

**پنهان: 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 «عزم» مبارزه با نفس، «حرکت» با چهار اقدام در دو جبهه آغاز می‌شود/ «ترک گناه» و «رضایت» ارزشمندترند اما «نماز» و «شکر»**

### مقدم

جلسات هفتگی هیئت محبین امیرالمؤمنین (ع) جمعه‌ها بعد از نماز مغرب و عشاء، در محل مسجد امام صادق (ع) واقع در میدان فلسطین با سخنرانی حجت الاسلام علیرضا پنهان و با موضوع «نتها مسیر» (راهبرد اصلی در نظام تربیت دینی) و در ادامه مباحث بسیار مهم ماه مبارک رمضان برگزار می‌شود. در ادامه گزیده‌ای از مباحث مطرح شده در سی و هفتمین جلسه را می‌خوانید:

**در چه شرایطی انتخاب بین علایق معنا دارد؟/ ارزش افزوده؛ نتیجه عبور از «علایق پیدای» 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 پایین برود. البته اینها توصیف است و تعریف دقیق هويت 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 لازمه این تغییر این است که خلاف علاقه‌اش حرکت کند. پس مخالفت با علاقه، در واقع بخشی از تعریف و ماهیت انسان است، نه یک توصیه مهم به انسان. البته میزان و چگونگی این مخالفت و اینکه آیا مخالفت با همه علاقه‌ها هست یا برخی از علاقه‌ها، توضیح و تفصیل زیادی دارد که در جلسات قبل به آن پرداخته شد.
- اگر انسان یک نوع علاقه داشته باشد، طبیعتاً به دنبال آن می‌رود. اگر دو نوع علاقه مساوی در دل داشته باشد، همیشه حیران می‌ماند که به سمت کدام یک برود و اگر این دو نوع علاقه، نامساوی باشند همیشه دنبال علاقه 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 علاقه 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 علاقه پیدای به سمت علاقه پنهان باعث تولید ارزش افزوده می‌شود. ماهیت تولید ارزش افزوده ارتباطی به آگاهی ندارد، زیرا در اینجا آگاهی نقش 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 فرشته 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 میل 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 هويت 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 فرداینی و غیر متدینانه هم می‌توان آن را برای همه 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 دوست‌داشتنی‌ها مخالفت کرد؟ برنامه 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 مبارزه 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، مخالفت کنی؛ وقتی حرف خدا را گوش می‌کنی، آن قدر منیت 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): ۱- تفکر (نگرش منفی به نفس) ۲- عزم (بنای مبارزه)

- بعد از این مقدمات گفتیم که قدم اول برای حرکت، داشتن «نگرش 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 اول شرط مجاهده با نفس و حرکت به جانب حق تعالی «تفکر» است» (شرح چهل حدیث/ص ۶) «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 برای انسان مجاهد پیش می‌آید، منزل «عزم» است... و عزمی که مناسب با این مقام است عبارت است از بنا گذاری» (شرح چهل حدیث/ص ۷). 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: ۱- عمل اعضاء ۲- عمل قلب / «رضایت» و «شکر»؛ دو فعل قلبی که شما را تا بهشت می‌برد

- تا اینجا 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 فعل 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 ۱- «انجام اوامر الهی» باشد و می‌تواند ۲- «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 ۱- «رضایت» باشد و می‌تواند ۲- «شکر» باشد. افعال باطنی و قلبی نیز به «شکر برای داشته‌ها» و «رضایت برای نداشته‌ها» تقسیم می‌شوند. شکر جنبه ایجابی دارد و رضایت جنبه 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: «کسی که در دلش هوایی جز رضایت از خدا نگذرد (جز خوشنودی از خدا در دلش خطور نکند) من ضمانت می‌کنم که خداوند دعایش را مستجاب کند؛ اَنَا الضَّامِنُ لِمَنْ لَمْ يَهْجُسْ فِي قَلْبِهِ إِلَّا الرِّضَا أَنْ يَدْعُوَ اللَّهَ فَيَسْتَجَابَ لَهُ» (کافی/۲/۶۲)
- 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» ارزشمندترند 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 الصَّلَاةَ تَهْتَبِي عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ» (عنکبوت/۴۵) 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: «وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ» (بقره/۴۵) 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 اولویت دارد. چون به ترک گناه- که سخت‌تر است- کمک می‌کند)
- حضرت امام(ره) هم در ادامه آن کلام می‌فرماید: «بدان که هیچ راهی در معارف الهیه پیموده نمی‌شود مگر آنکه ابتدا کند انسان از ظاهر شریعت. و تا انسان متأدب به آداب شریعت حقه نشود، هیچیک از اخلاق حسنه از برای او به حقیقت پیدا نشود، و ممکن نیست که نور معرفت الهی در قلب او جلوه کند و علم باطن و اسرار شریعت از برای او منکشف شود. و پس از انکشاف حقیقت و بروز انوار معارف در قلب نیز متأدب به آداب ظاهره خواهد بود.» (شرح چهل حدیث/ص ۸)
- حضرت امام(ره) در ادامه به یکی از عوامل مهم تضعیف عزم، اشاره می‌فرماید: «جرت بر معاصی کم‌کم انسان را بی‌عزم می‌کند، و این جوهر شریف را از انسان می‌ریاید. استاد معظّم [مرحوم آیت الله شاه‌آبادی] -دام ظلّه- می‌فرمودند بیشتر از هر چه، گوش کردن به تغیبات سلب اراده و عزم از انسان می‌کند.» (شرح چهل حدیث/ص ۸) یعنی اینکه موسیقی گوش کردن بیشتر از هر چیزی عزم انسان را تضعیف می‌کند.
- برای مبارزه با نفس ۴ عمل نیاز است که دو مورد ظاهری و دو مورد باطنی است. در این اعمال، موارد ایجابی را رتبه 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 می‌گیرد. 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) می‌فرماید: «در آنچه حق برای تو لازم کرده، در مقابل چیزی که دوست نداری صبر کن؛ اصْبِرْ عَلَى مَا تَكْرَهُ فِيمَا يَلْزَمُكَ الْحَقُّ» (نزه الناظر و تنبيه الخاطر/ص ۸۵) یعنی در مقابل چیزهایی که حق بر ما تکلیف کرده یا دستور داده یا برای ما مقدر 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 فِيمَا يَدْعُوكَ إِلَيْهِ الْهَوَى» (همان). این چهارچوب به تعابیر مختلف در کلمات معصومین(ع) برای ما بیان شده است.

