

سخنرانی هفتگی در هیئت محبین امیرالمؤمنین(ع)/ قسمت سوم مباحث «تنها مسیر»: راحت‌طلبی ج ۱

## پناهیان: تفسیر زندگی «مدیریت علاقمندی‌ها» و تفسیر بندگی «اجرای برنامه خدا برای مدیریت علاقه‌ها» است/ راحت‌طلبی مبدأ بسیاری از گرفتاری‌های روحی، اخلاقی و مشکلات ما در سبک زندگی است/ محبت خدا علاقه به راحتی را از آدم می‌گیرد

پناهیان: این قدر دربارهٔ بچه‌ها بتان نگویید: «بگذار بچه راحت باشد!» با این کار در واقع بچه 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 روحیهٔ 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 جامعه ما، نگرش‌ها و نگاه‌های بسیار مثبت نسبت به راحتی وجود دارد، واقعاً یک فاجعه برای رشد و تعالی است. در حالی که این «راحتی» سم مهلک است و باید آن را کنار بزنیم.

با پایان یافتن بخش اول و دوم مباحث بسیار مهم «تنها مسیر»، که به تبیین جهاد اکبر یعنی مبارزه با هوای نفس آشکار و پنهان می‌پرداخت، بخش سوم مباحث «تنها مسیر» با موضوع یکی از مصادیق مهم هوای نفس، یعنی «راحت‌طلبی» آغاز شد که کلیات آن در مراسم سوگواری ایام فاطمیه در حسینیه امام خمینی ارائه شده بود. جلسات هفتگی مباحث «تنها مسیر» جمعه شب‌ها در مسجد امام صادق(ع) واقع در میدان فلسطین به همت هیئت محبین امیرالمؤمنین(ع) برگزار می‌شود. در ادامه گزیده‌ای از مباحث مطرح شده در اولین جلسه از قسمت سوم مباحث «تنها مسیر» - راحت‌طلبی اولین گرایش انسان - را می‌خوانید:

### 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 شناسیم 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، همین مقدار ایمان ما و همین مقدار 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 بگذاریم. نام این «مخالفت و موافقت» یا «بیدارساختن و خواباندن 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 خاطر علاقه‌هاست که چیزهایی را یاد بگیریم و بفهمیم. و هر چیزی را هم که یاد می‌گیریم، اثرش در علاقه‌های تو معلوم خواهد شد.

### خداوند به جریان مدیریت علاقه‌های ما نگاه می‌کند که ببیند در مدیریت علاقه‌های ما 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. ریشهٔ 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 نقتم - سر همین مدیریت علاقه‌هاست. و در نهایت هم از ما این را می‌خواهد: «إِلَّا مَنْ أْتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» (شعراء/۸۹) 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 با عظمت است که خداوند در حدیث قدسی می‌فرماید: «زمین و آسمان جای من نیست، اما قلب بنده مؤمن، جای من است؛ لَا يَسْتَعِينِي أَرْضِي وَلَا سَمَائِي وَلَا كُنُ يَسْتَعِينِي قَلْبُ عَبْدِي الْمُؤْمِنِ» (عوالی اللالی/ج ۴/ص ۷) یعنی قلب بنده 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 استننا 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 ببری 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 علاقه‌مندی‌هاست، 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 علاقه انسان است و این علاقه 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 بیورد. 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، آن جایی است که شما می‌خواهید با برخی از علاقه‌های خود مخالفت کنید. 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 به دست آمده‌اند نیست، اصل زندگی همان علاقه‌هایی است که به دست نیاورده‌ای یا علاقه‌هایی که می‌خواهید با آنها مخالفت کنید. اصل زندگی در آن بخش تلخ ماجراست. به همین دلیل گفتیم که «نخ تسبیح همه فضاثل، مخالفت کردن با هوای نفس است» امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: «نظام دین، مخالفت با هوای نفس است؛ نِظَامُ الدِّينِ مُخَالَفَةُ الْهَوَى» (غررالحکم/ص ۷۲۱)

### 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 علاقه بد و مزاحمی را کنار بزنیم، یک علاقه بد و مزاحم دیگر رو می‌آید. پیامبر (ص) فرمود: «هر عیبی را از خود دور کنی، یک عیب دیگر در خودت می‌بایی؛ فَإِنَّهُ لَا يَنْفِي مِنْهَا عَيْبًا إِلَّا بَدَأَ لَهُ عَيْبٌ؛ کافی/ج ۲/ص ۱۴۸) اگر هم بعد از یک مدتی همه 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 علاقه بدی بود که خدا فرمود باید از این علاقه دل ببری؟
- 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 علاقه‌های نرسی 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 دربارهٔ مبارزه با هوای نفس آشکار و پنهان صحبت کردیم، حالا می‌خواهیم دربارهٔ 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، علاقه 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 جامعه ما، نگرش‌ها و نگاه‌های بسیار مثبت نسبت به راحتی وجود دارد، واقعاً یک فاجعه برای رشد و تعالی است. در حالی که این «راحتی» سم 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 و کنترل 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 مسئله (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، آماده 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: «لَا تَطْلُبْ مَا لَمْ يُخْلَقْ» چیزی که خلق نشده تقاضا نکن! پرسیدند: آن چیست؟ فرمود «الراحة» لَمْ تُخْلَقْ فِي الدُّنْيَا» راحتی در دنیا خلق نشده (إخصال صدوق/۶۴/۱) راحتی کامل در این دنیا خلق نشده و همیشه در کنار هرمقدار راحتی، مقداری ناراحتی و رنج هست. لذا هم مدیریت کنی و بگویی: همین قدر 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: «تَفْسِيرُ الْعُبُودِيَّةِ بَدَلُ الْكُلِّ» تفسیر عبودیت این است که همه وجودت را به خدا بدهی. حتی اگر یک ذره از وجودت را بخواهی برای خودت نگه‌داری، دیگر عبد نیستی. شرط و شروط نباید بگذاری. «وَسَبَبُ ذَلِكَ مَنَعَ النَّفْسَ عَمَّا تَهْوَى وَ حَمَلَهَا عَلَى مَا تَكْرَهُ» 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 برنامه دین باشد) «وَ مِفْتَاحُ ذَلِكَ تَرْكُ الرَّاحَةِ» آغاز و کلید مخالفت با هوای نفس، ترک راحتی است. (مصباح‌الشریعه/ ۷) بنابراین اگر ترک راحت کنی، 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 علاقه به راحتی را از آدم می‌گیرد/ علاقه انسان به راحتی، فقط در لقاء الله جواب پیدا می‌کند

- امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: «أَقْلَبُ الْمُحِبِّ لِلَّهِ يُحِبُّ كَثِيرًا النَّصَبَ لِلَّهِ» قلبی که خدا را دوست دارد و عاشق خداست دوست دارد زیاد در راه خدا سختی بکشد «وَ أَقْلَبُ اللَّاهِي عَنِ اللَّهِ يُحِبُّ الرَّاحَةَ» و قلب بی‌خود و بی‌خبر از خدا، راحتی را دوست دارد (و انگار هنوز بالغ نشده است)؛ (مجموعه ورام/ ج ۲/ ص ۸۷) محبت خدا یکی از چیزهایی است که حب علاقه 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 لِقَاءَ اللَّهِ تَعَالَى» حضرت فرمود: راحتی، لقاء خداوند متعال است (بحار الانوار/ ۳۵/ ۳۸۳) یعنی تو فقط آنجا راحت می‌شوی؛ در ملاقات پروردگار عالم است که می‌توانی مزه واقعی راحتی را بچشی. این علاقه 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 شمه‌ای از این راحتی را احساس کنید؛ احساسی که از جنس لقاء الله است؟ بروید بهشت زهراء قطعه شهید، 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 وجود 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 رَبَّهُ» (مصباح‌الشریعه/ ۱۳) و امیرالمؤمنین (ع) فرمود: «مَعْرِفَةُ النَّفْسِ أَنْفَعُ الْمَعَارِفِ» (غررالحکم/ ۹۸۶۵) همین که 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؛ هرچولهای 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. **این قدر درباره بچه‌های خود، نگویید: «بگذار بچه راحت باشد!» با این کار در واقع بچه 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 حدی 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 اعصاب 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 روحیه 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 روحیه 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.**

