

تنها مسیر (راهبرد اصلی در نظام تربیت دینی) - ۱۴

پناهیان: رابطه مبارزه با نفس با مفاهیم دینی: عبادت/ عبادت خوب، جایزه مبارزه با هوای نفس است / مهمترین عامل ترک مبارزه با نفس، فرار از رنج است/ کسی که مسأله رنج را حل نکرده باشد، اگر آدم خوبی بشود، خیلی خوب نمی‌شود/ هنگام ازدواج انتخاب می‌کنید که با چه کسی اختلاف نظر داشته باشید!

حجت الاسلام و المسلمین پناهیان، شهبای ماه مبارک رمضان در اولین ساعات بامداد (حدود ساعت ۲۴) در مسجد امام صادق (ع) - جنب میدان فلسطین، به مدت ۳۰ شب و با موضوع «تنها مسیر (راهبرد اصلی در نظام تربیت دینی)» سخنرانی می‌کند و پایان بخش برنامه شهبای این مسجد، دقایقی مداحی و سپس مناجات حجت الاسلام علیرضا پناهیان از ساعت ۱ تا ۱:۳۰ بامداد است. در ادامه گزیده‌ای از مباحث مطرح شده در **چهاردهمین جلسه** را می‌خوانید:

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 این طور نیست که به طور مطلق با همه دوست داشتنی‌ها مبارزه کنیم، بلکه باید با برنامه مبارزه کنیم. برنامه‌ریزی متمرکز و پرهیز از تکرارهای مضر 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 أَيَّاماً قَصِيْرَةً أَعْقَبَتْهُمْ رَاحَةً طَوِيْلَةً؛ نهج البلاغه/ خطبه ۱۹۳).

۱. کسی که مسأله رنج را حل نکرده باشد، نفسش مدام فریض 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 راحت طلب 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، اماره به سوء است. (إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ؛ یوسف/ ۵۳) علت اصلی فریب خوردن با بهانه‌های به ظاهر دینی و زیبا هم این است که راحت‌طلبی پنهان خود را از ریشه نکرده‌ایم 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 رنج «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.

۲. کسی که مسأله رنج را حل نکرده باشد، اگر آدم خوبی بشود، خیلی خوب نمی‌شود

- مطلب دیگر در مورد نتیجه نپذیرفتن رنج این است که اگر مسأله رنج را برای خودت حل نکرده باشی، اگر آدم خوبی هم بشوی، آدم خیلی خوب نمی‌شوی؛ چون انانیت تو باقی مانده است. **عرفا و بزرگان تلاشی 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، آن قدر 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 پیامبر اکرم(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 (مَنْ أَكَلَ مَا يَشْتَهِي وَ لَيْسَ مَا يَشْتَهِي لَمْ يَنْظُرِ اللَّهُ إِلَيْهِ حَتَّى يَنْزِعَ أَوْ يَتْرُكَ: التمهيص/ص ۳۴). پس برای جلب نگاه خدا، ترک این لذت‌ها لازم است.

رابطه 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 مَنْ طَلَبَ الْعِبَادَةَ تَزَكَّى لَهَا**» (تحف العقول/ص ۲۳۶).

- 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 «صلاة» 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 لاقلاً سر نماز مبارزه با نفس کن. از حلال، لباس تهیه کن و در نماز بیوش. 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. لاقلاً در نماز مبارزه با نفس کن.

کدام دوست‌داشتنی محدودیت ندارد؟

- این طور 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)، هدیه 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 حَصَّنَا بِهِ مِنْ وَّلَائِيكُمْ طَيِّباً لِيَخْلُقَنَا وَ طَهَّارَةً لِنَفْسِنَا وَ تَزَكِيَةً لَنَا** (مفاتیح الجنان، زیارت جامعه کبیره)

