

پناهیان: کاش صدا و سیما جنایات دشمن را بیشتر نشان می‌داد تا مردم بدانند

دشمن یعنی چه

جلسات هفتگی هیئت محبین امیرالمومنین(ع) هر هفته با سخنرانی حجت الاسلام علیرضا پناهیان و با موضوع «تنها مسیر»(راهبرد اصلی در نظام تربیت دینی) و در ادامهٔ مباحث ماه مبارک رمضان برگزار می‌شود. در ادامه گزیده‌ای از مباحث مطرح شده در **اولین جلسه** را می‌خوانید:

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

• **در جلسات قبل دریاقتیم «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 «علم 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 این قدر آدم ارزشمندی شد؟ امام صادق(ع) در پاسخ، ابتدا به شیوهٔ 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 بوسیلهٔ آن بر هوای نفس خود غلبه کند و با نفس خود مجاهده نماید و خودش را از شر شیطان محافظت کند. به همین دلیل بود که خداوند به لقمان حکمت و عصمت داد؛ **سَأَلَتْ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ عَ عَنْ لُقْمَانَ وَ حِكْمَتِهِ أَلْتِي ذَكَرَهَا اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ، فَقَالَ: أَمَا وَاللَّهِ مَا أُوتِيَ لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ بِحَسَبِ وَ لَا مَالٍ وَ لَا أَهْلٍ وَ لَا بَسَطٍ فِي جِسْمٍ وَ لَا جَمَالَ وَ لَكِنَّهُ كَانَ رَجُلًا قَوِيًّا فِي أَمْرِ اللَّهِ مُتَوَرِّعًا فِي اللَّهِ ... وَ يَتَّبِرُ وَ يَتَّعَلَمُ مَا يُغَلِّبُ بِهِ نَفْسَهُ وَ يُجَاهِدُ بِهِ هَوَاهُ وَ يَحْتَرِزُ بِهِ مِنَ الشَّيْطَانِ فَكَانَ يَدَاوِي قَلْبَهُ بِالْفِكْرِ وَ يَدَاوِي نَفْسَهُ بِالْعِبَرِ- وَ كَانَ لَا يَطْعَنُ إِلَّا فِيمَا يَنْفَعُهُ- فَبِذَلِكَ أُوتِيَ الْحِكْمَةَ وَ مَنِحَ الْعِصْمَةَ ؛ تفسیر قمی /ج ۲/ص ۱۶۲**

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

• ما برای درک مبانی و راه‌های مبارزه با هوای نفس باید آموزش ببینیم و یک برنامهٔ 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. (نظام الدین مخالفة الهوی؛ غررالحکم/۴۲۷)

• امام صادق(ع) در ادامهٔ روایت می‌فرماید: «لقمان قلب خود را با فکر کردن زیاد و نفس خود را با عبرت‌ها ملدوا می‌کرد؛ فَكَانَ يَدَاوِي قَلْبَهُ بِالْفِكْرِ وَ يَدَاوِي نَفْسَهُ بِالْعِبَرِ» یعنی بسیاری از مسائل این علم را با فکر کردن و عبرت گرفتن از تجربه‌ها نیز می‌توان دریافت و دین تنها یک راهنماست. لازمهٔ 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 شدهٔ 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 هواست 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 كَانَ لَا يَطْعَنُ إِلَّا فِيمَا يَنْفَعُهُ- فَبِذَلِكَ أُوتِيَ الْحِكْمَةَ وَ مَنِحَ الْعِصْمَةَ.** «منبع پیشین»

• به این فکر کنید که چرا مبارزه با نفس به انسان حکمت می‌دهد و او را تولیدکنندهٔ 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 ائمهٔ 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 روایتهای 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 حَسَنَ نِيَّةٍ مِنْ أَحَدٍ أَكْتَفَهُ بِالْعِصْمَةِ**»(اعلام الدین/ص ۳۰۱) 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 می‌فرماید: شرط نبوت و وصایت، عصمت است؛ اما بر این که «عصمت، اصلاً تحققش منحصر به نبی و وصی است»، دلیل نداریم، زیرا در زید بن علی بن الحسین(علیهم السلام) احتمال عصمت می‌دهیم؛ من احتمال حسابی، حتی بالاتر از احتمال می‌دهم، که ایشان معصوم از خطیئه بوده نه معصوم از خطا. در جایی - گویا در تفسیرش - می‌گوید: «معصوم همان پنج تن بودند» که پیداست در این مسأله با معصوم (علیه السلام) گفتگو نکرده؛ اما هم خودش و هم پسرش (یحیی) با آن جوانی‌اش، معصوم از خطیئه بودند. و امام صادق (علیه السلام) فرموده است: «خدا عموم زید را رحمت کند؛ اگر پیروز می‌شد، حق ما را به ما وا می‌گذاشت.» همین طور در حضرت ابوالفضل و علی بن حسین (که در کربلا شهید شد) و این همه اصحاب سیدالشهداء؛ صحبت احتمال نیست واقع عصمت در اینها محرز است. و همچنین برای مقداد و سلمان؛ آیا می‌شود بگوییم عصمت ندارند؟ بلکه نزدیک عصر ما هم دیده شده کسانی که مدعی بودند: «معصیت بجا نیاوردیم عالماً و عامداً؛ از روی علم و عمداء، معصیت بجا نیاوردیم.» (گوهرهای حکیمانہ/۵۸)

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 هر وقت از اولین اقدام سخن می‌گوییم، این سؤال پیش می‌آید که اولین اقدام در کدام ساخت از ساخت‌های وجودی انسان؟

• به عنوان مثال، از جهت انواع روابط انسان، شاید بتوان گفت، از جهت رابطه انسان با خدا، اولین اقدام درست کردن نماز است، و از جهت رابطه با اطرافیان، اولین اقدام ظلم نکردن است. در رابطه 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 مرتبه «عمل و رفتار»، در مرتبه «فکر و اندیشه» یا در مرتبه «احساسات و علائق» هم می‌تواند فعالیت‌هایی انجام دهد. در اینجا نیز پرسش‌هایی پدید می‌آید: آیا اولین اقدام، اقدام در مرحله اندیشه است یا اقدام در مرحله عمل و رفتار است یا اقدام در مرحله 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 مرحله 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 مرحله گرایش نیست. چون یک سلسله گرایش‌ها 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 همه 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 «نفس خود» و به «ناانیت 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، نُر، 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؛ اَعْدَى عَدُوِّكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنَبَيْكَ» (مجموعه ورام/ج ۱/ص ۵۹) 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 بزیم 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/ای کاش صدا و سیما جنایات

دشمن در منطقه را نشان می‌داد تا مردم بدانند دشمن یعنی چه؟

• 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 نَفْسَكَ لِتَرُدَّهَا عَنْ هَوَاهَا فَإِنَّهُ وَاجِبٌ عَلَيْكَ كَجِهَادِ عَدُوِّكَ (تحف العقول/ص ۳۹۹)

• ای کاش صدا و سیما 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 ببینند و مفهوم «دشمن» را درک کنند.

دشمن‌شناسی و دشمن‌باوری خوبی نداریم/ ابلیس سعی می‌کند ما را از دشمن غافل کند/ هیچ آدم عاقلی

به دشمن 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 می‌برند باید یک بار نگاه کنیم و بارها به آن فکر کنیم. باید قیافه آن کسی که خیلی راحت دارد سر آن کشیش را جدا می‌کند ببینیم که چگونه این کار را انجام می‌دهد تا رذالت و خبالت 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 بزیم 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 اللَّهُ اللَّهُ فِي الْجِهَادِ لِلنَّفْسِ؛ فَبِهِ اَعْدَى اَلْعَدُوِّ لَكُمْ» (دعائم الاسلام/۲/۳۵۲) 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 ادامه 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؛ **وَإِنَّ أَوْلَ الْمَعَاصِي تَصْدِيقُ النَّفْسِ، وَالرُّكُونُ إِلَى الْهَوَى**» (دعائم الاسلام/۲/۳۵۲) لازمه 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 آلا 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 همه 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 حق با اوست، بلافاصله تکبر می‌کند)؛ **يَا أَحْمَدُ لَا تَتَزَيَّنْ بِلِبَاسِ الْبَلَّاسِ وَ طَيِّبِ الطَّعَامِ وَ لَبِنِ الْوَطَاءِ فَإِنَّ النَّفْسَ مَا أَوْى كُلَّ شَرٍّ وَ هِيَ رَفِيقُ كُلِّ سَوْءٍ، تَجْرُهَا إِلَى طَاعَةِ اللَّهِ وَ تَجْرُكُ إِلَى مَعْصِيَتِهِ وَ تَخَالِفُكَ فِي طَاعَتِهِ وَ تُطِيعُكَ فِيمَا تَكْرَهُ وَ تَطْعَى إِذَا شَبِعَتْ وَ تَشْكُو إِذَا جَاعَتْ وَ تَعْصَبُ إِذَا افْتَقَرَتْ وَ تَتَكَبَّرُ إِذَا اسْتَعْتَتْ**» (الجواهر السنیه فی الأحادیث القدسیه/ص ۳۸۳)

مَثَلُ نَفْسٍ مَثَلُ شْتَرْمَرِغٍ اسْتِ، خَبِيلِي مِي خُورِدُ وُلِي نِه بَار مِي كَشْدُ وَ نِه پَرَوَاز مِي كَنْدُ / مَثَلِ نَفْسِ، مَثَلِ

خَرَزْمَرِه اسْتِ

• در ادامه این حدیث قدسی می‌فرماید: «مَثَلُ نَفْسٍ مَثَلُ شْتَرْمَرِغٍ اسْتِ، خَبِيلِي غِذَا مِي خُورِدُ وُلِي نِه بَار كَشِي مِي كَنْدُ وَ نِه پَرَوَاز مِي كَنْدُ وَ هِيچِ خِدْمَتِي اِنْجَام نَمِي دَهْدُ وَ مَثَلِ نَفْسٍ مَثَلِ خَرَزْمَرِه (نام درختچه‌ای سمی و همیشه‌سبز) اسْتِ كِه ظَاهِرِش زَبِيَا وُلِي بَسِيَارِ تَلَخِ وَ بَدْمَزِه اسْتِ؛ **مَثَلُ النَّفْسِ كَمَثَلِ النَّعَامَةِ؛ تَأْكُلُ الْكَثِيرَ وَ إِذَا حَمِلَ عَلَيْهَا لَا تُطِيرُ وَ مَثَلُ الدَّقْلِيِّ لَوْتُهُ حَسَنٌ وَ طَعْمُهُ مُرٌّ**»

• روزی ظرف فالوده‌ای خدمت امیر المؤمنین(ع) آوردند و در برابر آن حضرت گذاشتند. امام(ع) به صافی و زیبایی آن نگریست و انگشت خود را به آن زد و آن را چشید، و فرمود: همانا حلال، پاک و نیکوست و این حرام نیست، اما من خوش ندارم نفس خود را به چیزی عادت دهم که تاکنون بدان عادت نداده‌ام. این ظرف را از جلو من بردارید. پس، آن را برداشتند. (أَتَى أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ عَلَيْهِ السَّلَامُ بِخَوَانِ فَاوَدَجٍ، فَوَضِعَ بَيْنَ يَدَيْهِ فَنَظَرَ إِلَى صَفَائِهِ وَ حُسْنِهِ، فَوَجِعَ بِاصْبَعِهِ فِيهِ حَتَّى بَلَغَ أَسْفَلَهُ، ثُمَّ سَلَّهَا وَ لَمْ يَأْخُذْ مِنْهُ شَيْئًا، وَ تَلَمَّظَ إِصْبَعَهُ وَ قَالَ: إِنَّ الْحَلَالَ طَيِّبٌ وَ مَا هُوَ بِحَرَامٍ، وَ لَكِنِّي أَكْرَهُ أَنْ أُعَوِّدَ نَفْسِي مَا لَمْ أُعَوِّدْهَا، إِرْقَعُوهُ عَنِّي، فَرَفَعُوهُ؛ محاسن/ ۴۰۹/۲)

• امام صادق(ع) به نقل از پدراناش فرمود: مقداری خبیص(حلوایی تهیه شده از آرد و خرما و کشمش و روغن) خدمت امیرالمؤمنین(ع) آوردند، حضرت از خوردن آن خودداری ورزید. عرض کردند: آیا آن را حرام می‌دانید؟ فرمود: نه، اما می‌ترسم نفسم به آن علاقه‌مند شود و به دنبال آن بروم. (عَنْ جَعْفَرِ الصَّادِقِ إِنَّ أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ عَلِيَّ بْنَ أَبِي طَالِبٍ عَ اتَى بِخَبِيصٍ فَأَبَى أَنْ يَأْكُلَهُ فَقَالُوا لَهُ أَلَا تَحْرَمُهُ قَالَ لَا وَ لَكِنِّي أَخَشَى أَنْ تَتَوَقَّ إِلَيْهِ نَفْسِي فَاطْلُبُهُ ثُمَّ تَلَّا هَذِهِ الْآيَةَ- أَذْهَبْتُمْ طَيِّبَاتِكُمْ فِي حَيَاتِكُمُ الدُّنْيَا وَ اسْتَمْتَعْتُمْ بِهَا/مفید/ ۱۳۴ و الفارات/ ۵۹/۱) مشابه همین داستان را برای حضرت رسول(ص) نیز نقل کرده‌اند (محاسن/۴۰۹/۲)

• درواقع حضرت امیر(ع) چون خیلی خوشمزه بود نخوردند، و توضیح دادند که اگر من اینجا به خواسته نفس خودم پاسخ مثبت بدهم این نفس پُرو می‌شود و جاهای دیگر شروع می‌کند به نق زدن و زیاده‌خواهی کردن، و بعد دیگر انسان از پس آن بر نمی‌آید.

«گرچه را دم حجله باید کشت» درباره نفس باید انجام شود/ از همان اول باید در مقابل خواسته‌های نفس

ایستاد و آلا لوس و پُرو می‌شود و دیگر از عهده آن بر نمی‌آییم

• باید از همان ابتدا به نفس خودمان جواب منفی بدهیم و الا این نفس، لوس و نُتُر و پُرو می‌شود و بعد جاهای دیگر شروع می‌کند به نق زدن و دیگر از عهده آن بر نخواهیم 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: «گرچه را دم حجله باید کشت» درباره نفس باید انجام شود. روی نفس را از همان اول باید کم کنیم و الا وقتی قدرت پیدا کند دیگر از پس آن بر نمی‌آییم. نفس پُرو، زود عصبانی می‌شود، دیر می‌بخشد، کینه‌ای می‌شود، زودرنج خواهد شد، دیر لذت می‌برد، زود شاک 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 «شکر» برویم که با هم صحبت کنیم و همه هم خوششان بیاید ولی بعد هم هیچ‌کس شاکر نشود و آخرش هم بگوییم «شکر عجب چیز خوبی است! ای کاش ما هم بتوانیم شاکر بشویم!» مگر این نفس 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 نُتُر ما قبول می‌کند که ما اهل صبر بشویم؟ ما وقتی می‌توانیم درباره مفاهیم زیبا و خوبی مثل «شکر»، «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 ...»

