فِی مُوَالاةِ أَعْدَائِهِمَا»(مستدرک الوسائل/12/101)
* پیامبر گرامی اسلام(ص) می‌فرماید: «هیچ چیزی از بدی را کم نشمارید حتی اگر در چشمان شما کوچک به نظر برسد... هیچ گناه کوچکی با اصرار، دیگر کوچک نیست؛ لَا تُحَقِّرُوا شَیْئاً مِنَ الشَّرِّ وَ إِنْ صَغُرَ فِی أَعْیُنِکُمْ ...وَ لَا صَغِیرَةَ مَعَ الْإِصْرَار»(من‌لایحضره الفقیه/4/18) **تحقیر و کوچک‌شمردن گناه و اصرار بر گناه موجب می‌شود کم‌کم بدی‌های ما از چشم ما پنهان بشوند، لذا باید اینها را جلوی چشم خودمان بیاوریم و بین خود و خدای خود در میان بگذاریم و از آنها استغفار کنیم تا پاک بشویم**.
* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «وقتی گناه را بزرگ شمردی در واقع خدا را بزرگ شمرده‌ای، و هر وقت گناه را کوچک شمردی در واقع خدا را کوچک شمرده‌ای، چون حق خداوند هم در گناه کوچک و هم در گناه بزرگ هست، و تو به این حق بی‌احترامی کرده‌ای، و هیچ گناه بزرگی نیست مگر اینکه آن گناه را بزرگ بشمری و خداوند آن را کوچک بشمرد (و راحت ببخشد) و هیچ گناه کوچکی نیست که تو آن را کوچک بشماری و خداوند متعال آن را بزرگ بشمارد؛ إِذَا عَظَّمْتَ‏ الذَّنْبَ‏ فَقَدْ عَظَّمْتَ اللَّهَ وَ إِذَا صَغَّرْتَهُ فَقَدْ صَغَّرْتَ اللَّهَ لِأَنَّ حَقَّهُ فِی الصَّغِیرِ وَ الْکَبِیرِ وَ مَا مِنْ ذَنْبٍ عَظِیمٍ عَظَّمْتَهُ إِلَّا صَغُرَ عِنْدَ اللَّهِ تَعَالَى وَ لَا مِنْ صَغِیرٍ صَغَّرْتَهُ إِلَّا عَظُمَ عِنْدَ اللَّهِ عَزَّ وَ جَل‏»(الجعفریات/237) وقتی گناه را بزرگ بشماری و آن را یک جنایت خیلی بزرگ بدانی این در واقع احترام تو نسبت به خداوند است.
* **وقتی انسان گناهی مرتکب شود ولی فکر کند کار چندان بدی نکرده است، این آغازی برای پنهان کردن عیوب و بدی‌هایش است.** لذا وقتی به چنین کسانی گفته شود که باید توبه کنید، می‌گویند: از کدام گناه توبه کنم؟! مگر من گناهی مرتکب شده‌ام، مگر من عیبی دارم؟! اینها آدم‌های بیماری هستند که خودشان را سالم می‌دانند. باید سعی کنیم این روحیۀ بسیار بد را نداشته باشیم که عیوب خود را از خودمان پنهان کنیم، و همیشه نسبت به نفس خودمان گمان بد(سوء ظن نسبت به نفس) داشته باشیم.

قسمت دوم - 6

**گاهی عدم تمرکز و سرگردانی انسان ناشی از خواسته‌های برآورده نشدۀ دل است/ به‌جای اتکاء به کارهای خوب‌مان، به توبۀ خودمان اتکاء کنیم**

**خیلی بد است که انسان متکبر و حسود باشد اما خودش نداند که متکبر و حسود است**

* موضوع بحث ما در سلسله جلسات اخیر، «هوای نفس پنهان» است؛ یعنی یک عیب‌هایی در ما هست یا یک تمایلات بدی داریم اما آنها را رو نمی‌کنیم به حدّی که کم‌کم خودمان هم آنها را انکار می‌کنیم و حتی از آنها خبردار هم نمی‌شویم. این خیلی بد است که انسان متکبر باشد اما نفهمد که متکبر است، یا حسود باشد ولی نفهمد حسود است، یا بخیل باشد ولی نفهمد که بخیل است یا سوء ظن به خدا داشته باشد ولی متوجه این مسأله نباشد.
* یکی از چیزهای مهمی که پیامبر اکرم(ص) برای امت خودشان از آن می‌ترسیدند، شهوات مخفی یا هوای نفس پنهان بوده است: «إِنَّ أَخْوَفَ مَا أَخَافُ عَلَى أُمَّتِی مِنْ بَعْدِی هَذِهِ الْمَکَاسِبُ الْحَرَامُ وَ الشَّهْوَةُ الْخَفِیَّةِ وَ الرِّبَا»(کافی/5/124) حضرت در این روایت شهوت خفی را در کنار رباخواری و کسب حرام قرار داده‌اند. رسول خدا(ص) در روایت دیگری می‌فرماید: «شهوت خفی و ریا در حد شرک است؛ الشّهوة الخفیّة و الرّیاء شرک»(نهج‌الفصاحه/ص540)‏ در اینجا شهوت خفی را در کنار «ریا» قرار می‌دهند. در روایت دیگری آمده است: أَخْوَفَ ما أَخافُ علیکم الرِّیاءُ و الشَّهْوَةُ الخفیَّة.(شرح‌ابن‌ابی‌الحدید/19/167)

**آرامش ما نباید از باب «خوب بودنِ ما» باشد/ به‌جای اتکاء به کارهای خوب‌مان، به توبۀ خودمان اتکاء کنیم**

* اهل تدین باید بدانند که با مذهبی شدن هیچ‌وقت کار تمام نمی‌شود، بلکه تازه سیر و سلوک آغاز می‌شود. البته با طرح موضوع «هوای نفس پنهان»، نمی‌خواهیم منفی‌بافی کنیم و روحیه خودمان را تضعیف کنیم و بگوییم که خیلی وضعمان خراب است. هر نکتۀ منفی و عیبی که می‌بینیم در ما هست، کافی است که درِ خانۀ خدا به آن عیب اعتراف کنیم و جزء توابین قرار بگیریم و یقین داشته باشیم که «خدا توابین را دوست دارد؛ إِنَّ اللَّهَ یُحِبُّ التَّوَّابین»(بقره/222) یعنی هر وقت دیدید که روحیۀ شما ضعیف شده، این آیه را به یاد خودتان بیاورید و با توبه و استغفار، در آغوش رحمت و مغفرت پروردگار قرار بگیرید. اصلاً «توبه» یعنی بازگشت ملتمسانه و متضرعانه به سوی خدا، همین‌که با قلب‌مان به سمت خدا برگردیم می‌شود توبه؛ انگار خدا غیر از این توبه از بنده‌اش چیزی نمی‌خواهد که می‌فرماید: «إِنَّ اللَّهَ یُحِبُّ التَّوَّابین» یعنی ارزش توبۀ ما از کارهای خوبی که انجام داده‌ایم بیشتر است. پس به‌جای اتکاء به کارهای خوب خودمان، به توبۀ خودمان اتکاء کنیم.
* چیزی که باید به ما روحیه و آرامش بدهد این است که خداوند توبۀ ما را می‌پذیرد، لذا سعی کنیم همیشه در حال توبه و استغفار باشیم. اما اگر نخواهیم از باب توبه و استغفار آرامش بگیریم، بلکه بخواهیم از باب «خوب بودن خودمان» آرامش بگیریم، اشتباه کرده‌ایم؛ چنین چیزی در منظومۀ معارف دین نیست. پیامبر اکرم(ص) می‌فرماید: «مؤمن هر عیبی را که در خودش از بین ببرد، عیب دیگری برایش آشکار می‌شود؛ فَإِنَّهُ لَا یَنْفِی مِنْهَا عَیْباً إِلَّا بَدَا لَهُ‏ عَیْبٌ‏»(کافی/2/147)
* همۀ ما عیوب پنهان و آشکاری داریم. خداوند می‌فرماید: « خودتان را پاک و تزکیه‌شده ندانید؛ فَلا تُزَکُّوا أَنْفُسَکُمْ»(نجم/32) پس بحث ما نداشتن عیب نیست، بلکه بحث ما مبارزۀ دائمی با این عیوب است و اینکه نگذاریم عیبی در وجود ما پنهان بماند و ما از آن غافل باشیم. مهم این است که ما یک حرکت و مبارزۀ مداوم با هوای نفس را برای خودمان برنامه‌ریزی کنیم که این حرکت تا آخر عمر ادامه داشته باشد. بنا نیست ما به جای خاصی برسیم، بلکه همین حرکت و تداوم در این مسیر برای ما شیرین است.

**شهوت پنهان بدی‌‌ای است که انسان در خود پنهان کند هرچند به آن عمل نکند/کسی که از خودش راضی است عیب‌های خودش را نمی‌بیند**

* در این جلسه می‌خواهیم یک‌مقدار دربارۀ عیوب پنهان و مخفی بودن عیوب در وجود انسان صحبت کنیم و به اصل عیوب پنهان، بیشتر توجه پیدا کنیم. در کتاب «تاج العروس» که یکی از کتب لغت است، در توضیح شهوت خفیه چنین آمده است: «شهوت مخفی هر چیزی از گناه است که صاحبش آن را پنهان می‌کند، و بر آن اصرار دارد اگرچه به آن عمل نکند (هنوز موقعیتی برای بروز آن پیدا نکرده است)؛ کلُّ شی‏ءٍ من‏ المَعاصِی‏ یضْمِرُه صاحِبُه‏ و یصرُّ علیه‏ و إن لم یَعْمَلْ»(تاج‌العروس/19/588) بعضی‌ها یک چیز بد را دوست دارند اما موقعیت آن گناه برایشان پیش نیامده و اگر موقعیتش پیش بیاید انجام می‌دهند.
* بعضی‌ها چیزهای بدی را دوست دارند ولی آن‌قدر آن را پنهان کرده‌اند که از دید خودشان هم پنهان شده است. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «کسی که از خودش راضی است عیب‌هایش از او پنهان است؛ الرَّاضِی‏ عَنْ‏ نَفْسِهِ‏ مَسْتُورٌ عَنْهُ عَیْبُهُ‏»(غررالحکم/ص118) حضرت در روایت دیگری می‌فرماید: «از بدترین و شدیدترین عیوب آدم این است که عیوب خودش را نشناسد؛ مِنْ‏ أَشَدِّ عُیُوبِ‏ الْمَرْءِ أَنْ تَخْفَى عَلَیْهِ عُیُوبُه‏»(غررالحکم/ص673) و در جای دیگر می‌فرماید: «بر حماقت یک انسان همین‌قدر بس، که به عیوب مردم نگاه کند ولی به عیوب پنهان خودش نگاه نکند؛ کَفَى بِالْمَرْءِ غَبَاوَةً أَنْ یَنْظُرَ مِنْ عُیُوبِ النَّاسِ إِلَى مَا خَفِیَ عَلَیْهِ مِنْ عُیُوبِه»(غررالحکم/ص522)‏ منظور از نگاه کردن به عیوب مردم این است که انسان خودش را مشغول عیوب دیگران کند. حضرت می‌فرماید: «خوشا به حال کسی که پرداختن به عیوب خودش او را از پرداختن به عیوب مردم بازدارد؛ طُوبَى‏ لِمَنْ‏ شَغَلَهُ‏ عَیْبُهُ‏ عَنْ عُیُوبِ النَّاس»(نهج‌ا‏لبلاغه/خطبۀ 176)
* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «کسی که نقص دارد، عیبش از او پوشیده است؛ الْمَنْقُوصُ‏ مَسْتُورٌ عَنْهُ عَیْبُهُ»(غررالحکم/ص61) اصلاً اینجا انگار اصل بر مخفی بودن عیوب گذاشته شده است، گویا اصل بر این نیست که انسانی که نقصی دارد، عیب خودش را بفهمد.

**امام رضا(ع): یکی از چهار برنامۀ اصلی روزمره شما باید پیدا کردن عیوب خود با کمک دوستان‌تان باشد**

* امام رضا(ع) می‌فرماید: «شما ساعات خودتان را به چند قسمت تقسیم کنید، یک زمانی را برای مناجات با خدا قرار دهید، زمانی را هم برای امر معاش و کار و کسب قرار دهید(تحصیل هم برای محصلین می‌تواند جزء همین زمان محسوب شود) و زمانی را برای آسایش، خوابیدن، غذا خوردن و لذات خود قرار دهید، و یک زمانی را هم برای معاشرت با برادران مورد اعتماد خود قرار دهید، کسانی که عیوب شما را به شما بگویند؛ أَنْ یَکُونَ زَمَانُکُمْ أَرْبَعَ سَاعَاتٍ سَاعَةً مِنْهُ لِمُنَاجَاتِهِ وَ سَاعَةً لِأَمْرِ الْمَعَاشِ‏ وَ سَاعَةً لِمُعَاشَرَةِ الْإِخْوَانِ الثِّقَاتِ وَ الَّذِینَ یُعَرِّفُونَکُمْ عُیُوبَکُمْ وَ یَخْلُصُونَ لَکُمْ فِی الْبَاطِنِ وَ سَاعَةً تَخْلُونَ فِیهَا لِلَذَّاتِکُمْ وَ بِهَذِهِ السَّاعَةِ تَقْدِرُونَ عَلَى الثَّلَاثِ السَّاعَات‏»(فقه منصوب به امام رضا(ع)/ص337) یعنی یک برنامه از چهار برنامۀ اصلی زندگی ما باید این باشد که با رفقای خودمان بنشینیم و روی عیوب خودمان کار کنیم و از دوستان خود بخواهیم که عیوب ما را به ما بگویند. امام صادق(ع) می‌فرماید: «بهترین دوستان من کسانی هستند که عیوب مرا به من هدیه کنند؛ أَحَبُ‏ إِخْوَانِی‏ إِلَیَ‏ مَنْ أَهْدَى إِلَیَّ عُیُوبِی‏»(کافی/2/639) متاسفانه بعضی‌ها هستند که ظرفیت شنیدن و پذیرفتن عیوب خود را ندارند به حدّی که گاهی یک عمر با بعضی‌ها مراوده دارید اما جرات نمی‌کنید عیب‌شان را به آنها بگویید.
* باید این را به عنوان یک برنامۀ روزانه برای خودمان قرار دهیم که بنشینیم و به کمک دیگران به عیوب خودمان بپردازیم، عیوب خود را شناسایی کنیم تا بتوانیم آنها را برطرف کنیم. پیدا کردن و شناسایی مداوم عیوب ما، باید یک برنامۀ منظم و روزانه در زندگی ما باشد، نه اینکه فقط گاهی اوقات به عیوب خودمان بپردازیم. طبق فرمایش امام رضا(ع) ما باید برای شناسایی عیوب خودمان عملیات گروهی نیز انجام بدهیم، یعنی دور هم بنشینیم و در شناسایی عیوب خودمان به همدیگر کمک کنیم. حالا اگر رفقای ما عیوب ما را به ما نگفتند چه؟ امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «کسی که عیب تو را از تو بپوشاند، دشمن توست؛ مَنْ‏ سَاتَرَکَ‏ عَیْبَکَ‏ فَهُوَ عَدُوُّک‏»(عیون الحکم/ص444)

**همین‌که عیوب پنهان خود را بشناسیم و درِ خانۀ خدا اعتراف کنیم، نصف راه بلکه تقریباً همۀ راه را رفته‌ایم**

* خیلی مهم است که ما عیوب پنهان خودمان را بشناسیم. همین‌که ما عیوب پنهان خود را بشناسیم و درِ خانۀ خدا اعتراف کنیم، نصف راه را بلکه تقریباً همۀ راه را رفته‌ایم. چون بنا نیست که ما کار خاصی انجام دهیم، بلکه بناست ما توبه کنیم و برویم درِ خانۀ خدا بگوییم: «من نمی‌خواهم این عیب را داشته باشم»
* همین‌که واقعاً ناراحت باشی از اینکه فلان عیب را داری، خداوند کمک می‌کند تا آن عیب در وجودت از بین برود. امام کاظم(ع) می‌فرماید: «اینکه نفس خودت را مذمت کنی، از عبادت چهل سال برای تو بهتر است؛ ذَمُّکَ‏ لِنَفْسِکَ‏ أَفْضَلُ مِنْ عِبَادَتِکَ أَرْبَعِینَ سَنَة»(کافی/2/73)
* فهمیدن و شناختن یک عیب پنهان به طور طبیعی انسان را به سمت توبه سوق می‌دهد. یعنی وقتی یکی از عیوب پنهان خود را پیدا کنیم و بفهمیم که ما این عیب را داریم، طبیعی است که از بابت آن عیب، ناراحت شویم که همین ناراحتی زمینه‌ای برای توبه خواهد بود، و طبیعی است که درِ خانۀ خدا از این عیب خودمان ابراز ناراحتی کنیم. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «از عیوب خودت ناراحت باش، و به نفس خودت غضب کن؛ تَخَلَّصْ‏ إِلَى‏ مَعْرِفَتِکَ‏ نَفْسَکَ، وَ تَجْهَرُ لَهَا بِعُیُوبِهَا وَ مَقْتِکَ إِیَّاهَا»(عیون الحکم/ص106)

**بعضی‌ها بیش از حد با نفس‌شان رفیق و مهربان هستند**

* بعضی‌ها خیلی با نفس خودشان رفیق و مهربان هستند! و اصلاً به خودشان نهیب نمی‌زنند و نفس خود را مذمت نمی‌کنند و به آن غضب نمی‌کنند در حالی که رسول اکرم(ص) می‌فرماید: «بدترین دشمنان تو نفسی است که در بین دو پهلوی توست؛ أَعْدَى‏ عَدُوِّکَ‏ نَفْسُکَ الَّتِی بَیْنَ‏ جَنْبَیْک‏»(مجومۀ ورّام/1/59) با خودت مهربان نباش و آرامش خود را از ناحیۀ رفاقت و مهربانی با نفس خودت نگیر، بلکه به عیوب خودت بپرداز.
* بعضی‌ها آن‌قدر با خودشان دوست هستند که اصلاً نمی‌شود به آنها گفت بالای چشم‌تان ابروست! در حالی که در روایات، بسیار مذمت شده که انسان انتقاد‌هایی که به او می‌شود را قبول نکند.(به عنوان نمونه امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «کسی که هوای نفس مالک او شود(تحت فرمان هوای نفس خودش باشد)، نصیحت هیچ کسی را قبول نمی‌کند؛ مَنْ مَلَکَهُ الْهَوَى لَمْ یَقْبَلْ مِنْ نَصُوحٍ نُصْحا»(غررالحکم/ص650))
* تمرین کنیم که وقتی علیه ما حرف زدند برنیاشوبیم و برآشفته نشویم، حتی تمرین کنیم که درِ خانۀ خدا، علیه خودمان حرف بزنیم، سرِ هیچ نمازی نباشد که علیه خودمان حرف نزنیم. لااقل به موضوع پنهان بودن عیوب، و هوای نفس پنهان و شهوات پنهان در وجود خودمان توجه پیدا کنیم.

**بی‌حوصلگی، عدم تمرکز، اعصاب‌خُردی، ناآرامی و پریشانی می‌تواند ناشی از عیوب پنهان باشد/ گاهی عدم تمرکز و سرگردانی انسان ناشی از خواسته‌های برآورده نشدۀ دل است**

* انسان باید عیوب پنهان خود را بفهمد، اما چگونه؟ مثلاً از روی آثار این عیوب. آثار عیوب پنهان متنوع و متعدد هستند؛ گاهی به صورت بی‌حوصلگی، گاهی عدم تمرکز، گاهی اعصاب‌خُردی، گاهی ناآرامی و پریشان احوالی خودش را نشان می‌دهد.
* عیوب پنهان گاهی باعث می‌شوند انسان عصبی‌مزاج شود(البته غیر از عصبانی‌مزاج شدنی که دلایل فیزیولوژیک دارد) گاهی باعث می‌شوند انسان بی‌حال و بی‌حوصله شود(غیر از دلایل فیزیولوژیک) گاهی انسان تمرکز خود را برای درس خواندن از دست می‌دهد. دلیلش این است که دلش یک جای دیگر است که حوصله و تمرکز برای درس خواندن ندارد. چون این دل هزار تا خواستۀ نرسیده دارد لذا الان سرگردان است.
* چرا گاهی اوقات انسان قدرت تمرکز ندارد؟ چون مراکز توجهش به صورت خودآگاه یا ناخودآگاهی یک نقاط دیگری است و لذا نمی‌تواند آن هیجان مورد نظر را در خودش تولید کند. یکی از علائم آدم خوب این است که قدرت تمرکزش دست خودش است. این را تمرین کنید، این جزئی از زندگی ماست.

**از بین بردن عیوب پنهان و «دل یک‌دله کردن» انسان را سرِ حال می‌آورد**

* انسان برای اینکه از عیوب پنهان خود خلاص شود، باید برود در خانۀ خدا و به آن اعتراف کند. بگوید: «خدایا! من ناراحت هستم از که این عیب را دارم. چکار کنم؟!» اگر هم در این مناجات با خدا گریه‌ات نیامد، لااقل ناله بزن(حالت تباکی داشته باش) و حالت تضرع داشته باش.
* اگر عیوب پنهان شما از بین برود و بعد از مدتی بتوانید همۀ دل خود را کنترل کنید، غوغا می‌شود. مثلاً تمرکز فوق‌العاده پیدا می‌کنید، استعدادهای شما شکوفا می‌شود، به حدی که از حداقل استعدادها به جاهای بسیار بالا خواهید رسید. «دل یک‌دله کردن» خیلی انسان را سرِ حال می‌آورد.
* سعی کنیم بیشتر به عیوب پنهان خود بپردازیم چون هر چه بدبختی می‌کشیم از عیوب پنهان خودمان است. نباید منتظر بمانیم که این عیوب پنهان یک روزی بروز پیدا کنند و خودشان را به ما نشان دهند چون آن موقع خیلی دیر است و آن موقع انسان نمی‌تواند از دستش نجات پیدا کند.

قسمت دوم - 7

**اگر به سمت خدا برویم، «یک تکلیف» بیشتر نداریم اما اگر سراغ دنیا برویم ده‌ها خواستۀ نفس را باید برآورده کنیم/ هوا و هوس، روح انسان را پریشان و فکرش را پراکنده می‌کند/ چه وقت وسوسه‌های نفس تبدیل به فریاد می‌شود؟**

**در زندگی معنوی اگر توجه انسان به «یک تکلیف» معطوف شود، واقعاً انسان راحت می‌شود**

* خیلی خوب است که انسان تکلیف خود را بداند و تکلیفش هم یک‌چیز بیشتر نباشد؛ یعنی فقط یک تکلیف داشته باشد و بداند که همۀ عمرش باید به همین یک کار بپردازد. اما اگر به کسی بگویند که تو صدها کار باید انجام بدهی، ده‌ها تکلیف داری و ده‌ها مسأله را باید مراقبت کنی، انسان نمی‌تواند از عهده‌اش بر بیاید و روان‌پریش می‌شود.
* این اصل در زندگی انسان خیلی مهم است که توجه انسان فقط به یک تکلیف معطوف شود. در این‌باره ضرب المثلی هست که می‌گوید: «مردی و کاری». البته ممکن است این را فقط دربارۀ شغل در نظر بگیرند، اما در زندگی معنوی هم اگر توجه انسان به یک تکلیف معطوف شود، انسان واقعاً راحت می‌شود.

**اگر به سمت خدا برویم، «یک تکلیف» بیشتر نداریم اما اگر سراغ دنیا برویم ده‌ها خواستۀ نفس را باید برآورده کنیم**

* اگر شما به سراغ دنیا بروید، توجه‌تان به چند چیز معطوف می‌شود و پریشان‌احوال می‌شوید. وقتی به سمت دنیا می‌روید، حتی اگر بتوانید توجه خود را بر روی یک موضوع یعنی «حب نفس» متمرکز کنید، باز هم روح انسان در مقام بر آوردن نیازها و خواسته‌ها و هوس‌های متعدد نفس، دچار پریشانی می‌شود. ضمن اینکه هیچ وقت وجدان و فطرت انسان، او را آسوده نمی‌گذارد و مدام خودش را نشان می‌دهد. اما اگر کسی به سمت خدا رفت، می‌تواند «یک تکلیف» بیشتر نداشته باشد. کسانی که فکر می‌کنند اگر وارد عرصۀ معنویت شوند، باید ده‌ها چیز را مراقبت کنند، در اشتباه هستند، اگر درِ خانۀ خدا بروی یک‌چیز بیشتر از تو نمی‌خواهد.
* اگر تکلیف ما یک‌چیز باشد، اگر تمام هم و غم ما صرف یک‌چیز بشود، روح‌مان آرامش پیدا می‌کند، قدرت ما بیشتر می‌شود، و توانایی‌ها و استعدادهای ما شکوفا می‌شود. یکی از مهمترین توانایی‌های انسان «تمرکز» است. کسی که از نظر روحی و فکری قدرت تمرکز نداشته باشد مثل کسی است که از نظر جسمی فلج است یا دچار رعشه است یعنی تمرکز در رفتار ندارد و ارادۀ جمع کردن دست و پای خود را ندارد. ولی جالب اینجاست که ما از بابت این بیماری روحی و فکری (یعنی نداشتن قدرت تمرکز) احساس ناراحتی و رنج نمی‌کنیم!

**یکی از بدی‌های هواپرستی این است که انسان را به چند جهت سوق می‌دهد نه به یک جهت/ هوا و هوس، روح انسان را پریشان و فکر او را پراکنده می‌کند**

* اصلاً یکی از بدی‌های هوس‌رانی و هواپرستی این است که چندتا است(هواهای نفسانی متعدد هستند)؛ یعنی هوس‌رانی انسان را به چند جهت سوق می‌دهد نه به یک جهت. مثلاً الان انسان را روی یک خواسته متمرکز می‌کند، یک‌دقیقه بعد روی یک خواستۀ دیگر و حتی گاهی در آنِ واحد روی چند چیز متمرکز می‌کند و این باعث می‌شود که وجود انسان متلاشی و تکه تکه شود. اما وقتی انسان یک کار و یک هدف داشته باشد، یکی از نتایجش این است که قدرت تمرکز و اراده‌اش افزایش پیدا می‌کند، افکارش منسجم‌تر می‌شود، آرامشش بیشتر می‌شود، حافظه‌اش بهتر کار می‌کند، سلامتی جسمی‌اش هم بیشتر خواهد شد. حتی اگر خدا و قیامت و دین را در نظر نگیریم، باز هم انسان باید در زندگی دنبال یک هدف باشد و یک کار انجام دهد. حتی اگر بهشت و جهنم هم نباشد، باز هواپرستی بد است چون توجه انسان را به چند جهت می‌برد نه یک جهت، و این انسان را ضعیف می‌کند.
* همان‌طور که جسم انسان به آب و غذا و ورزش احتیاج دارد، روح انسان هم طوری ساخته شده که به قدرت تمرکز و به قدرت برآمده از یک‌دله شدن و یک‌کاره شدن احتیاج دارد؛ حتی برای همین زندگی دنیایی. هوا و هوس، روح انسان را پریشان و فکر او را پراکنده می‌کند، اگر چند چیز را بخواهی، حیران و سرگردان می‌شوی، پس بیا و فقط یک چیز را بخواه و دغدغه‌ات یک مسأله باشد.

**اگر قرار است دغدغۀ ما یک چیز باشد، آن یک چیز چه باشد؟**

* حالا که قرار است دغدغۀ ما یک چیز باشد، آن یک چیز چه باشد؟ دغدغۀ ما خودِ خدا باشد. و خدا فرموده است اگر دغدغۀ بنده‌ام فقط من باشم، احتیاجات دنیایش را خودم تأمین می‌کنم. (پیامبر اکرم(ص): قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ مَا أَطَّلِعُ عَلَى قَلْبِ عَبْدٍ فَأَعْلَمُ فِیهِ حُبَ‏ الْإِخْلَاصِ‏ لِطَاعَتِی‏ لِوَجْهِی وَ ابْتِغَاءِ مَرْضَاتِی إِلَّا تَوَلَّیْتُ تَقْوِیمَهُ وَ سِیَاسَتَهُ؛ مصباح الشریعه/ص92) و (امیرالمؤمنین(ع): مَنْ کَانَتْ هِمَّتُهُ آخِرَتَهُ کَفَاهُ اللَّهُ هَمَّهُ‏ مِنَ‏ الدُّنْیَا...وَ مَنْ أَصْلَحَ فِیمَا بَیْنَهُ وَ بَیْنَ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ أَصْلَحَ اللَّهُ تَبَارَکَ وَ تَعَالَى فِیمَا بَیْنَهُ وَ بَیْنَ النَّاس‏؛ کافی/8/307)
* اولاً تو که نمی‌توانی خداپرستی را حذف کنی، خداپرستی و دنیا پرستی را در کنار همدیگر هم قرار نده و سعی نکن هر دوی اینها را با هم داشته باشی، چون اگر بخواهی هم خداپرستی کنی و هم دنیاپرستی، یقیناً به نتیجه نمی‌رسی. ولی اگر بخواهی فقط خداپرستی کنی، خدا دنیا را نوکر او قرار می‌دهد و همه چیز در استخدام او قرار می‌گیرد(امام حسن(ع): مَنْ عَبَدَ اللَّهَ عَبَّدَ اللَّهُ‏ لَهُ‏ کُلَ‏ شَیْ‏ءٍ؛ مجموعۀ ورام/2/108) پس بیا و «دلت را یک‌دله کن» یعنی فقط خداپرستی را انتخاب کن تا خیالت راحت شود. ثانیاً در خداپرستی هم «یک‌ تکلیف» بیشتر نداری، که اگر این را بفهمی و به آن بپردازی، کار تو در خداپرستی راحت می‌شود.

**دو مرحله برای «یک‌کاره» شدن (یک تکلیفه شدن)**

* **مرحلۀ اول برای «یک‌کاره» شدن و رسیدن به قدرت روحی این است که دنیا و هوس‌های دنیوی که روح تو را پراکنده و پریشان و چندپاره و ضعیف می‌کند کنار بگذاری و خودت را روی خدا متمرکز کنی.**
* **مرحلۀ دوم «یک‌کاره» شدن و رسیدن به یک قدرت روحی و تمرکز بالا این است که بدانیم خداوند از ما یک‌ کار بیشتر نخواسته است، و آن «مخالفت با هوای نفس» است**.
* صبح که از خواب بیدار می‌شوی تا شب که می‌خواهی بخوابی، دغدغه و هم و غم تو یک چیز بیشتر نیست و آن مبارزه با هوای نفس است. مثلاً همان‌طور که قبلاً گفتیم، وقتی اذان می‌گویند همین‌که سر وقت بلند شوی و نماز بخوانی خودش یک مبارزه با هوای نفس است. چون این‌ کاری که داری انجام می‌دهی(نماز خواندن)، با ذائقۀ طبیعی انسان جور در نمی‌آید و لااقلش این است که انسان دقیقاً نمی‌فهمد چرا باید این کار را انجام دهد، این کار برایش سخت است. از طرف دیگر، چون داری «دستور» گوش می‌دهی باز هم یک مبارزه با هوای نفس دیگر است، چون برای نفس انسان سخت است که دستور گوش کند. از طرفی چون این دستور را «مؤدبانه» اجرا می‌کنی، یک مبارزه با هوای نفس دیگر است. از طرفی وقتی بعد از تمام شدن نماز، از بابت این نماز ناقص و بی‌توجهی که خوانده‌ای به درگاه خدا عذرخواهی می‌کنی، باز هم یک مبارزه با نفس دیگر است ،چون نفس تو می‌خواست بعد از نماز، تو را مغرور کند که «عجب نمازی خواندی!» ولی با این عذرخواهی حال نفس خودت را می‌گیری.
* وقتی از مسجد خارج می‌شوی، برای دیگران قیافه نگیر، این هم یک مبارزه با هوای نفس دیگر است. اگر کسی برایت مشکلی ایجاد کند، هوای نفس تو می‌گوید ناسزا بگو، اما تو ناسزا نمی‌گویی و این هم یک مبارزه با هوای نفس دیگر است. یعنی از صبح تا شب، مدام داری نسبت با هواهای نفسانی خودت امتحان می‌شوی و خدا می‌خواهد ببیند که آیا با هوای نفس خودت مخالفت می‌کنی یا نه؟

**همۀ گرفتاری‌ها و خوش‌آیندی‌هایی که در دنیا برایت پیش می‌آید برای تحریک هوای نفس و آزمایش توست**

* همۀ بازی‌های زندگی ما، برای تحریک هوس است. مثلاً یک آرزویی را از دور به ما نشان می‌دهند که «آیا می‌خواهی بعدها دکتر بشوی، وزیر بشوی و ...» همۀ این‌ها برای تحریک هوس انسان است تا ببینند ما در مقابل این هوس‌ها چگونه برخورد می‌کنیم. اصلاً در این دنیا هیچ خبر دیگری نیست و همۀ مسائل و گرفتاری‌های انسان سرِ همین است که دلش به کدام طرف می‌رود.
* تمام گرفتاری‌ها یا خوش‌آیندی‌هایی که در دنیا برای ما پیش می‌آید برای تحریک هوای نفس ماست، مثلاً اگر سختی و مشکلی پیش می‌آید می‌خواهند ببیند که ناسزا می‌گویی، بدرفتاری یا بی‌صبری می‌کنی یا نه؟ و اگر خوشی و نعمتی پیش می‌آید می‌خواهند ببینند اسراف می‌کنی یا نه؟

**در طول شبانه روز، یک تکلیف بیشتر نداری و آن مبارزه با هوای نفس است**

* در طول بیست و چهار ساعت شبانه روز، یک تکلیف بیشتر نداری و آن مبارزه با هوای نفس است. مثلاً برای نماز صبح بلند شده‌ای و نمازت را خوانده‌ای و حالا دوباره می‌خواهی بخوابی اما «خواب بین‌الطلوعین مکروه است» باز هم باید با هوای نفس خودت مبارزه کنی و بیدار بمانی. می‌گویی: «خدایا! می‌خواهی حال مرا بگیری؟!» بله! اصلاً قصۀ این دنیا همین حال‌گیری از نفس است، برای این است که حال هوای نفس خودت را بگیری. باید این اصل را متوجه بشوی و خودت را با آن هماهنگ کنی؛ باتقوا بودن یعنی همین.(امیرالمؤمنین(ع): تقوا نهایت خشنودى خداوند از بندگانش و نهایت خواستۀ او از آفریدگانش است؛ إنّ التَّقوى مُنتَهى رِضَى اللّهِ مِن عِبادِهِ و حاجَتِهِ مِن خَلقِهِ؛ غررالحکم/3620)
* ما یک کار بیشتر نداریم که بخواهیم انجام دهیم و آن مبارزه با هوای نفس است. در آرامش، در سختی، در امتحانات سخت و آسان، در امتحانات کوچک و بزرگ، در همۀ اینها یک چیز از تو می‌خواهند و آن اینکه «در مبارزه با هوای نفس چه‌کار می‌کنی؟!» پس بنای خودت را بر این بگذار که حال هوای نفس خودت را بگیری و اصلاً به حرفش گوش نکنی.

**مرحلۀ اول مبارزه با هوای نفس، مبارزه برای معصیت نکردن است**

* مراحل مبارزه با هوای نفس را از یک زاویه، این‌طور می‌توانیم تقسیم کنیم: مرحلۀ اول این است که معصیت نکنیم، یعنی وقتی به گناه رسیدیم ترمز کنیم. یک‌ خط قرمزهایی را برای ما تعیین کرده‌اند که وقتی نفس ما سرِ این خط قرمز‌ها ما را وسوسه کرد، برنامۀ ما این است که جلوی نفس بایستیم و از خط قرمزها رد نشویم. یعنی این خطوط قرمز به ما کمک می‌کند که جلوی هوای نفس خود را بگیریم. اگر تمایل آشکاری به یک معصیت داشتی، این می‌شود هوای نفس آشکار. و تکلیف تو دربارۀ آن کاملاً واضح است، باید محکم در مقابلش بایستی و آن را بزنی.
* اینکه اولیاء خدا این‌همه بر ترک معصیت تأکید می‌کنند، و می‌گویند «گناه نکن» منظورشان فقط این نیست که «این عمل خاص را انجام نده» بلکه منظورشان این است که سرِ ترک گناه اصلِ کار خودت را انجام بده؛ و آن کار اصلی «مبارزه با هوای نفس» یا همان «جهاد اکبر» است. لذا فرموده‌اند علاقه به گناه را هم از خود دور کنید و علاقه به دنیا را ریشۀ همۀ گناهان برشمرده‌اند(رسول خدا ص: حُبُّ الدنیا أصلُ کلِّ مَعصیَةٍ و أوّلُ کُلِّ ذَنبٍ؛ ورام/2/122)
* نگویید که ما چندین کار باید انجام دهیم: «هم باید این گناه را ترک کنیم، هم باید آن گناه را ترک کنیم (یعنی باید گناهان متعدد و مختلف را ترک کنیم)، هم باید فلان واجب را انجام دهیم و ...» در اصل ما یک کار باید انجام دهیم و آن «زمین زدن نفس» است، حالا یک‌بار با نماز خواندن نفس خودت را زمین می‌زنی، یک‌بار با ناسزا نگفتن، یک‌بار با ترک نگاه حرام و ... به این ترتیب ما همین یک کار را داریم و کار دیگری نداریم که انجام دهیم. اگر به تکلیف خودمان این‌طوری نگاه کنیم، روح ما خیلی راحت و آسوده می‌شود.

**نکتۀ 1: به خاطر معصیت‌هایی که بدون مبارزه با هوای نفس ترک می‌کنی، به خودت امتیاز نده!**

* در اینجا باید به این نکتۀ مهم دقت کرد: معصیت‌هایی که انسان بدون مبارزه با هوای نفس ترک می‌کند، زیاد مهم نیست، یعنی خودت را به خاطر انجام ندادن این معاصی تحسین نکن و به خودت امتیاز نده و خودت را فریب نده! مثلاً اگر کسی عرق‌خوری نمی‌کند به خاطر اینکه اصلاً دوست ندارد و تمایلی به آن ندارد، یا در دسترس او نیست، یا تهیه‌اش برایش سخت است، انجام ندادن این گناه را برای خودش یک امتیاز تلقی نکند.
* پس قدم اول این است که بر سر معصیت و ترک گناه، کار مبارزه با هوای نفس خودت را جدّی بگیر. و این باید همیشه با ما باشد. اما اگر یک جاهایی ترک معصیت کردی و خودت هم تمایلی به انجام آن معصیت نداشتی به خودت امتیاز نده، آن جایی به خودت امتیاز بده که ترک معصیت برایت سخت بوده ولی علی‌رغم کششی که به سمت آن گناه داشتی، آن را ترک کرده‌ای.

**نکتۀ 2: در جریان ترک معصیت کم‌کم به برخی از هواهای نفسانی پنهان خودت پی‌می‌بری**

* نکتۀ دیگر این است که وقتی می‌خواهیم ترک معصیت کنیم، با دو نوع هوای نفس مبارزه می‌کنیم: 1- هوای نفس آشکار 2- هوای نفس پنهان (که کم‌کم رو می‌آید). در جریان ترک معصیت کم‌کم به برخی از هواهای نفسانی پنهان خودمان پی‌می‌بریم. وقتی می‌گوییم که باید با هوای نفس پنهان خود مبارزه کنیم، فکر نکنید که هوای نفس پنهان، یک گناهان و بدی‌های ویژه و مخصوصی است! نه! بسیاری اوقات شهوات پنهان در همین گناهان معمولی خودش را نشان می‌دهد.
* مثلاً یک جایی می‌خواهی دروغ بگویی، ولی برایت خیلی سخت است که دروغ نگویی. اگر یک‌مقدار در مقابل این دروغ گفتن، مقاومت کنی و دروغ نگویی، کم‌کم آن هوای نفس پنهانی که شدیداً به تو فشار می‌آورد که دروغ بگویی، خودش را نشان می‌دهد و می‌فهمی که چرا دروغ نگفتن در این مورد، این‌قدر برایت سخت بوده است، مثلاً می‌فهمی که حبّ مقام داری، یعنی این حبّ مقام تو بود که فشار می‌آورد که دروغ بگویی. در حالی که شاید اصلاً فکرش را هم نمی‌کردی که حبّ مقام داشته باشی. بنابراین بر سر ترک معصیت، هم هوای نفس آشکار خودت را زمین زده‌ای، و هم هوای نفس پنهان خودت را شناخته‌ای و برایت رو شده است.

**مرحلۀ دوم مبارزه با نفس، این است که بر سرِ «خلاف مروت رفتار کردن» با هوای نفست مبارزه کنی**

* مرحلۀ دوم مبارزه با هوای نفس چیست؟ غیر از معصیت بر سرِ چه چیز دیگری باید با هوای نفس خودمان مبارزه کنیم؟ مرحلۀ دوم این است که بر سرِ «خلاف مروت رفتار کردن» با هوای نفس خودمان مبارزه کنیم. یک جاهایی اگر کاری را انجام دهیم، معصیت نیست، اما خلاف مروت است و به اصطلاح «نامردی» محسوب می‌شود. این کارها را هم باید ترک کنیم. مثلاً با خودروی خودت داشتی می‌رفتی و به کسی صدمه‌ای زده‌ای اما مقصر نبودی، ولی بالاخره در این ماجرا شریک بودی و یک نقشی داشتی. در چنین مواردی اگر بروی و بی‌اعتنایی کنی، شاید از جهتی معصیت نکرده‌ باشی، اما خلاف مروت رفتار کرده‌ای.
* بنابراین دومین جایی که با هوای نفس خودت مبارزه می‌کنی، آن جاهایی است که خلاف مروت پیش می‌آید و تو می‌توانی نامردی کنی اما این کار را نمی‌کنی! حتی به دشمن خودت هم نامردی نکن. در جریان نبرد امیرالمؤمنین(ع) با عمرو بن عبدود که عمرو آب دهان به صورت مبارک حضرت پرتاب کرد، امیرالمؤمنین(ع) خلاف مروت با او رفتار نکرد و زود او را به قتل نرساند. بلکه با او محترمانه رفتار کرد و حتی بعد از کشتن او زره او را از تنش درنیاورد. یعنی امیرالمؤمنین(ع) حتی با دشمن خودش هم خلاف مروت رفتار نکرد. اما متاسفانه برخی از بچه‌مذهبی‌ها حتی با دوست خودشان هم خلاف مروت رفتار می‌کنند!
* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «هر کسی که شهوات و هوای نفس خودش را بکشد، مروتش زنده می‌شود؛ مَنْ أَمَاتَ‏ شَهْوَتَهُ‏ أَحْیَى مُرُوَّتَه‏»(غررالحکم/ص611) اگر می‌خواهی مروت داشته باشی و مرد بشوی، باید هوای نفس خودت را بزنی. پس قدم دوم این است که سرِ مروت با هوای نفس خودت مبارزه کن، و نامردی را کنار بگذاری.

**چه وقت وسوسه‌های نفس تبدیل به فریاد می‌شود؟/هنگام «ترک معصیت» و «احیاء مروت» شهوات پنهان انسان رو می‌آیند**

* بعد از اینکه سرِ معصیت با هوای نفس خودت مبارزه کردی، حالا اگر سرِ مروت هم در مقابل هوای نفس خودت بایستی، شهوات پنهان نفس بیشتر رو می‌آیند، یعنی وسوسه‌های نفس تبدیل به فریاد می‌شود، چون وقتی به وسوسه‌های نفسانی خودت گوش نکنی، مجبور می‌شود فریاد بزند تا صدایش را بشنوی، آن وقت است که می‌توانی هوای نفس پنهان خودت را ببینی و صدایش را بشنوی و آن را قشنگ بشناسی. مثل کسی که در تاریکی تو را آرام صدا می‌کند و می‌خواهد حواس تو را پرت کند، اگر اعتنا نکنی کم‌کم جلو می‌آید و صدای خود را بالاتر می‌برد، اگر باز هم اعتنا نکنی، مجبور می‌شود فریاد بزند تا توجه تو را به خودش جلب کند.
* هنگام ترک معصیت و احیاء مروت، شهوات پنهان انسان رو می‌آیند و وقتی این شهوات پنهان رو آمدند، باید به شدت آنها را بزنی. یعنی وقتی رو آمدند، دیگر اجازه نده که دوباره بروند و مخفی شوند، بلکه همان‌جا حسابشان را برس و آنها را از خودت ناامید کن.
* در کربلا امام حسین(ع) در آخرین لحظات -به تعبیری- به آن نامردها فرمود: اگر یک ذره مروت برایتان باقی مانده است جلوی چشم من به خیمه‌ها حمله نکنید و آنها قبول کردند. اما در مدینه همین یک ذره مروت هم رعایت نشد...

قسمت دوم - 8

**اگر نظام تعلیم و تربیت ما «از بین بردن هوای نفس» را تبدیل به یک رویه کند، اکثر بچه‌های ما نخبه می‌شوند/ چطور می‌توانیم مبارزه با هوای نفس را برای خود شیرین کنیم؟/ مرحلۀ سوم در مبارزه با هوای نفس پنهان چیست؟**

**چطور می‌توانیم مبارزه با هوای نفس را برای خود شیرین کنیم؟/ اخلاص، همۀ شیرینی‌های دین را در خودش دارد**

* در جلسه قبل گفتیم که باید توجه خودمان را به «یک» امر معطوف کنیم و همّ خودمان را «همّ واحد» قرار دهیم. در این صورت تمرکز و قدرت‌مان هم بیشتر می‌شود و امکان برنامه‌ریزی ما بهتر خواهد شد. خداوند متعال در حدیث معراج به پیامبر اکرم(ص) می‌فرماید: «همّ خودت را همّ واحد قرار بده(به یک نقطه توجه کن)، زبان خودت را یک زبان قرار بده... از من غافل مباش، کسی که از من غافل شود دیگر برای من مهم نیست که او در کدام وادی به هلاکت برسد؛ یَا أَحْمَدُ اجْعَلْ‏ هَمَّکَ‏ هَمّاً وَاحِداً فَاجْعَلْ لِسَانَکَ وَاحِداً... لَا تَغْفُلْ أَبَداً، مَنْ غَفَلَ عَنِّی لَا أُبَالِی بِأَیِّ وَادٍ هَلَکَ»(ارشاد القلوب/1/205) توجه داشتن به خداوند و غفلت نداشتن از خدا باید به این شیوه باشد که انسان فقط به یک نقطه توجه پیدا کند.
* در این جلسه می‌خواهیم یک‌مقدار به قسمت‌های شیرین این مسیر بپردازیم. همان‌طور که قبلاً گفتیم مبارزه با هوای نفس بالاخره یک تلخی‌هایی دارد چون در جریان آن با برخی از شیرینی‌ها و دل‌بخواهی‌ها مبارزه می‌کنیم. حالا اگر انسان بخواهد این مبارزه‌ای که تا حدّی تلخ است را برای خودش شیرین کند، چکار باید بکند؟ واقعش این است که مبارزه با هوای نفس در یک مرحله‌ای، با مفهوم بسیار برجسته‌ای به نام اخلاص، مساوی می‌شود و این اخلاص از آنجایی که غایت و نهایت دین است(الْإِخْلَاصُ‏ غَایَةُ الدِّین‏؛ غرر الحکم/ص44)، همۀ شیرینی‌های دین را هم در خودش دارد.
* دینداری کردن مسلماً باید شیرینی‌‌هایی داشته باشد. البته ممکن است دینداری در ابتدا، شیرینی‌های خودش را نشان ندهد اما وقتی آدم به نقطۀ اوج دینداری برسد، به شیرینی‌هایش خواهد رسید. در دین، شهدی شیرین‌تر از اخلاص وجود ندارد. همۀ قسمت‌های دین و فضایلی که در دین توصیه می‌شود را در نظر بگیرید؛ مثل محبت، عدالت، تواضع و سخاوت و ... همۀ این‌ها خوب و شیرین هستند، و لذت‌هایی برای انسان دارند. مثلاً اگر انسان سخاوتمند باشد و به فقرا کمک کند، یک لذت خاصی در این کار وجود دارد که از آن لذت بهره‌مند می‌شود. اما شیرین‌تر از همۀ این خوبی‌ها این است که انسان به روحیۀ اخلاص دسترسی پیدا کند، روحش یگانه بشود، توجه قلبش فقط به یک چیز معطوف شود. اینجاست که حقیقت دین و اوج شیرینی دین چشیده می‌شود. و هیچ چیز دیگری این‌قدر حلاوت و شیرینی ندارد و اصلاً قابل مقایسه با اخلاص نیست.

**کسی که «چند چیز» می‌خواهد یا خودش را می‌خواهد زندگی شیرینی ندارد/کسی که اهل اخلاص نیست واقعاً درمانده و روان‌پریش است**

* وقتی اخلاص غایت و نهایت دین است، یکی از لوازمش این است که شیرین‌ترین بخش دین هم، همین اخلاص باشد. از نظر روان‌شناختی هم اگر نگاه کنید، کسی که چند چیز می‌خواهد یا کسی که خودش را می‌خواهد این انسان کلاً ناراضی است و آرامش ندارد و در مجموع زندگی‌اش شیرین نیست. ضمن اینکه بنابر قواعد زندگی دنیایی، حوادثی هم یکی پس از دیگری برایش پیش می‌آید که زندگی‌اش را تلخ‌تر می‌کند. هر حادثه‌ای می‌تواند زندگی او را تلخ کند. اما کسی که فقط یک‌چیز خواست و آن یک چیز هم خدا بود، و هیچ چیز دیگری-حتی خودش را- در کنار خدا نخواست، زندگی‌اش شیرین می‌شود و از پراکندگی بیرون می‌آید.
* کسی که اهل اخلاص نیست، واقعاً درمانده و مسکین و روان‌پریش است. اصلاً آدم مخلص با آدم غیرمخلص قابل مقایسه نیست. لازم نیست که شما به خدا معتقد باشید تا این موضوع را عمیقاً درک کنید، حتی اگر کسی به خدا معتقد هم نباشد، اما این معنا برایش خوب ترسیم شود، شیرینی آن را خواهد چشید.

**رابطۀ اخلاص با مبارزه با شهوت پنهان چیست؟/ ترک معصیت، مرحلۀ اول مبارزه با هوای نفس پنهان**

* اما رابطۀ اخلاص با مبارزه با هوای نفس پنهان چیست؟ در جلسات قبل گفتیم که مرحلۀ اول و دوم مبارزه با هوای نفس پنهان، معصیت نکردن و ترک کارهای خلاف مروت است.
* وقتی گناه نکنی، کم‌کم نفس تو، آن خواسته‌های بدی که تو حتی باور نمی‌کنی چنین خواسته‌هایی داشته باشی را برایت رو می‌کند و خودش را به تو نشان می‌دهد. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «وقتی کسی بخواهد خودش را درست کند، گناهان بزرگش خود را به او نشان می‌دهند؛ عِنْدَ تَصْحِیحِ‏ الضَّمَائِرِ تُبْدُو الْکَبَائِر»(کافی/8/24) پس با ترک معصیت، بخشی از بدی‌های پنهان تو رو می‌آید. در مرحلۀ دوم هم، گفتیم کارهای خلاف مروت هم انجام نده و نامردی نکن تا بخش دیگری از بدی‌های پنهانت رو بیاید و بتوانی آنها را نابود کنی.
* وقتی شروع می‌کنی به خوب شدن، تازه با بدی‌های پنهان خودت مواجه می‌شوی. بعضی‌ها در مرحله‌ای به «خوب شدن» علاقمند می‌شوند و این مرحلۀ قشنگی است که انسان تازه می‌خواهد به سوی خدا حرکت کند. اما وقتی شروع می‌کنند به خوب شدن، یک‌دفعه‌ای با فجایعی روبرو می‌شوند؛ فجایعی که از درون‌شان نشات گرفته است. و چه ‌بسا گناهان بزرگی را هم مرتکب شوند، به حدّی که فکر می‌کنند طرح و نقشه‌شان برای خوب شدن کلاً به‌هم ریخته است. می‌گویند: «خدایا! من می‌خواستم آدم خوبی باشم اما برعکس شد؛ انگار آدم بدتری شده‌ام! چه جنایت‌هایی را مرتکب شدم!» دلیلش این است که تازه بدی‌های پنهانش دارد رو می‌آید. شبیه کسی که غذای مسمومی خورده باشد، و وقتی بخواهد خوب بشود، حالت تهوع به او دست می‌دهد. درست است که آن لحظۀ تهوع خیلی زشت و ناخوش‌آیند است اما باعث می‌شود از شر آن غذای مسمومی که در معده‌اش هست، خلاص شود.
* وقتی کسی بخواهد باطن و ضمیر خودش را پاک کند، گناهانش رو می‌آید. ولی باید بایستد و مقاومت کند و این لحظات سخت را تحمل کند. او با استغفار و گریه و تضرع به درگاه خدا می‌تواند این سختی‌ها را تحمل کند.

**ترک نامردی، مرحلۀ دوم مبارزه با هوای نفس پنهان/ممکن است یک کاری گناه نباشد اما نامردی باشد**

* برای اینکه بدی‌های پنهان از بین برود، مرحلۀ اول این است که گناه نکنیم. وقتی گفته می‌شود «گناه نکن» فقط برای این نیست که همین عمل خاص را انجام نده و دیگر هیچ؛ بلکه یک غرض دیگرش این است که بدی‌های پنهان نفس تو خودش را نشان دهد تا بتوانی از شرّ آنها خلاص شوی.
* مرحلۀ دوم هم این است که علاوه بر اینکه گناه را ترک کنیم، نامردی هم نکنیم. البته نامردی نکن با گناه نکن، خیلی فرق دارد. ممکن است یک کاری گناه نباشد اما نامردی باشد. این مسأله خصوصاً در سبک زندگی خیلی باید مورد بحث قرار بگیرد که کجاها نامردی محسوب می‌شود. مقابل به مثل کردن و تلافی کردن، یکی از همین موارد است. اما آنهایی که اهل جوانمردی هستند، در این مواقع گذشت می‌کنند. مثلاً ماشینی که نمی‌گذاشت از او سبقت بگیری، عقب افتاده و می‌خواهد از تو سبقت بگیرد. آدم جوانمرد در این هنگام مقابل به مثل نمی‌کند. آدم‌هایی که اهل جوانمردی هستند، واقعاً ناب هستند.
* همۀ این مراقبت‌ها برای این است که «باطن پاک» داشته باشیم. چون همین باطن پاک است که در آخرت به درد می‌خورد: «یَوْمَ لَا یَنفَعُ مَالٌ وَ لَا بَنُونَ\* إِلَّا مَنْ أَتىَ اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِیم»(شعراء/88 و 89) یعنی ما همۀ این‌ کارها را انجام می‌دهیم برای داشتن یک قلب سلیم و باطن پاک. اینکه می‌گویند: «ظاهر را رها کن، اصل این است که باطنت پاک باشد» درست نیست، چون اساس و علت اینکه ما این‌همه به اصلاح ظاهر (گناهان ظاهری) می‌پردازیم، این است که باطن خودمان را پاک کنیم.

**مرحلۀ سوم مبارزه با هوای نفس پنهان «مخلص بودن» است/اخلاص نقطۀ مقابل شهوات مخفی است**

* بعد از مرحلۀ اول و دوم که بخشی از بدی‌های پنهان ما را رو می‌آورند، نوبت به مرحلۀ سوم می‌رسد. مرحلۀ سوم در مبارزه با هوای نفس پنهان، مخلص بودن است. باز وقتی می‌خواهی مخلص باشی، یکی یکی بدی‌های پنهانت رو می‌آیند. بدی‌هایی که اصلاً از آنها خبر نداشته‌ای. وقتی آدم می‌خواهد مخلص بشود، تازه می‌فهمد چه نفس وحشتناکی دارد.
* وقتی می‌خواهی اخلاص را رعایت کنی، تازه اژدهای هفت‌سرِ نفس، خودش را نشان می‌دهد و تازه می‌فهمی با چه موجود وحشتناکی مواجه هستی. هنگام رعایت اخلاص و نیت خالصانه است که انسان واقعاً بدی‌های پنهان خودش را می‌بیند. این فضا خیلی عارفانه‌تر و نورانی‌تر از دو مرحلۀ قبل است. ترک معصیت و ترک نامردی، خیلی خوب و زیبا هستند اما سطح آنها از مرحلۀ اخلاص پایین‌تر است، چون اخلاص یعنی «ترک غیر خدا».
* پیامبر گرامی اسلام(ص) می‌فرماید: «مهمترین چیزی که بر امت خودم می‌ترسم شرک آوردن به خداست، منظورم از شرک آوردن به خدا این نیست که امت من بروند خورشید و ماه و بت‌ها را بپرسند بلکه از این می‌ترسم که امت من برای غیر خدا عمل انجام بدهند و به خاطر آن شهوت مخفی عمل انجام دهند؛ إنّ أخوفَ ما أخافُ على أمّتی الإشراکُ باللَّهِ أما إنّی لستُ أقولُ یعبدون شمساً و لا قمراً و لا وثناً و لکنَّ أعمالاً لغیرِ اللَّهِ و شهوةً خفیّةً»(نهج‌الفصاحه/ص271) در مقابل شهوت مخفی «اخلاص» قرار دارد. اخلاص در واقع نقطۀ مقابل شهوات مخفی است. وقتی می‌خواهی اخلاص داشته باشی آن شهوات مخفی تو خودشان را نشان می‌دهند.

**کسی به حقیقت اخلاص می‌رسد که دوست نداشته باشد به خاطر کاری که برای خدا انجام داده از او تعریف کنند**

* پیامبر اکرم(ص) می‌فرماید: «هر امر حقّی، یک حقیقتی دارد(یک راز و یک گوهری در آن هست) و کسی به گوهر حقیقت اخلاص نمی‌رسد، مگر زمانی که دوست نداشته باشد به خاطر کاری که برای خدا انجام داده است، کسی از او تعریف کند؛ إِنَ‏ لِکُلِ‏ حَقٍ‏ حَقِیقَةً وَ مَا بَلَغَ عَبْدٌ حَقَّ حَقِیقِیَّةِ الْإِخْلَاصِ حَتَّى لَا یُحِبَّ أَنْ یُحْمَدَ عَلَى شَیْ‏ءٍ مِنْ عَمَلِ اللَّه»(‏مستدرک الوسائل/1/100 و مشکاة الأنوار/11) یعنی آدم ناراحت شود از اینکه دیگران به خاطر عمل خوبش، از او تعریف کنند و خوش‌شان بیاید. خیلی سخت است که آدم به اینجا برسد که اصلاً دوست نداشته باشد و ناراحت شود از اینکه دیگران به خاطر کارهای خوبی که انجام داده، از او تعریف کنند. چون این حالت(خوشحال شدن از تعریف دیگران) خود به خود و خیلی راحت وارد قلب آدم می‌شود. باید ببینیم که ما چه بدی‌هایی در خودمان پنهان کرده‌ایم که به سادگی نمی‌توانیم به حقیقت اخلاص برسیم. آن بدی‌ها هوای نفس پنهان ما هستند.

**اگر نظام تعلیم و تربیت ما «از بین بردن هوای نفس» را تبدیل به یک رویه کند، اکثر بچه‌های ما نخبه می‌شوند**

* هوای نفس پنهان، قدرت تمرکز، خلاقیت و بسیاری از استعدادهای انسان را از بین می‌برد. متاسفانه نظام تعلیم و تربیتی ما به هوای نفس آشکار و پنهان و آشکار بچه‌ها کاری ندارد و می‌خواهد علی‌رغم وجود هوای نفس پنهان و آشکار، استعداد بچه‌ها را به شکوفایی برساند و این اشتباه است. در صورتی که اگر نظام تعلیم و تربیت ما «از بین بردن هوای نفس» را تبدیل به یک رویه کند، اکثر بچه‌های ما نخبه می‌شوند؛ یعنی هر کدام در رشتۀ خودشان می‌توانند به اوج شکوفایی برسند. چون انرژی‌ها و استعدادهایشان هرز نمی‌رود. اگر مبارزه با نفس در جامعۀ ما یک رویه و یک خوی ثابت قرار بگیرد، آن‌وقت است که استعدادها به خوبی رشد می‌کند و ذهن‌ها کاملاً متمرکز می‌شود و حوصله‌ها افزایش پیدا می‌کند.
* پدر و مادرها در هفت سال اول باید به فرزندان خودشان محبت کنند تا وقتی در هفت سال دوم با هوای نفس بچۀ خود مخالفت کردند، بچه از آنها بپذیرد و بگوید: «پدر و مادرم هفت سال مرا نوازش کرده‌اند و به من ثابت کرده‌اند که مرا دوست دارند، پس الان که می‌گویند فلان کار را انجام نده، من از آنها قبول می‌کنم» ولی ما غالباً در این هفت سال دوم(از 7 تا 14 سالگی) که بچه باید ریاضت بکشد و بندگی کند و اطاعت کند، او را رها می‌کنیم تا هر کاری دلش خواست انجام دهد و توجیه‌مان این است که: «او که بچۀ خوبی است، چرا به او ریاضت و سختی بدهیم؟!» و با این کار، یک مرگ خاموش نسبی برای روح بچه اتفاق می‌افتد. بعد از 14 سالگی تازه آثار اینکه شما هفت سال دوم به بچۀ خودتان ریاضت نداده‌اید کم‌کم خودش را نشان می‌دهد و بعد تعجب می‌کنید که «چرا بچۀ من نماز نمی‌خواند؟! چرا حرف ما را گوش نمی‌دهد؟ چرا دنبال گناه و هرزگی می‌رود؟ چرا این‌جوری شد؟ هرچه نصیحت می‌کنیم گوش نمی‌دهد! با ما دعوا می‌کند!» اما دیگر برای این حرف‌ها دیر است، آن موقعی که باید به او امر و نهی می‌کردید از 7 تا 14 سالگی بود، اما آن موقع او را آزاد گذاشتید و ادبش نکردید.

**هوای نفس پنهان خودمان را چطوری بزنیم؟ با اخلاص/ وقتی بخواهی اخلاص داشته باشی، تازه نفس تو به خیلی از بدی‌های پنهانش اقرار می‌کند**

* پس بعد از اینکه هوای نفس آشکار خودمان را زدیم، باید به سراغ هوای نفس پنهان خود برویم. حالا هوای نفس پنهان خودمان را چطوری بزنیم؟ با اخلاص. یعنی سعی کنیم فقط به خاطر خدا کار کنیم.
* یک روایت دربارۀ اخلاص می‌خوانیم تا معلوم شود که اخلاص داشتن چقدر سخت است. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «خالص کردن نیت برای عاملین، سخت‌تر از جهاد و سعی طولانی توأم با سختی‌های فراوان است؛ تَصْفِیَةُ الْعَمَلِ أَشَدُّ مِنَ الْعَمَلِ وَ تَخْلِیصُ النِّیَّةِ مِنَ الْفَسَادِ أَشَدُّ عَلَى الْعَامِلِینَ مِنْ طُولِ الْجِهَادِ»(کافی/ج8/ص24) اگر خواستی مفهوم این روایت را عمیقاً متوجه شوی، سعی کن نیت خودت را خالص کنی، بعد می‌بینی که با چه مسائلی مواجه می‌شوی. وقتی بخواهی اخلاص داشته باشی، تازه نفس تو به خیلی از بدی‌های پنهان خود اقرار می‌کند. و این اعتراف‌های نفس تو آن‌قدر وحشتناک خواهد بود که از خودت خجالت می‌کشی و بعد می‌روی در خانۀ خدا و از این نفس وحشتناک به خدا پناه می‌بری و از دست نفست به خدا شکایت می‌کنی. این شکایت از نفس را می‌توانید در «مناجات خمس عشر» امام سجاد(ع) ببینید.

**سه کار مهم که باید خودت را در آنها خالص کنی**

* فکر نکن همین‌که چهارتا گناه و بدی آشکار را ترک کردی، دیگر آدم خوبی شده‌ای و کار تمام شده است؛ چون این نفس وحشی و خطرناک تو بسیاری از بدی‌های پنهان را در درون خود مخفی کرده است.
* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «سه کار مهم که باید خودت را در آنها ممحّض و خالص کنی (برای آنها مهیا شوی و خودت را روی آنها متمرکز کنی) عبارتند از اینکه: خودت را ممحض کنی در اینکه نفس خودت را بشناسی و عیوبش را آشکار کنی و از آنها ناراحت شوی (به عیوب خودت غضب کنی)، خودت را ممحض کنی در تقوای الهی، و خودت را ممحض و متمرکز کنی در اینکه خودت را حذف کنی و یاد خودت را از زبان‌ها و ذهن‌ها ببری؛ وَ أَمَّا الثَّلَاثُ‏ الَّتِی تَخَلَّصُ‏ إِلَیْهَا؛ تَخَلَّصْ إِلَى مَعْرِفَتِکَ نَفْسَکَ، وَ تَجْهَرُ لَهَا بِعُیُوبِهَا وَ مَقْتِکَ إِیَّاهَا، وَ تَخَلَّصْ إِلَى تَقْوَى اللَّهِ تَعَالَى، وَ تَخَلَّصْ إِلَى إِخْمَالِ نَفْسِکَ وَ إِخْفَاءِ ذِکْرِکَ»(غررالحکم/ص106) و این سه کار مهم، در واقع با هم یک وحدتی دارند. یعنی هرسۀ اینها یک مسیر را به ما نشان می‌دهند.

**کسی که به عیوب خودش غضب نکند، به عیوب دیگران غضب خواهد کرد**

* اگر کسی دنبال پیدا کردن عیوب خودش نباشد، از عیوب خودش ناراحت نباشد و به عیوب خودش غضب نکند، به عیوب دیگران غضب خواهد کرد. اما کسی که دنبال عیوب خودش باشد، اصلاً فرصت و توانی برایش باقی نمی‌ماند که به عیوب دیگران بپردازد.
* دنبال این باش که کسی از تو تقدیر نکند، گم‌نام باشی و کسی جز خدا و اولیائش تو را نشناسد. سعی کن نام و یاد خودت را حذف کنی. اگر دوست نداشته باشی کسی به یاد تو باشد، آن‌وقت خداوند بیشتر به یادت خواهد بود، امام زمان(ع) بیشتر به یاد تو خواهد بود و تو را از تنهایی در می‌آورد. اما همین‌که دلت بخواهد دیگران به یاد تو باشند، توجه امام زمان(ع) کم می‌شود. چون در این صورت تو از جنس امام زمان(ع) نخواهی بود.
* از حضرت زینب کبری(س) آنچه که مهمتر از هر چیز دیگری می‌توان دید، اخلاص ایشان است. خیلی اهمیت دارد که حضرت زینب(س) واقعاً در راه خدا مخلصانه تازیانه خورد و خداوند متعال از ایشان پذیرفت. در کربلا این‌همه شهید داد و مصیبت دید و حتی یک‌نفر هم بعد از کربلا از او قدردانی نکرد، بلکه برعکس، هر کجا رفت تازیانه زدند و سنگ انداختند و خاکستر ریختند، اما حضرت زینب(س) در مقابل همۀ اینها آرام بود، چون هرچه کرده بود برای خدا بود. هرچه جلوتر می‌رفت بیشتر به او لطمه می‌زدند و هیچ کس از زینب(س) قدردانی نکرد و زینب(س) خوشحال بود که هرچه کرده، نزد خدا محفوظ مانده است...

قسمت سوم: راحت‌طلبی- 1

**تفسیر زندگی «مدیریت علاقمندی‌ها» و تفسیر بندگی «اجرای برنامۀ خدا برای مدیریت علاقه‌ها»ست/ راحت‌طلبی مبدأ بسیاری از گرفتاری‌های روحی، اخلاقی و مشکلات ما در سبک زندگی است/ محبت خدا علاقۀ به راحتی را از آدم می‌گیرد**

**این‌قدر دربارۀ بچه‌هایتان نگویید: «بگذار بچه راحت باشد!» با این ‌کار در واقع بچۀ خودتان را راحت‌طلب بار می‌آورید و او را خراب می‌کنید... برخی از راحتی‌ها را باید برویم و به دست بیاوریم. حتی وقتی آنها را به دست می‌آوریم، ثواب هم می‌بریم. ولی برخی از آنها را باید ترک کنیم. مهم این است که روحیۀ راحت‌طلبی خودمان را از بین ببریم و آماده باشیم که هر جا لازم بود راحتی را کنار بگذاریم. برای تحقق این هدف باید این بیماری راحت‌طلبی در فرهنگ ما شناخته شود، و در تفکر ما این بیماری جایگاه منحوسی پیدا کند و به آن نگاه بدی داشته باشیم. اینکه در جامعۀ ما، نگرش‌ها و نگاه‌های بسیار مثبت نسبت به راحتی وجود دارد، واقعاً یک فاجعه برای رشد و تعالی است. در حالی که این «راحتی» سمّ مهلک است و باید آن را کنار بزنیم.**

**اگر تفسیر دقیقی از زندگی نداشته باشیم، نمی‌توانیم از دینداری و بندگی هم تفسیر دقیقی داشته باشیم/ گرفتاری‌های فردی و اجتماعی به خاطر نقص ما در تلقی از زندگیست**

* ما باید تفسیر دقیقی از زندگی داشته باشیم، اگر تفسیر دقیقی از زندگی نداشته باشیم، طبیعتاً نمی‌توانیم از دینداری و بندگی هم تفسیر دقیقی داشته باشیم. این اشتباه است که ما زندگی را نشناسیم و بعد تصور کنیم که بندگی و عبادت را می‌شناسیم؛ مثلاً فکر کنیم که «دینداری یعنی صرفاً داشتن همین چند اعتقاد و رفتارهای خوبی که ما داریم»! در این صورت با مشکلات زیادی در مسیر بندگی و دینداری مواجه خواهیم شد.
* اینکه تفسیر ما از زندگی چیست، در پذیرش و فهم دین و در متقاعد شدن به دینداری و موفق شدن در دینداری کردن، خیلی تعیین‌کننده است. هر کسی هر ضعف یا رفتار غلطی داشت، اول باید ببیند آیا «تفسیر او از زندگی» درست است یا نه؟ اگر تفسیر ما از زندگی درست و دقیق باشد، همین‌مقدار ایمان ما و همین‌مقدار محبت ما به اهل‌بیت(ع) خیلی می‌تواند ما را نجات بدهد و حتی می‌تواند ما را فوق‌العاده تعالی ببخشد و رشد دهد.
* در اندازه‌های اجتماعی هم هرچه گرفتاری اجتماعی داریم به خاطر این است که ما در تلقی خودمان از زندگی نقص داریم. برای اغلب مردم جامعه شفاف نیست که واقعاً زندگی چیست؟ زندگی چیست که ما می‌خواهیم با بندگی و دینداری کردن، این زندگی را اصلاح کنیم، رشد دهیم یا آن را با خداوند متعال معامله کنیم و به سوی خدا حرکت کنیم. چه بخواهیم دینداری حداقلی داشته باشیم و چه چه بخواهیم دینداری حداکثری داشته باشیم، به این وابسته است که تفسیر دقیق زندگی را بدانیم.

**تفسیر زندگی انسان، «مدیریت علاقمندی‌ها» است**

* بر اساس آنچه در جلسات گذشته گفته شد، زندگی انسان شامل علاقمندی‌هایی است که باید با برخی از آنها مخالفت کرد و فقط با بخشی از آنها باید موافقت کرد. به تعبیر دیگر، زندگی درگیری انسان با علاقمندی‌های خود و برآوردن بخشی از علاقمندی‌هاست. اما در بین علاقمندی‌های ما، غالباً باید به کدام یک از آنها توجه کرد که برآورده بشوند؟ علاقمندی‌هایی که نوعاً پنهان‌تر هستند. البته معنایش این نیست که علاقمندی‌های آشکار خود را کلاً کنار بگذرایم. نام این «مخالفت و موافقت» یا «بیدارساختن و خواباندنِ علاقه‌ها» را «مدیریت علاقه‌ها» می‌گذاریم. پس تفسیر زندگی «مدیریت علاقمندی‌ها» است. باید این را بفهمیم و بپذیریم.
* هرچه در خانه‌ها، خیابان‌ها، جوامع بشری و در تک‌تک آدم‌ها می‌بینیم، همین مدیریت علاقمندی‌هاست؛ هر چه در اولیاء خدا می‌بینیم همین است و هرچه در اراذل و اوباش عالم می‌بینیم، همین است. یعنی همه دارند علاقه‌های خودشان را مدیریت می‌کنند البته اینکه غلط مدیریت می‌کنند یا درست مدیریت می‌کنند، موضوع دیگری است.
* فهمیدن و یادگرفتن نیز در خدمت مدیریت این علاقه‌هاست. یعنی به خاطرعلاقه‌هایت می‌روی یک چیزهایی را یاد بگیری و بفهمی. و هر چیزی را هم که یاد می‌گیری، اثرش در علاقه‌های تو معلوم خواهد شد.

**خداوند به جریان مدیریت علاقه‌های ما نگاه می‌کند که ببیند در مدیریت علاقه‌های‌مان به کجا رسیده‌ایم؟**

* وقتی از کسی می‌پرسیم: «حالت چطور است؟» در واقع دو معنا دارد، یکی وضعیت جسمی و یکی وضعیت روحی که حال اصلی ما همین وضعیت روحی ماست. ریشۀ حال روحی ما برمی‌گردد به اینکه با علاقه‌هایمان چکار می‌کنیم؟ به چه چیزهایی علاقه داریم و چقدر قدرت مدیریت علاقه‌هایمان را داریم؟
* می‌دانید خداوند وقتی به ما نگاه می‌کند، در اصل به چه چیزی در وجود ما نگاه می‌کند؟ به جریان مدیریت علاقه‌های ما نگاه می‌کند که ببیند ما در مدیریت علاقه‌های خودمان به کجا رسیده‌ایم؟ یعنی چه چیزهایی را دوست داریم؟ کدام یک از علاقه‌های خود را تقویت کرده‌ایم و کدام یک را تضعیف کرده‌ایم؟ تمام مقدراتی هم که خداوند بر سر ما نازل می‌کند، - اعم از نعمت و نقمت- سرِ همین مدیریت علاقه‌هاست. و در نهایت هم از ما این را می‌خواهد: «إِلَّا مَنْ أَتىَ اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِیم»(شعراء/89) خدا می‌خواهد ما در مدیریت علاقه‌های خود موفق شویم و به «قلب سلیم» برسیم؛ قلب سلیم هم از قلب سالم بالاتر است، یعنی خیلی سالم.
* قلب انسان آن‌قدر باعظمت است که خداوند در حدیث قدسی می‌فرماید: «زمین و آسمان جای من نیست، اما قلب بندۀ مؤمن، جای من است؛ لَا یَسَعُنِی أَرْضِی‏ وَ لَا سَمَائِی‏ وَ لَکِنْ‏ یَسَعُنِی قَلْبُ عَبْدِیَ الْمُؤْمِن‏»(عوالی اللئالی/ج4/ص7) یعنی قلب بندۀ مؤمن از آسمان‌ها و زمین بزرگ‌تر است. لذا وقتی مشغول مدیریت کردن علاقه‌های خود بشوید، اگر عمر حضرت خضر(ع) را هم داشته باشید، این مدیریت علاقه‌ها کار مستمری است که تا آخر عمر ادامه دارد و تمام نمی‌شود.
* **هیچ کسی از این بازی مدیریت علاقه‌ها استثنا نیست. چه آدمهای بد و چه آدم‌های خوب. مثلاً وقتی خداوند می‌بیند که حضرت ابراهیم(ع) به فرزندش اسماعیل(ع) خیلی علاقه‌دارد، به او می‌فرماید: حالا این فرزند خودت را قربانی کن تا ببینم می‌توانی از او دل ببُری یا نه؟**

**تفسیر بندگی ما این است: «برنامه‌ای که از خدا می‌گیریم برای مدیریت علاقه‌ها»/ دین، برنامه‌ای است برای مدیریت علاقه‌ها**

* وقتی فهمیدیم که تفسیر زندگی، مدیریت علاقمندی‌هاست، حالا باید ببینیم، تفسیر بندگی چیست؟ تفسیر بندگی و دینداری ما این است: «برنامه‌ای که از خدا می‌گیریم برای مدیریت علاقه‌ها». یعنی دین برنامه‌ای است برای مدیریت علاقه‌ها. آیا بدون خدا می‌شود علاقه‌ها را مدیریت کرد؟ نه! بدون خدا اولاً نمی‌دانیم باید چه کار کنیم، و ثانیاً علاقه به خدا، خودش اصلی‌ترین علاقۀ انسان است و این علاقۀ کلیدی(حب الله) باید بیاید و در مدیریت علاقه‌های ما نقش ایفا کند تا ما آرام و متعادل بشویم.
* ملاک و معیار رشد این است که انسان علاقه‌های نو و عالی به دست بیاورد. انسان در جریان مدیریت علاقه‌های خود، هم علاقه‌هایش را افزایش و کاهش می‌دهد، هم علاقه‌های جدید را کشف می‌کند، و هم در جریان پاسخ یافتن و نیافتن علاقه‌هایش لذت و رنج می‌برد. اصلاً زندگی یعنی درگیری با علاقه‌ها، پاسخ دادن و پاسخ ندادن به علاقه‌ها، زیاد و کم کردن علاقه‌ها.
* **اصل ماجرا در جریان مدیریت علاقه‌های خود، آن‌جایی است که شما می‌خواهی با برخی از علاقه‌های خودت مخالفت کنی. و الا آن جایی که انسان می‌خواهد با علاقه‌های خودش موافقت کند که هنر نکرده و اتفاق خاصی نیفتاده است. اصل زندگی آن چیزهایی که به‌دست آمده‌اند نیست، اصل زندگی همان علاقه‌هایی است که به دست نیاورده‌ای یا علاقه‌هایی که می‌خواهی با آنها مخالفت کنی. اصل زندگی در آن بخش تلخ ماجراست. به همین دلیل گفتیم که «نخ تسبیح همۀ فضائل، مخالفت کردن با هوای نفس است» امیراالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «نظام دین، مخالفت با هوای نفس است؛ نِظَامُ‏ الدِّینِ‏ مُخَالَفَةُ الْهَوَى‏»(غررالحکم/ص721)**

**مهمترین بخش مدیریت علاقه‌ها، مخالفت کردن با هوای نفس است**

* مهمترین بخش مدیریت علاقه‌ها مخالفت کردن با هوای نفس است. یعنی یک فهرستی از علاقه‌ها را جلوی ما می‌گذارند تا با آنها مبارزه کنیم و البته این فهرست تمام نمی‌شود چون هر علاقۀ بد و مزاحمی را کنار بزنی، یک علاقۀ بد و مزاحم دیگر رو می‌آید. پیامبر(ص) فرمود: «هر عیبی را از خودت دور کنی، یک عیب دیگر در خودت می‌یابی؛ فَإِنَّهُ لَا یَنْفِی مِنْهَا عَیْباً إِلَّا بَدَا لَهُ عَیْبٌ؛ کافی/ج2/ص148) اگر هم بعد از یک مدتی همۀ علاقه‌های بد ما از بین برود و تمام شود چه اتفاقی می‌افتد؟ حالا نوبت به علاقه‌های خوب می‌رسد که باید با آنها مبارزه کنیم تا به علاقه‌های عالی‌تر‌ برسیم. اینکه حضرت ابراهیم(ع) فرزندش اسماعیل(ع) را دوست داشت، مگر علاقۀ بدی بود که خدا فرمود باید از این علاقه دل ببُری؟
* یا باید خودت با علاقه‌های بدت درگیر شوی، یا اینکه خداوند – از طریق مقدرات و اتفاقات زندگی‌ات- به تو کمک می‌کند تا با علاقه‌های بدت مبارزه کنی. مثلاً یک چیزی را دوست داری، ولی خدا آن را از جلوی تو بر می‌دارد و کنار می‌کشد. باید بدانی آن موقعی که به علاقه‌ات نمی‌رسی مصلحت بوده که به آن نرسی تا رشد کنی. آن موقعی هم که خداوند اجازه می‌دهد به یکی از علاقه‌های خودت برسی و جواب بدهی، در واقع مصلحت دانسته که تو به آن برسی، و این هم برای جریان کلی رشد تو لازم بوده است.

**«راحت‌طلبی» یکی از مصادیق هوای نفس است که مدیریت آن از نظر فردی و اجتماعی اهمیت دارد**

* از ابتدای بحث تنها مسیر تا به اینجا، به طور کلی دربارۀ مبارزه با هوای نفس آشکار و پنهان صحبت کردیم، حالا می‌خواهیم دربارۀ یکی از مصادیق هوای نفس و یکی از علاقه‌های مهمی که باید آن را مدیریت کرد، کمی صحبت کنیم. و آن علاقه «راحت‌طلبی» است. این علاقه، علاقۀ بسیار کلیدی و مهمی است که هم دارای «اولیت» است و هم از جهاتی دارای «اولویت» است؛ یعنی یکی از علاقه‌هایی که ابتدائاً باید با آن مبارزه کنیم و خیلی هم اهمیت دارد، «راحت‌طلبی» است.
* راحت‌طلبی اولین علاقه‌ای است که انسان در بدو تولد آن‌را تجربه می‌کند و تا آخر هم با انسان باقی می‌ماند. مدیریت کردن این علاقه، هم از نظر فردی و هم از نظر اجتماعی اهمیت دارد. اینکه در جامعۀ ما، نگرش‌ها و نگاه‌های بسیار مثبت نسبت به راحتی وجود دارد، واقعاً یک فاجعه برای رشد و تعالی است. در حالی که این «راحتی» سمّ مهلک است و باید آن را کنار بزنیم. کمتر کسی توجه دارد به اینکه راحت‌طلبی را به عنوان یکی از مصادیق هوای نفس باید مدیریت وکنترل کرد.

**انسان‌های راحت‌طلب، زود به زود ناراحت می‌شوند/ راحت‌طلبی مبدأ بسیاری از گرفتاری‌های روحی و مشکلات ما در سبک زندگی است**

* **بعضی‌ها عقاید و علاقه‌های خیلی خوبی دارند، ولی با این مسأله (مبارزه با راحت‌طلبی) درست کنار نیامده‌اند. کسانی که راحت‌طلب هستند، زود به زود، ناراحت می‌شوند. لذا به جای اینکه به چنین کسی بگوییم: «چقدر عصبانی و بداخلاق هستی!» باید بگوییم: «چقدر راحت‌طلب هستی!» چون تا یک‌مقدار از راحتی فاصله می‌گیری، خیلی زود ناراحت و عصبانی می‌شوی.**
* راحت‌طلبی مبدأ بسیاری از گرفتاری‌های روحی ماست. لذا اگر راحت‌طلبی خودمان را از بین ببریم برخی از بیماری‌های روحی دیگرمان هم در کنارش خود به خود درست می‌شود.
* راحت‌طلبی مبدأ بسیاری از مشکلات ما در سبک زندگی و مبدأ بسیاری از پذیرش‌ها نسبت به فرهنگ منحط غرب هم است.

**راحت‌طلبی غیر از لذت‌طلبی است/ ما با راحت‌طلبی به دنیا آمده‌ایم ولی باید این علاقه را مدیریت کنیم**

* راحت‌طلبی غیر از لذت‌طلبی است. با اینکه راحتی هم نوعی لذت دارد، ولی لذت، غیر از راحت است. آدم وقتی راحت شد، تازه به دنبال لذت بردن می‌شود. مثلاً اینکه انسان می‌خواهد گرسنگی نکشد، از راحت‌طلبی است ولی اینکه انسان می‌خواهد غذای خوشمزه بخورد، از لذت‌طلبی است. و طبیعتاً این دو با هم فرق می‌کند.
* بچه‌ای که به دنیا می‌آید در ابتدا دنبال راحتی است نه دنبال لذت. لذا وقتی گرسنه می‌شود شروع می‌کند به گریه کردن. و بعد از اینکه سیر شد، آمادۀ بازی کردن می‌شود. آدمی‌زاد با راحت‌طلبی به دنیا می‌آید و این راحت‌طلبی تا آخر عمر با او می‌ماند. راحت‌طلبی حداقل درخواست‌های انسان است ولی همین درخواست حداقلی می‌تواند آدم را بدبخت و بیچاره کند.
* درست است که ما با راحت‌طلبی به دنیا آمده‌ایم ولی از آنجا که «تفسیر زندگی، مدیریت علاقه‌هاست» باید این علاقه را مدیریت کنیم. امام زین‌العابدین(ع) می‌فرماید: «لا تَطلُبْ ما لَم یُخلَقْ» چیزی که خلق نشده تقاضا نکن! پرسیدند: آن چیست؟ فرمود «الراحَةُ لَم تُخلَقْ فی الدنیا» راحتی در دنیا خلق نشده؛(خصال صدوق/1/64) راحتی کامل در این دنیا خلق نشده و همیشه در کنار هرمقدار راحتی، مقداری ناراحتی و رنج هست. لذا هم مدیریت کنی و بگویی: همین‌قدر راحتی که دارم بس است، نمی‌خواهم خیلی راحت باشم و راحتی کامل داشته باشم و علاوه بر این خودت هم باید از برخی از راحتی‌هایی که فراهم است فاصله بگیری، تا رشد کنی و قوی شوی.

**ترک راحتی، آغاز و کلید مخالفت با هوای نفس است/برای مدیریت علاقه‌ها، اولین علاقه‌ای که باید با آن مبارزه کنیم راحت‌‌طلبی است**

* امام صادق(ع) می‌فرماید: «تَفْسِیرُ الْعُبُودِیَّةِ بَذْلُ‏ الْکُلّ» تفسیر عبودیت این است که همۀ وجودت را به خدا بدهی. حتی اگر یک ذره از وجودت را بخواهی برای خودت نگه‌داری، دیگر عبد نیستی. شرط و شروط نباید بگذاری. «وَ سَبَبُ ذَلِکَ مَنْعُ النَّفْسِ عَمَّا تَهْوَى وَ حَمْلُهَا عَلَى مَا تَکْرَهُ» سبب و عامل اینکه بتوانی این کار را انجام دهی، این است که نفس خودت را از هوای نفس منع کنی و نفس خود را وادار کنی به کاری که دوست ندارد(البته این کار باید طبق برنامۀ دین باشد) «وَ مِفْتَاحُ ذَلِکَ تَرْکُ الرَّاحَةِ» آغاز و کلید مخالفت با هوای نفس، ترک راحتی است.(مصباح‌الشریعه/7) بنابراین اگر ترک راحت نکنی، نمی‌توانی مبارزه با هوای نفس کنی. یعنی اگر خواستیم با هوای نفس خود مبارزه کنیم و علاقه‌های خود را مدیریت کنیم، اولین علاقه‌ای که باید با آن مبارزه کنیم راحت‌‌طلبی است.

**محبت خدا علاقۀ به راحتی را از آدم می‌گیرد/علاقۀ انسان به راحتی، فقط در لقاء الله جواب پیدا می‌کند**

* امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «الْقَلْبُ الْمُحِبُّ لِلَّهِ یُحِبُ‏ کَثِیراً النَّصَبَ لِلَّهِ» قلبی که خدا را دوست دارد و عاشق خداست دوست دارد زیاد در راه خدا سختی بکشد «وَ الْقَلْبُ اللَّاهِی عَنِ اللَّهِ یُحِبُّ الرَّاحَةَ» و قلب بی‌خود و بی‌خبر از خدا، راحتی را دوست دارد(و انگار هنوز بالغ نشده است)؛ (مجموعۀ ورّام/ج2/ص87) محبت خدا یکی از چیزهایی است که حب علاقۀ به راحتی را از آدم می‌گیرد. دیگر آدم دوست ندارد راحت باشد. «حب الله» با آدم این‌ کار را می‌کند.
* حب راحت با انسان زاده می‌شود اما راحتی در دنیا وجود ندارد. خداوند در این دنیا راحتی تو را مدیریت می‌کند. باید این را بفهمی و بپذیری و هر وقت راحت شدی، خودت را جمع کنی و الا جمعت می‌کنند! یعنی خدا با مقدرات کاری می‌کند که مجبور شوی خودت را جمع کنی! چون راحتی در این دنیا خلق نشده است.
* ما چه موقع به این راحتی می‌رسیم؟ از پیامبر(ص) پرسیدند: «مَا الرَّاحَةُ» راحتی چیست؟ «قَالَ لِقَاءُ اللَّهِ‏ تَعَالَى» حضرت فرمود: راحتی، لقاء خداوند متعال است(‏بحارالانوار/35/383) یعنی تو فقط آنجا راحت می‌شوی؛ در ملاقات پروردگار عالم است که می‌توانی مزۀ واقعی راحتی را بچشی. این علاقۀ انسان به راحتی، فقط آنجا جواب پیدا می‌کند، در دنیا جواب پیدا نمی‌کند.
* می‌خواهید یک جایی را به شما نشان بدهم که در آنجا یک شمّه‌ای از این راحتی را احساس کنید؛ احساسی که از جنس لقاء الله است؟ بروید بهشت زهراء قطعۀ شهدا، در بین قبور شهدا قدم بزنید، چون آنها در بهترین صورت، لقاء الله را تجربه کرده‌اند، بدن‌های مطهرشان آنجا را نورانی کرده، در آنجا نور لقاء الله هست. نور رؤیت وجه الله است. یک نوع راحتی خاصی به وجودت می‌‌دهد که آرام می‌گیری.

**یک جلوه از معرفت نفس این است که راحت‌طلبی را در وجود خودمان بشناسیم**

* ان‌شاء الله خدا به ما توفیق بدهد که راحت‌طلبی را در وجود خودمان بشناسیم. و این یک جلوه از معرفت نفس است؛ که پیامبر(ص) فرمود: «مَنْ‏ عَرَفَ‏ نَفْسَهُ‏ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّه»(مصباح‌الشریعه/13) و امیرالمؤمنین(ع) فرمود: «مَعْرِفَةُ النَّفْسِ أَنْفَعُ‏ الْمَعَارِف‏» (غررالحکم/9865) همین‌که کسی واقعاً بفهمد که راحت‌طلب است، خودش یک توفیق است و نیاز به دعا و استعانت از خداوند دارد. از خدا بخواهیم که راحت‌طلبی ما را به ما نشان بدهد؛ هرجلوه‌ای از راحت‌طلبی که در وجود ما هست به ما نشان بدهد. چون هر کسی راحتی را در یک چیزی می‌خواهد و می‌داند.
* از خدا مدد بگیریم که راحت‌طلبی را در خودمان و در خانواده‌های خود از بین ببریم. **این‌قدر دربارۀ بچه‌های خود، نگویید: «بگذار بچه راحت باشد!» با این ‌کار در واقع بچۀ خودتان را راحت‌طلب بار می‌آورید و او را خراب می‌کنید.**

**باید راحتی را مدیریت کنیم نه اینکه کلاً آن را قلع و قمع کنیم!/ گاهی باید راحتی باشد و گاهی نباید باشد؛ این است که کار ما را سخت کرده است!**

* البته نباید راحتی را به طور مطلق حذف کنیم، حتی برای برخی از انواع راحتی‌ها باید اقدام کنیم. مثلاً رفتن به خارج شهر و استفاده صحیح از راحتی و تفریح در یک حدّی خوب است. اینکه ما باید علیه راحتی اقدام کنیم، معنایش این نیست که خودمان را غرق در عدم راحت کنیم.
* **اتفاقاً اگر می‌گفتند به طور کلی راحتی را کنار بگذارید، مبارزه با آن زیاد سخت نبود، بدون بحث کلاً آن را کنار می‌گذاشتیم. ولی مسأله این‌جاست که گاهی باید این راحتی باشد و گاهی نباید باشد. این است که کار ما را در مدیریت «راحتی» سخت می‌کند. باید آن را مدیریت کنیم نه اینکه کلاً قلع و قمع کنیم.** آن جاهایی که انسان زیادی و بی‌خودی راحت‌طلبی می‌کند، باید خودش را جمع کند. اما یک جاهایی هم باید استراحت کنیم.
* جالب اینجاست که گاهی اوقات ما برعکس عمل می‌کنیم! یعنی جاهایی که باید راحتی را کنار بگذاریم، به دنبال راحتی می‌رویم و جاهایی که باید راحت باشیم خودمان را ناراحت می‌کنیم و به دنبال برخی از لذت‌ها می‌رویم که راحتی ما را از بین می‌برند. مثلاً گفته‌اند: «موسیقی گوش نکن چون موسیقی در درازمدت تو را ناراحت می‌کند و اعصابت را به هم می‌ریزد.» ولی موسیقی گوش می‌دهیم.
* برخی از راحتی‌ها را باید برویم و به دست بیاوریم. حتی وقتی آنها را به دست می‌آوریم، ثواب هم می‌بریم. ولی برخی از آنها را باید ترک کنیم. مهم این است که روحیۀ راحت‌طلبی خودمان را از بین ببریم و آماده باشیم که هر جا لازم بود راحتی را کنار بگذاریم.
* برای تحقق این هدف باید این بیماری راحت‌طلبی در فرهنگ ما شناخته شود، و در تفکر ما این بیماری جایگاه منحوسی پیدا کند و به آن نگاه بدی داشته باشیم.

**معیار «راحت‌طلبی» در انتخاب همسر**

* **در بحث انتخاب همسر هم به این مسأله توجه کنید. چون زندگی کردن با انسان راحت‌طلب واقعاً یک مصیبت است! ببینید طرف مقابل شما سخت‌کوش بوده یا نه؟ ثروتمند یا فقیر بودنش در مقابل این روحیۀ مهم و کلیدی اصلاً مهم نیست. مثلاً ممکن است یک کسی ثروتمند باشد ولی راحت‌طلب نباشد، یا فقیر باشد ولی راحت‌طلب هم باشد. آنچه مهم است این است که راحت‌طلب نباشد.**