

## ﴿کانون سجادیه﴾

حوزه علوم اسلامی دانشگاهیان مرکز قزوین بزرگزار می‌کند:

### مسابقه کتابخوانی

﴿شرح فراز اول دعای هشم (پناه بردن به خدا) صحیفه سجادیه﴾

سلسله مباحث جناب جنت الاسلام والمسلمین علی اکبری

ویژه مکتبهان مسجد دانشگاه بین‌المللی امام خمینی قم



نیاد نهادهای تحقیق و ترویج علم و فرهنگ

وَكَانَ مِنْ دُعَائِهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ فِي الْإِسْتِغَاةِ مِنَ الْمَكَارِ وَ سَيِّئِ الْأَخْلَاقِ وَ مَذَامِ الْأَفْعَالِ:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَيْجَانِ الْحِرْصِ، وَ سَوْرَةِ الْغَصَبِ، وَ عَلَبَةِ الْحَسَدِ، وَ ضَعْفِ الصَّبْرِ، وَ قِلَّةِ  
الْقُناعَةِ، وَ شَكَاسَةِ الْخُلُقِ، وَ إِلْحَاحِ الشَّهْوَةِ، وَ مَلَكَةِ الْحَمِيمَةِ

ترجمه:

نيليش آن حضرت در پناه جستن به خدا از شر بدی؟

خدایا، پناه می برم به تو از شور آزمندی، و تسدی خشم، و چیرگی حسد، و کم طاقتی و ناخرسندی از روزی مقدر، و تدخیلی و زیاده روی در

لذت جویی، و پاشاری بر باطل

## شناختی کلی از محتوای دعای هشتم

دعای هشتم صحیفه‌ی سجادیه در کنار دعای بیستم دیده می‌شود. چون دعای مکارم الاخلاق که دعای مشهور صحیفه‌ی مبارکه است، درباره‌ی اخلاق والا و پسندیده است؛ اما عنوان این دعا، این است: «وَ كَانَ مِنْ دُعَائِهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ فِي الْاسْتِغَاذَةِ مِنَ الْمَكَارِهِ وَ سَيِّئِ الْأَخْلَاقِ وَ مَذَامِ الْأَفْعَالِ؛ نیایش در پناه جستن به خدا از ناملایمات و اخلاق ناستوده و کردارهای تاپسندیده».

در این دعا، امام سجاد (علیه الصلاة و السلام) به خدای متعال از «الْمَكَارِهِ وَ سَيِّئِ الْأَخْلَاقِ وَ مَذَامِ الْأَفْعَالِ»، پناه می‌برد؛ پس استعاذه است؛ به معنای پناهنه شدن. مکاره؛ جمع مکروه است، چیزهایی که ناپسند و آزاردهنده است. «الْأَخْلَاقِ»، جمع خلق است، به ساختار روانی و شخصیتی مربوط می‌شود، چیزهایی که مجموعه‌ی آنها شخصیت را می‌سازد. در برابر خلق است که بدن و اندامهای ظاهری ما است. «سَيِّئِ» از سوء می‌آید و به معنای بدی است. «مَذَامِ الْأَفْعَالِ»، اینجا «الْأَفْعَالِ»، از فعل به معنای عمل می‌آید، انواع و اقسام کارهای مختلفی که ما انجام می‌دهیم و در بخش جوارحی تعریف می‌شود. «مَذَام» به معنی مذمت و افعالی است که مورد مذمت و سرزنش است؛ چه مذمت الهی و چه مذمت خلق.

استعاذه، در باب استفعال - باب تأکید - به معنی طلب پناهندگی است. اگر خواستیم موردی را تأکید کنیم، از باب استفعال استفاده می‌کنیم. در جمله‌ی اول حضرت فرمودند: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ، خَدِيَا، مَنْ بِهِ تُوْپَاهَ مَبِرَّمٌ»، این کلمه برای شما شناخته شده است، یک واژه‌ی قرآنی مورد استفاده قرار گرفته است. در جایی که مضطرب می‌شوید، می‌ترسید و احساس خطر می‌کنید، درست مثل بچه‌ای که وقتی احساس خطر می‌کند، بی‌درنگ خود را در آغوش مادر یا پدرش می‌اندازد، این حالت را پناهنه شدن می‌گویند و در آنجا این کلمه به کار می‌رود.

کلمه‌ی «أَعُوذُ» یا «أَسْتَعِيدُ» هیچ ربطی به لفظ ندارد و لفظش در اینجا، خیلی خیلی کم تأثیر است؛ یعنی از الان تا قیامت، بگو: «أَعُوذُ»، «أَسْتَعِيدُ»، هیچ خبری نمی‌شود تا آن اتفاق اصلی نیفتد. برای مثال، جلوی یک شیر وقتی در حالت حمله است، با لفظ طلب پناهندگی کن، هیچ اتفاقی نمی‌افتد. باید بدوى، باید خودت را به پناهگاه برسانی. این آیات قرآن را بخوانی: «أَعُوذُ، قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ، مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ، وَ مِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ؛ بگو: پناه می‌برم به پروردگار سپیده دم، از شر آنچه آفریده و از شر تاریکی چون فراگیرد»، کاری را حل نمی‌کند تا اقدامی صورت نگیرد؛ یک اقدام از سر اضطرار کامل و ترس که منجر می‌شود خودت را از محیط خطر سریعاً دور کنی. آدمی که کلمه‌ی «أَعُوذُ» را می‌گوید، آدمی است که می‌دود، نه اینکه در حالت ایستاده و ساکن دنبال پناهگاه بگردد. آثیر خطر به صدا درآمده است و او هم از وحشت به دنبال پناهگاه می‌دود؛ تا به آن مرحله نرسیم، نجات اتفاق نمی‌افتد.

مکاره در اینجا با «سَيِّئِ الْأَخْلَاقِ» و «مَذَامِ الْأَفْعَالِ»، چه نسبتی دارد؟ کسی که عنوان گذاری کرده، با دقت و هوشیاری این عنوانین را انتخاب کرده است. ما عنوانین صحیفه را از متن نمی‌دانیم و به انتخاب امام (علیه السلام) نیست. کسی که صحیفه را جمع‌آوری کرده، این عنوان‌بندی‌ها را انجام داده؛ ولی نشان می‌دهد که در سطح بالایی از شناخت، فهم و درک مضماین بوده است. در این دعا ۴۴ خطر بیان شده است که از آنها به آغوش رحمت حق می‌گریزیم و به سوی خدای متعال فرار می‌کنیم. بخشی‌شان از قبیل مکاره به معنی امور ناپسند هستند که گاهی از بیرون به سر ما آمده است؛ مانند غلبه‌ی شیطان یا سلطان که قدرت شوم بیرونی بر انسان مسلط می‌شود و شما به خدا پناه می‌برید. یا ممکن است از قبیل ابتلائات باشد، مانند فقر؛ یا از قبیل امتحان‌ها باشد، مانند بیمار. اما «سَيِّئِ الْأَخْلَاقِ»، درونی است؛ از درون ما می‌جوشد و به اخلاق مربوط است که حالات درونی ما است.

«مَذَامُ الْأَفْعَالِ»، مربوط به رفتارهای بیرونی است که افعال ناپسند مورد نظر است. در این دعا مواردی را مشاهده می‌کنید که انسان از آنها به خدای متعال پناه می‌برد که فعل و خلق نیستند، مکاره است؛ امور ناپسندی که از بیرون متوجه ما شده است.

در روایات اهل بیت (سلام الله و سلامه علیهم اجمعین)، تقسیم‌بندی‌های بسیار جالبی در در سیّئات و حسانات، و خوبی‌ها و بدی‌های اخلاقی داریم. یک نمونه‌اش، حدیث شریف جنود عقل و جهل است؛ آنجایی که شما احساس می‌کنید که امام (علیه الصلاة و السلام) در مقام احصاء است. در اصول کافی باب عقل و جهل و در کتاب العقل و الجهل، هفتاد و پنج مورد دسته‌بندی شده است. آنجا امام (علیه السلام) در مقام احصاء است و با یک ترکیب خیلی بدیع، فوق العاده هنری، نسبت جایگاه عقل و جهل را با خدای متعال بیان می‌کند. سپس یک لشکر ذیل هر کدام تعریف می‌کند که «جُنُودُ الْعُقْلِ وَ الْجَهْلِ» می‌شود. لشکر عقل و لشکر جهل - در لیستی مت Shankل از ۷۵ مورد - در برابر و رو به روی هم هستند؛ لذا به صورت زوج است و دو تا فهرست می‌شود.

بزرگان ما به آن حدیث نورانی التفات و توجه داشته‌اند. امام راحل عارف عظیم الشأن ما که رضوان خدا و رحمت خدا بر آن وجود مقدس و روح مطهر باد، نگاشته‌ای به نام شرح حدیث جنود عقل و جهل به زبان فارسی دارند که ظاهراً آخرين نگاشته‌ی اخلاقی امام راحل است. در سن<sup>۱</sup> کمال‌الشان نگاشته شده؛ لذا بحث‌هایش پخته و عالی، از آب درآمده است و حاوی موعظه‌های تکان‌دهنده است. بعضی جاها اوج عرفان نظری و حکمت نظری دارد و بعضی جاها اوج حکمت عملی و موعظه. شبیه کاری است که در چهل حدیث و شرح اربعین حدیث‌شان انجام داده‌اند.

متأسفانه این کار امام راحل عظیم الشأن ناتمام مانده است. خود ایشان هم بعدها حسرتش را خوردنده که کاش آن کار را تمام می‌کردند. از این فهرست ۷۵ موردی، فقط ۲۵ مورد آنجا شرح داده شده است. آنهایی که عظمت کار امام را می‌دانند و اهل این رشته هستند، خیلی حسرت می‌خورند که کاش بقیه‌اش هم انجام می‌شد.

در بین روایات ما، روایاتی است که خوبی‌ها و بدی‌ها، فضائل و رذائل فهرست شده است. یکی از جاها‌یی که این فهرست به صورت قابل ملاحظه‌ای ارائه شده، در دعای بیستم صحیفه‌ی مبارکه‌ی سجادیه - دعای مکارم الاخلاق - و در رذائل، دعای هشتم صحیفه‌ی مبارکه‌ی سجادیه است؛ لذا دعای هشتم دعای خیلی مهمی است. کلمه‌به کلمه و واژه‌به واژه‌اش باید در مقام خودسازی مورد توجه باشد. فهرست جدی از چیزهایی است که جهاد اکبر همه‌جانبه‌ای را می‌خواهد تا انسان از این مرحله نجات پیدا کند.

### تقدیم ترک گناه بر انجام مستحبات

علت اینکه ما بحث را با تفسیر دعای مکارم الاخلاق شروع نکردیم، این است که تا مبتلا به مصیبت‌هایی باشیم که در این دعا آمده است، کار ما در مکارم پیش نمی‌رود. از مرحوم آیت الله العظمی بهجت (اعلی الله مقامه الشریف)، مکرر دیده و شنیده‌ایم که اگر کسی به ایشان مراجعه می‌کرد و دستور سلوکی یا چیزی می‌خواست، بی‌درنگ می‌فرمودند: «ذکر عملی آقا!». طرف یک لحظه به خودش می‌آمد که من حدس می‌زدم به من بگویید، بگوییم: «سُبُّوحٌ قُدُّوسٌ رَبُّ الْمَلَائِكَةِ وَ الرُّوحُ؛ پاک و منزه است خداوند و پروردگار فرشتگان و روح القدس»، به خدای متعال از ذکر بازی پناه می‌بریم که در زمان ما راه افتاده و بازارش داغ است. من در حرم مطهر حضرت رضا (علیه الصلاة و السلام) مشغول زیارت بودم. جوانی در گوشم گفت: آقا یک ذکر سنگین به من بده. گفتم: توقع داری به تو بگوییم برو از الان تا صبح در گوشه‌ی حرم بنشین، ذکر و کلماتی را بگو. نه آقاجان این حرف‌ها نیست. البته منکر نیستم، آن در جای خودش، برای اهل خودش و به اندازه‌ی خودش است. غرضم این بود که ذکر عملی داشته باشیم. ذکر عملی یعنی گناه نکردن. قرآن کریم می‌فرماید: «إِنَّ الَّذِينَ آتَقُوا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُّبْصِرُونَ؛ در حقیقت، کسانی که [از خدا] پروا دارند، چون وسوسه‌ای از

جانب شیطان بدیشان رسد [خدا را] به یاد آورند و بناگاه بینا شوند». این ذکر عملی است، هنگامی که وسوسه شدی، به یاد خدای متعال بیفت و گناه را رها و ترک کن.

مرحوم آیت الله خوشوقت (اعلی‌الله مقامه الشریف)، کسانی را که از ایشان طلب ذکر می‌کردند، به ترک گناه دعوت می‌کرد. یکی از دوستان را که بسیار اصرار داشت، خدمت ایشان فرستادم. گفتم: دوام می‌آوری؟ گفت: بله. شرفیاب شده بود، بعد از حدود دو یا سه جلسه، گفت: شما ما را کجا فرستادید؟ گفتم: چطور؟ گفت: این آقا چیزی به ما نمی‌گوید. گفتم: جدّاً می‌گویی؟ گفت: آره، خدمت آقا رفتم، می‌گوییم آقا یک راهنمایی بفرمایید. به من می‌گوید: انجام واجبات، ترک محرمات. اصرار کردم، گفت: آقاجان گناه نکن، این مسئله است، گناه نکن. گفتم: همه‌ی حرف‌ها را به تو گفته است؛ به خاطر اینکه تا شما به گناه ابتلا داشته باشید و ایشان وضعیت تو را می‌بیند، دیگر چیزی به شما نمی‌گوید. ایشان خیلی چیزها می‌گوید، باید یک ظرف پاکیزه‌ای ببیند. تو یک ظرف آلوده را بردم. ایشان شیر تمیز پاک را در یک ظرف کثیف نمی‌ریزند. بعضی‌ها رفتند پیش کسانی که ناآگاه بودند، از این طور پیشنهادها به ایشان دادند، شیطان از مسیر دیگری آنها را بیچاره کرد و زمینی خوردند که دیگر نمی‌توانند بلند شوند، اینها را باید مراقبت کرد.

گندم چهل‌ساله‌ی انبان کجا است

تا که موش دزد در انبان ماست

وانگه در جمع گندم کوش کن

اول ای جان فکر دفع موش کن

خلاصه آنکه علت انتخاب دعای هشتم این است که تطهیر مقدم است. در طب هم همین‌طور است. جلسه‌ی پیش گفتم سراغ چه کسی بروید. دکتر و پزشک زیاد است، طبیب پیدا کنید که خیلی کم است. این صنع الهی را دست هر کسی نبایدداد؛ باید دست طبیب داد. در معنویات هم همین‌طور است. طرف مسموم است، خیلی طول می‌کشد تا سمزدایی شود. کلی زمان لازم است تا سمزدایی شود. در بین بزرگان ما هم مشهور است، می‌گویند: مرحله‌ی اول تخلیه است. در این فهرست چهل و چهارموردی، مواردی داریم که کل حسنات را نابود می‌کند. مواردی است که اگر کسی به آن مبتلا باشد هیچ حسن‌های برایش نمی‌ماند، همه‌اش حبظ می‌شود و از دست می‌رود.

در این عناوین یک عملیات شناختی داریم که موضع را بشناسیم. برای مثال در اولین مورد، حضرت می‌فرمایند: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَيَاجَنِ الْحِرْصِ؛ خَدَايَا، مَنْ بِهِ تَوْپِنَاهُ مِنْ بَرْمٍ أَزْطَغْيَانَ حَرْصًا»، ما باید حرص را بشناسیم، هیجانش را شناسایی کنیم، یک کار شناختی داریم. دو، یک فهرست عملیاتی داریم. در مورد اخلاق، پیشنهادهای کابردی و عملی خواهیم داشت. در شناخت، سعی من این خواهد بود که به خودم و دوستان باذن الله تعالیٰ کمک کنیم تا بنگریم آیا مبتلا هستیم یا نه؟ این مهم است که به سطحی از شناخت برسیم، بتوانیم درباره خود قضاوت کنیم. در قسمت دوم، اگر کسی ابتلا دارد، راه نزدیک برای اینکه بتواند از آن نجات پیدا کند، مورد نظر ما است که معنای واقعی «أَعُوذُ» می‌شود.

نکته‌ی پایانی اینکه وزن این ۴۴ مورد یک اندازه نیست. میزان ابتلا در بعضی موارد وزنش سنگین و مخاطره‌اش زیاد است. در بعضی‌ها خطرش کمتر است؛ پس آنجایی که وزن و مخاطراتش بیشتر است، بحث ما بیشتر خواهد بود. آنجایی که کمتر است، سریع‌تر عبور خواهیم کرد. بنابراین بحث ما در دعای هشتم، با بحث‌های گذشته‌مان فرق می‌کند و تفاوت خاصی دارد.

### معرفی هشتمین دعای صحیفه‌ی مبارکه‌ی سجادیه

موضوع سخن هشتمین دعا از صحیفه‌ی مبارکه‌ی سجادیه است. این دعای نورانی، دعایی متفاوتی و یکپارچه است، با کلمه‌ی «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ»، شروع می‌شود، تا پایان این دعای نورانی، چهل و چهار مانع از موانع درونی و بیرونی احصاء شده است که ما را از قرب به پروردگار متعال محروم و محجوب می‌کند و جزء مزاحمان طریق محسوب می‌شود. این موارد ذیل کلمه‌ی مقدس «أَعُوذُ بِكَ» قرار گرفته است.

مطلوب اول، در مورد عبارت «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ» است. انسان سالک در مقام پناهندگی، با کلمه‌ی «اللَّهُمَّ»، پروردگار عزیز را صدا می‌زند. «اللَّهُمَّ» در مقام پناهنده شدن و پناه بردن، ذیل یک مجموعه‌ای از اسماء الهی قرار می‌گیرد. در اینجا شما خدای متعال را صدا می‌زنید، در یک وضع خیلی عجیب که خودتان را در محاصره‌ی دشمنانی می‌بینید که دست بر نخواهند داشت تا قدم سلوک شما را قطع کنند. این دشمنان هم درونی و هم بیرونی هستند. از نفس امّاره، تا شیاطین، انواع گوناگون انس و جن شما را محاصره کرده‌اند. به اضافه‌ی مشکلات، مکاره و دشواری‌هایی که آنها هم به نوعی در مسیر مزاحمت دارند. چنین کسی اگر موقعیت خودش را بفهمد، مضطر خواهد شد؛ چراکه می‌بیند هیچ راهی جز پناه بردن به قادر مهربان ندارد.

یک معنای «اللَّهُمَّ» این است که ای کسی که با از حال من خبر هستی، ای «عَلِیْم»، وضع من، این است که تو می‌بینی. پس، معانی خبیر، سميع و بصیر را هم شامل می‌شود. بنابراین یا عَلِیْم، یا خَبِیر، یا سَمِيع، یا بَصِیر، این حال و وضع من است، تو حال مرا از من بهتر می‌دانی و می‌دانی که در چه مخصوصه‌ای گرفتار هستم. بهتر می‌دانی که چقدر ضعیف هستم، در قرآن کریم فرمودی: «وَ خُلُقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا؛ وَ [می‌داند که] انسان، ناتوان آفریده شده است»، خودت مرا این‌طور معرفی کردی، من ضعیف هستم، این ضعف مرا می‌بینی. «اللَّهُمَّ»، معنایش عبارت است از: مَلَاد، ملْجأ، مناس، پناهگاه، ناصر. قرآن کریم می‌فرماید: «وَ ظَنُوا أَنْ لَا مُلْجَأٌ مِنْهُ مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَيْهِ؛ وَ دانستند که پناهی از خدا جز به سوی او نیست». من هیچ راهی جز تو ندارم، خودت را ملْجأ و پناه درماندگان، فریادرس و یاری‌رسان گرفتاران معرفی کردی، لشکر جهل مرا احاطه کرده است. تعبیر زیبایی در اینجا وجود دارد، به جوشن کبیر مراجعه‌ای داشته باشید، ببینید چه اسماء مناسبی برای این مقام و ذیل کلمه‌ی «اللَّهُمَّ» وجود دارد. «اللَّهُمَّ» هر جایی معنایی دارد. در اینجا این معنا را دارد: تویی که می‌توانی، قادر و مهربانی و به من لطف داری. از تو توقع دارم مرا نجات دهی، به فریاد من برسی و دستم را بگیری. مکاره و سیئ‌الاخلاق و مذام افعال، هر کدام ناظر به بخشی از این موانع و گرفتاری‌های درونی، بیرونی و محیطی است که ما را در بر گرفته است. وجه مشترک هر سه این است که ما را از حضرت قدس محبوب می‌کنند. این حجاب‌ها، ظلمانی هستند که قرآن کریم می‌فرماید: «ظُلُمَاتٌ بَعْضُهَا فُوقَ بَعْضٍ إِذَا أَخْرَجَ يَدَهُ لَمْ يَكُنْ يَرَاهَا وَمَنْ لَمْ يَجْعَلِ اللَّهُ لَهُ نُورًا فَمَا لَهُ مِنْ نُورٍ؛ تاریکی‌هایی است که بعضی بر روی بعضی قرار گرفته است. هر گاه [غرقه] دستش را بیرون آورد، به زحمت آن را می‌بیند و خدا به هر کس نوری نداده باشد او را هیچ نوری نخواهد بود». وجه مشترک این سه گروه این است که ما را از عالم فرشتگان، ساحت قدس الهی، فیوضات و اشرافات لاهوتی محبوب می‌کنند.

نکته‌ی دوم، اگر بخواهیم وضعیت خودمان را در مقام اضطرار با یک جمله بیان کنیم، می‌گوییم: فقیر که به معنای مطلق کلمه درست است. همچنین معانی مختلف، مانند ضعیف، محروم، خائف، ذلیل، مسکین، دقیق است؛ معنای مستکین، مذنب، صریع (برزمین‌افتاده) از همه دقیق‌تر است. شاید این تعبیر قرآنی از همه‌ی تعبیر رسانتر باشد: «وَلَا يَمْلِكُونَ لِأَنفُسِهِمْ ضَرًّا وَلَا نَفْعًا وَلَا يَمْلِكُونَ مَوْتًا وَلَا حَيَاةً وَلَا نُشُورًا؛ وَ برای خود نه زیانی را در اختیار دارند و نه سودی و نه مرگی و نه حیاتی و نه رستاخیزی را در اختیار دارند». در این عالم دست خالی هستم. در مقام ضعف، عجز، مسکنت و فقر، خدا را صدا می‌زنیم. خداوند در قرآن می‌فرماید: «أَذْعُونَى أَسْتَجِبْ لَكُمْ؛ مرا بخوانید تا شما را اجابت کنم»، باش را باز کرد که بگوییم: من این هستم، این وضعیت من است. چون «إِنِّي» از فقر، ضعف، اضطرار و مسکنت پرده‌برداری می‌کند، مغایر ادب بندگی در مقام دعا نیست.

### پاسخ به یک شبهه

اما در مورد کلمه‌ی «أَعُوذُ»؛ این کلمات را امام معصوم (عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَامُ) انشاء می‌کند. حضرت می‌فرماید: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَيَاجَنِ الْحِرْصِ، غَلَبَةِ الْحَسَدِ، ضَعْفِ الصَّبَرِ...» نسبت این جملات با مقام و عصمت امام (عَلَيْهِ السَّلَامُ) چیست؟ اولاًًاً تعلیم است، امام (عَلَيْهِ السَّلَامُ) در مقام تعلیم برای ما متمنی تهییه می‌کند.

دوم، به اعتبار طبیعت انسان است. امام (غَلِيْهِ السَّلَام) جنبه‌ی طبیعت انسانی دارد. چنین موانعی می‌تواند در طبع انسان وجود داشته باشد و هیچ وقت به معنای این نیست که اکنون بالفعل موجود است؛ بلکه به طبیعت انسان ناظر است که یک سمت آن رو به ملکوت است و سمت دیگر هم گرفتار ناسوت است، و افقی بی‌انتها که نمی‌شود از آن اسمی برد، پیش رویش است.

سوم اینکه در دعا داریم: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ تَهْضُمِ السُّلْطَانِ، نَكْبَاتِ الرَّمَانِ، وَ شَمَاتَةِ الْأَغَادِيِّ؛ خَداونِدًا پِناهٍ مِّنْ بَرْمٍ بِهِ توْازَنَ دُرْبَهُ مَا سَتَمْ كَنَدَ، رُوزَگَارَ مَا رَا وَازْگُونَ بَخْتَ سَازَدَ، ازْ شَمَاتَتَ دَشْمَنَانَ». اولیاء خدا به این موارد بیشتر از دیگران مبتلا بودند.

اما در مورد بخش «سَيِّئُ الْأَخْلَاقِ وَ مَذَامُ الْأَفْعَالِ»، یکی از بزرگان می‌فرماید: حضرت سیدالسجادین گرفتاری امّت و پیروان خود را گرفتاری خود حساب کرده است؛ به خاطر کمال محبتی که به دوستانشان دارند و در مقام اتحاد با آنان. در قرآن کریم هم آمده است: «عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُم بِالْمُؤْمِنِينَ رَوْفٌ رَّحِيمٌ؛ که بر او دشوار است شما در رنج بیفتید، به [هدایت] شما حریص و به مؤمنان، دلسوز مهربان است». اوج رافت و رحمت این است که گرفتاری‌های آنها را به پای خودش می‌گذارد، سپس به درگاه خدای متعال استغاثه می‌کند. چقدر امام زمان (عَجَلَ اللَّهُ تَعَالَى فَرَجَهُ الشَّرِيفُ) به خاطر گناهان و گرفتاری‌های ما گریه می‌کند؟ در زیارت آل یاسین که انشاء شده از ناحیه‌ی حضرت ولی عصر (آرَأَحْنَا فِدَاهُهُ) است، به حضرت در حالات مختلف سلام می‌کنیم؛ از جمله به حالت استغفار آن بزرگوار. چشم امید مستغفرین حقیقی به استغفار او است، و گرنه ما کجا ادب استغفار داریم؟ اگر او به جای ما یک کلمه بگوید چه می‌شود؟! اگر این را بفهمیم و درک کنیم چه می‌شود؟!

## موارد پناهندگی به خداوند در قرآن کریم

### ۱. هنگام وسوسه‌های شیطان

ریشه «عوذ»، با ترکیب‌های مختلفش هفده بار در قرآن کریم آمده است. اوّل، آنجایی است که پروردگار متعال در قرآن کریم به پناهندگی فرمان داده است. عمدی مسئله بر اساس یادداشت من چهار مورد است. آیات را بخوانیم تا ترتیب آن را مشاهده کنیم:

قرآن کریم می‌فرماید: «خُذِ الْعَفْوَ وَ أَمْرُ بِالْعُرْفِ وَ أَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ؛ گذشت پیشه کن و به [کار] پسندیده فرمان ده و از نادانان رُخ برتاب». قله‌ی اخلاق قرآن کریم این آیه است. سپس می‌فرماید: «وَإِمَّا يَنْزَعَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِدْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ؛ وَ اگر از شیطان وسوسه‌ای به تو رسد، به خدا پناه ببر؛ زیرا او شنواز دانا است». «نزغ» به معنای وسوسه است. نزغ در واقع به معنای شکاف‌ها، تردیدها و رخنه‌ای است که شیطان در دل انسان به وجود می‌آورد که جمعش «نزغات» می‌شود. با تأکید هم بیان می‌شود؛ یک راه هم بیشتر ندارید: «فَاسْتَعِدْ بِاللَّهِ»، پناه ببر به خدا، «مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ». در اینجا منشأ این دشمنی تعریف شد، شیطان رجیم؛ اما کلمه‌ی پناهندگی در اینجا در قالب «إِسْتِفْعَالِی» ریخته شده است: «فَاسْتَعِدْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ»، خودت را به دامن پروردگار متعال برسان و به خدای متعال پناه ببر. باب «إِسْتِفْعَال»، برای بیان تأکید است. «فَاسْتَعِدْ»؛ وقتی این وسوسه آمد، با همه‌ی وجود به خداوند پناه ببر.

در اینجا «خُذِ الْعَفْوَ وَ أَمْرُ بِالْعُرْفِ» با پیغمبر حرف می‌زند و در مقام ارائه‌ی رسالت الهی است؛ ما استنباط ما این است که شیطان برای کسانی که در مقام تبلیغ دین و هدایت خلق هستند، طراحی ویژه‌ای دارد.

پیامبر فرمود شیطان به دست من تسلیم شده است و کاری از او ساخته نیست؛ ولی خیال نکنید او دست بر می‌دارد، وقتی شیطان از پیغمبر خدا، دست بر نمی‌دارد، تکلیف بقیه مشخص است. در آیه‌ی دیگر این پناهندگی تعمیم داده شده است: «إِنَّ الَّذِينَ اتَّقُوا إِذَا مَسَهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ؛ در حقیقت، کسانی که [از خدا] پروا دارند، چون وسوسه‌ای از جانب شیطان بدیشان رسد [خدا را] به یاد آورند و بنگاه بینا شوند».

در محور دوم، این ادب در زندگی انبیاء بوده است. یوسف (عَلَى نَبِيِّنَا وَآلِهِ وَغَلَيِّهِ السَّلَام)، در معرض وسوسه بود: «وَرَأَوْدَتْهُ الَّتِي هُوَ فِي بَيْتِهَا عَنْ نَفْسِهِ وَغَلَقَتِ الْأَبْوَابَ وَقَالَتْ هَيْتَ لَكَ قَالَ مَعَاذَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثُواً إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ؛ وَ آنَّ [بَانُو] كَه وَى در خانه‌اش بود خواست از او کام گیرید و درها را [پیاپی] چفت کرد و گفت: بیا که از آن توام! [یوسف] گفت: پناه بر خدا، او آقای من است، به من جای نیکو داده است، قطعاً ستمکاران رستگار نمی‌شوند». در معرض وسوسه که قرار گرفت، به خدا پناه آورد و گفت: «مَعَاذَ اللَّهِ، إِنَّهُ رَبِّي». شیطان گاهی جنی و گاهی انسی است. در قضیه حضرت یوسف به صورت انسان جلوه کرده بود.

اگر پناهندگی حقیقی باشد، انسان هنگامی که شیطان به او حمله کرد، به خدای متعال پناهنده می‌شود و دست شیطان کوتاه می‌شود. آن حال شیطان خیلی تماشایی است؛ چراکه دوباره رَجَم شده است؛ لذا «تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ»، اینها یک دفعه چشمنشان باز می‌شود. برای این شخص که چشم به روی شیطان بست، بلکه چشم شیطان را کور کرد، از این مرحله که عبور کرد، در روایت دارد که چشمنش به جمال خداوند روشن می‌شود. تصور کنید کسی برایش مشاهده‌ی جمال حق مکرر شود. وضعیت انقطاعی برای این شخص رُخ می‌دهد و پرده‌برداری برایش اتفاق می‌افتد و می‌بیند چیزهایی را که نمی‌دید. آیات بعدی که مربوط به حضرت یوسف است، قرآن کریم می‌فرماید: «وَلَقَدْ هَمَّتْ بِهِ وَهَمَّ بِهَا لَوْلَا أَنْ رَأَى بُرْهَانَ رَبِّهِ؛ وَ در حقیقت [آن زن] آهنگ وی کرد و [یوسف نیز] اگر برهان پروردگارش را ندیده بود». آن شخص، آن شیطان، تصمیمش را گرفته بود که هر طور که شده، کام دل بگیرد. با فعال‌سازی قوه‌ی خطرناک شهوت که ویرانگر است، با مقدمه‌سازی، درها را بست و همه چیز را مهیا کرد. اگر آنجا برهان رب آشکار نمی‌شد و جلوه‌ی جمال تجلی نمی‌کرد، بیچاره شده و از دست رفته بود. «مَعَاذَ اللَّهِ»، دو جا در قرآن آمده؛ هر دو هم برای حضرت یوسف (سَلَامُ اللَّهِ عَلَيْهِ) است. در وسوسه‌های مربوط به قوه‌ی شهويه کلمه‌ی «مَعَاذَ اللَّهِ» غوغایی کند. باید انسان با کلمه‌ی «مَعَاذَ اللَّهِ» اُنس بگیرد و با باطنش از حضرت یوسف مدد بگیرد. اینها یکی که در معرض وسوسه هستند، از این پیامبر بزرگ الهی خیلی کمک بگیرند، در این موضوع خاص به ویژه امداد می‌کند. کلمه‌ی رمزش هم این است: «مَعَاذَ اللَّهِ، إِنَّهُ رَبِّي». به معنای اینکه «هذا رَبِّی»، این خدا و رب من است. «إِنَّهُ رَبِّي»؛ و چقدر به من خوبی کرده است. «أَحْسَنَ مَثُواً»، اکنون من ظلم کنم؟ معصیتش را مرتکب شوم؟ جلوی چشم او گناه کنم؟! «لَوْلَا أَنْ رَأَى بُرْهَانَ رَبِّهِ» برهان رب این است و تجلی جمال است. جاهایی که در قرآن کریم ضعف انسان تصریح شده، مربوط به موضوع غریزه بوده است. در چنین موضعی، اگر کسی مقاومت کرد، مشاهده‌ی جمال روزی او می‌شود. در روایت دارد چنانچه شخص چشم از حرام بپوشد، خدای متعال حلاوت ایمان را به او می‌چشاند. در بین بعضی از عباد، نمونه‌هایی در زمان ما وجود دارد. مثال بارز آن مرحوم شیخ رجبعلی خیاط (رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ) است که آیت‌الله ری شهری (حَفَظَةُ اللَّهِ تَعَالَى) در کتاب کیمیای سعادت، حکایت‌هایی درباره‌ی ایشان آورده است.

«فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ» چه چیز را می‌بینند؟ جمال الهی را مشاهده می‌کنند؛ متناسب با فهم، سطح و مقامشان. اگر وسوسه‌ها، این خاصیت را داشته باشد که ما را به چالش بیندازد و «مَعَاذَ اللَّهِ» را بر زبان ما جاری کند و قلب ما را در مقام اضطرار قرار دهد تا به خدای متعال پناهنده شویم و مشاهده‌ی جمال حق کنیم، ارزش دارند. در غیر این صورت برای انسان حجاب می‌شود. استادمان می‌فرمودند: گاهی انسان سی سال باید جان بکند تا بتواند تاریکی‌ها را از خودش مرتفع کند. بعضی‌ها بی‌احتیاط سمت تصویرهای خطرناک، دوستی‌های خطرناک و شبکه‌های اجتماعی می‌روند که بسیار خطرناک است. رفتن به لب پرتگاهی است که انتهایش آشکار نیست و با یک حرکت کوچک شیطان، انسان سقوط می‌کند.

## ۲. هنگام قرآن خواندن

نمونه‌ی بعدی پناه بردن به خداوند، راجع به قرآن کریم است. قرآن می‌فرماید: «فَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِدْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ؛ پس چون قرآن می‌خوانی از شیطان مطرود به خدا پناه بر». هر زمانی خواستی سراغ کلام خدا و کلام وحی بیایی، آنجا مجمع الشیاطین می‌شود برای اینکه تو را از انوار قرآنی محروم کنند.

سوره‌ی مبارکه‌ی فصلت، آیه‌ی سی و ششم، کلمه‌ی نزغ را دارد: «وَإِمَّا يَنْزَعَنَكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِدْ بِاللَّهِ؛ وَ اَغْرِيَهُ مَدْمَهًا از شیطان تو را از جای درآورد، پس به خدا پناه ببر». آیات قبلش می‌گوید: «إِذْعُنْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِذَا أَلَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَذَاوَةً كَانَهُ وَلَىٰ حَمِيمٌ؛ دفع کن آن گاه کسی که میان تو و میان او دشمنی است، گوبی دوستی یکدل می‌گردد»، جایی که انسان می‌خواهد بدی را با خوبی جواب دهد، شیطان به میدان می‌آید. در اینجا هم می‌فرماید: «فَاسْتَعِدْ بِاللَّهِ»، اما اینجا اسم شیطان رجیم نیامده است؛ سپس می‌فرماید: «إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ؛ او خود شنواز دانا است».

### ۳. هنگام حمله شیاطین

آیه‌ی بعد، آیه‌ی چهارم سوره‌ی مبارکه‌ی مؤمنون است که امر به پناهندگی کرده است. اینها را می‌دانید برای چه می‌گوییم؟ می‌گوییم که بعدها که شما در مقام پناهندگی قرار می‌گیرید، گردنت را کج کن و به خدا بگو: خدایا خودت گفتی پناه بیاورم. مثل جایی که می‌گوییم: خودت گفتی دعا کنم، پس جوابم را بده؛ اینجا هم می‌گویی: خودت گفتی پناه بیاورم، پس پناهم ۵۵.

سوره‌ی مبارکه‌ی مؤمنون به شما یک ذکر تعویضی هم آموزش داده است. قرآن کریم می‌فرماید: «وَقُلْ رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ، وَ أَعُوذُ بِكَ رَبِّ أَنْ يَحْضُرُونِ؛ وَ بَغْوَ پروردگارا، از وسوسه‌های شیطان‌ها به تو پناه می‌برم و پروردگارا، از اینکه [آنها] به پیش من حاضر شوند به تو پناه می‌برم». «همزات» جمع همزه و به معنای تحریک شدید است. به خاطر اینکه حرکت قاطعی دارد، این حرف را همزه می‌گویند. وقتی این ذکر را می‌گویید، همه‌ی سیستم شما فعال می‌شود. «هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ»، حملات دفعی جدی است که از آن سمت به ما می‌شود.

«وَقُلْ رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ، وَ أَعُوذُ بِكَ رَبِّ أَنْ يَحْضُرُونِ»، من مضط هستم و به تو پناه می‌برم از اینکه شیاطین پیش من حاضر شوند و مرا محاصره کنند. در روایات است که این ذکر بعد از نمازها مکرر گفته شود؛ پس به ما فرمان داده شد که پناهنده شویم. قالب ذکری را هم امام سجاد (علیه السلام) به ما آموزش داده است.

### ۴. هنگام مواجهه با مجادله‌کنندگان در آیات الهی

قرآن در مورد کسانی که در آیات الهی مجادله می‌کنند، می‌فرماید: «إِنَّ الَّذِينَ يُجَادِلُونَ فِي آيَاتِ اللَّهِ بِغَيْرِ سُلْطَانٍ أَتَاهُمْ إِنْ فِي صُدُورِهِمْ إِلَّا كِبِيرٌ مَا هُمْ بِبَالِغِيهِ فَاسْتَعِدْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ؛ در حقیقت، آنان که درباره نشانه‌های خدا - بی‌آنکه حجتی برایشان آمده باشد - به مجادله برمی‌خیزند در دل‌هایشان جز بزرگنمایی نیست [و] آنان به آن [بزرگی] که آرزویش را دارند] نخواهند رسید. پس به خدا پناه جوی، زیرا او خود شنواز بینا است». این از اسماء خداوند است و برای مواجهه شدن با جدال‌کنندگان در آیات الهی است. بعضی‌ها وقتی با شما وارد گفتگو می‌شوند، یک دفعه دلت از همه چیز خالی می‌شود، می‌گویی، می‌شنوی، یک دفعه حس می‌کنید اوضاع سخت شد. گاهی که انسان ادامه می‌دهد، مبانی فکری و اعتقادیش آسیب می‌بیند، این کسی که جلوی تو آمده شیطان است، «فَاسْتَعِدْ بِاللَّهِ»، به خدا پناه می‌بریم. در بعضی از مطالب وقتی کلامی بر زبان کسی جاری می‌شد، می‌فرمودند: روح القدس با زبانش با تو صحبت کرده است. بر عکس هم می‌شود، گاهی شیطان حلول می‌کند و از زبان شما سخن می‌گوید.

یک تذکر

«اعوذ» فقط گفتن نیست؛ بلکه یک عمل است. خود گفتن هم موضوعیت دارد؛ منتها اول، موضوعیت آنجایی است که آشکارکننده وضعیت تو است. دوم، اگر انشاء الله زبان ما به فضل الهی، با این کلمات تعویضی انس بگیرد، در وقت لازم،

همین ذکر ظاهیری کمک‌کننده است. به طور مثال کلمه‌ی «مَعَاذُ اللَّهُ»، مخصوصاً در آن موارد خاص، حیات‌بخش است. اگر انسان با این اذکار انس بگیرد، آنجا خود این زیان، دل را به ذکر می‌آورد. منتها عرض کردیم فقط آن نیست، باید حکایت از حالت درونی، اضطرار و عجز باشد. اگر زبان ظاهیری انسان بسته باشد، ولی حالش، حال پناهندگی باشد، تمام قلبش فریاد می‌زند: خدایا به فریادم برس، خداوند هم سخن دل او را می‌شنود.

### آموزش پناهندگی

در مورد آموزش پناهندگی نیز باید به قرآن مراجعه کنیم. خداوند در قرآن می‌فرماید: «قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ، مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ، وَ مِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ، وَ مِنْ شَرِّ النَّفَاثَاتِ فِي الْعُقَدِ، وَ مِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ»؛ بگو: پناه می‌برم به پروردگار سپیده دم، از شر آنچه آفریده و از شر تاریکی چون فraigیرد و از شر دمندگان افسون در گرهها و از شر [هر] حسود، آنگاه که حسد ورزد». اگر شما به حقیقت این سوره برسید، تمام راههای نفوذ شیاطین را می‌بندید. در سوره‌ی مبارکه‌ی ناس، بعد از «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ»، می‌گوییم: «قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ، مَلِكِ النَّاسِ؛ بگو: پناه می‌برم به پروردگار مردم، پادشاه مردم». گاهی از آدم تعریف می‌کنند، آدم سقوط می‌کند. مردم برای انسان هلهله می‌کنند، صلوات می‌فرستند، کف می‌زنند، چه می‌کنند. در ادامه سوره آمده است: «إِلَهِ النَّاسِ، مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ، الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ، مِنْ الْجِنَّةِ وَ النَّاسِ؛ معبد مردم، از شر وسوسه‌گر نهانی، آن کس که در سینه‌های مردم وسوسه می‌کند، چه از جن و [چه از] انس». اما چه کسی از تعریف مردم بهره‌برداری می‌کند؟ «وَسْوَاسِ خَنَّاسِ». ذهن‌ت فقط در گیر شیطان جنی نشود: «مِنْ الْجِنَّةِ وَ النَّاسِ»، از شیاطین جنی و انسی به او پناه می‌بریم.  
**پناهندگی پیامبران به خداوند**

آخرین بخش که سومین گروه این آیات است، آیاتی است که ادب و سیره‌ی انبیاء الهی در مقام پناهندگی به حق است. برای مثال در موردی که به حضرت موسی مربوط است، قرآن کریم می‌فرماید: «وَإِذْ قَالَ مُوسَى لِقَوْمِهِ إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تَذْبَحُوا بَقَرَةً قَالُوا أَتَتَخِذُنَا هُرُواً قَالَ أَعُوذُ بِاللَّهِ أَنْ أَكُونَ مِنَ الْجَاهِلِينَ»؛ و هنگامی که موسی به قوم خود گفت: خدا به شما فرمان می‌دهد که: ماده گاوی را سر ببرید، گفتند: آیا ما را به ریشخند می‌گیری؟ گفت: پناه می‌برم به خدا که [مبادا] از جاهلان باشم». وقتی گفت آن گاو را بکشید، گفتند: ما را مسخره می‌کنی؟ موسی فرمود: می‌خواهید بگویید که من گرفتار جهل هستم؟ این تعبیر چقدر مؤدبانه است، نمی‌گوید من نیستم، می‌گوید: پناه می‌برم به خدا که از جاهلان باشم. حضرت آیت‌الله جوادی آملی کتابی راجع به ادب انبیاء دارند که در مورد ادب انبیاء در قرآن است. حضرت نوح (علیه السلام) در ماجرا پرسش فرمود: «رَبِّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ أَنْ أُسْأَلَكَ مَا لَيْسَ لِيْ بِهِ عِلْمٌ وَإِلَّا تَغْفِرُ لِي وَتَرْحَمْنِي أَكُنْ مِنَ الْخَاسِرِينَ»، پروردگارا، من به تو پناه می‌برم که از تو چیزی بخواهم که بدان علم ندارم و اگر مرا نیامرزی و به من رحم نکنی از زیانکاران باشم»، خیلی زیبا و فوق العاده مؤدبانه است.

راجع به حضرت یوسف (سَلَامُ اللَّهُ عَلَيْهِ)، همان مواردی بود که اشاره شد. «مَعَاذُ اللَّهُ» اولش مربوط به آن جریان خطرناک است؛ دومش راجع به ستم کردن به بندگان خدا است. هنگامی که اعلام کردند که جام سرقشده است، یکی از برادرها گفت: یکی از ما را بگیر، ولی کاری به شخص دیگر نداشته باش. در قرآن آمده است: «قَالَ مَعَاذُ اللَّهُ أَنْ تَأْخُذَ إِلَّا مَنْ وَجَدَنَا مَتَاغَنَا عِنْدَهُ إِنَّا إِذَا لَظَالِمُونَ»؛ گفت: پناه به خدا، که جز آن کس را که کالای خود را نزد وی یافته‌ایم بازداشت کنیم؛ زیرا در آن صورت قطعاً ستمکار خواهیم بود». اگر ما به خاطر گناه کسی، دیگری را بگیریم، ظلم کرده‌ایم.

در مورد حضرت مریم هم در قرآن آمده است: «فَتَمَثَّلَ لَهَا بَشَرًا سَوِيًّا؛ تا به [شكل] بشری خوش‌اندام بر او نمایان شد». فرشته‌ی وحی در قالب مردی ظاهر شد، پیامی داشت و حامل اmantی بود. تا جلوی او ظاهر شد، حضرت مریم

فرمودند: «قالَتْ إِنِّي أَعُوذُ بِالرَّحْمَنِ مِنْكَ إِنْ كُنْتَ تَقِيًّا؛ [مریم] گفت: اگر پرهیزگاری، من از تو به خدای رحمان پناه می‌برم». این آیه برای خانم‌ها پیامی دارد.

قرآن به یکی از سؤالات دیگر ما هم جواب می‌دهد و آن اینکه آیا من می‌توانم برای شما طلب پناهندگی از خدای متعال کنم؟ قرآن کریم می‌فرماید: «فَمَمَا وَضَعْتُهَا قَالَتْ رَبِّ إِنِّي وَضَعْتُهَا أَنْشَى وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِمَا وَضَعْتَ وَإِنَّسَ الذَّكَرُ كَالأنثى وَإِنَّى سَمِيَّتُهَا مَرِيمَ وَإِنَّى أَعِيذُهَا بِكَ وَذُرْرَيْتُهَا مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ؛ پس چون فرزندش را بزاد، گفت: پروردگار، من دختر زاده‌ام - و خدا به آنچه او زایید داناتر بود - و پسر چون دختر نیست و من نامش را مریم نهادم، و او و فرزندانش را از شیطان رانده شده، به تو پناه می‌دهم». مادر مریم به خداوند گفت: مریم و همه‌ی فرزندانش را از شرّ شیطان در پناه تو قرار دادم.

### پناه بردن به جنیان، شرک است

اما در ارتباط با بحث جاری، راجع به کلمه‌ی «أَعُوذُ»؛ در جلسه گذشته با مراجعه‌ی به قرآن کریم درباره‌ی مسئله‌ی پناهنده شدن به پروردگار متعال نکته‌هایی را عرض کردیم. لطفاً، نکات بسیار ظریف و دقیقی بیان شد. ما آنجا در مقام ارائه‌ی بحث تفسیری به معنای دقیق کلمه نبودیم؛ بلکه با مراجعه و برداشت‌هایی از آیات کریمه‌ی قرآنی مربوط به بحث پناهندگی و استعاده، در این زمینه نکاتی خدمتتان تقدیم شد.

البته یک نکته از آن بحث قرآنی ما باقی ماند. آن نکته این بود از جمله مواردی که در قرآن کریم موضوع پناهندگی، رد شده، بحث مراجعه‌ی به رجال جن است. قرآن کریم می‌فرماید: «وَأَنَّهُ كَانَ رِجَالٌ مِّنَ الْإِنْسِ يَعُودُونَ بِرِجَالٍ مِّنَ الْجِنِّ فَزَادُوهُمْ رَهْقًا؛ مردانی از آدمیان به مردانی از جن‌پناه می‌برند و بر سرکشی آنها می‌افروزند». در آنجا این مطلب مطرح شده که بعضی از انسان‌ها به بعضی از جنیان پناهنده می‌شوند. این یک نوع پناهندگی است که جز ناکامی، چیزی در پی نخواهد داشت. یادآوری این آیه از این جهت خوب است که اخیراً دیدیدم باب این چیزها فعال است؛ البته بیشتر از قبیل این است که می‌خواهند مثلاً از بعضی از طلسمات نجات پیدا کنند.

جريان اصلی که این قصه را فعال‌سازی می‌کند، یک جريان شیطانی است؛ لذا باید مراقبت کرد. اینکه بعضی‌ها برای حل مسائل جاری زندگی‌شان به جنیان پناهنده می‌شوند، آن‌هم از طریق بعضی از اشخاص مدعی ارتباطات با جن و امثال اینها، کار باطلی است و قطعاً از مصاديق روشن ابتلاء به شرک خفی است. کسی بخواهد با پناهنده شدن به جنیان و کمک گرفتن از نیروهای پنهانی، خود را از بعضی از مشکلات نجات دهد، به شرک - فارغ از جلی یا خفی بودن آن - مبتلا شده است. نوع کسانی که وارد این چرخه‌ها می‌شوند، به انواع و اقسام بیچارگی‌ها و نکبت‌ها گرفتار می‌شوند. این را به صورت یک قاعده‌ی کلی و عمومی بدانید. بیش از این فعلاً این بحث را دنبال نمی‌کنیم.

### دو دوشمنی که انسان باید از آنها به خدا پناه ببرد

اما راجع به بحث خودمان؛ این نکته باقی ماند که «أَللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ» عمل به فرمان الهی است. خدای متعال خواسته و فرمان داده که ما به او پناهنده شویم. این در موضوع مکاره و سیئ‌الاخلاق و مذام الافعال چه معنی دارد؟

پناهنده شدن صرف تفوّه و تلفظ نیست؛ اما اینجا چه معنایی خواهد داشت؟ من سعی می‌کنم از جنبه‌های مختلف به قضیه بپردازم. پس اصل قضیه عمل به فرمان خدا است. باور ضعف و نیاز و فقر خودمان، و باور قدرت پروردگار متعال و لطف او و توکل و اعتماد به حضرت حق است؛ باور به اینکه جز او پناهی در این عالم نیست. جمله: «وَظَلُّوا أَنَّ لَا مُلْجَأَ مِنْهُ إِلَّا إِلَيْهِ؛ وَدَانَسْتَنَدَ كَهْ پناهی از خدا جز به سوی او نیست». یعنی یک باور مقدس در این حد که انسان به این جمع‌بندی بررسد که هیچ پناهی جز او نیست. ما در شرایط گوناگونی که جسم ما، دنیای ما، آخرت ما، روح و روان ما در معرض انواع و اقسام خطرها قرار می‌گیرد، باید به لطف خدا، به قدرت خدا، به عنایت پروردگار متعال پناه ببریم.

این مطلب دو مصدق بر جسته دارد: یک، از شیطان به معنای دشمن بیرونی؛ اعم از جن و انس. یکی هم عبارت است فرار کردن به سوی خدای متعال و پناهنده شدن به حضرت حق از دست خودمان که همین نفس است. «إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ

بِالسُّوْءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي؛ چراکه نفس قطعاً به بدی امر می‌کند، مگر کسی را که خدا رحم کند». این دشمن، دشمن داخلی است که درباره آن فرموده‌اند: «أَغْدَاء عَدُوُكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنَبِيكَ؛ دشمن ترین دشمنان تو، نفس تو است که بین دو پهلوی تو قرار دارد».

پس انسان باید از دشمن بیرونی که شیطان است به خدای متعال پناه ببرد؛ چراکه: «إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًا»؛ در حقیقت، شیطان دشمن شماست، شما [نیز] او را دشمن گیرید». او دشمن قسم‌خورده شما است؛ پس دشمنش بدانید و از او به سوی خداوند بگریزید و پناه ببرید تا در حصن الهی قرار گیرید که تیر او به شما اصابت نکند و تیرهای او به شما اصابت نکند و لشکرکش بر شما مسلط نشود. شیطان در اینجا جنبه‌ی اغواگری است؛ اعم از جن و انس.

دوم، دشمن داخلی است که این دشمن دشمنی‌اش به مراتب سخت‌تر، پایدارتر و خطرناک‌تر از دشمن بیرونی است. به اضافه‌ی اینکه اگر این دشمن داخلی همراهی نکند، از دشمن بیرونی کاری ساخته نیست؛ بنابراین جلوه‌ی اصلی پناهنه دشمن به خدای متعال، از شرّ نفس خودمان است.

با این مقدمه، اینجا با سه عنوان کار داریم: مکاره؛ اخلاق رذیله؛ افعال ناپسند. در این تقسیم، مکاره می‌شوند جزء شرور بیرونی؛ یعنی گرفتاری‌هایی که از بیرون متوجه ما می‌شود، و نوعی بازدارندگی و مزاحمت دارد. مکاره، که نوعاً امور ناپسند غیر اختیاری می‌شود که از جمله وسوسه‌های شیطانی است، در این بخش تعریف می‌شود. اینجا وقتی می‌گوییم: «أَللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ» معنایش یکی این است که به تو پناه می‌برم از بلایی، ابتلائی، مصیبی که می‌تواند من را زمینگیر کند و من را از رسیدن به قرب الهی باز بدارد، یا به کل من را محروم کند، یا از درجات من را ساقط کند. از خدای متعال بخواهم که آن بلا اصلاً از جریان اصابت به من خارج بشود. این درخواست، خیلی درخواست خوبی است. برای مؤمن این خیلی زیاد اتفاق می‌افتد؛ یعنی چه بسا بلاها، مصیبی‌ها، گرفتاری‌ها، آشفتگی‌ها، و انواع و اقسام مکاره که متوجه ماها هست، به عنایت الهی برداشته می‌شود و ما هیچ وقت از آنها اصلاً خبر پیدا نمی‌کنیم و مطلع نمی‌شویم. بعدها معلوم می‌شود که مثلاً فلان بیماری بسیار خطرناک می‌توانسته متوجه ما بشود.

معنای دوم «أَعُوذُ بِكَ» این است که مصیبی‌تی، ابتلائی، مکروهی متوجه ما شده، خدایا این را از من دفع کن. یکی از مهم‌ترین مصادیقش این است که توان مقابله پیدا کنم. یعنی خدایا به من توان بده، به من صبر بده، سعه بده، حول و قوه بده تا بتوانم در برابر آن مکروه بایستم، آن را کنترل کنم، مدیریتش کنم، اشراف و احاطه پیدا کنم؛ به گونه‌ای که نتواند هیچ آسیبی به ارتباط من با عالم معنا و مسیر تقرب وارد کند. مثل اینکه هنگام مریضی، بتوانم مقابله کنم و آن را دفع کنم. یا اگر به من مصیبی‌تی وارد شد، بتوانم با افزایش تحمل و صبر و بردباری و توان روحی و توان معنوی آن را مدیریت کنم؛ بنابراین در من ایجاد بحران نکند. چنانچه مصیبیت یا مشکلی وارد شد، اگر رفع و دفع نشد، بتوانم بر آن غلبه کنم. شرایط ناملایم و مکروه و گرفتاری‌هایی را در خودم هضم کنم و آنها را به فرصت‌هایی برای شکften و رشد تبدیل کنم.

### معنای پناه بردن به خداوند

برویم سراغ بخش دوم که اخلاق باشد. «أَللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ»، اولین کلمه چیست؟ «مِنْ هَيَاجَانِ الْحِرْصِ، وَ سَوْرَةِ الْغَضَبِ، وَ غَلَبَةِ الْحَسَدِ، شَكَاسَةِ الْخُلُقِ...»، اینها چه هستند؟ از جنس سیئ‌الاخلاق هستند. اخلاق رذیله و سوء چیست؟ وقتی من می‌گوییم «أَللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ»، یعنی چه؟

قاعده‌ی عمومی در دعای هشتم، قاعده‌ی عمومی پیشگیری است؛ یعنی به آن مبتلا نشوم. این طبع استعاده است؛ ولی ما یک مرحله‌ی دومی را هم معمولاً می‌گوییم. آن مرحله این است که حالا که مبتلا شدم، چه کنم؟

شهوت و غصب خیلی خطرناک هستند. اینکه می‌گوییم «أَعُوذُ بِكَ»، یعنی خدایا آگاهم کن که میزان خطر را در اینجا درک کنم. یعنی در واقع از خدای متعال کمک می‌خواهیم که ما را نسبت به این خطر آگاه کند، شناخت پیدا کنیم و با آن آشنا شویم که «هَيَاجَانِ الْحِرْصِ» چه مخاطره عظیمی برای ما دارد. بدانیم آتش افروزی غصب با ما چه می‌کند.

این شناخت، آگاهی و معرفت در صیانت ما سهم عمدہ‌ای دارد. به عبارت دیگر یعنی من در پرتو این معرفت نفس و شناخت، شناخت از وضعیت خودم و از لشکر جهل، که از مصادیقش، «هیجانِ الحِرْص» و «سَوْرَةُ الْغَضَب» است، به نوعی صیانت دست یابم که مرا حفظ کند. بنابراین «أَعُوذُ بِكَ» یعنی من پناه می‌آورم به تو که روشنم کنی، به من بصیرت بدھی، چشمم را باز کنی، من را آگاه کن، باخبرم کن بفهمم این چه مصیبت بزرگی است. به اصطلاح صناعتی می‌شود همان مقام یعظه؛ یعنی من را بیدارم کن، چشمم را باز کن.

عمده‌ی آسیب‌هایی که ما در این محور مبتلا می‌شویم، به خاطر بی‌خبری و غفلت است. این ابتلاء گاهی طولانی مدت هم می‌شود؛ پس «أَعُوذُ بِكَ» یعنی حالت بیداری را در من تقویت کن.

یعنی از رهگذر این مراقبت و کشیک کشیدن و بیداری و توجه، انسان به چنین حالی برسد.

«لَا حَوْلَ لِيَ فَأَنْتَقِلِ بِهِ عَنْ مَعْصِيَتِكَ»، یعنی به من توان بده، حول بده، قوّه بده، برای اینکه بتوانم پیشگیری کنم و به سیئه‌الاخلاق گرفتار نشوم. اینکه می‌گوییم توان بده یعنی چه؟ نکته‌اش این است، چون این نفس ما در مرتبه‌ی امّارگی‌اش میل به این چیزها دارد و میدان‌گشایی می‌کند. من را می‌برد در معرض ابتلاء، به اضافه‌ی اینکه همزمان آن دشمن بیرونی که شیاطین الجن و الانس باشند، دست به دست هم می‌دهند و من را مبتلا می‌کنند؛ مثلاً مبتلا می‌شوم به بداخل‌الاقی، مبتلا می‌شوم به حسد، مبتلا می‌شوم به حرص. لذا از خدای متعال کمک می‌خواهیم برای اینکه بتوانیم در برابر وسوسه‌گری‌ها، در برابر این خواست نفس امّاره مقاومت کنیم و مبتلا نشویم.

اصل مسئله عدم ابتلاء است. این دعا، به شما در محور معرفت کمک می‌کند تا پیشگیری انجام شود و ما با کمک پروردگار متعال و نصرت الهی، که نصرتش برای سالک حتمی است، در این جهاد اکبر، پیروز شویم.

### اهمیت مبارزه با نفس

پس مهم این است که انسان صیانت پیدا کند. اما اگر مبتلا شدیم چه؟ آن مرحله‌ی بعدی است. «أَعُوذُ بِكَ» یعنی مرا نجات ده. این کمک‌خواهی و نصرت‌خواهی در این مرحله است. چون نفس اگر قوی شد، مبارزه با آن سخت خواهد شد. چنان‌که مولوی می‌گوید:

نفس است ازدرها است، او کی مرده است                  از غم بی‌آلّتی افسرده است

گاهی نفس افسرده، بیدار می‌شود. انسان در مبارزه با نفس افسرده مراقبت بیشتری دارد. اما زمانی که نفس مسلح شد - «هیجانِ الحِرْص» به معنای «تجهیز النفس» است - به میدان می‌آید و مرحله‌ی بسیار خطرناک‌تری است. به عنوان مثال اگر کسی مبتلا به غصب شد، باید در این مرحله بسیار خطرناک جهاد اکبر صورت پذیرد. در مرحله‌ی دوم که سپاهیان نفس، تجهیز و مسلح به میدان آمدند، می‌گوییم: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ»، اگر شما معرفت پیدا کرده باشید، به عنایت امام سجاد (علیه السلام)، در مقابل این دشمنی که حضرت آن را برایتان نمایان کرده، صیانت پیشه می‌گیرید.

«أَعُوذُ بِكَ»، خدایا کمک کن بتوانم این دشمن را بیرون کنم. مرحله‌ی دشوارتری است که اضطرار در سطح بسیار بالایی است. اگر ان شاء الله حالت اضطرار در مرحله‌ی اوج آن فراهم شود، امید است انسان بتواند این دشمن را در این مرحله زمین‌گیر و بیرون کند. ممکن است زمان زیادی ببرد، عملیات سنگینی است، چون دشمن در وجود شما مستقر شده و پاره‌ای از وجود شما را گرفته است. هرچیزی که استمرار پیدا کند، جای پایش محکم‌تر می‌شود.

### پناه بردن به خداوند، فعل است نه قول

«اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ» در اینجا معنای زیادی دارد. کمک خواهی از خدای متعال برای بیرون راندن دشمن، مدیریت و غلبه کردن در نزدیک‌ترین زمان ممکن. سرعت مسئله‌ی مهمی است؛ چون ممکن است انسان در حالت غلبه‌ی حسد بمیرد. این اضطرار برای کسی که مبتلا به ناهنجاری‌های اخلاقی است، اضطرارش چند وجهی است. یک اضطرار به خاطر وجود خود مصیبت است که در انسان وارد شده است. یک اضطرار به خاطر این است که هرچه بماند ریشه‌دارتر می‌شود. یک اضطرار

به خاطر این است که هر کدام از این خلق ناپسند و رذائل اخلاقی که مستقر می‌شود، زمینه‌سازی برای ورود و به وجود آمدن رفتار ناپسند دیگر می‌کند. سومین اضطرار زمانی است، که نه فقط ریشه‌دارتر، قدرتمندتر و گسترش پیدا کرده، بلکه مشکل زمان هم نمود پیدا کرده است. اگر فردی با حالت غصب و یا حرصی که بخشی از شخصیت او شده و اصلاح نشده است، بمیرد، همین طور که صورت ظاهری دنیا‌ی اش بر او غلبه داشت، صورت بزرخی‌اش بر او غلبه خواهد داشت تا قیامت برپا شود. در بعضی از روایات در مورد صور بزرخی آمده است، شبیه ماری به او پیچیده شده از او جدا نمی‌شود و دائم به او نیش می‌زند تا قیامت برپا شود. قرآن کریم می‌فرماید: «بَلَىٰ مَنْ كَسَبَ سَيِّئَةً وَ أَحَاطَتْ بِهِ حَطَّيَّتُهُ؛ آری، کسی که بدی به دست آورد و گناهش او را در میان گیرد». گناهان او را احاطه کرده است و صور بزرخی‌اش بسیار متنوع است. من از کجا بدانم تا فردا برای اصلاح خود هستم یا نه؟ همه‌طور مضطرب هستم و به تو پناه می‌برم. در این یاری خواستن، اگر انسان به درجه‌ی ابتهال برسد و از آن بالاتر، به درجه‌ی تبتل برسد و به او جش که اضطرار باشد دست پیدا کند، امید نجاتش بسیار زیاد است. مشکل اینجا است که تو این را مشکلی نمی‌دانی، مبتلا هستی. با حرص، حسد و غصب زندگی می‌کنی، اما حال اضطرار نداری که این دعا را بخوانی: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَيْجَانِ الْحِرْصِ وَ غَلَبَةً». مانند شیری که به ما حمله کرده و چنگش را جلو آورده است. اگر فقط بگوییم که من از تو به پناهگاه می‌گریزم، اتفاقی نمی‌افتد. باید بگریزم. هر قدر بگویی می‌گریزم، ولی اگر نگریزم، چند لحظه بعد چیزی از تو باقی نمی‌ماند. بگو من از تو، به خدای متعال می‌گریزم، تو اینجا ایستاده‌ای، کدام گریختن؟! اضطراری و پناهندگی در تو شکل نگرفته است.

هر چند نام شکر بری تا شکر نخوری کام تو شیرین نشود

از همین حالا تا صبح دور هم حلقه بزنیم، ذکر بگیریم، سینه بزنیم، کام تو شیرین نشود

هر چند نافه بگویی، مشام تو مشکین نشود تا نافه نبوی، مشام تو مشکین نشود

حقیقت «أَعُوذُ بِكَ»، حالت استعاذه اگر برای انسان فراهم شود، انسان نجات پیدا می‌کند. قرآن کریم می‌فرماید: «قَالَ مَعَاذَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَىٰ؛ پناه بر خدا، او آقای من است. به من جای نیکو داده است». جناب یوسف در آغوش پروردگار متعال رفت و حفظ شد. برهان رب بر او تجلی کرد و در پرتو آن از خطر بزرگ نجات پیدا کرد؛ سپس قرآن می‌فرماید: «كَذَلِكَ لِنَصْرِفَ غُنْمَةَ السُّوءِ وَ الْفَحْشَاءِ؛ چنین [اگر دیم] تا بدی و زشتکاری را از او بازگردانیم».

پس حقیقت عبارت «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ» واضح شد. حالت اضطرار، خوف، پناهندگی، فاصله گرفتن و حریم گرفتن. پس اگر مبتلا شدیم، پناهخواهی، کمکخواهی و توانخواهی برای این است که دشمن را از مرزهای شخصیت خود بیرون کنیم. با پناه بردن به خدای متعال و کمک گرفتن از حضرت حق، وارد میدان جهاد اکبر شویم. در واقع وقتی می‌گوییم «أَعُوذُ بِكَ» به معنای «أَسْتَنْصِرُكَ» است؛ یعنی کمک کن، دستم را بگیر و مرا تنها نگذار.

در واقع «أَعُوذُ بِكَ» برای کسی که مبتلا است درخواست یک توبه‌ی کامل، با اصلاح، با رفع همه‌ی آثار است. می‌خواهد از چنین شرایط سختی نجات پیدا کند.

در ارتباط با «مَذَامُ الْأَفْعَالِ»، چون آنجا هم افعال ناپسند است که از انسان سر می‌زند، مثل اینکه به ظالم کمک کند، چیزهایی که انسان را به سمت فعل بد و ناپسند می‌برد و گرفتار می‌کند، اگر احياناً کسی هم مبتلا شد، پناهنده شدن، «أَعُوذُ بِكَ»، در ارتباط با این گروه هم تا مرحله‌ی توبه‌ی کامل به همان معنایی است که عرض کردیم.

یک نکته اینجا وجود دارد، ما یک گروه «سَيِّئُ الْأَخْلَاقِ» و یک گروه «مَذَامُ الْأَفْعَالِ» داشتیم. مباحث محور اخلاق سخت‌تر، ظریفتر و پیچیده‌تر از مباحث حوزه‌ی افعال است. اخلاق وقتی به مرحله‌ی خلق بد برسد، ملکه و تثبیت شود، جهاد اکبر برای نجات پیچیده‌تر است. در یک جهتی «مَذَامُ الْأَفْعَالِ» سخت‌تر است.

ممکن است حسد در من جدی شده باشد، در آتش آن می‌سوزم، اما به کسی آسیب نزده باشم و به مرحله‌ی فعل نرسیده باشد. در همان مرحله‌ی خلق است، «ظَلَمَتُ نَفْسِي» من به خودم ظلم کرم. اما اگر به مرحله‌ی فعل برسد، چون فعل از

شخصیت شما خارج می‌شود، به کسی آسیب وارد می‌کند. چنانچه به مرحله‌ی حق‌النّاس رسیده باشد کارش از این جهت دشوارتر است.

پس «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ» مرا آگاه کن و در این محور بیدارم کن و در «سَيِّئُ الْأَخْلَاقِ وَ مَذَامُ الْأَفْعَالِ»، یاری‌ام کن، تا بررسد به آنجا که مرا ببخش و توفیق توبه بده، توبه‌ام را بپذیر و عوارض این آسیب‌ها را در من مرتفع کن.

خلاصه‌ی کلام، استعاده‌ای که در این دعا انجام می‌شود، مجموعه‌ای است از اقدامات، حالات، پیشگیری‌ها و اعمال که باید رخ بددهد تا به مرحله‌ی ابتهال، تبتل و انقطاع به پروردگار متعال بررسد؛ نه صرفاً آرزو که فقط بر زبان جاری باشد. خدای متعال فرمود: شما پناه بخواهید، من پناه می‌دهم. در مرحله‌ی پیشگیری در آغوش می‌گیرد. مرحله‌ی پیشگیری برای جوان‌ها است. برای جوان بسیار بالرزش است زمانی که می‌گوید: خدایا من آلوده نشوم و پاک بمانم. اگر گرفتار شد باز هم «أَعُوذُ بِكَ» اش معنای دیگری دارد. «أَعُوذُ بِكَ» جوان پاسخش سریع‌تر است و عوارض سریع‌تر از او دور می‌شود.

### هیجان‌الحرص

اولین چیزی که باید از آن به خداوند متعال پناه ببریم، عبارت است از: «هیجان‌الحرص». جالب است اولین چیزی که مطرح شده، هیجان حرص است که حکایت از اهمیت و جایگاه خاص آن دارد و نشان می‌دهد که از هلاک‌کننده‌های مسلم انسان است. اگر رها شود، هیچ چیزی از انسانیت باقی نمی‌گذارد و تمام فضائل را در انسان می‌سوزاند و بستر و زمینه‌ی همه‌ی رذائل و بدبهختی‌ها در انسان محسوب می‌شود. ما با چنین چیزی مواجه هستیم.

عبارتی که امام به کار برده جالب است: «هیجان‌الحرص». هیجان به همین معنایی است که در فارسی مشهور و شناخته شده است؛ یعنی فوران و غلیان. به وضعیت طوفانی که معمولاً در دریا پیدا می‌شود، می‌گویند: «هیجان‌البَحْر». از این واژه در امور روحانی و معنوی نیز استفاده می‌شود. البته در فرهنگ اسلامی کلمه‌ی هیجان بیشتر در دو موضع استفاده شده است: یکی در ارتباط با بیماری‌های جسمی است؛ مثلاً هیجان صfra. دیگری در محور طبع و غریزه است. معمولاً در روایات کلمه‌ی هیجان شهوت وارد شده که به معنای فوران و غلیان شهوت است. اینجا در کنار کلمه‌ی حرص قرار گرفته است و می‌خواهد اوج وضعیت حرص را به ما نشان دهد.

واژه‌ی حرص نیز به همان معنایی است که در فارسی به کار می‌رود. حرص به معنای میل و تمایل شدید به چیزی است. به شخصی که چنین وضعیتی دارد، می‌گویند حریص. در فرهنگ اسلامی، واژه‌ی حرص، هم در امور محبوب و مطلوب استفاده شده و هم در امور مذموم؛ ولی بیشتر در بخش مذموم استفاده شده و آن چیزی هم که به آن حرص ورزیده می‌شود و مورد مذمّت است، دنیا است. همیشه کلمه‌ی حرص با دنیا استفاده می‌شود و به شدت مورد مذمّت قرار می‌گیرد. آنچه اینجا مطرح شده، حرص فوران کرده در ارتباط با دنیا است که باید از آن به خدای متعال پناهنه شد.

حرص مراتبی دارد: حرص بیدار و فعال. ترکیب «هیجان حرص» ناظر است به حرص فعال و بیدار و فوران کرده.

### حرص ممدوح و حرص مذموم

در قرآن کریم واژه‌ی حرص، هم در بخش ممدوح استفاده شده، هم در بخش مذموم؛ ولی بیشتر ممدوح است و عمدتاً به وصف حالات پیامبر اعظم درباره‌ی امت مربوط می‌شود. «حریص» از اوصاف حضرت رسول (صلَوَاهُ اللَّهِ وَ سَلَامُهُ عَلَيْهِ) است؛ به این معنا که به هدایت امت، رشد مردم، بهشتی شدن و آنها، تمایل و رغبت شدید داشتند. خدای متعال در قرآن کریم می‌فرماید: «خَرِيصٌ عَلَيْكُمْ؛ بِهِ [هَدَايَتٍ] شَمَا حَرِيصٌ اسْتَهْلَكَهُمْ». در جای دیگر نیز هنگامی که خداوند متعال می‌خواهد به پیغمبر اکرم دلداری دهد، از واژه «حریص» استفاده می‌کند و می‌فرماید: «وَ مَا أَكْثَرُ النَّاسِ وَ لَوْ حَرَصْتَ بِمُؤْمِنِينَ؛ وَ بِيَسِّرَتْ مَرْدَمْ - هر چند آرزومند باشی - ایمان‌آورنده نیستند». به تعبیر ما داری خودت را می‌کُشی، ولی بدان که بیشتر اینها ایمان نخواهند آورد. آیه دیگری که درباره حریص بودن آن حضرت در هدایت امت آمده، این آیه است: «وَ إِنْ تَخْرِصْ عَلَى هَذَا هُمْ

فَإِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي مَنْ يُضِلُّ؛ اگر [چه] بر هدایت آنان حرص ورزی، ولی خدا کسی را که فرو گذاشته است هدایت نمی‌کند». اگر چه تو برای هدایت آنها از جان مایه می‌گذاری و حریصانه رفتار می‌کنی، اما آنها بایی که از مسیر فطرت خارج شدند و بنا ندارند هدایت تو را بپذیرند، از هدایت الهی هیچ نصیبی نخواهند برد. این آیات بیشتر جنبه‌ی آرامش خاطر دادن به پیغمبر اکرم را دارد.

جالب است که جای دیگری که واژه «حریص» استفاده شده، درباره‌ی یهود است. از نظر قرآن کریم حریص‌ترین مردم نسبت به زندگی دنیا، در بین یهودی‌ها پیدا می‌شود: «وَ لَتَجِدَنَّهُمْ أَحْرَصَ النَّاسِ عَلَى حَيَاةٍ؛ وَ آنَّا را مسلماً آزمندترین مردم به زندگی خواهی یافت». عجیب است که حتی از مشرکین هم حریص‌تر هستند: «وَ مِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا؛ وَ [حتی حریص‌تر] از کسانی که شرک می‌ورزند». بعد می‌فرماید: «يَوْمَ أَحَدُهُمْ لَوْ يُعَمِّرُ الْفَسَنَةُ؛ هر یک از ایشان آرزو دارد که کاش هزار سال عمر کند». البته بعد هم می‌فرماید: «وَ مَا هُوَ بِمُزْحُزِهِ مِنَ الْعَذَابِ أَنْ يُعَمِّرَ؛ اگر چنین عمری هم به او داده شود، وی را از عذاب دور نتواند داشت». فرض کنیم که اینها هزار سال هم زنده باشند، این زندگی طولانی آنها را از عذاب نجات نخواهد داد.

جالب است که هنوز هم همین‌گونه هستند. رفتارهای جنون‌وار و دیوانه‌وار صهیونیست‌ها و رژیم صهیونیستی و این جماعت پلید، دقیقاً روی همین مبنای است.

مورد دیگر که واژه «حریص» به کار رفته، آنجایی است که مردی همسران متعددی داشته باشد و بخواهد بین آنها عدالت را برقرار سازد. پروردگار متعال درباره‌ی این افراد فرموده است: «وَ لَنْ تَسْتَطِعُوا أَنْ تَعْدِلُوا بَيْنَ النِّسَاءِ، وَ لَنْ تَسْتَطِعُوا أَنْ تَعْدِلُوا بَيْنَ النِّسَاءِ وَ لَوْ حَرَصْتُمْ؛ وَ شما هرگز نمی‌توانید میان زنان عدالت کنید هر چند [بر عدالت] حریص باشید». برقراری عدالت بین چند همسر بسیار سخت و دشوار است؛ هرچند شدیداً هم دوست داشته باشید و بخواهید که بین آنها عدالت برقرار کنید. در ادامه می‌فرماید: «فَلَا تَمِيلُوا كُلَّ الْمَيْلِ فَتَنَدَّرُوهَا كَالْمُعَلَّقَةِ؛ پس به یک طرف یکسره تمایل نورزید تا آن [زن دیگر] را سرگشته [بلا تکلیف] رها کنید». اگر کسی دست به چنین کار خطرناکی زد، باید مواطن باشد که همه‌ی میلش را صرف یکی نکند؛ یعنی تقسیم مناسبی داشته باشد و به گونه‌ای نباشد که کسی را خیلی بهره‌مند کند و دیگری را رها سازد. متأسفانه در اکثر موارد این مسئله رعایت نمی‌شود. نسبت به یکی از آنها رفتار محبتانه را دارد و دیگری را رها می‌کند که این، ظلم بزرگی است.

بنابراین ارزش‌گذاری حرص کاملاً وابسته به متعلقه‌اش است. امام راحل عظیم الشأن (رضوان الله تعالى علیه) در کتاب بسیار شریف و قیمتی خود، شرح حدیث جنود عقل و جهل، وقتی خواسته حرص را ذیل جنود جهل بررسی کند، آن را به قرآن کریم مستند کرده و می‌گوید برای پیدا کردنش در قرآن لازم نیست از کلیدواژه‌ی حرص استفاده کنید؛ اگر خواستید آن را پیدا کنید، این آیات را ببینید: «كَلَّا إِنَّهَا لَظَى، نَزَاعَةً لِلشَّوَى، تَدْعُوا مَنْ أَدْبَرَ وَ تَوَلَّ؛ اما هرگز چنین نیست؛ شعله‌های سوزان آتش است دست و پا و پوست سر را می‌کند و می‌برد و کسانی را که به فرمان خدا پشت کرددند صدا می‌زند». در آیات بعد می‌فرماید: «إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا، إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا، وَ إِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنْوَعًا، إِلَّا الْمُصْلِينَ؛ به راستی که انسان سخت آزمند [او بی‌تاب] خلق شده است. چون صدمه‌ای به او رسد عجز و لابه کند. و چون خیری به او رسد بخل ورزد. غیر از نمازگزاران». در اینجا باب دیگری باز می‌شود و چقدر این باب، باب عجیبی است؛ راه نجات نماز است. راه نجات این است که انسان در نماز خود ارتباط نزدیک عارفانه‌ی عاشقانه با حضرت حق برقرارسازد؛ والا این سیل انسان را می‌برد. در این آیات از حرص به «هَلُوع» تعبیر شده که به معنای آزمند عطشناک نسبت به دنیا و جلوه‌های دنیایی است. طبع انسان این گونه است.

شاید این سؤال پیش آید که این با آن فطرت عشق چه تناسبی دارد؟ گفتیم که انسان مفطور است به «فطرت الله»؛ آن هم فطرت عشق نسبت به ذات اقدس ربوی و کبریائی. اینها با هم چه نسبتی دارد؟ امام راحل اینجا بالاصله جواب می‌دهند

که این فطرت محجوبه است. فطرت وقتی به وسیله‌ی طبیعت در حجاب قرار می‌گیرد، می‌شود «هُلُوعاً» و این هیچ منافاتی با آن حقیقت فطرت انسانی ندارد. «خُلُقَ» به این سطح مربوط می‌شود؛ یعنی قشر خلقت است، نه عمق فطرت و اینها با هم منافاتی ندارند. لذا اگر بخواهد به آن فطرت عشق برگردد، راهش رفتار عاشقانه‌ی با حضرت حق است که جلوه‌ی ویژه‌اش نماز است.

یک واژه‌ی دیگر در قرآن است که در آن، کلمه‌ی حرص قرار گرفته و تعبیه شده است. «مِيل عظيم»، آنجا که قرآنی می‌فرماید: *يُرِيدُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الشَّهَوَاتِ أَنْ تَمِيلُوا مَيْلًا عَظِيمًا*؛ کسانی که از خواسته‌ها [ای نفسانی] پیروی می‌کنند می‌خواهند شما دستخوش انحرافی بزرگ شوید». جماعتی که به دنبال شهوت‌ها افتادند و کارشان شهوت‌پرستی و شهوت‌آرایی و ترویج شهوت‌ها است و پرچم شهوت‌ها را در این عالم به دست گرفته‌اند، کارشان این است که در شما میل عظیم درست کنند. این میل عظیم، همین حرص است. آنها دنبال این هستند که شما را نسبت به شهوت‌ها در موضع «هَيَاجَانُ الْحِرْصِ» قرار دهند. آن وقت میل عظیم می‌شود همین حرص به هیجان آمده و شکفته و فوران کرده و منفجر شده. این آتش‌شان حرص می‌شود همان میل عظیم که یک واژه‌ی قرآنی دیگر است.

پس چنانچه این میل عظیم به امر روحانی معنوی تعلق بگیرد، کمال و مطلوب محسوب می‌شود؛ مثل خود کمال، علم و فضائل اخلاقی که از صفات حمیده و ارزشمند هستند.

علاوه بر پیغمبر اکرم، مؤمنین و متّقین نیز دارای حرص ممدوح هستند. در نهج‌البلاغه‌ی امیرالمؤمنین (علیه السلام)، آنجایی که در خطبه‌ی همام صفات متّقین را فهرست می‌کند، می‌گوید که متّقین دارای حرص در علم هستند: «وَ حِرْصًا فِي الْعِلْمِ»، یکی از ویژگی‌های متّقین این است که درباره‌ی علم، حرص دارند.

این میل شدید و عظیم درباره‌ی امور معنوی و روحانی و آخرتی و خدایی و توحیدی، از لوازم ضروری موقّیت در میدان جهاد اکبر است؛ چون در جهاد اکبر شما دائم چالش دارید، دائم مانع سر راهتان هست و باید دائم با این موانع درگیر شوید و مبارزه کنید؛ چه برای رفع موانع، چه برای تحصیل عوامل. یک عامل پیش‌ران و پیش‌برنده عبارت است از حرص و میل عظیم که سرعت می‌دهد و شما را موقّع می‌کند، به شما شجاعت می‌دهد، حماسه می‌دهد، روحیه‌ی جهادی می‌دهد؛ لذا درگیر می‌شوید، چالش می‌کنید، خطر می‌گذرد، حماسه می‌گذرد، روحیه‌ی جهادی می‌گذرد؛ چیزی است که انسان باید از خدای متعال آن را بخواهد.

### مباح بودن حرص در امور دنیا

اما حرص در امور دنیا، بسیار مذموم و ناپسند، بلکه رئیس امور مذموم و ناپسند است. درباره‌ی این حرص نکته‌ی مهمی وجود دارد و آن اینکه این حرص از امور مذموم نیست، بلکه از امور مباح است؛ یعنی نه مذمّت می‌شود و نه توصیه؛ بلکه به صورت طبیعی در انسان است. البته با یک فرض ممدوح می‌شود و مورد ستایش. آن فرض این است که این میل طبیعی، رنگ آخرتی پیدا کند. در این صورت دیگر در ارتباط با دنیا نیست و صفتی آخرتی است. یکی از اصحاب ائمه گفت: من به دنیا علاقه دارم. حضرت فرمودند: مال و ثروت را دوست داری؟ گفت: بله، دوست دارم. حضرت فرمودند: برای چه به آنها علاقه داری؟ گفت: برای اینکه ازدواج کنم و... . حضرت فرمودند: دیگر چه؟ گفت: صدقه دهم. حج بروم؛ آبروی خودم را حفاظت کنم و... . حضرت فرمود: اینها که امور آخرتی است و دنیا نیست.

چنانچه حرص باعث شود انسان دنیا را به عنوان هدف برگزیند، صفتی بسیار ناپسند و پلید محسوب می‌شود. اما آنجایی که از کنار دنیا عبور می‌کند، ناظر به مسائل دنیا نیست، ولی عبور می‌کند و متوقف در دنیا نمی‌شود، خطرناک هست، ولی مذموم یا ستایش شده نیست. باید ببینیم به کجا خواهد رسید. اگر در مسیر دنیا گیر کرد، می‌شود مذموم؛ اگر رد شد، ممدوح است. یعنی مسائلی از قبیل منکوحات و ملبوسات و مشروبات را می‌خواهد برای اینکه امور آخرتی خود را سروسامان دهد، ممدوح است. اینجا این میل همان میل طبیعی درباره‌ی نیازمندی‌های زندگی دنیا نیست و موقّت است که

باعث می‌شود انسان کار و تلاش و فعالیت کند. هم موجب ادامه‌ی حیات و جلب منافع و دفع مضار می‌شود، هم باعث می‌شود امور دنیا بی‌انتظام پیدا کند. ضمن اینکه با سفره‌ی کریمانه‌ی مولا هم هماهنگ است. مولا این سفره را برای چه کسی انداخته؟ قرآن می‌فرماید: «قُلْ مَنْ حَرَمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَ الطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ، قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ»؛ بگو: زیورهایی را که خدا برای بندگانش پدید آورده، و [نیز] روزی‌های پاکیزه را چه کسی حرام گردانیده؟ بگو: این [نعمت‌ها] در زندگی دنیا برای کسانی است که ایمان آورده‌اند و روز قیامت [نیز] خاص آنان می‌باشد». ما راضی هستیم فقط مؤمنین از دنیا استفاده کنند. اگر دیگران استفاده می‌کنند، سر سفره‌ی مؤمنین نشسته‌اند و از صدقه‌ی سر مؤمنین بهره‌مند هستند؛ زیرا خدای متعال این سفره را برای مؤمنین انداخته است.

اما آخرت فقط برای مؤمنین است و دیگران هیچ سهمی ندارند. اینجا شریک دارند، مشرکان و کافران از دیگران جلو هم می‌زنند؛ ولی آخرت فقط برای مؤمنین است.

بنابراین این با ناموس خلقت موافق و با اسرار آفرینش انسان و جهان هماهنگ است. این را به خاطر بسپاریم و همه‌مان به یاد داشته باشیم که این تمایل دنیا بی که از آن به خدای متعال پناه می‌بریم، یک مطلب بسیار حساس و دقیق است و فوق العاده به احتیاط نیاز دارد. تشخیص مرزش آسان نیست؛ لذا در آیات و روایات، همواره در این زمینه علائم هشدار و خطر و مواطن باشید، وجود دارد؛ چنان‌که قرآن کریم می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أُمُوالُكُمْ وَلَا أُولَادُكُمْ عَنِ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ»؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، [زنهر] اموال شما و فرزندانتان شما را از یاد خدا غافل نگرداند، و هر کس چنین کند، آنان خود زیانکارانند. اینجا مرزهای خطر است، مواطن باشید.

در «هیجان‌الحرص»، یعنی منطقه‌ی اصلی خطر، دو ملاحظه دارید: یک، حلال باشد؛ یعنی همان طیبات رزق باشد به معنای دقیق کلمه. دو، به اندازه باشد. اقتصاد یعنی میانه‌روی و اندازه نگه داشتن. در خوراک، پوشак، مسکن، منکوحات، اندازه نگه داشتن اصل اساسی است.

تریبیت این میل طبیعی این است که تحت تصرف شرع داخل و عقل خارج باشد. عقل و شرع دستشان در دست هم است؛ چنان‌که گفته‌اند: «الْعُقْلُ شَرْعٌ مِنْ دَاخِلٍ وَ شَرْعٌ عَقْلٌ مِنْ خَارِجٍ؛ عُقْلٌ [برای بشر] دِينِ داخلي است و دِين (نیز) برای او عقل خارجی است». اگر این میل طبیعی از مدار شرع و عقل خارج و رها شد، مرکبی فوق العاده چموش می‌شود که تا ما را به قعر جهنم نبرد، رها نمی‌کند. تمام فضائل را متلاشی می‌کند و می‌سوزاند؛ مخصوصاً اگر این حرص در کوره‌اش دمیده شود و هیزم آرزوها را آن بگذاریم. اگر هیزم آرزوها و توهمنات و فریب‌ها و وسوسه‌ها به آن اضافه شود، دائم شعله می‌گیرد و فوران و غلایان می‌کند و می‌شود «هیجان‌الحرص» که محل مباحثه‌ی ما است. منطقه‌ی بسیار گسترده و وسیع شهوت و هوایا و هوس‌ها، این منطقه است.

اگر خواستید این مسئله را در کلمات اولیاء خدا تحقیق کنید، ذیل واژه‌ی حب دنیا یا طمع قابل بررسی و تحلیل است. خود کلمه‌ی حرص به دنیا هم به صورت مستقل در کلمات اولیاء خدا آمده و آنجا می‌توانید مسئله را بررسی کنید.

### میوه‌های درخت حرص

در واقع می‌شود گفت حرص، آشکارشده‌ی حب دنیا است که فرمودند: «رَأَسُ كُلِّ حَطَبِيَّةٍ حُبُّ الدُّنْيَا؛ رِيشَهُي هُمَهُي بدی‌ها و خطاه‌ها، حب و دلبستگی به دنیا است». حب دنیا مطلوب و ممدوح نیست، بلکه همیشه در روایات ما مذموم شده است. این ویژگی وقتی طلوع می‌کند، می‌شود حرص به دنیا که عقبه، پایه‌ها و ریشه‌اش عبارت است از حب دنیا.

حب دنیا وقتی در فضای روان ما جریان پیدا می‌کند، می‌شود حرص. وقتی خیلی سیل‌آسا می‌شود، می‌شود «هیجان‌الحرص» که امام (علیه السلام) اینجا درباره‌اش صحبت می‌کنند. وقتی حب دنیا در روان انسان راه افتاد، منطقه‌ی عمومی رذائل را آبیاری می‌کند. وقتی زمین غریزه در انسان آبیاری شد، به هیجان می‌آید و زنده می‌شود. در این زمین درختانی

می‌روید که: «إِنَّهَا شَجَرَةٌ تَخْرُجُ فِي أَصْلِ الْجَحِيمِ كَانَهَا رُؤُوسُ الشَّيَاطِينِ؛ آن، درختی است که از قعر آتش سوزان می‌روید، میوه‌اش گویی چون کله‌های شیاطین است».

حرص انسان را در یک مسیر سیری ناپذیر و تکاپوی حقیقتاً ذلت‌آفرین برای دستیابی به دنیا می‌اندازد. رفتار شخص در میدان عمل، به آز و طمع و بخل و کبر و حسد و... تبدیل می‌شود. خسارت‌هایش هم غیرقابل توصیف است؛ چه روحی، چه روانی؛ چون ما بین روح و روان یک مرتبه‌بندی داریم. خسارت‌های روحی‌اش، خسارت‌های روانی‌اش، خسارت‌های عملی‌اش، خسارت‌های فردی، خسارت‌های اجتماعی‌اش خیلی عجیب است.

چند نمونه‌اش را فهرست‌وار بیان می‌کنم:

جهل به خویشتن؛ غفلت از پروردگار؛ فراموشی مرگ؛ قساوت قلب؛ ترس و بزدلی، (در روایات تعبیر جُنْ آمده)؛ پستی و لئامت (شخص شروع می‌کند به سقوط آزاد و دائمًا کاهش پیدا می‌کند و ارزان می‌شود تا جایی که همه می‌توانند او را بخرند. دیگر نیاز به شیطان اکبر نیست، شیطانک‌ها هم او را می‌خرند. می‌شود بازیچه‌ی دست شیاطین انس و جن)؛ خودفروشی؛ حسادت؛ بخل؛ بداخلاقی؛ بی‌وفایی؛ پیمان‌شکنی؛ کبر.

انسان وقتی به دنیا گره می‌خورد، پریشان، آشفته و مضطرب می‌شود. نقطه‌ی مقابلش حالت اطمینان، آرامش و استقرار است. لذا انسان باید با تمام وجود، با همه‌ی عقل و قلب و نفس و بدنش به آستان قدس ربوی پناه‌نده شود. به همین علت صدرنشین مواردی آمده که انسان باید از آنها به خدا پناه ببرد.

## سه مرحله‌ی عملی پناه بردن به خداوند

قبلاً گفتیم که «أَعُوذُ» در اینجا به معنای حفاظت فعال است؛ وَالَا تا پایان عمر هم که بگوییم: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ»، هیچ فایده‌ای نخواهد داشت.

### ۱. دنیاشناسی

حفظات فعال، پیشگیری، سدبندی، برنامه‌ریزی و فهرستی از اقدامات است که سه مرحله دارد: یک، در مرحله‌ی شناختی و معرفتی است. گام اول دنیاشناسی است و شناخت اینکه دنیا به زوال و فنا است. قرآن در مثالی زیبا می‌فرماید: «وَاضْرِبْ لَهُمْ مَثَلَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا كَمَاءِ أَنْزَلْنَاهُ مِنَ السَّمَاءِ فَاخْتَطَطَ بِهِ نَبَاتُ الْأَرْضِ فَأَصْبَحَ هَشِيمًا تَدْرُوْهُ الرِّيَاحُ وَ كَانَ اللَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ مُّقْتَدِرًا»؛ و برای آنان زندگی دنیا را مثال بزن که مانند آبی است که آن را از آسمان فرو فرستادیم. سپس گیاه زمین با آن درآمیخت و [چنان] خشک گردید که بادها پراکنده‌اش کردند، و خدا است که همواره بر هر چیزی توانا است». دنیا همان بهاری است که تا می‌آید خوشگلی و زیبایی و جمال و جلال و شکوهی از خود نشان دهد، می‌شود پاییز و یک مشت برگ‌های خشکیده‌ای که زیر پای رهگذران با باد پاییز این سو و آن سو می‌رود. این برگ‌ها همان‌هایی هستند که جمال بهار بودند، حالا زیر پا هستند. تا می‌آیی زیبایی جوانی‌ات را تجربه کنی، به پیری می‌رسی.

### ۲. خودشناسی

دوم، خودشناسی است به دو وجه: معرفت نفس که «أَنْفَقُ الْمَعَارِفِ» است. خدای متعال درباره‌ی روح می‌فرماید: «يَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلْ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي، وَ مَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا»؛ در باره روح از تو می‌پرسند، بگو: روح از [سنخ] فرمان پروردگار من است، و به شما از دانش جز اندکی داده نشده است. اگر نفس را شناختی، آتش حرص در وجودت خاموش می‌شود؛ البته اصلاً نمی‌گذارد آتشی روشن شود؛ پیشگیری می‌کند.

دوم، شناخت نفس به اعتبار جنبه‌ی دنیایی و وجہ‌ی ربی آن است.

اگر انسان توانست خودش را در وجہ‌ی ربی شناسایی کند، دنیا در نگاهش کوچک و ارزان می‌شود؛ زیرا واقعیتش کشف و اندازه‌اش معلوم می‌شود. فرمود: «أَعْظَمُ النَّاسِ فِي الدُّنْيَا خَطَرًا مَنْ لَمْ يَجْعَلْ لِلدُّنْيَا عِنْدَهُ خَطَرًا»؛ در دنیا قدر کسی بیشتر است که دنیا در نظرش قدر ندارد.

### ۳. آخرت‌شناسی

سوم، در محور معرفت است. یک، دنیاشناسی؛ دو، خودشناسی؛ سه، عقبی‌شناسی است. محور آخرت‌شناسی مثل معرفت نفس، بخشی است که خدای متعال و علیم به ما منت گذاشته و توسط پیامبر اعظم در دسترس ما قرار داده است. خداوند خطاب به پیامبر اکرم می‌فرماید: «عَلَّمَكَ مَا لَمْ تَكُنْ تَعْلَمُ؛ وَ آنچه را نمی‌دانستی به تو آموخت». وقتی خطاب به شخص اوّل این را می‌گوید، تکلیف بقیه معلوم است.

باب علمی که به روی ما باز شد؛ چه در معرفت نفس، چه در شناخت آخرت، ما قدر آن را نمی‌دانیم. وقتی آخرت‌شناس شویم، دنیا در نظر ما کوچک می‌شود.

سخن پایانی در این بخش، در محور معرفتی، عبارت است از خداشناسی که حرف اصلی اینجا است. شناخت مولا به بعضی از صفاتش، شناخت مولا به مولا بودنش: «فَاللَّهُ هُوَ الْوَلِيٌّ؛ خَدَا اسْتَ كَه وَلِيٌّ [حَقِيقَى] اسْتَ». شناختش به رب؛ شناختش به کَرِيم؛ مخصوصاً برای مها که یک مقدار دل‌هایمان نازک است، می‌لرزد و در دام حرص سقوط می‌کنیم. شناختش به رَزَاق بودن. اگر باور کنیم که او رَزَاق است، دیگر برای روزی حرص نخواهیم خورد. آدم حریص خیلی به کفر نزدیک است. در روایت دارد که ریشه‌ی کفر سه چیز است، یکی حرص به دنیا است که علت اصلی کفر است.

#### راهکارهای عملی و ذکری رهایی از حرص

##### ۱. راهکارهای ذکری

###### (الف) نماز

خدای متعال پس از آنکه فرمود انسان حریص است، فرمود: «إِلَّا الْمُصَلِّينَ». نماز یک وعده‌ی ذکری جامع است. چیزی که ما می‌خوانیم، شبیه نماز است. به همین علت بعد از آن می‌گوییم: «إِلَهِي هَذِهِ صَلَاتِي صَلَيْتُهَا لَأَلْحَاجَةِ مِنْكَ إِلَيْهَا وَ لَأَرْغَبَهُ مِنْكَ فِيهَا، إِلَّا طَاعَةً وَ إِجَابَةً؛ ای خدا این نماز من که بجا آوردم تو را به آن نیازی نیست و میل و رغبتی به آن نخواهد بود، جز آنکه من بتعظیم جلال تو و اطاعت فرمان تو و اجابت امر تو بجای آوردم». انسان عارف بعد از نمازش به قدری خجالت می‌کشد که به سجده می‌افتد و دائم می‌گوید: «عَفْوًا، عَفْوًا، عَفْوًا، عَفْوًا». غرض آنکه یکی از راههای نجات از حرص نماز است.

###### (ب) یاد مرگ

دوم، یاد مرگ غوغای می‌کند. اگر کسی بخواهد به معنای دقیق ترمذ نفس را بکشد، فقط یاد مرگ چنین قدرتی دارد؛ البته برای متوفیان. در مراحل بالا، «ذِكْرُ اللَّهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى»، راهگشا است؛ همان نمازی که گفتیم. اما قبل از آن، یاد مرگ، از بین برندۀ شهوات است و جلوی حرص را می‌گیرد.

###### (ج) یاد اولیائی‌الهی، و فقرا و مساکین

یاد اولیاء، حرص را مهار می‌کند. البته یاد فقرا و مساکین نیز نفس را قانع می‌کند و جلوی حرص را می‌گیرد.

##### ۲. راهکارهای عملی

###### (الف) نشست و برخاست با انسان‌های قانع

نخستین راهکار عملی نشست و برخاست با افراد «مَنْيِعُ الطَّبَعِ» و قانع است. امیرالمؤمنین در نهج‌البلاغه درباره‌ی یکی از اصحاب خود - گویا ابوذر یا عثمان بن مطعمون بوده - می‌فرماید: «كَانَ لِي فِيمَا مَضَى أَخْ فِي اللَّهِ وَ كَانَ يُعَظِّمُهُ فِي عَيْنِي صِغَرُ الدُّنْيَا فِي عَيْنِهِ؛ در گذشته برادری دینی داشتم که در چشم من بزرگ مقدار بود، چون دنیا در چشم او بی‌ارزش می‌نمود». با انسان‌های بزرگ معاشرت داشته باشیم تا دنیا در نظر ما کوچک جلوه کند.

###### (ب) رفت و آمد به قبرستان‌ها و بیمارستان‌ها

دوم، رفت و آمد به قبرستان است؛ مخصوصاً بخش تغسيل و تکفين. برای اينکه ترمذ نفس را بکشد، خيلي عجيب مؤثر است. هراز چندگاهی انسان باید اين صحنهها را ببیند.

بيمارستان هم برای اين منظور جاي خوبی است. انسانی که به بيمارستان می‌رود، به شكل طبیعی حرصش فروکش می‌کند. تقریباً شبیه همان حالتی است که انسان به قبرستان می‌رود.

### ج) دیدار از مناطق محروم

دیدار از مناطق محروم، راهکار دیگری است. ابودر، اين صحابي حرّ آزاده‌ی عزيز، می‌گويد: دوست من - منظورش پیغمبر اکرم است - به من سفارش کرد و گفت: ابودر نگاهت به پايین‌دستی‌ها باشد. قرآن نيز می‌فرماید: «وَلَا تَمُدْنَ عَيْنِيْكَ إِلَى مَا مَتَعْنَا بِهِ أَرْوَاجًا مِنْهُمْ رَهْرَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا لِنَفْتَهُمْ فِيهِ؛ وَ زَنْهَارَ بِهِ سُوَى آنچه اصنافی از ايشان را از آن برخوردار کردیم [وَ فَقَطْ] زیور زندگی دنیاست تا ايشان را در آن بیازماییم، دیدگان خود مذوز». چرا اینقدر چشم می‌گردانی و به پولدارها و ماشین‌های آن‌چنانی و خانه‌های آن‌چنانی و... به نظر حسرت نگاه می‌کنی. اين بیچاره‌ها دارند آزمایش می‌شوند. فردا چه بسا پای همان ماشین، باید هزار سال بایستد و حساب و کتاب پس بدهد؛ در حالی که صدها هزار نفر از فقرا از کنارش رد می‌شوند و به بهشت می‌روند.

پس، به آنهایی که پايین‌دست تو هستند، نگاه کن؛ آنهایی که نان شب ندارند.

اردوی جهادی در اين زمينه بسيار مفید است. اين بچه‌ها وقتی از اردوی جهادی برمی‌گردند، تا مدت‌ها بيمه هستند.

### د) رها کردن دنيا

راهکار پایانی، رها کردن دنيا است. بگذارييم شيريني رها کردن دنيا به کام ما بنشيind و فطرت ما را بارور کند. در حدیث شریف عقل و جهل که در كتاب کافي آمده که جزء احاديث مرجع است، دو کلیدواژه وجود دارد: «التوکل» و «الحرص». توکل، جزء لشکر عقل است، ضدش که می‌رود در لشکر جهل، و می‌شود حرص. بنابراین باید مراقب «حرص» باشیم و به خداوند توکل کنیم.

### غضب، نقمت و نعمتی بزرگ

موضوع سخن درباره‌ی دعای هشتم صحيفه‌ی مبارکه‌ی سجادیه است. رسیديم به دومين ويژگي که باید از آن به خدای متعال پناه برد و از جمله‌ی هلاک‌کننده‌ها، ساقط‌کننده‌ها، کاهش‌دهنده‌ها، ناقص‌کننده‌ها، رسوakanنده‌ها و بیچاره‌کننده‌ها است که عبارت است از: «سَوْرَةُ الْغَضَبِ؛ خشم مهارنشده».

باید اوّل غضب را بشناسيم و بحث شناختی در اطراف اين موضوع داشته باشيم. مبنی بر اين بحث شناختی، بحث‌های بعدی آسان می‌شود.

اوّل روی تركيب «سَوْرَةُ الْغَضَبِ» دقت کنيد. «سَوْرَةُ» به معنای حمله، شدت و تیزی می‌آيد. وقتی با غضب تركيب می‌شود، یعنی غضب به قليان آمده، به هيچجان آمده و به جوش آمده.

غضب، يا به تعبير فارسي اش خشم، وضعیت روانی است که شخص در مقام دفاع و انتقام، به خودش می‌گيرد، جايی که شری را از خود دفع يا با ضرري مقابله می‌کند يا... در چنین جاهایی انسان به خشم می‌آيد. انسان در خشم دو حالت دارد: يا حالت دفاعي و انتقام و مدافعي دارد، گاهی هم جنبه‌ی هجومی دارد.

جالب است که از بزرگترین عنايات الهی درباره‌ی انسان‌ها، بهره‌مندی از غضب است. می‌شود گفت رکن دوم حیات است؛ يعني اگر حیات انسان دو رکن داشته باشد، يك رکنش غضب است و ديگري شهوت. در مقابل، چنانچه هلاكت و بدبهختی انسان دو رکن داشته باشد، باز هم يكى شهوت است و ديگري غضب. به قول اهل فن، يكى جلب منفعت می‌کند و ديگري دفع ضرر. بنابراین از اين جهت خيلي مهم است و می‌شود گفت سازمان دفاعي شخصيت ما است و بسياري از کمالات، مقامات و درجات، با همين غضب به دست می‌آيد. انسان وقتی می‌تواند به خيلي از وظايف و مسئوليّت‌های الهی خود عمل

کند که از این امکان بهره‌مند باشد. منتها یک شرط دارد، آن‌هم اینکه این قوّه در اختیار عقل باشد. اگر غضب در اختیار عقل باشد، حافظ و پیش‌برنده انسان در دستیابی به منافع، مادّی و معنوی می‌شود. شهوت هم این‌گونه است. یعنی چنانچه تحت سیطره عقل باشد، حافظ و نگهدارنده و پیش‌برنده است.

اصلًا چرا عقل را عقل گفتند؟ دقیقاً به خاطر شهوت و غضب است. عقل، یعنی بستن، مهار کردن و نگه داشتن. از عِقال می‌آید که زانوی شتر را با آن می‌بندند، به طوری که نتواند راه برود. بنابراین عقل را که می‌گویند عقل، به خاطر این است که شهوت و غضب را مهار کند. اگر شهوت و غضب در اختیار عقل بود و عقل بر آنها تسلط داشت، می‌شود کانون اصلی سودها و حفاظت‌ها و دفع ضررها. عقل - همان‌طور که قبلًا درباره‌اش صحبت کردیم - به یک معنا شرع درونی است. از محیط شخصیت‌تان که خارج شوید، به اصطلاح می‌شود عقل اکبر.

غضب در شخص مثل قوای مسلح عمل می‌کند که اگر تحت تدبیر یک حکومت عادل و خردمند باشد، تأمین امنیّت، حفاظت از منافع، پیش‌برنده و زمینه‌ساز برای سازندگی نیز محسوب می‌شود و به کار می‌آید. نقش آن در وجود ما، در حفظ بدن، در حفظ روان، جان، ایمان و وابسته‌های به ما، مثل ناموس، فرزند و میهن، فوق‌العاده مهم و اساسی است. وقتی شما از آن درست بهره‌مند باشید، نوعی کمربند امنیّتی درست می‌کند.

اساساً محیط زندگی ما بر اساس تدبیر الهی، آکنده از آسیب‌ها، دشمنی‌ها و موافع است. جالب است که این مسئله از درون انسان شروع می‌شود؛ چنان‌که قرآن می‌فرماد: «إِنَّ النَّفْسَ لَأُمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبُّي»؛ نفس قطعاً به بدی امر می‌کند، مگر کسی را که خدا رحم کند». دشمن‌ترین دشمن‌ها دشمن خانگی است که همان جهل و جهالت است. شما از همان نقطه‌ی شروع در چالش هستید و با موافع، دشمن و انواع و اقسام آفتها و آسیب‌ها مواجه هستید. در بیرون هم همین‌طور است؛ یعنی دورتادور شما موافع ظاهری، باطنی، آشکار، پنهان، جنّی و إنسی چیده شده است.

با این فرض کسی نجات پیدا خواهد کرد که دارای قوای امنیّتی، حفاظتی و دفاعی بسیار قوی باشد و البته تحت امر و رام. اگر کسی این را داشته باشد، اهل نجات است؛ چنان‌که چنانچه جامعه‌ای قوای مسلح داشته باشد، یک رکن نجاتش تأمین شده است.

### ضرورت بهره‌مندی از قوّه غضب در پرتو عقل

عقل وقتی به میدان بباید و میدان‌دار باشد و از این قوّه بسیار مهم و حساس به عنایت الهی بهره‌مند شود، این قوّه اسمش می‌شود شجاعت. پس قوّه‌ی غضبیه‌ی مهار و تربیت شده، می‌شود شجاعت. به خدا از دو چیز پناه می‌بریم: یک، کاهش قوّه‌ی غضبیه. اگر قوّه‌ی غضبیه در انسان کاهش پیدا کند و از حد لازمش پایین‌تر بباید، به چنین کسی نمی‌شود امیدی داشت؛ زیرا نمی‌تواند از منافع مادّی، معنوی، سلوکی، ایمانی، دنیاگی و آخرتی خود حفاظت کند. چنین شخصیّتی گرفتار ترس، بزدلی، ضعف، سستی، بی‌ثبتاتی، انظام، یعنی ظلم‌پذیری، بی‌غیرتی و کم‌همّتی خواهد شد. بنابراین شجاعت به عنوان یک ارزش متعالی، علاوه بر منافع ظاهری و مادّی که دارد، ارزش‌های معنوی، ایمانی، اجتماعی، خانوادگی، تمدنی، آرمانی و الهی را حفاظت می‌کند و پیش می‌برد.

پس ما در درجه‌ی اول باید از نداشتن یا کم داشتن غضب به خدای متعال پناه ببریم. حکمت برخورداری از قوّه‌ی غضبیه، مواردی بود که گفتیم.

در اینجا تعبیر بسیار زیبایی در روایات داریم که خیلی شنیدنی است که عبارت است از: مدیریت قوّه‌ی غضبیه. در این باره تعبیر مالکیّت آمده است که جزء قواعد محسوب می‌شود. روایت «مَنْ مَلَكَ» وارد شده و ما در قواعد فقهی نیز قاعده‌ی «مَنْ مَلَكَ» داریم که بحث خیلی شیرینی در جای خود در مباحث فقهی دارد. در حوزه‌ی اخلاق نیز این‌گونه است و قاعده‌ی محسوب می‌شود. اما روایت؛ «مَنْ مَلَكَ نَفْسَهُ إِذَا رَغِبَ وَ إِذَا اشْتَهَى وَ إِذَا عَصِبَ وَ إِذَا رَاضَى حَرَّمَ اللَّهُ جَسَدَهُ عَلَى النَّارِ»، کسی که به وقت رغبت، زمان ترس، هنگام میل و در گیرودار خشم و خشنودی، وجودش را از افتادن در گناه و ستم

حفظ کند، خداوند بدنش را بر آتش دوزخ حرام می‌کند». چنین کسی مالک نفس خود است و عقل در وجود او میدان‌دار است. در این صورت غصب و شهوت هم سر جایش است. این انسان می‌تواند پیش برود و در منازل کمال و رشد می‌تواند خیلی جلو برود.

راجع به کاهشش باید بگوییم که گاهی ما غفلت می‌کنیم و از آن طرف می‌افتیم. به قدری مسئله‌ی غصب، مخصوصاً در جلوه‌های بیرونی و اجتماعی و حتی در عرصه‌های سیاسی، مذموم شمرده می‌شود که گاهی شخص می‌شود یک انسان خنثی، بی‌خاصیت، و در معرض صدجر آفت. این آدم هیچ وقت به درد دین نمی‌خورد. آدمی که قوه‌ی غضبیه در او به حد مناسب وجود نداشته باشد و تربیت نشده باشد، به درد خودش هم نمی‌خورد، چه رسد به خدا و دین و پیغمبر. کسی که می‌شود با او دین خدا را پیش برد، امر به معروف بشود، نهی از منکر بشود، اقامه‌ی حدود بشود، اقامه‌ی اصول بشود، مبانی تمدن با او ساخته شود، آدمی است که از چنین ظرفیتی برخوردار است. این انسان می‌تواند امام زمانش را یاری کند. والا می‌شود یک آدم بزدلِ ترسوی سستِ مردّ ضعیفِ به درد نخور که به درد هیچ کاری نمی‌خورد.

علت این سخنم آن است که هم حکمت قوه‌ی غصب معلوم شود و هم بر آن تأکیدی کرده باشم؛ چون اخیراً به کاهش این قوه و تضعیف‌ش توصیه می‌شود و در تربیت نیز این مسئله دست کم گرفته می‌شود.

ما مبتلا به یک نوع سوسولیسم تربیتی شده‌ایم که در سایه آن، یک نوع عناصر اخته‌ی بی‌خاصیت در جامعه درست می‌شود. آدمهایی که این‌گونه تربیت می‌شوند، به چه دردی می‌خورند؟ کاهش شجاعت که همان غصب تربیت‌شده است، فاجعه‌ها به بار می‌آورد. بی‌غیرتی‌ها، بی‌عقلتی‌ها، بی‌عصمتی‌ها، اینها همه محصول این است که شخص از قوه‌ی غضبیه در حد مناسبش بهره‌مند نیست. این مسئله، در حوزه‌ی سیاسی، حوزه‌های اجتماعی و بخش‌های مختلف جامعه، اثر سوء خود را دارد.

### پناه بردن به خداوند از غصب مهارنشده

برویم سراغ آن سمت مسئله. حضرت فرمودند: «أَعُوذُ بِكَ مِنْ سَوْرَةِ الْغَضَبِ». غصب اگر از کنترل عقل خارج شود و مهار نشده باشد، بلاهای بسیاری به سر انسان می‌آورد. چنانچه کسی به غصب تربیت‌شده و مهارنشده مبتلا باشد، در زندگی‌اش به هیچ دشمن دیگری احتیاج ندارد. در روایات ما راجع به این مسئله عبارات عجیب و غریب آمده است که عمدتاً تعابیر، ناظر به آتش است؛ یعنی شخص همینجا جهنّم برایش درست می‌شود. خشم آتشی می‌شود که از درون سر می‌زند و درون و بیرون را می‌سوزاند و منافع را بر باد می‌دهد. به جای اینکه صیانت کند، بلای جان می‌شود. مثل قوای مسلحی است که در یک کشور کودتا کنند. بنا بود قوای مسلح منافع کشور را حفاظت کند، حالا خودش به جان مردم افتاده و تولید نامنی می‌کند. امام حسن عسکری (علیه‌ی الصّلَاةُ وَ السَّلَامُ)، خیال همه‌ی ما را راحت کردن و فرمودند: «الْغَضَبُ مِفْتَاحُ كُلِّ شَرٍّ؛ خشم کلید هر شری است». خدا، امام راحل عزیز عارف عظیم الشّان را رحمت کند. ایشان در کتاب شریف /ربعین حديث، یکی از آن احادیث چهل گانه‌شان، همین حدیث است. نمی‌شود از کنار این مسئله به آسانی گذشت؛ چراکه کلید تمام بدی‌ها است.

روایات بسیار مفصل و متنوعی در مذمّت غصب داریم که همه‌ی آنها ناظر به مواردی است که غصب، از دست عقل خارج شود. امام سجاد (علیه‌ی الصّلَاةُ وَ السَّلَامُ) وضعیت افراطی قوه‌ی غضبیه را با کلمه‌ی «سَوْرَةٌ» بیان کرده‌اند. وقتی خشم از قاعده و فلسفه وجودی خودش کاملاً خارج می‌شود، اسباب همه‌ی شرور و بدبخشی‌ها و مصیبت‌ها می‌شود.

### غصب در روایات

در روایات ما غصب عمدتاً به آتش تشبیه شده است که وقتی شعله‌ور شود، نه جسم را سالم می‌گذارد و نه جان را و نه دین را. تمام مناطق شخصیت انسان را تخریب می‌کند و در شرّ را به روی تمام آفاق شخصیت انسان می‌گشاید. لذا می‌گویند وقتی انسان در این وادی افتاد، شیطان عروسی می‌گیرد. شیطان از آتش است؛ زیرا به خدا گفت: «خَلَقْتَنِي مِنْ

نارِ، مرا از آتشی آفریدی». شیطان از آتش است؛ پس شیطان هم‌جنس غصب است. اصلاً تیپش این‌طور است؛ یعنی بی‌قرار، شعله‌ور، شلوغ‌کن، سرو‌صدا راه بینداز و آشفتگی ایجاد کن است. لذا وقتی انسان خشمگین شد، شیطان می‌گوید دیگر من مشکلی ندارم؛ او عروسک خیمه‌شب بازی من شد. وقتی عصبانی شدی که خرد کاهش یافت و عقل بر تو مسلط نیست. در آن لحظه انسان ملعبه‌ی شیطان است و شیطان به هر اندازه‌ای بتواند، خسارت‌های خود را وارد می‌کند؛ لذا یک فهرست طولانی در تعابیر روایی در این بخش داریم. امام باقر (علیه السلام) فرمودند: «إِنَّ هَذَا الْغَضَبَ جَمَرَةٌ مِنَ الشَّيْطَانِ تُوقَدُ فِي قَلْبِ ابْنِ آدَمَ؛ اِنَّ غَضَبَ (وَخَشْمَى) كَهْ دَرِ وجود شَمَّا اَسْتَ) شراره‌ای است شیطانی که در دل آدمی زاد شعله‌ور می‌شود».

## عواقب و پیامدهای غصب

### ۱. تعطیلی عقل

غصب میدان را که به دست آورد، بلا فاصله عقل را مرخص می‌کند. روایات بیان می‌دارند که عصبانیت مهارشده همان خشم مقدس و شجاعت است که در اختیار انسان است. چنین خشمی جزء قوا و جنود رحمانی محسوب می‌شود. شخص، خشمگین است؛ اما برای رضای خداوند؛ چنان که قرآن می‌فرماید: «أَشِدَّهُمْ عَلَى الْكُفَّارِ؛ بِرَّ كَافِرَانَ بِسِيَارِ قُوَّتِ دِلْ هَسْتَنْدَ». در آن شرایط انسان کاملاً بر خود تسلط دارد، لذا هیچ کاری خارج از قاعده‌ی عقل و خواست الهی انجام نمی‌دهد. در اوج خشم است، می‌غرد، طوفان به پا می‌کند، ولی هیچ سخنی خارج از قواعد از او صادر نمی‌شود. امیرالمؤمنین (علیه السلام) در نهج‌البلاغه می‌فرمایند که ما رعد و برق نمی‌زنیم، مگر اینکه سیل راه می‌اندازیم! این‌طور نیست که مثل ابرهایی باشیم که سرو‌صدا و رعد و برق راه می‌اندازند، اما چند دقیقه بعد هیچ خبری نیست. فرمودند ما به آن مرحله نمی‌رسیم، ولی اگر بررسیم، سیل راه می‌اندازیم؛ یعنی اینجا است که دیگر خدا می‌خواهد. آنجایی است که وقتی علی به میدان می‌رود، کسی جلوه‌دارش نیست و هیچ قدرتی نمی‌تواند جلویش بایستد. وقتی در مقام اجرای حدود الهی به میدان برود، انگاره‌انگار این همان شخصیت رئوف مهربان گریان خاص‌خواصِ جلوی یتیم است؛ ولی جالب است که آنجا هم تمام حرکتها تحت انتظام الهی و قاعده‌ی ربانی و تنظیم عقلانی است. سیل که راه می‌اندازد، روی حساب و به اندازه راه می‌اندازد. در قصه‌ی عمرو بن عبدود، آن حضرت این ویژگی را به خوبی نشان دادند. مولوی آن ماجرا را به صورت شعر درآورده با این مطلع: «از علی آموز اخلاص عمل»، البته شعر مولانا زیبایی‌های خاص خودش را دارد، ولی اشکالات خاص خودش را هم دارد.

بنابراین اوّلین منطقه‌ای که با شعله‌ور شدن خشم شیطانی، یعنی خشم خارج از مدار عقل و رضای الهی، آسیب می‌بیند، عقل است. در لحظه‌ی عصبانیت، عقل اصلاً پیدایش نیست و محو می‌شود. لذا تعجب می‌کنید که شخص عصبانی چه می‌گوید. چون عقل نیست و غایب می‌شود، رفتارها به شدت سبک می‌شود. در روایات این حالت با تعییر «طیش» آمده که به معنای سبکی و سبک‌سری است. رفتارها به شدت سبک و زشت می‌شود، گفتار به شدت زشت و فحش‌آلود و کاهش یافته و نامربوط می‌شود و قیافه، به شدت کریه و زشت می‌شود. می‌گویند اگر کسی بخواهد خشم‌ش مهار شود، کافی است که در لحظه‌ی عصبانیت، خود را در آیینه ببینند یا سریع یک آیینه به دستش بدھند و بگویند: خودت را نگاه کن. مخصوصاً وقتی این تنور خیلی داغ شده باشد، حالت سبوعیت و حیوانیت در تنه خوبی به انسان دست می‌دهد و چهره‌اش خیلی زشت می‌شود. در حالی که در شجاعت، چهره انسان بسیار زیبا می‌شود و هیبت پیدا می‌کند. امام (رضوان الله تعالى علیه)، شجاعت و هیبت داشت. اوج این شجاعت وقتی بود که فرموده بودند: آمریکا هیچ غلطی نمی‌تواند بکند. آنجا امام در قله‌ی خشم و برافروختگی است. لذا آتشی که از آن بیان امام روشن شد، آمریکا هنوز در آن می‌سوزد. این همان خشم خدا است که از وجود ولی و از افق شخصیت ولی طلوع می‌کند و جبهه‌ی کفر را می‌سوزاند و تارومار می‌کند.

غربی‌ها با توجه به معیارهای خود، گمان کرده بودند که امام باید خیلی عصبانی شده باشد که این حرف را زده باشد. شروع کردند به چهره‌نگاری امام. روان‌شناس‌هایشان چهره امام را در آن لحظه که این سخن را می‌گوید، بررسی کرده بودند تا ببینند چه تغییری پیدا کرده بود. دیده بودند در این لحظه نیز امام همان آرامش دریابی خود را دارند. لذا این یک طوفان معمولی نیست، این همانی است که سیل راه می‌اندازد و راه انداخت و آن شد که شد.

## ۲. تولید و آشکار ساختن عیب‌ها

خشم بی‌مهرار انواع و اقسام عیب‌ها را تولید می‌کند. اصلاً کارخانه‌ی تولید عیب و اشکال است و عیب‌ها را آشکار می‌کند. در روایت دارد که عیب‌ها را بیرون می‌ریزد و آدم را رسوا می‌کند. آدمی که عصبانیت‌های بی‌مهرار دارد، تمام اشکالاتی را که در شرایط عادی مستور و پنهان کرده، در بیان، رفتار و برخوردش آشکار می‌سازد. از این طریق می‌شود گفت خشم بی‌مهرار رسواگر است. به همین خاطر به شدت شخصیت اجتماعی انسان را کاهش می‌دهد. شخصیت اجتماعی کسانی که زیاد عصبانی می‌شوند، دائمًا تنزل پیدا می‌کند و محبوبیت‌شان کاهش می‌یابد.

## ۳. تولید افسردگی و بیماری‌های روانی

در روایت بسیار زیبایی وارد شده است که عزّت خشم به ذلت عذرخواهی‌اش نمی‌ارزد. در لحظه‌ی خشم انسان مثلاً عزّت‌خواهی می‌کند و می‌گوید: به من بد و بیراه گفتی؟ به من...، چه خواهم کرد. گویا آن لحظه عزّت‌خواهی می‌کند؛ غافل از اینکه چند دقیقه یا چند روز بعد، می‌فهمد چه اشتباهی را مرتکب شده و به «چه کنم؟ چه کنم؟» التماس، خواهش و عذرخواهی می‌افتد. وقتی آدم از کسی عذرخواهی می‌کند، خیلی کاهش پیدا می‌کند. کسی که به چنین وضعیتی مبتلا می‌شود، به قول روانشناس‌ها، گرفتار یک سلسله بیماری‌های روانی هم می‌شود که یکی از آنها عبارت است از: افسردگی؛ چون همواره خیط می‌شود. وقتی خیط شدن‌ها و شکست‌ها تکرار شد، طرف دچار افسردگی می‌شود. در روایت دارد که شخص ملالت پیدا می‌کند. مضافاً به اینکه عصبانیت‌ها چون سازمان روانی شخص را به هم می‌ریزد، تولید آشفتگی روانی هم می‌کند و به این ترتیب سلامت روان شخص را کاملاً در مخاطره قرار می‌دهد.

بیماری‌های روانی با سرعت به جسم شخص اثر می‌گذارد و وضعیت گوارش را مختل می‌سازد؛ درنتیجه انواع و اقسام زخم معددها، سرطان‌ها، تیک‌های عصبی، اختلالات خواب و مواردی از این قبیل، دامن شخص را می‌گیرد. آدم‌های عصبانی معمولاً خواب خوبی ندارند. چون وقتی که عصبانی می‌شود، ضربان قلب افزایش پیدا می‌کند، خونش، اصطلاحاً به جوش می‌آید و وضع خیلی عجیبی برای شخص درست می‌کند و منجر به سکته و حتی مرگ می‌شود.

## ۴. زمینه‌سازی برای ابتلاء به انواع گناهان

امام علی (علیه السلام) در روایتی خیلی زیبا و شیرین فرمودند: «لَا أَدْبَ مَعَ غَضَبٍ؛ با خشم، تربیت [ممکن] نیست». اگر انسان گرفتار شد، حقوق ضایع می‌شود، شخصیت افراد شکسته می‌شود، ظلم صورت می‌گیرد، غیبت صورت می‌گیرد، تهمت صورت می‌گیرد، حسد شعله‌ور می‌شود. پل‌های عاطفی را خراب می‌کند، پل‌های خانوادگی را خراب می‌کند، پل‌های اجتماعی را خراب می‌کند، پل‌های مدیریتی را خراب می‌کند، اصلاً همه چیز را خراب می‌کند.

## راهکارهای غلبه بر خشم

### ۱. فکر دائم

نخستین راهکار خردپروری است. عقل باید در وجود انسان پرورش پیدا کند. در بحث ما، دانش کمترین خاصیت را دارد؛ عقل، مهم است. البته مطالعه و تدریس خوب است و بی‌اثر نیست. در کتاب‌های اخلاقی علاج علمی غصب بیان شده؛ اینکه ابتدا بدانیم غصب چه خواهد کرد؛ روایاتش را بخوانیم، آثار جسمی، روانی و ایمانی آن را مطالعه کنیم، اینها خیلی خوب است و ممکن است مؤثر باشد. یا مثلاً درباره‌ی بردباری و حلم مطالعه کنیم. جالب است که در باب حلم و «گَظُمُ الغِيْض»

نیز روایات فراوانی وارد شده است. مطالعه در این باب خیلی خوب است؛ منتها به نظرم فراتر از مطالعه، برای کسی که مبتلا است یا در معرض ابتلا است، یعنی همه ما، بیشتر از مطالعه، تفکر سودمند است؛ لذا پیشنهاد می‌کنیم: فکر، فکر، فکر، یعنی در خلوت خود درباره‌ی عوارض وحشتناک دنیایی و آخرتی خشم فکر کنیم. منتها نه فکر گاه‌گاه، بلکه «إِذْمَانُ الْفِكْر»، مهم است. فکر عمیق مداوم، خیلی کمک‌کننده است؛ چون فکر عقل را پرورش می‌دهد؛ درحالی که واردات ذهنی بدون تفکر، باعث پرورش خرد نمی‌شود.

در مقابلش هم همین‌طور است؛ یعنی دائمًا راجع به منافع حلم و بردباری فکر کند. بردباری محبوبیت خدای متعال و خلق را به همراه دارد. انسان همواره در این باره فکر کند. فکر که کرد، عقلش شعله‌ور می‌شود و اینها را از خدای متعال تمدن می‌کند. وقتی تفکر کند، عقلش به هیجان می‌آید، می‌تواند تقویت بشود برای اینکه بتواند آن شعله‌ی شیطانی را کنترل و مهار کند.

## ۲. ذکر

به لحاظ ذکری، همان چیزهایی که در باب حرص گفته بودیم، اینجا هم به کار می‌آید؛ یعنی تقویت یاد خدا در وجود انسان. اگر انسان خودش را در حضور خداوند احساس کند، امکان ندارد خشم مهار شود.

از جمله چیزهایی که همه‌جا به کار می‌آید و کاربردش فوق‌العاده است، «ذِكْرُ الْمُوت» است. در إِمَاتِهِي نفس، چه إِمَاتِهِي شهوت، چه إِمَاتِهِي غصب، یاد مرگ خیلی عالی است. این را باید در تفکر آبیاری کرد تا در ذکر بتوان از آن بهره‌برداری کرد. با فکر باید اینها را قبلاً مهیا کرده باشد تا در ذکر بتواند از آنها استفاده کند؛ وآلًا نمی‌تواند استفاده کند. فکر و ذکر دستشان در دست هم است.

## ۳. دنیاشناسی

از جمله چیزهایی که در پیشگیری و معالجه غصب، فوق‌العاده مؤثر است، دنیاشناسی است. تمام عصبانیت‌ها برای دلبستگی به دنیا است. ریشه‌عصبانیت‌های شیطانی، حبّ دنیا است. اگر خشم در انسان مهار شود، مشکلات ریشه‌ای حل می‌شود. چنانچه کسی دنبال علاج ریشه‌ای است، باید حبّ دنیا را در خود معالجه کند. دوستیدنیا این موارد را به دنبال دارد: فخر، کِبر، غرور، لجاجت، دیگران را دست‌کم گرفتن و تحقیر کردن.

## ۴. عادت کردن به درنگ قبل از انجام دادن کارها

از جمله پیشنهادهای عملی عبارت است از اینکه انسان خود را عادت دهد به تأّنی قبل از عمل و اقدام. خیلی چیز جالبی است! تأّنی، قبل از اقدام، یعنی درنگ قبل از هر نوع عمل و اقدامی، برای سنجیدن عاقب کار. این پیشنهاد تمرين می‌خواهد. انسان باید درنگ داشته باشد؛ هر وقت می‌خواهد کاری بکند، حرفی بزند، اقدامی کند، ابتدا روی عاقب آن تأمل کند. این خیلی کمک می‌کند.

## ۵. عدم همنشینی با انسان‌های عصبی

اجتناب از مصاحبت با خشمگین‌نان، راهکار بعدی است؛ چون آدم‌هایی که این‌طوری هستند، اصلاً آتش درست می‌کنند. مصاحبت با آدم‌های عصبانی، بهمروز انسان را عصبی می‌کند. حقّت را بگیر، برو به میدان، داد بکش سرشن، حالش را بگیر، کم نیاری، ذلیلت می‌کنند، خوارت می‌کنند، حقّت را می‌خورند، و جملاتی از این‌دست، آتش خشم را در درون انسان روشن می‌سازد. نقطه‌ی مقابلش اینکه آدم مدتی با اهل بردباری و حلم بنشیند که ان شاء الله اثرش را خواهید دید.

## ۶. خود را بردبار نشان دادن

تحلّم یعنی خود را به بردباری زدن. تحلّم، یعنی قیافه‌ی آدم‌های بردبار را به خودت بگیری. داری از درون می‌سوزی، اما به ظاهر آرام هستی. امام علی (علیه السلام) فرمودند: «إِنْ لَمْ تَكُنْ حَلِيمًا فَتَحَلَّمْ فَإِنَّهُ قَلَّ مَنْ تَشَبَّهَ بِقَوْمٍ إِلَّا أَوْشَكَ أَنْ يَكُونَ

مِنْهُمْ؛ اگر بردبار نیستی خود را بردبار جلوه ده، زیرا کمتر کسی است که خود را شبیه گروهی کند و بهزودی یکی از آنان نشود».

## ۷. تغییر وضعیت

نکته‌ی دیگر برای غلبه بر خشم، تغییر وضعیت است؛ نکته‌ای که هم در روایت آمده و هم در سیره‌ی پیامبر اکرم. خیلی چیز خوب و مجرّبی است. اگر ایستاده‌ای، بنشین، چنانچه نشسته‌ای، دراز بکش.

## ۸. وضو با آب خنک

یک راهکار خیلی مؤثر که در روایات به آن اشاره شده، وضو گرفتن یا غسل کردن با آب خنک است. البته حالت‌گردن این است که انسان خشمگین سریع سرش را زیر آب خنک بگیرد. اگر خیلی عصبانی است، خودش را در حوض پرت کند! خشم ناگهان کاهش پیدا می‌کند و در آرام کردن انسان خیلی تأثیر دارد.

## ۹. تماس بدنی

در روایت است که اگر از دست رَحِم خود – مثلاً فرزند، برادر یا خواهر خود – عصبانی شدید، او را آرام مسّ کنید. مسّ رحیمی که انسان از دستش عصبانی است، انسان را آرام می‌کند. لذا اگر مثلاً پدر از دست عصبانی شد، بپر در بغلش، آرام می‌شود. خیلی عجیب است! فوری آرام می‌شود. تو از دستش می‌خواهی فرار کنی که کتک نخوری، حال آنکه باید بر عکس رفتار کنی. اگر امکان داشت، دست یا پایش را بوس کن. آن وقتی که چوب گرفته، دنبالت می‌کند و تو فرار می‌کنی، برو در بغلش، آرام می‌شود.

## ۱۰. شرطی کردن خود

راهکار پایانی اینکه من معتقدم «بِإِذْنِ اللَّهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى» از همه‌ی عوامل کاهش‌دهنده، مؤثرتر این است که انسان در لحظه خشم، خود را شرطی کند. انسان باید قبلًا تمرین کند که در لحظه‌ی عصبانیت به یاد پیغمبر اکرم و چهره‌ی نورانی آن حضرت بیفتد. اگر بتواند این کار را انجام دهد، آتش خشم خاموش می‌شود و انگارنه‌انگار که لحظه‌ی قبل آتش گرفته بود. عمدۀی تلاش شیطان این است که در آن لحظه تو نتوانی پیغمبر را ببینی و زبان‌ت به ذکر شریف صلوات مترنم شود. معمولاً آن لحظه‌ها آدم نمی‌تواند صلوات بفرستد؛ زیرا زبانش بسته است. اگر آنجا صلوات بفرستد و جمال محمد و آل محمد یادش بباید، آرام می‌شود.

به سومین مسئله رسیدیم که یکی از مسائل بسیار مهم و حساس برای پناهندگی به حضرت حق است و آن مسئله‌ی حسد است. تعبیری که در متن صحیفه‌ی نورانی آمده، «غَلَبَةُ الْحَسَدِ» است.

## معنا و مفهوم حسد

بحث را از مفهوم‌شناسی حسد آغاز کنیم. درباره‌ی حسد، بزرگان و علمای اخلاق، تعاریف گوناگونی را مطرح کرده‌اند که تعریف مشهورتر و برگزیده این است که حسد عبارت است از: اندوهگین شدن از دیدن نعمت در زندگی انسان مؤمن و آرزو کردن برای اینکه آن نعمت در او زائل شود و از دست برود. پیشرفت‌هی حسد آنجایی است که شخص اقدامی هم برای از بین رفتن آن نعمت می‌کند؛ لذا اگر بخواهیم تعریفی بدھیم که شامل همه‌ی این مراتب شود، حسد عبارت است از: اندوهگین و غمگین شدن انسان، آن زمانی که نعمتی را در شخص مؤمنی می‌بیند، و آرزوی زوال آن نعمت، بلکه اقدام برای از بین رفتن آن نعمت می‌کند.

## حسد، حالتی روانی است

لازم است اینجا چند نکته مطرح شود تا مطلب واضح‌تر شود. اوّل اینکه حسد یک حالت روانی و نفسانی است. اگر به بعضی از اقدامات حسد گفته شود، به خاطر اینکه ریشه‌اش حسد است، و گرنّه اصل حسد یک وضعیت نفسانی و روانی

است. نقطه‌ی عزیمتش عبارت است از حزن و اندوه و ناراحت شدن. به عنوان مثال زمانی که انسان ببیند کسی نعمتی دارد، بدش باید، از اینجا شروع می‌شود تا به نقطه‌ی حزن می‌رسد. هنگامی که با دیدن نعمت دیگری، انسان اندوهگین شود، به این شخص حسود می‌گوییم و عنوان حسود بر این شخص صدق می‌کند. این حالت، حسد است. یک مقدار که پیشرفت کرد، در مرحله‌ی بعدی، به نقطه‌ای می‌رسد که شخص آرزو و تمّا می‌کند نعمتی که در اختیار آن شخص است، از بین برود. این تمّای زوال نعمت، بر اثر غلبه‌ی حسد است. اینکه امام می‌فرمایند: «*غَلَبَةُ الْحَسَدِ*»، وقتی است که آن حزن و اندوه برسد به نقطه‌ی آرزوی زوال نعمت. به اینجا که رسید، حسد غلبه کرده و بیشتر بزرگان ما وقتی که حسد به این نقطه رسید، می‌گویند جزء فهرست گناهان محسوب می‌شود. قبل از این، اگرچه به آن حسد گفته می‌شود، آثار و ضررهایی که برای خود شخص دارد، در حدّ داخلی است و در فهرست گناهان قرار نمی‌گیرد. آثار عجیبی که برای این بیماری خطرناک است، در مرحله‌ی دوم آشکار می‌شود و در مرحله‌ی اول بسیاری از آن آثار پدیدار نمی‌شود. ولی مرحله‌ی تمّای زوال نعمت، مرحله‌ی خطرناکی است که امام درباره‌ی آن تعبیر «*غَلَبَةُ الْحَسَدِ*» را به کار برده‌اند. از این به بعد، مرحله‌ی بسیار پیشرفت‌هی این بیماری است و آن، زمانی است که شخص برای از بین رفتن نعمت در شخص محسود، اقدام می‌کند و به آرزو بسنده نمی‌کند. نیرنگ می‌زند، اقدام می‌کند و توطئه می‌چیند تا آن نعمت از او گرفته شود یا از بین برود. این مرحله‌ی پیشرفت‌هی است که اگر کسی به این مرحله برسد - بنا بر روایات - تقریباً بعید است که به این آسانی‌ها خوب شود. تقریباً مثل سلطانی است که این‌قدر پیش رفته است که خیلی امیدی به نجات بیمار نیست. نه اینکه راه توبه بسته باشد، منتها به حسب ظاهر و طبق قاعده، به این شخص دیگر نمی‌توان امیدی داشت.

### رابطه‌ی حسد و نعمت

هرجا سخن از حسد است، کلمه‌ی نعمت را هم می‌شنوید. حسد همیشه در ارتباط با یک نعمت است، یا گروهی از نعمت‌ها که در اختیار کسی قرار گرفته است. بزرگان ما یک تفصیلی دادند؛ خلاصه‌اش این است که در هر فرضی از نعمت‌ها حسد شکل می‌گیرد، چه نعمت مادّی، چه نعمت معنوی، چه نعمت در خود شخص، چه در وابسته‌هایش، تفاوتی نمی‌کند، در هر کدام از آنها باشد، حسد است؛ پس چه مادّی، چه معنوی، چه مستقیم، چه با واسطه، هر برخورداری که دل شخص را بلرزاند و او را وارد حزن و تمّای زوال کند، عنوان حسد بر آن صدق می‌کند. بنابراین گمان نکنید اگر من نسبت به یک نعمت معنوی حسد ببرم، مثلاً شخصی نماز شب می‌خواند، من به نماز شب او حسد می‌برم، بنابراین آرزو می‌کنم خواب بماند، این شاید حسد نباشد؛ این هم حسد محسوب می‌شود. یا مثلاً شخصی بسیار اخلاقش خوب است، من به او حسد بورزم، آرزو کنم بداخل‌الاق بشود، این هم حسد است. پس چه در امور مادّی، طرف خوشگل است، خوش‌تیپ است، پولدار است، متّکن است، اعتبار دارد، ریاستی دارد، شهرتی دارد، باهوش است، خوش‌فکر است، خوش‌قلم است، خوش‌بیان است، فرزند و همسر خوبی دارد، همه‌ی این چیزها نعمت است، فرقی نمی‌کند. شخصی می‌گفت چون حالت تمّای در بعضی از اشخاص، وضعیتی را از نظر امواج منفی درست می‌کند که خود این موج اقدام است، نیاز نیست هیچ کار دیگری کند، کافی است که همین موج تاریک از طرف او ارسال شود. او می‌گفت من صبح از خانه بیرون آمدم، دیدم که پسر همسایه دوچرخه‌ی بسیار زیبایی را می‌راند، به او حسد ورزیدم. ظهر که برگشتم، پسر به بیمارستان منتقل شده بود، دوچرخه آسیب‌دیده و خراب جلوی در خانه افتاده بود. البته ایشان خیلی پیشرفت کرد و به مرحله‌ای رسید که گفت: به خانه‌ی کسی رفتم، لوستر قشنگی آویزان کرده بودند. حسودی ام گل کرد. لوستر از بندش جدا شد، افتاد و همانجا خرد شد! از اینجا فهمیدم در مرحله‌ی خطرناکی قرار داردم، به یکی از اساتید اخلاق پناه برده و ایشان تجویزهایی کرده بود که از آن مرحله نجات پیدا کرد. گاهی خود این تمّای دارای عوارض بیرونی هم می‌شود. اقدام، فقط لازم نیست اقدام عملی باشد، گاهی خود آن حالت وقتی که شدت می‌گیرد و در انسان شعله‌ور می‌شود، به منزله‌ی عمل و اقدام می‌شود. در این

صورت شخص باید تحت درمان‌های سنگین قرار گیرد، یک نوع شیمی درمانی روانی بسیار سنگین می‌خواهد؛ چون سلطانش پیشرفت‌ه است و به این آسانی‌ها معالجه نمی‌شود.

آن مرحله‌ی مقدماتی در روایات حسد تلقی نشده، منتها شخص اگر دنبال نجات و سعادت خودش هست، باید از این مرحله نیز بگذرد، توبه و استغفار کند و بگوید: خدا ایا مرا ببخش، چرا من این طور هستم؟ چقدر آدم بدی هستم؟ این حالت بنا بر روایتی، «رفع الْقَلْم» است و گناه محسوب نمی‌شود. این مرحله، مرحله‌ی مكتوم نطفه است. توضیح آنکه حسد حالت نطفه‌ای دارد. قبل از اینکه بخواهد متولد شود، در این مرحله راحت‌تر می‌شود آن را حل کرد. چنانچه در کسی چنین احساسی پیدا شد، علاجش آسان است؛ اما اگر این حالت شکل بگیرد، بزرگ شود و به توده‌ی سلطانی تبدیل شود، کار سخت می‌شود.

اگر در انسان کافری، اعم از کافر کتابی و غیرکتابی، نعمتی را دیدیم و طالب زوالش شویم، آیا این هم جزء حسد مذموم است یا نه؟ به طور خلاصه این مسئله دو فرض دارد: یک فرض این است که من ناراحتم از اینکه او آن نعمت را علیه اسلام استفاده می‌کند؛ لذا تمتنای زوال آن را دارم و چنانچه بتوانم، این نعمت را از او خواهم گرفت. این فرض جزء تعریف ما نمی‌آید و موضوعاً از مسئله‌ی حسد خارج می‌شود. این حالت خیلی هم خوب است و ذیل عنوان تبرآ قرار می‌گیرد که شامل لعن دشمنان خدا و پیغمبر و نفرین آنها و اقدام عملی برای تضعیف آنها می‌شود. این مورد دستور کار مؤمن است. انسان مؤمن شبانه‌روز دنبال چنین چیزی است.

یک مورد دیگر هم وجود دارد که خاص است. شخص کافر نیست، مسلمان است، منتها مسلمان فاجر فاسق است. در جرگه‌ی مسلمین و حتی اهل ولایت محسوب می‌شود، ولی اگر نعمتی داشته باشد، با آن به دین و ایمان دیگران به‌طور محدود یا وسیع ضربه می‌زند. طلب زوال آن نعمت، که به وسیله‌ی او ممکن است شخص در آن گناهی که انجام می‌دهد تقویت شود، به نفع خود او هم هست. در فرض اول، ما زوال نعمت را از کافر، برای نجات مؤمنین می‌خواهیم. در مورد دوم اگر زوال نعمت را می‌خواهیم، برای نجات خودش و سایر مؤمنین است. این هم ملحق به همان بحث قبلی است و حسد محسوب نمی‌شود. منتها در حوزه‌ی ایمانی، یک مقدار مطلب دقیق می‌شود که آیا این حسادت و تمتنای زوال نعمت، به خاطر خدا است؟ نباید فریب بخوریم، باید دل خود را ملاحظه کنیم و آن را بیازماییم و ببینیم واقعاً به خاطر خدا زوال نعمت را می‌خواهد یا نه، نفس است؟

### تفاوت حسد و غبطه

نکته‌ی دیگری که در مفهوم‌شناسی حسد مطرح می‌شود، مسئله‌ی غبطه است که در فارسی به آن رشک ورزیدن می‌گوییم. در بعضی از روایات علاوه بر اینکه از کلمه‌ی غبطه استفاده شده، از کلمه‌ی حسد هم استفاده شده است. آنجایی است که شما نعمت را در شخص می‌بینید، ناراحت نمی‌شوید از اینکه او این نعمت را دارد، ناراحت می‌شوید از اینکه چرا من ندارم؟ این دو مسئله از یکدیگر جدا است. از اینکه او نعمتی دارد، ناراحت نیستم، ممکن است خوشحال هم نباشم، منتها ناراحتی من از این است که چرا من آن نعمت را ندارم. سپس دست به دعا یا دست به اقدام بشوم برای اینکه آن نعمت را به دست بیاورم. این مورد غبطه یا رقابت است و چیز خوبی است. در روایت هم هست که کافر حسد می‌برد، مؤمن غبطه دارد، منتها در موضوع غبطه، غبطه‌ی ممدوح، غبطه در امور معنوی است. در مسائل دنیاگی، غبطه ممدوح نیست، انسان نگاه کند ببیند دیگران چه برخورداری‌هایی دارند، سپس خودش بخواهد دنبال آن بیفتند، انسان را به وادی حرص می‌کشد که باید از آن به خدای متعال پناهنده شویم.

نقشه‌ی مقابله حسد، عنوان زیبای خیرخواهی و نصیحت است. «الْنَّصِيحةُ»، یعنی خیرخواهی برای دیگران؛ خیر خواستن، تمتنای نعمت برای دیگران و خوشحال بودن از دیدن نعمت در دیگران. شخص سعی می‌کند آن نعمت را برای او حفاظت

کند و دعا و تلاش می‌کند برای اینکه آن نعمت برای شخص افزایش پیدا کند. این درست نقطه‌ی مقابل حسد است، اگر هر چیزی به خیر او هست، برایش زیاد شود.

## حسد در قرآن

### ۱. پناه بردن به خداوند از حسود

در سوره‌ی فلق فهرستی ارائه می‌شود که انسان از شر آنها به خدا پناه می‌برد. قرآن کریم می‌فرماید: «وَ مِنْ شَرٍّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ؛ وَ از شرّ [هر] حسود، آن گاه که حسد ورزد». از شر محسود قرار گرفتن به خدا پناه می‌برم. به دلالت اولویت معلوم می‌شود که خود شخص از حسدش باید به خداوند پناه ببرد؛ چون حسد در وهله‌ی اوّل حسود را متلاشی می‌کند. از این آیه استفاده می‌شود که حسد چقدر مذموم است که حسد را، یعنی کسی که به حسد مبتلا است، در مرحله‌ی قرار می‌دهد که مردم به توصیه‌ی «رَبُّ الْعَالَمِينَ»، باید از شرّ او به خدای متعال پناه ببرند. اگر این آیه را تحلیل کنید، کافی است برای اینکه متوجه شویم حسد چه مسئله‌ی خطرناک، پیچیده و عجیبی است.

### ۲. حسادت یهودیان به سایر امت‌ها

آیه‌ی دوم، این آیه‌ی کریمه است: «أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَى مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ فَقَدْ آتَيْنَا آلَّ إِبْرَاهِيمَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَآتَيْنَاهُمْ مُّلْكًا عَظِيمًا؛ بلکه به مردم، برای آنچه خدا از فضل خویش به آنان عطا کرده رشك می‌ورزند. در حقیقت، ما به خاندان ابراهیم کتاب و حکمت دادیم، و به آنان ملکی بزرگ بخشیدیم». این آیه، آیه‌ی عجیبی است و درباره‌ی یهودی‌ها است. یهود به پیغمبر اکرم و اهل‌بیت (علیهم السلام) حسد می‌برند. قرآن کریم در این آیه‌ی کریمه، آنها را رسوا کرده، در عین حال از یک مسئله‌ی بسیار حساس در ارتباط با موضوع حسد پرده‌برداری کرده است. این آیه می‌گوید که یهودی‌ها حسودی‌شان شده است که ما به خاندان ابراهیم کتاب و حکمت و مُلک عظیم داده‌ایم. مُلک عظیم، سلطنت مطلقه‌ی مهدی آل محمد (عَجَلَ اللَّهُ تَعَالَى فَرَجَهُ الشَّرِيفُ وَ عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَامُ) است. امروزه نیز صهیونیست‌ها ادامه‌دهنده همان جریان هستند. هر روز که می‌بینند قدرت اسلام با محوریت ولایت اهل‌بیت (عَلَيْهِمُ السَّلَامُ) و با پرچمداری ایران، توسعه پیدا می‌کند، روزشان شده شب و شبشان شده جهنّم و در این جهنّم خواهند سوت. دور خودشان هم دیوار می‌کشند، به فضل الهی در همان جا با دست خودشان خفه خواهند شد؛ ان شاء الله.

لسان آیه در محور اوّل، لسان عام است. خدای متعال مذمّت می‌کند، این شامل همه‌ی حسودها می‌شود. آیا اینها نسبت به آن چیزی که ما به برخی بندگان دادیم، حسادت می‌کنند؟ آیا شخص صاحب نعمت، از خودش چیزی دارد؟ هر چه دارد، من به او داده‌ام. هر چه که دارد، ما به او دادیم؛ لذا تو با ما طرف می‌شوی؟ عمق فاجعه در موضوع حسد، در قرآن کریم در این آیه است که شخص حسود به مقابله‌ی با حق (تَبَارَكَ وَ تَعَالَى) رفت. چه بداند و چه نداند، در آن منطقه وارد شده است. اگر بداند به کفر می‌رسد، اگر نه، در مسیر کفر حرکت می‌کند و این خطرناک است.

### ۳. هابیل و یوسف، دو قربانی حسد خانوادگی

نکته‌ی سوم و چهارم در قرآن کریم، یکی ماجراهی هابیل و قابیل در سوره‌ی مبارکه‌ی مائده است و مورد دیگر هم ماجراهی حضرت یوسف (عَلَيْهِ السَّلَامُ) و برادرانش است. در هر دو مورد، درگیری و چالش شدید است. یکی منجر به قتل است و دیگری منجر به تبعید و انداختن به چاه. هر دو هم در خانواده است. در محیط برادری است. قرآن کریم در هر دو مورد به ما می‌خواهد بگوید که اگر حسد میدان پیدا کند، برادر نمی‌شناسد، تا برسد به دوست و همسایه و ... ، اگر آتشش روشن شود، به برادرگشی منجر می‌شود. اوّلین قتلی که روی کره‌ی زمین واقع شد، به خاطر حسد بود؛ آن‌هم قتل برادر به دست برادر! در روایات هست که مسئله‌ی حسد در آنجا حسد عشقی نبوده. برخی می‌گویند که ریشه آن حسد، عشقی بوده

است. خدای متعال این دو پسر را داد، دو دختر هم داد، این دو دختر ازدواج کردند. قابیل عاشق دختری بود که خواهرش بود، منتها او زن هابیل شد. این عده می‌خواهند کل دعواهای بشری را با موضوع عشق مرتبط سازند. در این حرف دو دروغ وجود دارد: یک، اصل مسئله دروغ است که بحث ازدواج با خواهر در اینجا مطرح نبوده است. بلکه شبهی حضرت حوا، خدای متعال برای هابیل و قابیل هم زوج خلق کرد. دو، خانم هابیل بسیار جذاب‌تر بوده، قابیل دلسته‌ی او بوده و ماجرا به جریان حسد کشیده شده است. روایات بیان می‌دارند که مسئله وصایت و نبوت و امر معنوی در کار بوده است. کار به آن امتحان کشیده شد و... ظاهراً قابیل در خواب هابیل را کشت. هابیل به قابیل گفت: «لَئِنْ بَسْطَتَ إِلَيَّ يَدَكَ لِتُقْتَلَنِي مَا أَنَا بِبَاسِطٍ يَدِي إِلَيْكَ لَأَقْتُلَكَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ رَبَّ الْعَالَمِينَ؛ اَفَرَدْتَ خُودَ رَبَّهُ بِسُوءِ مَنْ دَرَازَ كَنِّي تَا مَرَّا بَكْشَى، مَنْ دَسْتَمْ رَبَّهُ بِسُوءِ مَنْ تَوَرَّا بَكْشَى؛ چَرَاكَهُ مَنْ ازْ خَداُونَدَ، پَرَوْرَدَگَارَ جَهَانِيَانَ مَنْ تَرَسَّمَ».

ماجرای حضرت یوسف هم که به برادرگشی کشیده شد. اوّل یکی از آنها گفت: «أَقْتُلُوا يُوسُفَ أَوِ اطْرَحُوهُ أَرْضًا يَخْلُ لَكُمْ وَجْهُ أَبِيكُمْ؛ یوسف را بکشید یا او را به سرزمینی بیندازید، تا توجهه پدرتان معطوف شما گردد». مورد اوّل، یعنی قتل را به این نتیجه رسیدند که بسیار بد است. مورد دوم را عملی کردند، اینها یک قدم از جریان قابیل کمتر آمدند، ولی کار زشت را انجام دادند. در آن ماجرا هم ظاهراً مسئله‌ی معنوی و نبوت، وصایت و مُلک مطرح بوده است. می‌گفتند یوسف در آینده رئیس ما می‌شود، چون همه‌ی توجه پدر را به خودش جلب کرده است. حسد آتشی است که در خانواده روشن می‌شود و بنیان آن را نابود می‌کند.

## دو نکته اخلاقی سوره یوسف

برخی از آیه «رَأَيْتُ أَحَدَ عَشَرَ كَوْكَباً وَ الشَّمْسَ وَ الْقَمَرَ رَأَيْتُهُمْ لِي سَاجِدِينَ، مَنْ [در خواب] يازده ستاره را با خورشید و ماه دیدم. دیدم [آنها] برای من سجده می‌کنند»، برداشت کرده‌اند که اگر نعمتی به شما رسید، خیلی جلوه‌اش ندهید و آشکارش نسازید؛ زیرا محسود واقع می‌شوید. لذا حضرت یعقوب به یوسف گفت: خوابت را به کسی نگو.

نکته دوم این آیه عبارت است از اینکه اگر در خانواده به لحاظ تربیتی، پدر یا مادر به هر دلیلی تبعیض، یعنی تفاوت بین بچه‌ها قائل شود، آتش حسد را روشن می‌کند. برادران یوسف گفتند که پدر، چشمش همیشه به یوسف است. البته هیچ کس نباید حضرت یعقوب را متهم کند، بلکه سخن این است که باید مراقب بود.

گاهی جلوه‌گری باعث دردرس و گرفتاری می‌شود. البته در موضعی انسان در معرض حسد است که نعمت خاص و ویژه‌ای نصیب‌شود؛ و گرنه نعمت‌های عادی خیلی تعجب برانگیز نیست و شاید تولید حسد آن چنانی نکند.

قرآن کریم در سوره‌ی مبارکه‌ی بقره، به مؤمنین یادآوری می‌کند که کفار تا دین شما را از شما نگیرند، از پا نمی‌نشینند. قرآن علتش را این‌چنین بیان می‌کند: «وَدَّ كَثِيرٌ مِّنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُدُّونَكُمْ مِّنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ كُفَّارًا حَسَدًا مِّنْ عِنْدِ أَنفُسِهِمْ؛ بسیاری از اهل کتاب - پس از اینکه حق برایشان آشکار شد - از روی حسدی که در وجودشان بود، آرزو می‌کردند که شما را، بعد از ایمانتان، کافر گردانند». می‌خواهند شما هم مثل خودشان کافر شوید، نمی‌توانند ایمان را در شما ببینند. علتش حسد است. می‌بینند شما با ایمانتان همه‌ی عالم را خواهید گرفت؛ لذا می‌خواهند شما هم کافر شوید. برای این کار برنامه‌ریزی می‌کنند. گمان نکنید دست از سر شما بر می‌دارند. ریشه‌ی عداوتشان حسد معرفی شده است.

در سوره‌ی مبارکه‌ی حشر، خداوند از برخی از تابعین تعریف کرده و گفته است که اینها می‌گویند: خدایا در دل ما نسبت به مؤمنین حسدی نباشد. خدای متعال اینها را ستدوده و فرموده است: «يَقُولُونَ رَبَّنَا أَغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَ لَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلَّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ؛ می‌گویند: پروردگارا، بر ما و بر آن برادرانمان که در ایمان آوردن بر ما پیشی گرفتند ببخشای، و در دل هایمان نسبت به کسانی که ایمان آورده‌اند [هیچ گونه] کینه‌ای مگذار. پروردگارا، راستی که تو رئوف و مهربانی». یکی از علاج‌های ذکری برای حسد، این آیه است. تسبیح بردارید و بگویید: «رَبَّنَا أَغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَ لَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلَّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ». «غل» به نظر بسیاری

از مفسرین یعنی حسد، «غِلّا» یعنی «حَسَدًا»، گاهی هم می‌گویند همان کینه است؛ چون کینه و حسد دستشان در دست همدیگر است. غل، امر مرموز درونی است که مثل موریانه عمل می‌کند. به این خاطر می‌گویند: خدا یا نکند در دل ما حسدی نسبت به انسان مؤمنی وجود داشته باشد.

در پایان آیه‌ی کریمه هم می‌فرماید: «رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ». می‌خواهی حسد از دلت برود، زیاد بگو: «یا رَءُوفٌ يَا رَّحِيمٌ»، ان شاء الله که دلت از این خطر بزرگ صاف و تمیز شود.

### مکان‌های شکل‌گیری حسد

آتش حسد اکثراً در جایی شعله می‌گیرد که تضارب و تزاحم منافع پیش می‌آید. معمولاً نسبت به کسی که در شهر دیگری از نعمتی برخوردار است، حسودی مان نمی‌شود؛ چون ربطی به ما پیدا نمی‌کند. آنجایی که به من ربط پیدا می‌کند، تصادم منافع و تزاحم منافع وجود دارد، حسد عمدتاً اینجا شکل می‌گیرد. لذا عمدہی حسدها در خانه‌ها شکل می‌گیرد. قرآن هم زمانی که می‌خواهد برای حسد مصدق بیاورد، دو مصدق ویژه‌اش، مصدق خانگی است: هابیل و قابیل، یوسف و برادرانش. عمدہی حسادت‌ها بین برادر، خواهرها در خانواده است! سپس بین ارحام و فامیل است. یکی از علّت‌های قطع رحم و سوزاندن ریشه‌ی خوشبختی، حسد است. بین زن و شوهر هم حسد وجود دارد. معمولاً زن‌ها به شوهرشان حسد نمی‌برند. زمانی که شوهر در مراتب عشق پیشرفت‌ه است، به گونه‌ای که خانم احساس کند در آینه‌ی شوهر، خودش را ببیند، در این صورت می‌گوید: ای کاش شوهرم خوشگل‌تر شود، ای کاش خوش‌تیپ‌تر شود، ای کاش پولش بیشتر شود، ای کاش ایمان و علمش بیشتر شود. معمولاً خانم‌ها در روال عادی به شوهرشان حسد نمی‌برند. شوهر باید بسیار بی‌تدبیر و کم‌محبت باشد تا زنش به او حسد ببرد. خانم‌ها معمولاً دوست دارند شوهرشان پیشرفت کند، چون در همه‌جا به او می‌بالند. بچه‌ها هرچه پدر و مادرشان وضعشان بهتر بشود، حسد نمی‌برند. ولی شوهرها بیشتر به خانم‌ها حسودی می‌کنند. هنگامی که ببینند خانم از لحاظ مالی پیشرفت دارد، شهرت و تحصیلات دارند، بدشان می‌آید. ناسازگاری می‌کنند، حتی گاهی اقدام می‌کنند تا مانع پیشرفت او بشوند. در این موارد شیطان بسیار عمل می‌کند. لذا توصیه‌ی ویژه برای حفظ موذت بین زن و شوهر - که خدای متعال به عنوان امانت پیش دو نفر گذاشته و فرموده: «جَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً؛ مِيَانَتَنَا دُوْسَتِي وَ رَحْمَتِ نَهَاد» - حفظ شوهر از حسد است. البته زن هم باید مواظب باشد. معمولاً حسد در جنس خانم‌ها بیشتر است؛ منتهایاها بیشتر راجع به دوستان، اقران و اشباء و نظائر است و راجع به شوهرشان کمتر است.

خانم‌ها کلّاً بر اساس یک تحلیل، بیشتر در معرض بیماری حسد هستند، لذا بیشتر باید مواظب خودشان در این بخش باشند. کسانی که بیشتر هم‌ردیف هستند، در آنها حسد زیادتر است؛ و گرنه معمولاً بین شاگرد و استاد حسد نیست. مخصوصاً از سمت شاگرد، شاگرد هرچه استادش جلو برود، احساس خوبی دارد و به او می‌بالد و افتخار می‌کند. در خانه هم تنها چیزی که حل و فصلش می‌کند، این است که موذت، محبت و یکی شدن را تقویت کند. زن و شوهر هم‌سرنوشت هستند، آتش اگر شعله‌ور شود، کلّ ماجرا را می‌سوزاند، و بی‌وفایی و بی‌صفایی درست می‌کند.

حسد جزء بیماری‌های اخلاقی است که آثار و عوارضش بسیار عجیب و گسترده است. تخریب‌ش، تخریب وسیعی است. از همه بدتر، آثار ایمانی است، ظاهرآ حسد و ایمان مثل دو هو هستند. حسد بباید، ایمان به همان اندازه مرخص است، هرچه بیشتر می‌شود، آن کمتر می‌شود، تا جایی که به طور کامل زائل می‌شود.

روایاتش از پیغمبر اکرم و همچنین از امام باقر و صادق (عَلَيْهِمُ السَّلَام) نیز بیان شده، فرموده‌اند: «إِنَّ الْحَسَدَ يَأْكُلُ الْإِيمَانَ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْحَطَبَ؛ حسد ایمان را می‌خورد همان گونه که آتش هیزم را». آتش به هیزم خشک بیفتند، چیزی باقی نمی‌گذارد؛ حسد به جان ایمان بیفتند، ایمان را از بین می‌برد، چیزی باقی نمی‌گذارد. در روایتی پیغمبر اکرم فرمود: «يَأْكُلُ الْحَسَنَاتُ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْحَطَبَ؛ حسد حسنات را می‌خورد همان گونه که آتش هیزم را می‌خورد».

## حسد به کفر منجر می‌شود

امام راحل عظیم الشان در اربعین حديث، این روایت را در موضوع حسد انتخاب کرده که خلاصه‌ی کلام این است: امام صادق (علیه السلام) از پیغمبر اکرم نقل می‌کند که خدا به موسی بن عمران فرمود: «یا ابن عمران لا تحسدن الناس على ما اتیتهم من فضلى و لا تمدن علینیک الى ذلك و لا تتبعه نفسك فان الحاسد ساخت لنعمی صاد لقسمی الذي قسمت بین عبادی و من یک کذلک فلست منه و ليس منی؛ ای پسر عمران! بر آنچه از فضل خود به مردم دادم حسد نورز و چشمانت را به سوی آن خیره نکن و نفس خود را در پی آن نفرست زیرا حسود بر نعمتم غضبناک است و از آنچه میان بندگانم تقسیم کرده ام روی گردان است و هر که چنین باشد من از او نیستم و او هم از من نیست». اگر حسد بر کسی غلبه کند، از ولایت خداوند خارج است. حسد انسان را تا مرحله‌ی کفر می‌برد. امام صادق (علیه السلام) می‌فرماید: «أَصْوَلُ الْكُفْرِ ثَلَاثَةُ الْحِرْصُ وَ الِاسْتِكْبَارُ وَ الْحَسَدُ؛ اسَاسُ كَفَرِ سَهِيْرٍ إِسْتَهْنَاءُ؛ حَرْصٌ، اسْتِكْبَارٌ، وَ حَسَدٌ وَرْزِيدَنْ».

حسد فهرستی از بدیختی‌ها و نکبت‌های اخلاقی و گناهان را که بسیاری از آنها در فهرست گناهان کبیره است، به دنبال دارد. در روایات آمده است: «رَأَسُ الرَّذَائِلَ الْحَسَدُ؛ سُرْجَشْمَهُ صَفَاتُ رَذِيلِهِ حَسَدٌ اَسْتَهْنَاءُ». رئیس یک طائفه‌ی بزرگی از رذائل، حسد است. همه‌ی رذائل را با خودش می‌آورد؛ مثل سوءظن، بدخواهی، سوءظن به خدای متعال، سوءظن به مردم، بدخواهی، غیبت، تهمت، عیب‌جویی و تجسس، توطئه و مکر، مکر نسبت به مؤمنین و نفاق.

### عوارض حسد

#### ۱. عوارض روحی

نکته‌ی دوم در محور روان است که زندگی را منحل می‌سازد. عیش را مکدر، منقص و نابود می‌کند، آدم حسود از زندگی‌اش لذتی نمی‌برد. برای اینکه لذت ببرد راهی ندارد جز اینکه بمیرد یا حسدش را معالجه کند. در روایات ما، درباره‌ی این مسئله تحلیل‌های دقیقی ارائه شده است. شخص حسرت می‌خورد که یک فرد دیگر نعمتی دارد. خدا هم بیشتر به او می‌دهد. شخص ناراحت است، او بیشتر موقق می‌شود، نمره‌اش بالاتر می‌رود، درسش بهتر می‌شود، شهرتش بیشتر می‌شود، پیشرفت می‌کند، تا حسود بمیرد. این دردی است که جز به مردن از آن نتوان رست. ظاهراً چاره‌ای ندارد، مگر اینکه خدا نجاتش دهد و معالجه شود. روان‌پریشی، افسردگی، ترس، اندوه، عقده، گمپلکس، انواع بیماری‌های روانی و تحریر قلبی برای شخص می‌آورد. حسود به جایی می‌رسد که در خودش حبس می‌شود و حالت اختناق درونی پیدا می‌کند و می‌خواهد خفه شود.

#### ۲. عوارض جسمی

نکته‌ی پایانی که در روایات به آن اشاره شده، آثار جسمی حسد است. ایمان را که بر باد می‌دهد، روان را هم که منحل می‌کند، اما نکته‌ای عجیب اینکه جسم را هم خراب می‌کند. حسد جزء بیماری‌های اخلاقی است که روی جسم و جسد هم تأثیر دارد. روایات در این باب فوق‌العاده است، همه نیز از امیر المؤمنین (علیه السلام) است. حضرت فرمودند: من تعجب می‌کنم که حسودها چطور از سلامت جسدشان غافل هستند! در روایت دیگر فرمودند: «يُمْرِضُ حَسَدَكَ؛ تَنْتَ رَا بِيَمَارِ مَىْ گَرَدَانَد». در جای دیگر هم فرمودند «الْحَسَدُ يُذِيْبُ الْجَسَدَ؛ حَسَدُ بَدْنَ رَا آَبَ مَىْ گَنَدَ». خلاصه آنکه حسد سوء‌هاضمه، زخم معده، زخم اثنی عشر و مريضی‌های جسمی مختلف را به دنبال دارد.

### روش‌های درمان حسد

#### ۱. روشن‌های غیرعملی

حسد یک معالجه‌ی علمی - معرفتی دارد که عبارت است از: تقویت خداشناسی. عمدۀی حسد محصول ضعف در معرفة الله است. تقویت خداشناسی، مخصوصاً توجه به صفت رزاقيّت، رحمت و جبار بودن خدای متعال، برای درمان حسد

راهگشا است. می‌خواهی او نداشته باشد تا تو خوشحال شوی؟! مستقیماً از خداوند بگیر. شناخت خدای متعال به حکمت نیز راهگشا است. اگر چیزی را به او داد و به من نداد، حکمتی دارد. شاید من ظرفیت‌ش را نداشتم، شاید...

معالجه‌ی دوم، در محور معرفت و خودشناسی است. خودشناسی، شناخت و تفکر درباره‌ی نعمت‌هایی است که من از آن برخوردار هستم، اما خودم حواسم نیست. بین چه چیزهایی خدا به تو داده، آنها را فهرست کن. بنابراین «وَ أَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدَّثَ؛ وَ از نعمت پروردگار خویش [با مردم] سخن گوی». یکی از معانی فوق‌العاده‌اش این است که از داده‌ها هم بگو، همیشه از نداده‌ها می‌گویی؟

درمان سوم، شناخت دنیا یا تقویت دنیاشناسی و تفکر در فنا و زوال دنیا است. این درمورد جایی است که انسان نسبت به نعمت‌های مادی دیگران حرص و حسرت می‌خورد. دنیا تمام‌شدنی است و اینها نمی‌ماند. دنیا این‌گونه است، هرچه هم داشته باشد تمام می‌شود.

درمان چهارم، شناخت ریشه و آثار و عاقب شوم حسد در جسم، جان، ایمان، دنیا و آخرت است. نفسِ [با] می‌کند از چیزی که به آن ضرر بزند. چنانچه بدانیم حسد چه مرض خطرناکی است، از صد فرسخی از آن فرار می‌کنیم. اکنون که با او رفیق می‌شوی، به خاطر این است که نمی‌دانی چقدر خطرناک است.

معالجه‌ی ذکری، راهکاری دیگر، علاوه بر معالجه‌ی علمی - معرفتی برای درمان حسد است. معالجه‌ی ذکری دو حالت دارد. نخست تقویت حالت ذکر و حضور در پیشگاه پروردگار متعال است؛ مخصوصاً آدمی با این نام‌ها مأнос شود و آنها را ذکر خودش قرار دهد: «يَا رَؤُوفٍ، يَا رَحِيمٍ، يَا حَمْنَ، يَا قَاهِرٍ، يَا مَالِكٍ، يَا قَهَّارٍ، يَا رَبِّاقٍ». تهلیل و تکبیر هم نجات‌بخش است. ذکر حَوْقَلَه، یعنی «لَا حَوْلَ وَ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ»، مخصوصاً بعد از نمازها هفت مرتبه با بِسْمِ اللهِ، فوق‌العاده نجات‌بخش است. از جمله ذکرهای نجات‌بخش ذِکْرُ الْمُوت است. به این فکر باش که کسی که به او حسد می‌بری، می‌میرد؛ بنابراین دلت را آزاد کن. از آن مهم‌تر، فکر کن خودت مرخص می‌شوی. برای تمام مرض‌ها، ذِکْرُ الْمُوت رهایی‌بخش و نجات‌دهنده است.

به زیردست‌ها، محرومین، نگاه کن تا حالت شکر در تو تقویت شود.

از همه‌ی اینها هم شیرین‌تر که به «ذِكْرُ اللهِ» گره می‌خورد، ذِكْرُ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ (صَلَوَاهُ اللَّهِ وَ سَلَامَهُ عَلَيْهِمْ أَجَمَعِينَ) است. دامن علی و اولاد علی را بگیر، به همه چیز می‌رسی. تو آنها را داری، چه غم داری؟ چه کم داری؟ سختی‌ها و مشکلات اولیاء خدا را یاد کنید تا آرام شوید. صلوات بر محمد و آل محمد (صَلَوَاهُ اللَّهِ وَ سَلَامَهُ عَلَيْهِمْ أَجَمَعِينَ) کوه حسد را ذوب می‌کند، البته اگر کسی حقیقتاً اهل صلوات باشد.

## ۲. روش‌های عملی

سخن پایانی، معالجه‌ی عملی است. عمدۀی حسادت‌ها برای تنبیل‌ها است. صبح اوّل وقت از خانه بیرون برو و دنبال رزق باش. درس بخوان، تلاش کن، شب و روز کار کن، از خدا تشکر کن، خدا به تو هم می‌دهد. اقدام و فعالیت برای تحصیل نعمت‌الهی، مخصوصاً نعمت‌های معنوی، باعث می‌شود انسان به حسد مبتلا نشود. البته باید مواظب بود که گرفتار حرص نشویم. در خط غبطه و رقابت سالم قدم بردار، نه رقابت منفی که پشت پا بزنیم، او زمین بیفتند و آبرویش برود. به جای این کارها، رحمت بکش و تلاش کن.

دو، اقدام جوانحی، تقویت اعتماد به فضل الهی و تقویت حالت رضا و شکر است.

سه، تا می‌توانی برای آن محسود دعا کن. بگو امشب ذکر من این است که خدا به فلانی نعمت دهد، موفق شود، جمالش، لذتش، جسمش، مالش، ماشینش، هر روز بهتر شود. این درست نقطه‌ی مقابل تمنای زوال است. به جای اینکه از او غیبت کنی، از او در غیابش تعریف کن. برای خیرسانی به محسود اقدام کن و زمینه پیشرفت او را فراهم آور. اگر انسان

می خواهد نجات پیدا کند، این راه معالجه است. ماورای همه‌ی اینها هم این است که خدا را باور کنیم و موحد شویم؛ چون حسد شرک و کفر مخفی است.

چقدر انسان‌های الهی، در کنار پیامبران ضجرها کشیدند، مصیبت‌ها کشیدند و درگیر شدند. کسانی که در جامعه‌ی ما، گفتمان رفاه، خوش‌گذرانی، تجمل طلبی و امثال اینها را ترویج می‌کنند، اینها ریشه را می‌زنند. اگر ذائقه‌ی مردم خراب شود، مگر مردم تاب می‌آورند که مقدمات ظهور را آماده کنند! این کار با زحمت و خون و عرق حاصل می‌شود. ناز پروردۀ تنعم نبرد راه به دوست، عاشقی شیوه رندان بلاکش باشد. اگر بخواهیم فقط بخوریم و بخوابیم که نمی‌توانیم در برابر تحریم‌ها مقاومت کنیم. رواج ادبیات ضعیف سنتی و راحت‌طلبی حرکت قطار انقلاب را متوقف می‌کند.

موضوع بحث ما گزارش مضامین سازنده و البته بسیار تکان‌دهنده‌ی هشتمین دعای صحیفه‌ی مبارکه‌ی سجادیه است که در این دعای نورانی، امام (علیه‌ی السلام) یک فهرست نسبتاً طولانی را تحت عنوان پناهندگی به خدای متعال مطرح می‌کنند. امیدوارم با توجه به این نکات، همان‌طور که به لحاظ ذهنی پناهندۀ می‌شویم، به لحاظ عملی نیز به خداوند پناهندۀ شویم.

### مقام صبر در منظومه معرفت دینی

رسیدیم به نکته‌ی بسیار مهمی که حضرت تحت عنوان ضعف صبر مطرح فرمودند: «وَ ضَعْفُ الصَّابِرِ». در بعض از نسخه‌ها «قِلَّهُ» آمده که به لحاظ معنا تفاوت چندانی ندارد.

در اینجا موضوع پناهندگی، با موارد قبلی یک مقدار متفاوت است؛ یعنی جنس موضوع با بحث «غَلَبَةُ الْحَسَدِ» یا بحث «حرص» متفاوت است. حرص، حسد و... از جنود جهل هستند که از آنها به خدای متعال پناهندۀ می‌شویم. اما اینجا آنچه مطرح شده عبارت است از صبر که از جنود عقل است. ما از کمی آن به خدای متعال پناهندۀ می‌شویم؛ لذا موضوع اصلاً فرق کرد و متفاوت شد. آنجا به خدای متعال پناهندۀ می‌شویم از موضوعی که از عناوین جنود جهل است؛ اینجا، از ضعفِ جُنْدُ الْعَقْلِ به خدای متعال پناهندۀ می‌شویم که صبر باشد.

چیزی که از این فراز به دست می‌آید، جایگاه ویژه، ممتاز و فوق العاده بالهمیت صبر است که از کمی و ضعفیش باید به خدای متعال پناهندۀ شد. این مسئله به قدری اهمیت و حساسیت دارد و وجودش پیش‌برنده، پیش‌ران و حافظ و صیانت‌بخش ایمان است که فقدانش، نه، بلکه کمبود و ضعیف بودنش باعث می‌شود انسان به خدای متعال پناهندۀ شود. زندگی با صبر ضعیف و صبر کاهش‌یافته، یعنی زندگی بی‌سپر و بی‌حافظ. ایمان چنین کسی سپر و حفاظی ندارد و در معرض طوفان و انواع و اقسام آسیب‌ها است. این نکته‌ی اصلی است که امروز می‌خواهیم مقداری درباره‌اش صحبت کنیم. طبق این توضیح کوتاهی که عرض کردیم، می‌رویم سراغ کتابی که جزء کتب مبنایی ما در این جلسه است و آن، کتاب شریف جنود عقل و جهل امام راحل عظیم الشأن است. در این کتاب شریف، در مقصود بیست و چهارم، مسئله‌ی صبر مطرح شده است. صبر جزء فهرست جنود العقل است و نقطه‌ی مقابلش در آن فهرست، جزء از لشکر جهل به حساب می‌آید. صبر در اینجا به عنوان یکی از مهم‌ترین یاران انسان مؤمن و خردمند محسوب شده است.

برای اینکه معنای صبر معلوم شود، من معنایی را که امام آوردنده، برایتان می‌خوانم. ایشان می‌فرمایند: برای صبر تعاریفی است که ما به ذکر بعضی اش اکتفا می‌کنیم، چون از موضوعاتی است که تنوع دارد. تقریباً می‌شود گفت همه یا بیشتر کسانی که صبر را معنی کرده‌اند، از کلمه‌ی «حبسُ النفسُ» استفاده کرده‌اند که به معنای خویشتن‌داری، خود را حفظ کردن و نگه داشتن است. اما «حبسُ النفسُ» از چه و در چه مواردی است؟ ایشان تعریفی از خواجه انصاری آورده که در مَنَازِلُ السَّائِرِین مطرح کرده و از کتبی است که امام خیلی می‌پسندد. خواجه می‌گوید: «الصَّابِرُ حَبْسُ النَّفْسِ عَلَى جَزَعٍ كَامِنٍ عَنِ الشَّكْوَى» یعنی انسان در ناملایمات و امور ناپسند، مثل شکست یا مصیبت یا گرفتاری؛ احساس رنجش، بی‌تابی و ناراحتی خود را پنهان سازد و آن را آشکار نکند. یعنی در برابر آن موقعیت نامناسب و نامطلوبی که برایش پیش آمده،

یک وضعیت عادی را برای خودش حفظ کند. این می‌شود صبر. به عبارت دیگر، انسان بتواند خود را از شکایت کردن در برابر آن اندوه درونی و جزع مستور حفظ کند.

امام (أَعْلَى اللَّهِ مَقَامَةُ الشَّرِيفِ) یک تعریف دیگر را هم از کتاب اوصاف الاشراف محقق طوسی نقل می‌کنند که تقریباً شبیه همین است. سپس می‌فرمایند: پس صبر متقوّم به دو امر است و به دو چیز استوار شده: یک، آنکه از ناملایماتی که بر او وارد می‌شود، باطنًا کراحت دارد و در درون، رنجیده و ناراحت است. دوم اینکه آن را آشکار نمی‌کند و از اظهار شکایت و جزع خودداری می‌کند. ایشان اینجا نکته‌ی لطیفی را مطرح می‌کنند و می‌فرمایند: جناب شیخ عارف، عبد الرزاق کاشانی گفته است که مقصود از شکایتی که اینجا آمده، شکایت به غیر حق است، والا شکایت به خدای متعال، منافاتی با صبر ندارد. مستندشان هم صحبت جناب ایوب (عَلَى نِبِيِّنَا وَ أَلِهِ وَ عَلَيْهِ السَّلَامُ) است که خطاب به خدای متعال گفت: آنی مَسَنِيَ الشَّيْطَانُ بِنُصْبٍ وَ عَذَابٍ؛ شیطان مرا به رنج و عذاب مبتلا کرد». با این حال خدای متعال فرمود: «إِنَّا وَجَدْنَاهُ صَابِرًا نِعْمَ الْعَبْدُ؛ ما او را شکیباً یافتیم. چه نیکوبنده‌ای!». ایشان می‌گویند: ایوب به خدا شکایت کرده، ولی در عین حال خدای متعال او را جزء صابرین حساب کرده؛ پس شکایت کردن به خدای متعال با صبر منافات ندارد. امام یک جمع‌بندی اولیه دارند و آن این است که صبر به این معنایی که گفتیم، از مقامات متوضطین است. صبر از مقامات کُملین و پیشرفتگان در مقامات بندگی هم هست، منتها آنجا صبر «بعد الرضا» است - این تعبیر از بنده است - نه صبر «دون الرضا»؛ چون طرف احساس رنجش و ناراحتی دارد، اما خود را حفظ می‌کند. تلخ است، ولی بر این تلخی صبر می‌کند. این می‌شود جزء مقامات متوضطین. بالاتر از این چیست؟ رضا است که ناملایمات برای انسان تلخ نیست. شاید از جنسِ صبر جمیلی است که جناب یعقوب فرمود: «فَصَبَرْ جَمِيلٌ؛ اينك صبری نيكو [برای من بهتر است]»؛ یعنی صبری که آمیخته‌ی با رضا است. بعد از این، امام در یک فصل، تحت عنوان «صبر فی الله» و «صبر مَعَ الله»، می‌گوید: در آن مقامات از همه بالاتر، صبری است که باعث می‌شود انسان مؤمن کامل، بتواند در این دنیا بماند. مؤمن در این دنیا، در فراق به سر می‌برد. در روایت است که این، صبر بر قضای الهی است. امیرالمؤمنین (عَلَيْهِ السَّلَامُ) در نهج البلاغه می‌فرمایند که اگر نبود خواست خداوند، یک لحظه هم جانشان در کالبد جسمانی باقی نمی‌ماند. آن چه صبری است؟! ما از این بحث‌ها اصلاً بهره‌ای نداریم! اینها برای کُملین از اولیاء است. پس اینکه گاهی از صبر اولیاء خدا، ائمه‌ی هدی (صَلَوةُ اللَّهِ وَ سَلَامُهُ عَلَيْهِمْ أَجْمَعِينَ)، صحبت می‌شود، مثلاً درباره‌ی حضرت زهرا می‌گوییم: حضرت صابرہ است، یا آنچه درباره‌ی امیر (عَلَيْهِ الصَّلَوةُ وَ السَّلَامُ) یا درباره‌ی حسین (عَلَيْهِ السَّلَامُ) می‌گوییم که فرشتگان آسمان از صبر تو به شکفتی آمدند، منظور صبر معمولی نیست. این تعریف‌ها ربطی به صبر ولیّ کامل ندارد که بگوییم شرایط برایش تلخ است و چاره‌ای جز تحمل ندارد. این مطلبی بود که اجمالاً باید آن را بدانید.

کلمه‌ی متوضطین که امام اینجا می‌گویند، خیال نکنید کلمه‌ی آسان و چیز ساده‌ای است. این همان مرحله‌ای است که نسبت به ایمان، طبق روایات ما، مثل سر نسبت به بدن است: «كَالرَّأْسِ مِنَ الْجَسَدِ». اگر کسی به این مرتبه‌ی متوضط برسد، در قلب بهشت الهی جای دارد و به برترین جایگاه‌های بهشت دسترسی پیدا کرده. کسانی که به این مقامات می‌رسند، پیش خدای متعال این قدر رتبه دارند که خداوند می‌فرماید: من اینها را دوست دارم. خدای متعال به آنها بشارت می‌دهد و آنها را در حوزه‌ی حمایت‌های خاص خودش قرار می‌دهد. قرآن می‌گوید: «إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ؛ زیراً خدا با شکیباً یا است». یعنی اینها در محدوده‌ی نصرت ویژه و عنایت خاص من هستند. کلمه‌ی معَ، غیر از آن است که گفت: «وَ هُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ؛ وَ هر كجا باشید او با شما است». آن معیت، معیت قیومی است، این معیت، معیت نصرت و عنایت است. اینکه خدا اینجا می‌گوید خدا با صابران است، غیر از این است که خدا با همه هست. این به معنای همراهی نصرت و لطف و عنایت و توجه خاص پروردگار متعال است. چنانچه کسی به صبر برسد، به چنین جایگاهی رسیده است. بعد ایشان

یک روایت می‌آورد که واقعاً شنیدنی است. غرض کلمه‌ی متوضطین، نسبت به مقامات گمَلین از اولیاء و انسان کامل است؛ اما نسبت به ماه، که در این ابتدای راه هم قرار نگرفته‌ایم، جزء پیشرفت‌ترین مقامات انسان مؤمن است.

## صبر در آینه روایات

اگر یک سلسله‌ی بحث طولانی در بگیرد و ما بخواهیم صبر را فقط از منظر کلام الهی بررسی و تحلیل کنیم، شاید یکی دو سال جلسه لازم باشد. همین مقدار در اهمیت صبر کافی است که در کلام الهی دارای جایگاه بسیار رفیع و برجسته و برگزیده‌ای است. در جای جای قرآن کریم، ردپای صبر را در زندگی انسان مؤمن و در زندگی جامعه‌ی مؤمن می‌بینیم که در ادامه به چند نمونه اشاره می‌کنیم.

اولین نمونه‌ی ما از سوره‌ی مبارکه‌ی رعد است. خداوند متعال می‌فرماید: «أَفَمَنْ يَعْلَمُ أَنَّمَا أُنْزِلَ إِلَيْكَ مِنْ رَبِّكَ الْحَقُّ كَمَنْ هُوَ أَعْمَى إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ»؛ پس، آیا کسی که می‌داند آنچه از جانب پروردگارت به تو نازل شده، حقیقت دارد، مانند کسی است که کوردل است؟ تنها خردمندانند که عبرت می‌گیرند». خداوند تبارک و تعالی اینجا ویژگی‌های صاحبان لُب، یعنی خرد صافی و ناب و زلال را توصیف می‌کند. اینها به وفا شناخته می‌شوند، اهل پیمان‌شکنی نیستند، صله‌ی رحم می‌کنند، اهل قطع رحم نیستند، خداترس هستند: «يَخْشُونَ رَبَّهُمْ»؛ از سوء عاقبت نگرانند: «يَخَافُونَ سُوءَ الْجِنَابِ»؛ کسانی هستند که فقط و فقط به خاطر خدای متعال صبر پیشه می‌کنند: «وَالَّذِينَ صَبَرُوا أَبْتِغَاءَ وَجْهِ رَبِّهِمْ»؛ اقامه‌ی نماز می‌کنند: «وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ»؛ در پنهان و آشکار انفاق می‌کنند: «وَأَنْفَقُوا مِمَّا زَرْفَنَاهُمْ سِرًا وَغَلَانِيَةً»، بدی‌ها را با خوبی جواب می‌دهند: «وَيَدْرُوْنَ بِالْحَسَنَةِ الْسَّيِّئَةَ»؛ اینها ویژگی چه کسانی است؟ اولوا الالباب. سعادت و خوشبختی و عاقبت نیک و فرجام بهشتی، برای اینها است: «أُولَئِكَ لَهُمْ عُظْبَى الدَّارِ» اما چه بهشتی؟ «جَنَّاتُ عَدْنٍ يَدْخُلُونَهَا وَمَنْ صَلَحَ مِنْ أَبَائِهِمْ وَأَزْوَاجِهِمْ وَذُرِّيَّاتِهِمْ وَالْمَلَائِكَةُ يَدْخُلُونَ عَلَيْهِمْ مِنْ كُلِّ بَابٍ»، هشت ویژگی در این آیات برای صاحبان خرد ذکر شده است. این هشت ویژگی، گویا هشت در بهشت را به روی اینها باز می‌کند. از ویژگی بهشتی که اولوا الالباب واردش می‌شوند، این است که خانوادگی است؛ یعنی پدر و مادر و بچه‌ها و همسرشان، همه دور و بر هم هستند. فرشته‌ها مدام بر آنها وارد می‌شوند و از جانب پروردگار متعال برای آنها سلام می‌برند.

در این فهرست هشتگانه، به صبر نیز اشاره شده بود؛ منتها صبر با کیفیت خاص. پس صبر جزء ویژگی‌های صاحبان خرد و از جنود عقل است. اما اینجا من می‌خواهم یک جمله‌ی بالاتر بگویم. در سلام فرشته‌ها که از جانب حضرت به آنها تقدیم می‌شود، دقّت کنید. قبل از اینکه به این مسئله بپردازیم، به این نکته توجه داشته باشید که آن چیزی که بهشت را بهشت می‌کند، سلام است. در سوره‌ی مبارکه‌ی یس هم می‌خوانیم که: «سَلَامٌ قَوْلًا مِنْ رَبِّ رَحْمَةٍ»؛ از جانب پروردگار [ای] مهربان [به آنان] سلام گفته می‌شود». بعضی از اهل دقّت می‌گویند اگر آن سوره شده قلب القرآن، از رهگذر این آیه است.

این هم ضمناً پاسخ کسانی است که می‌گویند: خیلی خب، در بهشت از بستان‌های مصفا، حوری‌ها، نهر عسل و... بهره بردیم. یک سال، دو سال، صد سال، پانصد سال، هزار سال... بالاخره انسان خسته می‌شود. علت طرح این سؤال، عدم شناخت بهشت است. گمان می‌کنند انسان از عیش و نوش آنچا خسته می‌شود. اصلاً ما تصوّر دقیقی از بهشت نداریم، همین نعمت‌های دنیا را ارتقاء می‌دهیم در ذهنمان، او جش می‌دهیم، می‌شود بهشت! البته چاره‌ای هم غیر از این نداریم. بنا به فرمایش امام رضا (علیه السلام)، آن دنیا و نعمت‌های ایش شبیه این دنیا است، با این حال با این دنیا، تفوّت‌های اساسی دارد.

اگر بخواهید یک پاسخ فوق العاده به چنین افرادی بدهیم، همین است که: سلام خدای متعال بهشت را بهشت می‌کند؛ یعنی جلوه‌های الهی است که بهشت را برای اهل بهشت، بهشت می‌کند. اینکه چه کسی، چه سهمی از آن جلوه‌ها داشته باشد، موکول به مراتبشان است.

خب، سلامشان چگونه است؟ خیلی لطیف است، فرشتگان می‌گویند: «سَلَامٌ عَلَيْكُم بِمَا صَبَرْتُمْ فَنِعْمَ عَقْبَى الدَّارِ». ملائکه از هشت ویژگی اولوا الالباب، فقط به صبر اشاره می‌کنند. نکته‌اش این است که تضمین کننده‌ی تمام صافت مؤمن، صبر است. چیزی که هر صفتی از صفت مؤمن خردمند را حفظ و صیانت می‌کند و او را به مقصد می‌رساند، صبر است. یک جا صبر بر طاعت است، یک جا صبر در برابر مصیبت‌ها است، یک جا هم صبر در برابر معصیت است. لذا اگر مؤمن خردمند وفا می‌کند، به خاطر صبرش است. یعنی صبر ایمانش را صیانت و حفاظت کرده تا توانسته به نقطه‌ی پایانی برساند و سالم تحويل دهد. اگر شما صبر نداشته باشی، می‌توانی انفاق کنی؟ بزرگ‌ترین جزع انسان آنجا است؛ چون بعضی‌ها می‌گویند پول دادن سخت‌تر از جان دادن است.

این یک نکته. بیان مفصل‌ترش بماند برای بعد. ما الان فقط اشاره‌ای کردیم که از بین همه‌ی آن فهرست، وقتی می‌خواهد یک نکته‌ی کلیدی مطرح شود، صبر است.

### خانواده بهشتی

من به مناسبتی این آیات، یعنی آیات سوره رعد را در یک سلسله مجالسی تحت عنوان خانواده‌ی بهشتی مطرح کدم. از این قسمتش که فرمود بهشتیان با پدر، مادر، فرزندان و همسرانشان وارد بهشت می‌شوند، چنین عنوانی را برداشت کردم. البته اینها به شرط صلاح وارد بهشت می‌شوند. معلوم می‌شود این ویژگی‌ها وقتی کنار هم قرار می‌گیرد، ویژگی‌های یک خانواده‌ی بهشتی است. برای ترسیم خانواده‌ی بهشتی از دیدگاه قرآن، این آیات را بخوانید. در خانواده‌ی بهشتی: وفا هست، صفا هست، خشیت هست، انفاق و ترس از قیامت هست.

### صبر، ویژگی بندگان خداوند رحمان

اما نمونه دوم، در سوره‌ی مبارکه‌ی فرقان قرار دارد؛ آنجا که می‌فرماید: «وَ عِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هُوَنَا وَ إِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا؛ وَ بَنْدَگَانِ خَدَائِ رَحْمَانِ كَسَانِيَ اَنَّدَ كَه روَى زَمِينَ بَه نَرْمَى گَامَ بَرْمَى دَارَنَدَ وَ چُونَ نَادَانَانَ اِيشَانَ رَأَ طَرَفَ خَطَابَ قَرَارَ دَهَنَدَ بَه مَلَيِّمَتَ پَاسَخَ مَيِّدَهَنَدَ». با این آیه شروع می‌شود و تا آیه‌ی ۷۶، یعنی یک آیه به پایان سوره‌ی مبارکه‌ی فرقان مانده، ادامه می‌یابد. اینجا خدای متعال فهرست ویژگی‌های «عبدُ الرَّحْمَن» را معرفی می‌کند؛ کسانی که خدای متعال بندگی خودش پسندیده و به این نام رحمان خودش متصل‌شان کرده است: «عِبَادُ الرَّحْمَنِ» که عبارت بسیار شوق‌انگیز و شیرینی است. خب، اینها چه کسانی هستند؟ اوّلین ویژگی آنها این است: «يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هُوَنَا»، متواضع، بی‌تكلف و بی‌تکبر هستند. دومین ویژگی‌شان، حلمشان است: «وَ إِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا»، بعد سخن از شب‌خیزی آنهاست: «وَ الَّذِينَ يَبِيِّنُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَ قِيَامًا؛ وَ آنَانَ كَه درَ حَالِ سُجَّدَه يَا اِيَّسَتَادَه شَبَ رَأَيَنَه مَيِّرَنَدَه». به روز می‌آورند».

ویژگی‌های دیگرšان این است: از عذاب جهنم به خدای متعال پناه می‌برند؛ در انفاق آدم‌های متعادلی هستند - این انفاق را به معنای خرج جاری زندگی بگیرید تا معنی‌اش لطیفتر و زیباتر باشد - «وَ الَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَ لَمْ يَقْتُرُوا وَ كَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَاماً»، اهل خرج بی‌رویه و بی‌حساب کتاب نیستند. «وَ الَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَيْهَا أَخْرَ وَ لَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ، وَ لَا يَزِّنُونَ»، عفت دارند و پاک‌دانند هستند. تا می‌رسد به «لَا يَسْهَدُونَ الزُّورَ وَ إِذَا مَرُّوا بِاللَّغُو مَرُّوا كِرَاماً، وَ الَّذِينَ إِذَا ذُكْرُوا بِآيَاتِ رَبِّهِمْ لَمْ يَخِرُّوا عَلَيْهَا صُمَّاً وَ عَمْيَاناً»، اهل غفلت نیستند؛ «وَ الَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَ ذُرَيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ»، هدف‌های بسیار بلند برای خود و خانواده‌شان دارند. می‌خواهند امام متّقین بشوند؛ هدف‌گذاری‌شان این است. می‌رسیم به آیه‌ای که محل بحث ما است و حکم جمع‌بندی را دارد: «أَوْلَئِكَ يُجْزَوُنَ الْغُرْفَةَ»، یعنی یک جای مخصوص که از آنجا همه‌ی بهشت زیر نگاه آنها قرار می‌گیرد. همانند یک کلبه‌ای است؛ منتها خیال نکنید یک کلبه‌ی عادی است. کلبه‌ای است که از آنجا اینها فرماندهی، یعنی فرمانروایی بهشت دستشان است. چطور به اینجا رسیدند؟! «بِمَا صَبَرُوا»، تمام آنچه که عبادُ الرَّحْمَن به دست آوردند، از رهگذر صبر بوده است.

یک فهرست بسیار مهم و جدّی و طولانی از عناوینی که نمادهای حیات مؤمنانه است، نشانه‌های یک زندگی طیب و پاک است، نمادهای حیات طیبه است، اینجا ذیل عنوان عباد الرّحمن فهرست شده است. اینها چطور به چنین جایگاهی می‌رسند؟ با کیمیای صبر. چطور می‌توانند در برابر جاذبه‌های جنسی در زندگی مقاومت کنند و نفس خود را حفظ کنند؟ با صبر در برابر معصیت. چطور می‌توانند در برابر جاذبه‌ی خواب، خود را از رختخواب جدا کنند و به نماز بایستند؟ با صبر بر طاعت و با صبر بر معصیت.

### نقش صبر در ایمان

ایمان اگر یک پیکر باشد، صبر به منزله سرش است که اگر برود، از آن هیچ چیزی نمی‌ماند. چنانچه پا، دست، چشم یا دیگر اعضای انسان از بین برود، انسان ناقص می‌شود، اما زنده می‌ماند. اما اگر سرش برود، می‌میرد. ایمان به منزله‌ی یک پیکره است، با همه‌ی ابعاد و زوايا و جلوه‌ها و زیبایی‌هایش، و صبر، سرش است. صبر چنین جایگاهی دارد. این بیان امام (علیهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَامُ) خلاصه و جمع‌بندی این آیات است. اگر اینها به آن غرفه رسیدند، در آن بهشت جاودانی و در بارش تھیت و سلام الهی قرار گرفتند و در آن سرمستی ابدی می‌شوند، به خاطر صبرشان است.

حالا برگردیم به صحیفه. با این توضیحات، تفسیر و ترجمه این جمله حضرت معلوم می‌شود: «أَعُوذُ بِكَ مِنْ ضَعْفِ الصَّبْرِ؛ إِنَّمَا مِنْهُ أَنْ يَعْلَمَ كَمْ أَنَا ضَعِيفٌ»؛ چون اگر صبر من ضعیف باشد، نمی‌توانم به هیچ‌کدام از این مقامات برسم. نماز، انفاق، وفا، صفا و حتی صبرتان هم با صبر ارزش پیدا کرد. چون در آن آیه فرمود: «سَلَامٌ عَلَيْكُمْ بِمَا صَبَرْتُمْ»، در فهرست کارهای خوب، انفاق، وفا، صفا، صله رحم و... فرشتگان فقط به صبر بهشتیان اشاره می‌کنند. «وَاصْبِرْ وَ مَا صَبَرْكَ إِلَّا بِاللَّهِ؛ وَ صَبَرْ كَنْ وَ صَبَرْ توْ جَزْ بِهِ [توفيق] خَدَا نَيِّسْتَ». خود صبر هم که از فضیلت‌ها است، باز با صبر است که حفاظت می‌شود.

### صبر، عامل جداکننده مؤمنان از کافران

نمونه‌ی سوم سوره‌ی مبارکه‌ی آل عمران است. تا اینجا آیات درباره‌ی صبر فردی بود. حالا یک نمونه بگوییم که درباره‌ی وضعیت اجتماعی باشد. وَ لَا تَهْنُوا وَ لَا تَحْزَنُوا وَ أَنْتُمُ الْأَغْلُونُ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ إِنْ يَمْسِسْكُمْ قَرْحٌ فَقَدْ مَسَّ الْقَوْمَ قَرْحٌ مُثْلُهُ وَ تِلْكَ الْأَيَّامُ نُذَاوِلُهَا بَيْنَ النَّاسِ؛ وَ اگر مؤمنید، سستی مکنید و غمگین مشوید، که شما برترید. اگر به شما آسیبی رسیده، آن قوم را نیز آسیبی نظری آن رسید و ما این روزها [ای شکست و پیروزی] را میان مردم به نوبت می‌گردانیم [تا آنان پند گیرند]. روزهای شکست و پیروز بین مردم بالا و پایین می‌شود. زمانی شما کامیاب هستید و زمانی، دیگران. فلسفه‌اش این است: «وَلِيَعْلَمَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا وَيَتَّخِذَ مِنْكُمْ شُهَدَاءَ؛ خَدَاوَنْدَ كَسَانِي رَا كَه [واقعًا] ایمان آورده‌اند معلوم بدارد، و از میان شما گواهانی بگیرد». مطلب خیلی مهم است، بنا است اینجا مؤمنین رتبه‌بندی شوند و بعضی به مقام شامخ شهادت برسند. این آیه معانی مختلفی دارد که من معنای برگزیدگان و گواهان. بنا است بعضی‌ها شهید شوند. خدا شهید خودمان است؛ چون یک معنای فراتر هم دارد. شهدا یعنی برگزیدگان و گواهان. بنا است بعضی‌ها شهید شوند. خدا می‌خواهد اینجا مؤمنین را خالص کند: «وَلِيَمَحْصَنَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا وَ يَمْحَقَ الْكَافِرِينَ؛ وَ تَا خَدَا كَسَانِي رَا كه ایمان آورده‌اند خالص گرداند و کافران را [به تدریج] نابود سازد». اینجا می‌خواهد قاعده‌ی تمحيص برقرار شود. تمحيص حالتی است که طلا را دائم حرارت می‌دهند تا خالص شود و عیارش بالا برود. خدا می‌خواهد مؤمنین را خالص کند. اگر ادعای ایمان داشتیم و گفتیم مؤمن هستیم، باید آماده انواع و اقسام گرفتاری‌ها، بلاها، ابتلائات، امتحانات فردی، خانوادگی و اجتماعی باشیم. مرزبندی‌ها باید اینجا درست شود. دنیا اصلاً برای همین کار است، دنیا برای خوش‌گذرانی نیست. جالب آنکه در روایت آمده که خوش‌گذرانی و تفریح مؤمن در جهاد است. اینکه به مصاف مشکلات و دشمن و خوف و خطر برود و برای ختنی‌سازی توطئه‌های دشمن، تلاش کند.

بهشت‌هایی که الان درباره‌اش توضیح دادم، به آسانی به دست نمی‌آید. شهید بهشتی (رضوان‌الله تعالیٰ علیه) می‌گوید: بهشت را به بها دهنده، نه به بهانه. بعضی‌ها روی این جمله‌ی آقای بهشتی مناقشه کردند و خواستند آن را حتی معنی کنند. آنچه آقای بهشتی گفتند نص قرآن است. «أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ وَ لَمَّا يَعْلَمُ اللَّهُ الَّذِينَ جَاهَدُوا مِنْكُمْ وَ يَعْلَمُ الصَّابِرِينَ، آیا پنداشتید که داخل بهشت می‌شوید، بی‌آنکه خداوند جهادگران و شکیبایان شما را معلوم بدارد؟». فقط مجاهدان صابر بهشت می‌روند.

### جامعه‌ی ایمانی آماده‌ی انواع سختی‌ها است

در ادامه خداوند متعال می‌فرماید: «وَكَائِنٌ مِنْ نَبِيٍّ قَاتَلَ مَعَهُ رِبِّيُّونَ كَثِيرٌ فَمَا وَهَنُوا لِمَا أَصَابُهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَمَا ضَعَفُوا وَمَا اسْتَكَانُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ؛ وَ چه بسیار پیامبرانی که همراه او توده‌های انبوه، کارزار کردند و در برابر آنچه در راه خدا بدیشان رسید، سستی نورزیدند و ناتوان نشدن و تسليم [دشمن] نگردیدند، و خداوند، شکیبایان را دوست دارد». اشاره به یک جریان‌شناسی تاریخی، یعنی مشکلات پیامبران دارد. منظور اینکه این سختی‌ها فقط برای شما نیست، همیشه همین طور بوده است. چقدر انسان‌های الهی، در کنار پیامبران ضجرها کشیدند، مصیبت‌ها کشیدند و درگیر شدند. کسانی که در جامعه‌ی ما، گفتمان رفاه، خوش‌گذرانی، تجمل طلبی و امثال اینها را ترویج می‌کنند، اینها ریشه را می‌زنند. اگر ذاته‌ی مردم خراب شود، مگر مردم تاب می‌آورند که مقدمات ظهور را آماده کنند! این کار با زحمت و خون و عرق حاصل می‌شود. ناز پرورده تنعم نبرد راه به دوست، عاشقی شیوه رندان بلاکش باشد. اگر بخواهیم فقط بخوریم و بخوابیم که نمی‌توانیم در برابر تحريم‌ها مقاومت کنیم. رواج ادبیات ضعیف سستی و راحت‌طلبی حرکت قطار انقلاب را متوقف می‌کند. پیامبران و پیروانشان با وجود سختی‌ها و مشکلات فراوان سست نشدن: «وَ مَا ضَعَفُوا» و از خود ضعف نشان ندادند. «اللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ»، خدا دوست‌دار صابرین است.

آیه‌ی بعدی اش هم که آیه‌ی ۱۴۷ هست، خیلی زیبا است. دعای همه‌ی مؤمنان صابر است که می‌گویند: «رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَ إِسْرَافَنَا فِي أُمْرِنَا وَ ثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَ انْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ، پروردگارا، گناهان ما و زیاده‌روی ما، در کارمان را بر ما ببخش، و گام‌های ما را استوار دار، و ما را بر گروه کافران یاری ده». سپاهیان طالوت نیز هنگام مواجه با جالوت، چنین دعایی کردند: «رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَ ثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَ انْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ، پروردگارا، بر [adel‌های] ما شکیبایی فرو ریز، و گام‌های ما را استوار دار، و ما را بر گروه کافران پیروز فرمای». این دعا، برای مرد یا یا جامعه‌ای است که وسط میدان مبارزه و مقاومت ایستاده که خوشبختانه ما در چنین جامعه‌ای زندگی می‌کنیم. خیلی باید قدر دانست. در جامعه‌ای هستیم که ادبیاتش مقاومت و جهاد است، و اسوه‌هایش اسوه‌های صبر هستند.

هر چه موقیت‌تای به حال اسلام و مسلمین و مؤمنین داشتنده، محصول صبرشان است. هر چقدر جامعه مقاوم و صابر باشد، به همان اندازه از جانب خدا، یاری نصیبشان می‌شود؛ چون خدا دوست‌دار صابرها است.

مؤمن به واسطه عقل و خرد خود به مقام صبر می‌رسد. مؤمن این دنیا را با جهان آخرت مقایسه می‌کند و می‌فهمد که دنیا، جای تن‌آسایی نیست. لذا معادله را طبق منطق خرد برنامه‌ریزی می‌کند. می‌گوید من این چند روز را به جای ولیمه، به جای سورچرانی، به جای خوش‌گذرانی، به جای چه و چه، به میدان جهاد می‌روم - چه در جهاد اکبر و چه در جهاد اصغر - صبر می‌کنم، عوارضش را بر خودم می‌خرم، در عوضش این چند روز، خیلی زود می‌گذرد. جمله‌ی کلیدی، این است که «دنیا خیلی زود می‌گذرد». در عوض «أَغْبَتْهُمْ رَاحَةً طَوِيلَةً» و «خَالِدِينَ فِيهَا حَسْنَتْ مُسْتَقْرَأً وَ مَقَاماً»، آنجا تا ابد «سَلَامٌ قَوْلًا مِنْ رَبِّ رَّحِيمٍ» است.

### بحث قناعت

به کلمه‌ی «وَ قِلَّهُ الْقَنَاعَةُ» می‌رسیم، «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَيَاجَنِ الْحِرْصِ، وَ سَوْرَةِ الْغَضَبِ، وَ غَلَبَةِ الْحَسَدِ، وَ ضَعْفِ الصَّبَرِ، وَ قِلَّهُ الْقَنَاعَةُ؛ خُدَايَا، من به تو پناه می‌برم از طغیان حرص و تندی خشم و غلبه حسد و ضعف نیروی صبر و کمی

قناعت». از جهت ترکیب بحث، شباهت تامی به بحث قبلی ما دارد. یک فضیلت مطرح می‌شود و می‌فرمایند از کمی آن فضیلت باید به خدای متعال پناه ببرید، موضوع بحث این‌طور طراحی می‌شود. آشکار می‌شود آن فضیلت که در اینجا مطرح شده، فوق‌العاده برجسته، تأثیرگذار و حیاتی در روند تکامل ما و دستیابی به حیات طبیه است، که اگر ضعیف و کم باشد، سلوک ما کند می‌شود و علاوه بر این می‌تواند برای ما مخاطره‌انگیز باشد. با این فرض، در فهرست اموری است که باید از آن به خدای متعال پناه برد و یکی از آن عناوین عبارت است از «قلة القناعة». موضوع قناعت، که کم و اندک بودنش باعث می‌شود که انسان خردمند به خدای متعال پناه ببرد و آداب استعاذه را کاملاً رعایت کند و اقدام فکری، ذکری و عملی برای حل مسئله و چاره‌جویی آن داشته باشد.

اما بحث در مورد مسئله‌ی قناعت و اینکه جایگاهش کجاست و چه عاقبی را می‌تواند داشته باشد و برای این مسئله چه چاره‌ای باید اندیشد؟

زمانی که ما بحث بسیار مهم حرص یعنی «هیجان‌الحرص»، را مطرح کردیم، که اوّلین موضوع از موضوعات دعای هشتم بود. گفته شد که حرص از جنود و لشگریان جهل است و یکی از دو نقطه‌ی مقابله‌ش، طبق حدیث مشهور جنود عقل و جهل قناعت است که از جنود عقل است. در این جلسه، چون آمهمات مباحثت که در بحث حرص مخصوصاً علاجش و مسیر مقابله‌اش مطرح شده، همان‌ها بسیار به ما کمک‌کننده است. منتها ممکن است سؤال پیش آید که چطور آنجا تعبیر شده که ما از هیجان‌الحرص باید به خدای متعال پناه ببریم ولی اینجا مسئله‌ی «قلة القناعة» مطرح شده است؟ شبیه به این عناوین باز هم خواهیم داشت، تکرار در مضامین، نه در خود عنوان، در همین متن نورانی مشاهده می‌شود. یک، این تکرار، حاوی تأکید است، پس باید مطلب را بسیار جدی تر گرفت؛ دو، تفاوت‌های خاص خودش را هم دارد، که ما علاوه بر موضوع تأکید، به مسئله‌ی تفاوت توجه پیدا می‌کنیم. مثلاً اینجا که سخن از «قلة القناعة» آمده، که ما در فارسی می‌گوییم قناعت، و من همیشه یاد یزدی‌ها می‌افتم، یک روز در یک جلسه با بچه‌های یزد بودیم، یکی از آنها بلند شد که خودشان و شهر خودشان را معرفی کند، پس از گفتن نام خود گفت، آقای فلانی به شهر قُنوت و قَنات و قِناعت خوش آمدید، البته خوش آمدید را به همان لهجه‌ی یزدی گفت؛ در هر صورت، این قناعت است، «القناعه»، منتها اگر ما، قناعت که همان غلط مصطلح است، را گفته‌یم، کسی به ما عیب نگیرد.

ما در صحن مطهر و با صفاتی حضرت جواد الائمه و امام کاظم (علیهم السلام) نشسته بودیم، یک بانویی مراجعه کرد، لهجه‌ی یزدی داشت و یزدی بود، به من گفت که ما سعی می‌کنیم که در رفتار و ... بیشتر کار تربیتی را پیش ببریم، اینها را برای من توضیح می‌داد! سپس از من خواست که مطلبی برایش بنویسم، دفترش را آورد، خودکار همراه نبود، ایشان یک مداد به من داد، که اندازه مداد کمتر از یک انگشت، یعنی یک بند انگشت بود، گفت که با این برایم بنویسید، گفتم خانم من واقعاً با این عادت ندارم، گفتم شما با این می‌نویسید؟! یعنی تا اینجا با این مداد نوشته‌ید؟! گفت بله، هنوز هم ادامه می‌دهیم، با یک مصیبیتی توانستم، برایش حرز امام جواد (علیه السلام) آن دعای مشهوری که از حضرت نقل شده، را برایش نوشتیم، حالا فهمیدم که قنوت و قنات و قناعت قصه‌اش چیست، این قناعت است، چون می‌گویید این کار من را راه می‌اندازد پس از آن استفاده می‌کنم. قنات یکی از شگفتی‌های ایران است، از میراث مهندسی است و از عجائب عالم است، این قناتی که ما در یزد داریم واقعاً عجیب است؛ قنوت هم که بحث دعا و مناجات و دار العباده و امثال اینهاست.

یک بررسی سریع، در کلمات اولیاء خدا، نشان می‌دهد که قناعت و قنوع، گاهی هم قنوع مطرح شده، جزء یکی از ده رکن اصلی خوشبختی و سعادت در فهرست مکارم اخلاق محسوب می‌شود، یکی از استوانه‌های اصلی در مکارم اخلاق قناعت است. کتاب شریف جامع السعادات نوشته مرحوم حاج ملا مهدی نراقی (أعلى الله مقامه الشريف)، جزء کتاب‌های شناخته شده‌ی اخلاقی ما است، کتاب بسیار مغتنمی است. فرزندشان، مرحوم ملا احمد (رضوان الله تعالى عليه) این کتاب را به

فارسی ترجمه و تلخیص کردند، خلاصه‌اش معراج السّعاده شده است، کتاب اصلی به زبان عربی و سه جلد است. معراج السّعاده با یک نشر فوق العاده شیرین و دل‌پذیری به فارسی برگردانده شده است. آنچا که ایشان می‌فرمایند «ضدُّ الْحِرْصِ الْقَناعَةُ»، یعنی این درست همان نقطه‌ی مقابل حرص است و عبارت است از اینکه انسان، یک ملکه‌ای است، یک حالت مستقری در نفس انسان است، که باعث می‌شود شخص از مال، به اندازه‌ی نیاز و ضرورت اکتفا کند، این قناعت می‌شود، این طور معنی کرده است. «مِنْ دُونِ سَعْيٍ وَ تَعَبٍ فِي طَلَبِ زَائِدٍ عَنْهُ»، و خودش را برای به دست آوردن بیشتر از آن به زحمت و دردسر و خستگی نمی‌اندازد، «وَ هِيَ صِفَتٌ فَاضِلَّةٌ يَتَوَقَّفُ عَلَيْهَا كَسْبُ سَائِرِ فَضَائِلٍ»، این زیرساخت و جمع‌بندی یک دانشمند بزرگ اخلاقی شیعه است، می‌گویند این صفت جزء آن صفت‌های برجسته‌ای است که زیرساخت برای سایر فضائل اخلاقی است، که اگر کسی این را داشته باشد، بر این زمین قناعت می‌شود بنای با شکوهی از اخلاق و فضائل اخلاقی را استوار کرد؛ «وَ عَدَمُهَا»، نبودنش، «يُعَدِّي بِالْعَبْدِ إِلَى مَسَاءِلِ الْأَخْلَاقِ وَ الرِّذَائِلِ»، اگر نباشد، شخص در دام انواع و اقسام بدی‌ها و کژی‌ها و زذائل اخلاقی می‌افتد. آن مرکبی که ما را می‌تواند به مقاصد عالی و سعادت ابدی برساند، قناعت است، «أَعْظَمُ الْوَسَائِلِ لِتَحْصِيلِ سَعَادَةِ الْعَبْدِ»، این جمع‌بندی ایشان است، البته توضیحات تکمیلی هم می‌دهند، که اگر کسی در خوراک، پوشак و امثال اینها به اندازه‌ی ضرورت قناعت و اکتفا کند، باعث می‌شود که دل‌مشغولی‌ها یش بطرف شود و به مسائل آخرتی، دینی و اخلاقی خود بتواند به خوبی رسیدگی کند و به همین نسبت اگر کسی قناعت نداشته باشد چه مصیبت‌هایی از آرزوهای بزرگ و گرفتار شدن به دام حرص و طمع برایش پیش خواهد آمد و او در گرداد خواسته‌های دنیایی می‌افتد و عمدۀ بلایی که به سرش می‌آید این است که قلبش مشتت می‌شود، امکان تجمعی و وحدت باطنی از او سلب می‌شود، امور زندگیش هم مشتت می‌شود و یک چنین کسی نمی‌تواند خودش را متمرکز کند برای اینکه به مسائل اخلاقی و آخرتی خود رسیدگی کند، یا به درجات عالی متّقین دست پیدا کند و جمع‌بندی می‌کنند، «وَ لِذِكْرِ وَرَدَ فِي مَدْحِ الْقَناعَةِ مَا وَرَدَ فِي الْأَخْبَارِ»، علت آن که در روایات درباره‌ی قناعت بسیار تعریف، تمجید، توصیه و تأکید شده، این است که جزء مقدمات جدّی در طی منازل الهی است. در کتاب شریف مجْمَعُ الْبَحْرِین تعییر این است که قناعت یعنی اینکه انسان به آن چیزی که برایش مقدّر شده، رضایت بدهد، اگرچه کم باشد، «وَ إِنْ كَانَ قَلِيلًا»، و بر همان کم هم شکرگذار باشد، و از این قبیل هم در سایر منابع آمده است. بر همین اساس، مرحوم شیخ کلینی (أَعْلَى الله مَقَامَةُ الشَّرِيف) در کتاب اصول کافی، یک بایی تحت عنوان قناعت درست کرده است. اوّلاً خود این باب‌بندی کتاب جزء کرامات این شخصیت بزرگ است که آشکار می‌شود، مورد عنایت خاص حضرت بقیّة الله الاعظم (عَجَلَ اللَّهُ فَرَجَهُ الشَّرِيف) و اولیاء خداست. جناب شیخ کلینی (أَعْلَى الله مَقَامَةُ الشَّرِيف) ذیل عنوان قناعت آورده است، از امام صادق (صَلَوةُ الله وَ سَلَامُهُ عَلَيْهِ) نقل می‌شود: «مَنْ رَضِيَ مِنَ اللهِ بِالْيَسِيرِ مِنَ الْمَعَاشِ رَضِيَ اللهُ مِنْهُ بِالْيَسِيرِ مِنَ الْعَمَلِ؛ هر که به معاش اندک خدا راضی گردد، خدا هم به عمل اندک او راضی شود»، روایتی نیاورده است که حتماً در آن کلمه‌ی قناعت آمده باشد، با چند کلمه ذات مسئله، معنای قضیه و حق آن را ادا کرده، یسیر یعنی همین چیزی که می‌شود با آن زندگی را گذراند، اگر کسی راضی شد، «مَنْ رَضِيَ مِنَ اللهِ بِالْيَسِيرِ مِنَ الْمَعَاشِ»، با توجه به این که خدای متعال این مقدار را برای ما خواسته است و این گونه تقسیم از سوی خدای متعال صورت گرفته، اگر شخص به این مقدار رضایت داشته باشد، «رَضِيَ اللهُ مِنْهُ، رَضِيَ اللهُ مِنْهُ بِالْيَسِيرِ مِنَ الْعَمَلِ»، خدا هم عمل کم را از او می‌پسندد و از او راضی می‌شود. روایتی دیگر از حضرت رضا (عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَامُ) نقل شده است که ایشان می‌فرماید: اگر کسی در ریزق به آن چیزی که برایش گذاشتند، راضی نشد، خدای متعال هم به عمل کم او راضی نخواهد شد، «لَمْ يَكُفِهِ مِنَ الْعَمَلِ إِلَّا الْكَثِيرُ»، اگر کسی در ریزق به یسیر قانع نشد، خدای متعال در عمل مگر به کثیر، از او راضی نخواهد شد.

## نسبت قناعت و کِفاف

به هیچ وجه قناعت با کسالت، تنبیلی و بیکاری جمع نمی شود. در مورد قناعت دو نکته وجود دارد: نکته‌ی اول بسیار نکته‌ی کلیدی و اساسی است، این است که انسان به آن چیزی که خدای متعال برایش از امور دنیاگی مقدّر کرده و با آن مواجه می شود، رضایت داشته باشد، بنابراین در اینجا هم نقطه‌ی مقابل آن حرص است که امری منفی است، که شخص می خواهد از راه حلال و حرام به چیز بیشتری دست پیدا کند. نکته‌ی دوم، با این فرض، اگر یک کسی را خدای متعال برایش بسط قرار داد، آنجا قناعت به چه معنی است؟ عمدۀی مسئله بحث قناعت مربوط می شود به آنجایی که انسان با محدودیت‌هایی مواجه می شود، اگر کسی در یک موقعیتی قرار می گیرد که می تواند رشد کند و اوج بگیرد، حسابی برایش فراهم شد، ارشی به او رسید، می گوید خدای از این نعمات فراوانی که به من دادی راضی هستم، چون خدا این را برای من قرار داده است. اینجا جواب چیست؟ جواب این است که در متن این فضیلت بزرگ، از آن مقداری که نیاز او را برطرف می کند، استفاده کند، لذا قناعت برای آن کسانی که وضعشان بهتر است، فضیلتی بزرگ‌تر و پیش‌برنده‌تر است. اگر چنین کسی حد نگه دارد، آن حدّی که متناسب با حداقل نیازش است؛ مرحوم شیخ کلینی (أَعْلَى اللَّهِ مَقَامَةُ الشَّرِيفِ) بلافاصله بعد از بحث قناعت، مسئله‌ی کافی را آورده است، بین قناعت و کافی نسبت زیبایی برقرار شده است، یعنی آن چیزی که برایش کافی است، مانند خوردن غذا، ذخیره‌ی مواد غذایی در خانه، مثلًاً دو روز، که زندگی خودش و خانواده‌اش را اداره کند کافی است، این مفهوم کافی است. موقعیت شخص، جنسیت، موقعیت اجتماعی و ... اینها حد کافی را برای او معنی می کند، چون این موارد مداخله دارند. پس درباره‌ی کسی که وضعش بهتر است، قناعت فضیلت بزرگ‌تری است، عفافش، پرهیز از حرام است و کفافش، اندازه نگه داشتن در حلال است و این دو با هم تفاوت دارند. پس عفاف، آنجایی است که می گوییم عفوه، بطن، شکم، شهوت را در حوزه‌ی عفاف نگه دارد، گرفتار گناه نشود و سراغ حرام نرود؛ اینجا که می گوییم کافی، یعنی در همان، سراغ حلال بیاییم، پس سراغ حرام نمی رود، در حلال هم به آن اندازه‌ای که لازم است و کار او را راه می اندازد و ضروری هست اکتفا می کند.

## برکت

حال خوشی است، اگر کسی با عفاف و کافی زندگی کند، یک، از حرام دوری کند، دو، از افتادن به وادی تجمل طلبی، زیاده‌خواهی و تنوع طلبی که فضیلت‌سوز بپرهیزد، آنگاه شخص برای پرواز در محیط فضایل آماده شده است؛ به همین خاطر در فهرست و باب‌بندی، اول بحث قناعت را آورده، بلافاصله بحث کافی مطرح شده است. در آنجا چند روایت بسیار زیبا و شیرین وجود دارد. که یکی از آنها بسیار مشهور است، پیغمبر اکرم هنگامی که دعا می کردند، می فرمودند: «اللَّهُمَّ ارْزُقْ مُحَمَّدًا وَآلَّ مُحَمَّدٍ وَمَنْ أَحَبَّ مُحَمَّدًا وَآلَّ مُحَمَّدَ الْعَفَافَ وَالْكَفَافَ؛ خَدِيَا بِهِ مُحَمَّدٌ وَآلَّ مُحَمَّدٌ وَدُوْسَتَانَشَ عَفَّتْ نَفْسَ وَпَاكَ دَامَنَى وَ بَهِ اَنْدَازَهُ كَفَائِتْ رُوزَى مَرْحَمَتْ فَرْمَاء»، خدایا برای اهل بیت من و برای هر کسی که آنها را دوست دارد، کافی را روزی کن، یعنی به اندازه‌ای که آبرویشان و شأنشان حفظ بشود، به کسی مهتاج نشوند، روال کار و زندگیشان در جریان باشد، به آن اندازه‌ای که نیاز دارند، برایشان روزی کن. اما درباره‌ی دشمنان، به آنها مال و فرزند فراوان بده. صرف زیاد داشتن اصلاً به معنای برکت نیست. برکت یعنی شخص بتواند دنیاگیش را به اندازه‌ی کافی، صیانت کند و آخرتش را آباد کند. آن مالی که در دنیا، آبرو، کار و زندگی من را حفظ کند، به مقدار کافی باشد و بتوانم با آن چیزی که باقی می‌ماند و هرچه که هست، آخرتم را آباد کنم. انواع و اقسام کارهای خیر، رسیدگی به دیگران، سفرده‌داری، حفظ آبروی مؤمنین، تلاش برای رفع نیازهای آنها، این این برکت می شود، و گرنه بدترین دعا این است که انسان بی مهابا بگوید خدایا به فلانی هر چی می خواهد مال و ثروت بده، این دعا نیست، بلکه نفرین است.

ظاهراً پیغمبر به همراه اصحاب از جایی عبور می کردند، از جلوی خیمه‌ای می گذشتند، اصحاب از آن شخص چیزی خواستند، او نداد، حضرت دعا کردند که خداوند به او مال فراوان بدهد، جلوتر رفتند، از شخص دیگری چیزی خواستند، آورد و داد، حضرت فرمودند خدایا به او کافی را روزی کن. اصحاب تعجب کردند، گفتند: یا رسول الله! آنکه به ما نداد، دعا

فرمودید خدایا به او مال فراوان بده، اما این شخص که به ما رسیدگی کرد، دعا فرمودید که به قدر کفاف خدا به او بدهد. سپس حضرت همین بیان را دارند، که بین مسئله‌ی قناعت و کفاف یک نسبت بسیار نزدیکی وجود دارد. انسان در دعاهاش از خدای متعال بخواهد، که خدایا به مقدار نیاز و برای برطرف کردن نیازهای جاری زندگی به من نعمت عطا بفرما.

### نفس را بر عقل خود سرور مکن

قناعت در واقع میوه‌ی عقل و از لشگریان عقل است. اگر کسی عاقل باشد، قانع است؛ اگر شخصی قناعت نداشت، بدانید نقص عقلی دارد و اگر شخصی حریص است، او نیز نقص عقلی دارد، هر چه این فضیلت بزرگ در انسان قوی‌تر باشد نشان‌دهنده‌ی این است که این عقلش قوی‌تر است؛ عقل قوی اوّلاً متوجه است که خدا را ذوق من است، من هم اهل تلاش و سعی هستم، به دنبال رزق هم می‌روم، آن چیزی که سهمم باشد، به من می‌رساند و من از این بابت نگرانی ندارم، عقل تربیت شده، در دستگاه توحید این را به او می‌گوید، می‌داند که خدای متعال او را دوست دارد، آبروی او را صیانت خواهد کرد و تفکر به او آرامش می‌دهد، قناعت این‌طور در وجود انسان تولید می‌شود و می‌داند که این دنیا محل باقی ماندن نیست و نابودشدنی است، با نور عقل این موضوع را فهمیده، بنابراین دنیا برای او مقصد نمی‌شود، بلکه دنیا برای او مرکب می‌شود، لذا یک راحتی و آسودگی خاطر دارد، و حاضر نیست به خاطر دستیابی به برخورداری‌های دنیایی، شخصیت، ایمان و دین خودش را قربانی کند. «فَمَنْ عَقِلَ قَبَعَ؛ هُرَّ كَهْ خَرَدْ وَرَزَدْ»، اگر عقل کسی فعال شود، چنین کسی اهل قناعت می‌شود، کسی هم که اهل قناعت شد، در دنیا و آخرت، عزیز است.

محصول نگاه خردمندانه به حیات و موهب دنیوی، یک سبک زندگی است، که در آن سبک زندگی، انسان عاقل سبک‌بار زندگی می‌کند، نفس خودش را مراقبت می‌کند تا عقلش بتواند پرواز کند. عقل یعنی کسی که بتواند نفسش را عقال بزند، یعنی افسار بزند، اگر کسی نتوانست نفس خودش را با عفاف و کفاف مهار و قانع کند، نتیجه این خواهد شد که نفس فربه می‌شود، هر چه که نفس فربه شود، عقل ضعیف و لاگر می‌شود.

### نفس را بر عقل خود سرور مکن

جای راکب و مرکب را عوض نکن، این باید مرکب باشد، آن راکب باشد؛ گاهی وقت‌ها کار بر عکس می‌شود، عقلاً خردمندان و اولیاء نگاه می‌کنند، انسانی که باید بدن و نفسش مرکب باشد، عقل مرکب شده، نفسانیتش راکب شده، حکایت همان کسی است که الاغش را بر دوش گذاشته با مصیبت می‌برد، بعد از مدتی هر چقدر هم شخص قوی باشد، نفسش می‌گیرد و زمین‌گیر می‌شود؛ بسیاری از ما زمین‌گیر هستیم، به خاطر اینکه الاغ نفس ما بر گرددی عقل ما سوار شده و جای مرکب و راکب عوض شده است.

### ارکان مکارم اخلاق

من دو سه نمونه‌ی روایی یادآوری کنم، امام صادق (عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَامُ) فرمودند: خدای متعال پیامبرانش را با مکارم اخلاق مشرف کرده، شما هم با اینها خودتان را امتحان کنید، اگر این موارد را دارید، خدا را شکر کنید، اگر ندارید از خداوند بخواهید و التماس کنید تا به آن برسید، ده مورد است:

در این فهرست، اوّلین مورد یقین است، آخرین مورد هم مررت است؛ موارد بدین‌گونه است: «الْيَقِينُ وَ الْقَنَاعَةُ وَ الصَّبْرُ وَ الشُّكْرُ وَ الْحَلْمُ وَ حُسْنُ الْخُلُقِ وَ السَّخَاءُ وَ غِيرَهُ، وَ الشَّجَاعَةُ وَ الْمُرْوَةُ»، این ده مورد، ارکان مکارم اخلاق است.

روایت داریم شخصی خدمت امام صادق (عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَامُ) آمد، گفت: آقا جان به من یک نصیحتی کن، من به هر چه می‌رسم، دنبال بیشترش هستم، در خوارک، در پوشانک، تجملات، زندگی، مسکن و ....، حضرت فرمودند: این را بدان که اگر قانع بشوی، کم دنیا، تو را کفایت می‌کند، اما اگر قانع نشوی، همه‌ی دنیا هم تو را کفایت نمی‌کند. در یک روایت دیگر که حضرت این را از تورات خواندند، فرمودند: در تورات خطاب به فرزند آدم آمده که: «إِنَّ آدَمَ إِنْ كُنْتُ تُرِيدُ مِنَ الدُّنْيَا مَا

یکفیک فانَ أَيْسَرَ مَا فِيهَا يَكْفِيكَ وَ إِنْ كُنْتَ إِنَّمَا تُرِيدُ مَا لَا يَكْفِيكَ فَانَ كُلَّ مَا فِيهَا لَا يَكْفِيكَ؛ ای فرزند آدم، اگر از دنیا بقدر کفايت بخواهی، اندکی از دنیا تو را کفايت مکند و اگر بیش از کفايت بخواهی، همه دنیا هم تو را بس نباشد»، اگر از دنیا آن چیزی را بخواهی که برای تو کافی باشد و به نیازهای تو پاسخ بگوید، مقدار کم آن هم کافی است و تو به آرامش می‌رسی، اما اگر از دنیا آن چیزی را بخواهی که افزون از حد کفاف است و زیاده طلب بشوی، تمام آنچه که در دنیا هست، اگر به تو بدهند، برایت کافی نیست و به آرامش نمی‌رسی، حضرت نفس ما را این‌گونه معرفی کرده است.

در روایت «اللَّهُمَّ الرُّزْقُ مُحَمَّدٌ وَ آلُّ مُحَمَّدٌ وَ مَنْ مُحَمَّدٌ وَ آلُّ مُحَمَّدٌ»، یعنی محمد و آل محمد (صلوات الله و سلامهم أجمعين) و شما که دوست‌داران آن حضرات هستید؛ پیغمبر اکرم برای شما کفاف را خواسته، روایت این است: «الْعَفَافُ وَ الْكِفَافُ»، خدا! عفت و کفايت را در زندگی‌شان روزی قرار بده، و دشمنان را، «الْمَالُ وَ الْوَلَدُ»، مشغول باشند، وضعشان خوب و خوش باشد.

### بیانات امیرالمؤمنین در مورد قناعت

درباره قناعت، چند بیان عالی و زیبا از امیرالمؤمنین (علیه السلام) وجود دارد: بیان اول، حضرت فرمودند: «الْقَنَاعَةُ مَالٌ لَا يَنْفَدُ؛ قناعت ثروتی است بی‌پایان»، حضرت فرمودند قناعت ثروتی است که هیچ تمامی ندارد. بیان دوم تکان‌دهنده است و روی این مضمون تأکید بشود، فرمودند: «كَفَى بِالْقَنَاعَةِ مُلْكًا وَ بِحُسْنِ الْخُلُقِ نَعِيْمًا؛ آدمی را قناعت برای دولت‌مندی و خوش‌خلقی برای فراوانی نعمت‌ها کافی است»، کسی که دنبال پادشاهی و فرمان‌روایی و امثال اینهاست، اول باید در شخصیت خودش، فرمان‌روایی داشته باشد و آن هم قناعت است، اگر کسی قانع باشد، سلطان و صاحب مُلک است؛ «وَ بِحُسْنِ الْخُلُقِ نَعِيْمًا»، اگر کسی خوش‌اخلاق باشد، همه‌ی نعمت را دارد، چیزی کم ندارد. سپس از امام (علیه السلام) پرسیدند: آقاجان، معنای آیه‌ی کریمه‌ی «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُثْرَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْبِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً»، هر کس - از مرد یا زن - کار شایسته کند و مؤمن باشد، قطعاً او را با زندگی پاکیزه‌ای، حیات [حقیقی] بخشیم» چیست؟ فرمود: اگر کسی از مؤمنین، مرد یا زن مؤمن، ایمان بیاورد، عمل صالح داشته باد، در آن زمانی هم که مشغول عمل صالح است، واقعاً مؤمنانه عمل کند، خدای متعال در قرآن کریم فرمود، ما چنین کسی را به حیات طیبه نایل می‌کنیم. سؤال این است که این حیات طیبه چیست؟ یک بحث تفسیری قرآنی متکی به حدیث است، حیات طیبه یک جلوه‌ی آخرتی-معنایی-ملکوتی و یک جلوه‌ی دنیایی دارد، جلوه‌ی دنیایی‌اش، عبارت است از قناعت، جلوه‌ی دنیایی‌اش همان چیزی است که در روایات ما از آن تعبیر به عیش شده است، به معنای خوش بودن، انسان دلش در دنیا به قناعت خوش می‌شود، قانع باشی، دلخوش هستی و قانع نباشی، تمام دنیا را هم به شما بدهند، ناخوش هستی. حیات طیبه یک جلوه‌ی آخرتی دارد، همان بهشت خدایی است. فرض این است که به آدم مؤمن و اهل عمل صالح، می‌خواهند پاداش بدهند، یکی این است که در این دنیا قانع می‌شود و خوش است، به قرض، ذلت، خواری، تعب، خستگی و پریشانی مبتلا نمی‌شود. حقیقتاً بسیاری از پریشانی‌هایی که ما در جامعه داریم، یک بخشی از آن محصول فقر و مال است، ولی یک بخش بسیار وسیع‌تر و گسترده‌تر آن محصول حرص و طمع و کمبود قناعت است، چشم و هم‌چشمی، زیاده‌خواهی‌های فردی، باعث شده که انسان به ناچار مفرض شود، خودش را گرفتار وام می‌کند، خودش را گرفتار نزول می‌کند. زیاده‌خواهی‌ها اگرچه حلال هم باشد، باعث می‌شود که در قیامت به او سخت بگیرند و پای محاسبه می‌رود، فرمودند: «فِي حَلَالِهَا حِسَابٌ وَ فِي حَرَامِهَا عِقَابٌ؛ در حلال آن حساب و در حرام آن عِقَاب».

خداآوند به شما ثروت داده، اما برای تجمل گرایی نداده است. سفره‌آرایی‌ها و مجالس عقد و عروسی تجمل گرایانه برای این است که به رُخ بکشی، فقرا را به حسرت بینداری؟! فرض می‌کنیم حلال و پاک است، ولی خارج شده از مرز بندگی، خلاف ادب بندگی است.

حضرت امیر (علیه السلام) معنای حیات طیبه را آسان کردند، فرمودند: اینکه خدای متعال می‌فرماید: «فَلَنُحْبِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً»، عبارت است از «هَيَ الْقَنَاعَةُ»، همان قناعت است، قناعت حیات طیبه است. همین‌جا زندگی برای فرد و

خانواده از نظر روان، شیرین، سبک، گوارا و خارج از مخاطراتی است که حرص و طمع به دنبال دارند؛ از نظر جامعه، «فلنخینهٔ حیاهٔ طیبهٔ»، یک جامعه‌ی منظم، آرام می‌شود، جامعه‌ی بی‌دروغ، بی‌کلک، بی‌فریب، جامعه‌ای است که در پرتو ایمان اهل قناعت باشند. نیرنگ، فریب و اکثر اینها، به خاطر حرص و طمع است، همیشه می‌خواهند سر یکدیگر را کلاه بگذارند. ما شاگرد مغازه‌ی پدربرگمان بودیم، گاهی وقت‌ها ایشان می‌رفتند ما پشت ترازو و دخل می‌ایستادیم، می‌گفت: جواد، وقتی که خواستی بکشی، مثلاً مس یا آلومینیوم، همیشه باید جنس پایین‌تر تا وزن بیاید؛ دوم، اگر من بودم که قیمت‌ش را به تو می‌گویم، اگر نبودم و قیمت‌ش را نمی‌دانستی، فاکتور را می‌آوری، از روی همان فاکتور خرید از بازار، ده درصد می‌کشی، محاسبه می‌کنی، این‌طور زندگی می‌کردند، زندگی‌شان هم آرام بود. اینقدر دروغگویی، فریبکاری‌ها در کسبه برای این است که قناعت نیست.

یک حدیث تکان‌دهنده‌ی دیگر هم این است، امام علی (علیه‌الصلوٰة و السّلام) فرمودند: «أَعُونُ شَيْءَ عَلَى صَلَاحِ النَّفْسِ الْقَنَاعَةُ؛ كَمْ كَنَنَهُ تِرِينَ عَامِلٌ در راه خودسازی، قناعت است»، بهترین معاون، کمک و یاری برای خودسازی و اصلاح نفس، قناعت است، این مورد زیرساخت و رکن است، از همین روایت نورانی هم استفاده می‌شود.

در متن صحیفه حضرت می‌فرماید: خدایا به تو پناه می‌برم از «قلهٔ القناعهٔ»، اگر قناعت در ما کم شد، این‌قدر کم شد که «کالعدم»، انگار وجود ندارد، اگرچه انسان در دام «هیجان‌الحرص» نیفتاده باشد، که آن یک بحث دیگری است، همین که قناعت کم شد، بسیاری از فضیلت‌ها در زندگی او به همان اندازه کاهش پیدا می‌کند، عزّت، آرامش در زندگی او کم می‌شود. خودش، پدر و مادر و همسرش را اذیت می‌کند، دوستانش را در تکلف می‌اندازد، چون خواسته‌هایش بی‌پایان است. از نظر شخصیتی ذلت و نا‌آرامی و از نظر دینی، سنگینی تکالیف دینی و قرار گرفتن در معرض گناه و معصیت، انسان را در آستانه‌ی گناه قرار می‌دهد؛ آثار اجتماعی‌اش نیز اسراف، خوش‌گذرانی، به رُخ دیگران کشیدن، ظلم کردن، تحقیر، تجمل‌گرایی، سوءاستفاده و ... است. در آخرت نیز بار اعمال مورد محاسبه برای او بسیار سنگین است، که نفس انسان را در صراط می‌گیرد، اگر او را هم به پایین نیندازد، حداقل او را روی صراط معطل می‌کند، «أَفَمَنْ يَمْشِي مُكِبًا عَلَى وَجْهِهِ؛ پس آیا آن کس که نگون‌سار راه می‌پیماید؟»، باید سینه‌خیز برود، به جای اینکه راهوار حرکت کند، برای کسی که قانع نیست، جان دادن برایش بسیار سخت، بربخ برایش بسیار دشوار، در حساب هم که رسیدگی به کار او بسیار دشوارتر است. برای اینکه قناعت تقویت بشود، همان نسخه‌ای را که ما در «هیجان‌الحرص» برای معالجه‌ی حرص تقدیم کردیم، عیناً بدون کم و زیاد همان عمل شود.

بداخلق به این توجه ندارد که این صفت او اصلاً ریشه‌ها را می‌زند. این آدم اصلاً از زندگی هم خوب فیض نمی‌برد و به او خوش نمی‌گذرد. اصلاً از زندگی چه می‌فهمد؟! در خودش حبس است، در چشم دیگران هم که هست. در روایت دارد که آدمی که گرفتار «شکاسه‌الخلق» است، شکنجه‌گر خودش است و دائمًا خودش را عذاب می‌دهد. نیاز نیست کسی او را عذاب دهد. خانواده‌اش از او در وحشت هستند. امیرالمؤمنین (علیه السلام) فرمود: «سُوءُ الْخَلْقِ يُوحِشُ الْفَرِيبَ وَ يُنَفِّرُ الْبَعِيدَ»، بداخلقی، باعث وحشت افراد نزدیک و انزجار افراد دور، از انسان می‌شود.

رسیدیم به این فراز: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَكَاسَةِ الْخُلُقِ» مسئله مربوط می‌شود به اخلاق محیطی، اجتماعی، معاشرتی، رفتاری که بحث بسیار مهم و حقیقتاً قابل توجهی است. در ابتدا از جنبه لغوی بحث را بررسی می‌کنیم. کلمه‌ی «شکاسه‌الخلق» را اهل لغت به معنای دشواری و صعوبت معنی کرده‌اند. بنابراین «صُعُوبَةُ الْخُلُقِ»، یعنی همان «سُوءُ الْخُلُقِ»؛ منتها امام (علیه‌الصلوٰة و السّلام) ظاهراً مرحله‌ی پیشرفته‌اش را مدنظر داشته‌اند، به نحوی که این آدم نه فقط خودش از دست خودش اذیت می‌شود، بلکه معاشران با او از دست او رنج می‌برند؛ یعنی از بودن با او، از معاشرت با او، از مجالست با او اذیت می‌شوند. چنین کسی گرفتار بیماری خطرناکی است به نام «شکاسه‌الخلق» یا همان «سُوءُ الْخُلُقِ».

## اهمیت فوق العاده حُسن خُلق در اسلام

ما یک عنوان بسیار جذاب و زیبا و درخشنان در معارفمن و در سیره داریم که عنوانش هست «حسن خلق». این درست نقطه‌ای مقابل آن است. حسن خلق از میوه‌های خرد و از شیرین‌ترین میوه‌های ایمان و از اعظم سرلشکرهای عقل است. حسن خلق در لشکر عقل است؛ منتها جزء سربازهای معمولی عقل نیست، جزء افسران عالی‌رتبه‌ی حضرت عقل است. حسن خلق یک معنای فراخ و بسیار وسیعی دارد که هم شامل زیبایی درونی است و هم شامل زیبایی بیرونی. اخلاق جمع خلق است، که بخش شخصیّتی ما محسوب می‌شود. یعنی ویژگی‌های شخصیّتی ما که در قرآن کریم از آن به شاکله تعبیر می‌شود. زمینه‌های ژنتیکی و وراثتی دارد، ولی عمدتاً به فرآیندهای تربیتی مربوط می‌شود و تا حد بسیار زیادی اکتسابی است. وقتی می‌گوییم ژنتیک، آن را به اجداد و پدران و مادران و نسل مستند می‌کنیم. وقتی می‌گوییم تربیتی، تا حد زیادی به پدر و مادر و خانواده مستند می‌شود. ولی یادتان باشد سهم بخش تربیت و وراثت، نسبت به بخشی که عبارت است از سهم اکتسابی - یعنی بخشی که خود انسان مداخله‌ی مباشر و انتخابگرانه دارد - سهم ناچیزی است.

من در یک مقدمه‌ی خلاصه و جمع‌بندی شده، جایگاه حسن خلق را در منظومه‌ی اخلاق اسلامی به معنای فراخ و کلانش بررسی می‌کنم، بعد می‌رویم سراغ «شکاسهِ الخلق» و طبق روال جلسه‌مان آن را بررسی می‌کنیم. پس حسن خلق یک معنای عام دارد، یک معنای خاص. معنای عام آن شامل بخش درونی می‌شود که از آن به مکارم اخلاق تعبیر می‌شود. یعنی همه‌ی آن فهرست طولانی زیبایی‌های اخلاقی که در محیط شخصیّتی انسان مؤمن تعریف می‌شود، همه‌ی آنها را می‌شود ذیل حسن خلق آورد؛ به معنای فراخ و عام آن.

حسن خلق شامل زیبایی‌های ظاهری هم می‌شود. مراجعه به جوامع روایی ما، نشان می‌دهد که برآیند استفاده‌ی کلمه‌ی حسن خلق در اخلاق ظاهری و معاشرتی است. البته گاهی در آن بخش درونی استفاده شده، ولی اغلب وقتی کلمه‌ی حسن خلق را در کلمات اولیاء خدا می‌بینید، به بخش ظاهری و حوزه‌ی معاشرتی شخصیت ما برمی‌گردد؛ لذا در بعضی از روایات حسن خلق این‌طور معنا شده: «خیارُكُمْ أَحَسِنُكُمْ أَخْلَاقًا» یا «حُلُقًا»، اینها چه کسانی هستند؟ حضرت فرمودند: «الَّذِينَ يَأْلِفُونَ وَ يُؤْلِفُونَ»، کسانی هستند که به خوبی می‌توانند با دیگران الفت، ارتباط فرخش، ملایم و دوست‌داشتنی برقرار کنند. می‌توانند آغازگر چنین ارتباط‌هایی باشند، دیگران هم می‌توانند با اینها ارتباطات شیرین و دوست‌داشتنی داشته باشند. چنین کسی می‌شود صاحب حسن خلق. جلوه‌هایش در روایات ما عبارت است از: خوش‌رویی که بخش عمداتی مربوط به چهره و سیما است و خوش‌بویی از مصاديق اعظمش است. در ساحت عمومی شخصیت، عبارت است از رفق و لینت که در زبان فارسی می‌شود نرم‌خوبی. اصطلاحاً می‌گوییم طرف آدم نرمی است. حسن خلق این‌طور تعریف می‌شود که اصطلاحاً می‌گوییم مربوط می‌شود به ویترین شخصیت: آنچه که در ظاهر شخصیت فرد دیده می‌شود.

به حسب قاعده‌ی «الظاهرُ غُنْوَانُ الْبَاطِنِ»، یا «از کوزه همان برون تراود که در اوست»، این ظاهر معمولاً محصول لایه‌های درونی و زیرین شخصیت است. البته امکان دارد کسی در ظاهر شخصیت‌ش - تا حدی و نه خیلی زیاد - بتواند رفتار تصنیعی داشته باشد که می‌گوییم این آدم به حسب ظاهر خوش‌اخلاق است؛ ولی خوش‌اخلاقی او حتماً نمی‌تواند حکایتی از مکارم اخلاق هم در او داشته باشد که همان بخش باطنی و درونی او است.

«شکاسهِ الخلق» یا «سُوءُ الخلق» نیز در روایات ما وارد شده که معنای عام و خاص دارد؛ ولی در اکثر موارد سخن از بداخل‌الاچق یا سوء‌الخلق است که مربوط است به همین معنای خاص که عبارت است از حوزه‌ی معاشرتی. لذا ما حسن خلق را باید این‌طور معنا کنیم که شخص از نظر شخصیتی و سیما و برخورد و رفتار و رابطه با سایر انسان‌ها و در حوزه‌ی معاشرتی، به گونه‌ای است که دیگران از بودن با او لذت می‌برند، احساس خوشی دارند و علاقه‌مند هستند که با او ارتباط و رفاقت داشته باشند. نقطه مقابلش «شکاسهِ الخلق» و «سُوءُ الخلق» قرار دارد. اینکه شخص از نظر شخصیتی، یعنی چهره و بیان و برخورد و حوزه‌ی معاشرت به گونه‌ای است که دیگران از بودن با او اذیت می‌شوند؛ یعنی محیط ارتباطی اش انواع

و اقسام اختلال‌ها و آسیب‌ها را دارد. البته یک کمی جلوترش هم باعث می‌شود کسانی که با او مرتبط می‌شوند، حقوقشان زیرپا قرار گیرد؛ یعنی دامنه‌ی «سوءُ الْخُلُق» به تضییع حقوق دیگران هم می‌انجامد.

## بورسی چند روایت در باب حُسن خُلق

در این بخش چند روایت درباره‌ی حسن خلق می‌خوانیم. بیشتر روایات باب حُسن خُلق مربوط به وجود اقدس خاتم انبیاء محمد مصطفی (صلی الله علیه و آله و سلم) است که این موضوع پیام‌های خاص خودش را دارد.

پیامبر عظیم الشأن فرمودند که وقتی خداوند تبارک و تعالی ایمان را خلق کرد، ایمان از خدای متعال درخواست می‌کند که خدایما مرا تقویت کن: «اللَّهُمَّ قَوْنِي»؛ دعایش مستجاب شد: «فَقَوَاهُ بِحُسْنِ الْخُلُقِ وَ السَّخَاءِ»، خدای متعال ایمان را به وسیله‌ی حُسن خُلق و سخاوت، یعنی گشاده‌دستی، تقویت کرد.

«وَلَمَّا خَلَقَ اللَّهُ الْكُفَّارَ، وَقَتَى خَدَائِي مَتَعَالَ كَفَرَ رَا خَلَقَ كَرَدَ: «قَالَ اللَّهُمَّ قَوْنِي»، كَفَرَ هُمْ از خَدَائِي مَتَعَالَ خَوَاستَ كَه مَرَا تقویت کن. «فَقَوَاهُ بِالْبُخْلِ وَ سُوءِ الْخُلُقِ»، خدای متعال، کفر را با بخل و بداخلاقی تقویت کرد. در اینجا نسبت حُسن خُلق با ایمان و نسبت سوءُ الْخُلق با ایمان تا حد زیادی تعریف می‌شود.

شخصی خدمت پیغمبر اکرم شرفیاب شد و گفت: «یا رسول الله! مَالَدِين؟ فَقَالَ: حُسْنُ الْخُلُقِ؛ دین چیست؟ حضرت فرمودند: حُسن خُلق». آن فرد قانع نشد و رفت. با خود گفت: یک خوردده موقعیتم را عوض کنم، شاید جواب عوض شود. این بار از سمت راست آمد و گفت: «مَالَدِين؟». حضرت فرمودند: «حُسْنُ الْخُلُقِ»؛ این آدم سمج که دنبال یک جواب متفاوتی است، این بار از سمت چپ آمد و پرسید: «مَالَدِين؟». حضرت فرمودند: «حُسْنُ الْخُلُقِ». باز هم رها نکرد، «نُمَّ أَتَاهَ مِنْ وَرَائِهِ»؛ این دفعه از پشت سر آمد که شاید حضرت جواب دیگری دهد. گفت: «مَالَدِين؟» حضرت «فَأَلْتَقَتَ إِلَيْهِ»، به سوی او برگشتند و فرمودند: «أَلَا تَفْقَهَ؟ أَلَّا يَعْلَمُ هُوَ أَنْ لَا تَعْصِبَ؛ نَمِي فَهْمِي؟ دین معنایش این است که خشمگین نشوی». یعنی بتوانی نفست را به گونه‌ای کنترل کنی که عصبانی نشوی.

یکی از اصلی‌ترین بسترهای سوءُ خلق، حالت غضب و عصبانیت است که ما آن را در بحث «سَوْرَةُ الْغَضَبِ» به تفصیل واکاوی کردیم. در محور آثار دنیایی و آخرتی، چنان پیغمبر اکرم و اولیاء خدا درباره‌ی حُسن خُلق سخن گفته‌اند که انسان احساس می‌کند اگر به حُسن خُلق برسد، به همه چیز رسیده است، و چنانچه گرفتار بداخلاقی شود، به هیچی نرسیده است. مثلاً در روایات است که می‌فرماید شخص از رهگذر حُسن خُلقش به تمام درجات «صائم قائم؛ روزه‌دار شب‌زنده‌دار» می‌رسد: «بَلَغَهُ اللَّهُ دَرَجَةُ الصَّائِمِ الْقَائِمِ». یا در روایت دیگر حضرت فرمودند وَإِنَّهُ لَضَعِيفُ الْعِبَادَةِ، شخص از جهت عبادت آدم ضعیفی است، یعنی وظایف واجبش را انجام می‌دهد، اما اهل مستحبات نیست، اما خوش‌اخلاق است. حضرت فرمودند امید است این شخص به درجات عالی آخرتی دست یابد. یا فرمودند پاداشی را که خدای متعال به شخص مجاهد و رزم‌منده‌ی وسط میدان جنگ می‌دهد، آن پاداش را به کسی می‌دهد که از حُسن خُلق بهره‌مند باشد.

در خصوص آثار دنیایی آن فکر می‌کنم بزرگ‌ترین یا شاید زیباترین روایت این روایت است که پیغمبر اکرم حُسن خُلق را معیار شباخت با خودشان قرار دادند و فرمودند: «أَشْبَهُكُمْ بِأَحْسَنُكُمْ خُلُقًا» دیگر انسان چه می‌خواهد؟ نفرمودند کسی که بیشتر از همه جبهه رفته، کسی که بیشتر از همه روزه گرفته، کسی که بیشتر از همه نماز خوانده، کسی که بیشتر از همه صدقه داده، مانند من است. پس معیار شباخت با پیغمبر اکرم چیست؟ حسن خلق است. البته در جامعه‌ی مؤمنین دارد صحبت می‌شود؛ یعنی اینها واجباتشان را انجام می‌دهند، محرماتشان را ترک می‌کنند، مؤمن هستند، حالاً بین اینها چه کسی از همه به پیغمبر اکرم شبیه‌تر است؟ خود حضرت تکلیف را روشن کردند و فرمودند کسی که از همه خوش‌اخلاق‌تر است. در آیه کریمه‌ی «إِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ؛ تو ای پیامبر، دارای اخلاق بزرگی هستی»، از اولیاء خدا بیاناتی داریم که

بعضی آن معنای عام را اینجا در باب خُلق آوردن و بعضی هم معنای خاص را مطرح کردند. از جمله در روایتی امام صادق (علیهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَامُ) فرمودند: «السَّخَاءُ وَ حُسْنُ الْخُلُقُ»، این خُلق عظیم پیغمبر اکرم، یکی سخاوت حضرت بوده، دیگری هم حُسن خُلق؛ چنان‌که حافظ گفت:

تو را در این سخن انکار کار ما نرسد

به حُسن خُلق و وفا کَس به یار ما نرسد

در بعضی از دعاها خطاب به خدای متعال می‌گوییم: پروردگار!! من به پیغمبر تو ایمان آوردم، ولی ندیدمش؛ نکند فردا هم نبینمش! یعنی اصلاً امید من به دیدن و دیدار اوست، نکند فردای قیامت محروم شوم. ندیده به او ایمان آوردم به امید دیدنش؛ یعنی تمام بهشت با تمام ویژگی‌ها و ظرفیت‌هایش پیغمبر اکرم است؛ نه، بلکه جلوه‌ای از جلوات اوست.

### آثار دنیوی و اخروی حُسن خُلق

پیغمبر اکرم فرمودند در میزان - یعنی همان بخش محاسبه در قیامت که میزان را می‌آورند تا افراد را مشخص کنند که در چه رتبه و جایگاهی هستند - از برنامه‌های انسان مؤمن، اوّلین و برترین و زیباترین و سنگین‌ترین چیزی که در نامه‌ی عملش گذاشته می‌شود، حُسن خُلقش است: «أَوَّلٌ وَ أَفْضَلٌ وَ أَحْسَنٌ وَ أَثْقَلٌ مَا يُوضَعُ فِي مِيزَانٍ مِنَ الْعَبْدِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حُسْنٌ خُلُقٌ»، البته تعبیر روایات متفاوت است. در یک روایت دارد: «أَوَّلٌ مَا يُوضَعُ»، در روایت دیگر دارد: «مَا مِنْ شَيْءٍ أَثْقَلٌ فِي الْمِيزَانِ»، در بعضی از روایات دارد: «أَفْضَلٌ، أَحْسَنٌ»؛ یعنی آن چیزی که تعیین تکلیف می‌کند و وضع شخص را مشخص می‌سازد، حُسن خُلق است؛ با این فرض که این آدم مسلمان است، مؤمن است، ارادتمند به امیرالمؤمنین (علیهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَامُ) است، اهل انجام واجبات و ترک محرمات است. آن چیزی که او را می‌رساند به آن جاهایی که باید برساند، حُسن خُلق است.

از اینجا معلوم می‌شود «شَكَاسَةُ الْخُلُقِ»، چقدر وضع فجیع است، چقدر فجیع است، چقدر فجیع است! محصول شجره‌ی طیب‌هی حُسن خُلق، یک فهرست طولانی است از این قبیل: محبوبیت، دوستان فراوان، حساب آسان، عبور آسان از صراط، رزق فراوان، عمر پر برکت و طولانی، کفاره‌ی بسیاری از گناهان و... اینها معجزات حُسن خُلق است. خیلی از گناهان ما کفاره‌اش حُسن خُلق است؛ یعنی طرف اگر حُسن خُلق داشته باشد، کم و کاستی‌های دیگر انسان را جبران می‌کند. در قرآن کریم خدای متعال یکی از مثال‌هایی را که به پیغمبر اکرم می‌دهد، این است: «فَيَمَا رَحْمَةً مِنَ اللَّهِ لِنَتَ لَهُمْ، پس به [برکت] رحمت الهی، با آنان نرمخو [و پُرِّ مَهْرٍ] شدی». محیط کاری و رسالتی پیامبر اعظم، خیلی خشن و سخت بوده و رفتارها تند و برخوردها ناجور بوده است. خدای متعال خطاب به پیغمبر اکرم می‌فرماید: «فَيَمَا رَحْمَةً مِنَ اللَّهِ لِنَتَ لَهُمْ»، از رهگذر رحمت الهی است که با اینها اینقدر نرم هستی، و این نرمش توست که معجزه کرده و اینها را دور تو جمع می‌کند. تو لیّن هستی، قولت لیّن است، این نرم‌خوبی توست که معجزه کرده، و البته متصل به کرانه‌های رحمت بیکران الهی است و این نرم‌خوبی تو از آنجا سرچشمه می‌گیرد. حالا ادامه‌اش را بشنوید. اگر بخواهید کلیدواژه‌های قرآنی برای بداخل‌لای پیدا کنید، اینجاست: «وَ لَوْ كُنْتَ فَظَّاً غَلِظَ الْقَلْبِ لَانْفَضَّوْ مِنْ حَوْلِكَ؛ وَ اَكْرَدْتَهُ وَ سَخْتَدْلَ بُودَ قَطْعًا اَزْ پِيرَامُونَ تو از پراکنده می‌شدن‌د». این آیه از جهت صناعت‌های ادبی و زیبایی‌های خاصی که دارد، غوغای کرده است. «وَ لَوْ كُنْتَ فَظَّاً»، خود عبارت‌ها حکایت از درشتی دارد. آنجا چقدر نرم بود: «فَيَمَا رَحْمَةً مِنَ اللَّهِ لِنَتَ لَهُمْ»، از خود این کلمات می‌شود معنای آن را فهمید. حالا می‌آید این سمت مسئله: «وَ لَوْ كُنْتَ فَظَّاً»، این قسمت را نمی‌توانید لطیف بخوانید، اصلاً نمی‌شود. «فَظَّاً» یعنی بداخل‌لای و درشت‌خو، درست نقطه‌ی مقابل نرم است.

اگر تو درشت‌خو، تندخو و سختدل بودی: «لَانْفَضَّوْ مِنْ حَوْلِكَ»، از دور و بر تو می‌گریختند و فرار می‌کردند. مغناطیس اعظمی که اینها را جذب شخصیت تو می‌کند، و توانستی این آدم‌های بداخل‌لای درشت‌خوی بیابانی را دور وجود خودت جمع، و بعد تربیت‌شان کنی، همین خوش‌اخلاقی و حُسن خُلق تو است.

چند روایت تکان‌دهنده درباره سوء‌خلق

همچنان که «**حُسْنُ الْخُلُقُ**» از بزرگان جنود عقل است، «**شَكَاسَةُ الْخُلُقِ**» و «**سُوءُ الْخُلُقِ**» از امرای لشکر جهل است. خیال نکنید جزء پیاده نظامها و سربازهای معمولی است، نخیر؛ چرا؟ چون عقل را خیلی خراب می‌کند و تا دلت بخواهد به جهل خدمت می‌کند؛ جزء سرلشکرهای جهل حساب می‌شود و خسارتش خیلی عجیب و غریب است. یک چیز معمولی نیست. برای روش شدن مسئله، چند نمونه از کلمات اولیاء خدا، مخصوصاً پیغمبر اکرم را می‌خوانم.

## ۱. عدم نتیجه‌بخشی اعمال

یکی این حدیث است که خیلی تکان‌دهنده است. البته راجع به یک خانم است، ولی انحصار ندارد. اتفاقاً سُوءُ الْخُلُق بیشتر در آقایان مشاهده می‌شود. به پیغمبر اکرم گزارش دادند: «إِنَّ فُلَانَهَ تَصُومُ النَّهَارَ وَ تَقُومُ اللَّيْلَ»، یعنی همه‌ی روزها روزه است، همه‌ی شبها هم مشغول مناجات است. اما در کنار این همه خوبی فقط یک عیب دارد: «وَ هِيَ سَيِّئَةُ الْخُلُقِ»، اشکالش این است که بداخل‌الخلق است. «تُؤَذِّي جِيرَانَهَا بِلِسَانِهَا»، همسایه‌هایش از زبان او اذیت می‌شوند. از حضرت خواستند راجع به چنین کسی قضاوت کند. حالا این اگر به یک شخص عادی بدهند، بدون آنکه آن مبانی عالی دستش باشد، چه می‌گوید؟ می‌گوید: خب، در کنار این‌همه خوبی، این بدی را هم دارد. باید به او بگوییم خودت را اصلاح کن، شما که این همه ویژگی‌های خوب داری، این اخلاقت را هم درست کن. اما پیغمبر فرمودند: «لَا حَيْرَ فِيهَا، هِيَ مِنْ أَهْلِ النَّارِ»، یعنی آن همه روزه، آن همه نماز و روزه‌اش نمی‌تواند به فریادش برسد. در باب حُسْنُ الْخُلُق ذیل آن حدیث گفتیم افراد به خاطر حُسْن خُلُق خود به درجه‌ی عالی در آخرت و آن مقامات می‌رسند؛ هرچند «**ضَعِيفُ الْعِبَادَةِ**» باشند. در نقطه‌ی مقابل، می‌گوید به هیچی نمی‌رسد، هرچند «**قَوِيُّ الْعِبَادَةِ**» باشد.

## ۲. فشار قبر

روایت دوم درباره‌ی وقتی است که پیغمبر اکرم سعد بن معاذ را دفن کرد. حضرت خودش در تشییع جنازه او شرکت کرد. سعد جزء اصحاب دوست‌داشتمنی بود، تا جایی که حضرت گفتند فرشته‌ها در تشییع او حضور پیدا کردند. مادر سعد وقتی دید پیغمبر خودش رفت داخل قبر، با دست مبارک خودش سعد را دفن کرد و سنگ لحد گذاشت، خطاب به سعد گفت: خوش به سعادت، بهشت بر تو گوارا باشد! پیغمبر فرمودند: «فَدُ أَصَابَتْهُ ضَمَّةٌ عِنْدَ مَا دَفَنَ»، همان وقتی که شخص اول عالم خلقت دفنش کرد، گرفتار فشار قبر شد. پرسیدند: چرا یا رسول الله؟! حضرت جواب دادند: «إِنَّهُ كَانَ فِي خُلُقِهِ مَعَ أَهْلِهِ سُوءٌ»، آنهایی که اهل ادبیات هستند می‌دانند معنایش این نیست که سعد بن معاذ آدم بداخل‌الخلقی بوده؛ جزء شخصیت‌های خوب و شناخته‌شده بود. اشکالش چه بود؟ در بخشی از اخلاق در خانه‌اش بداخل‌الخلقی داشته است. جالب آنکه حضور پیغمبر و فرشته‌ها و مؤمنین هم تأثیر نداشت. بخشی از اخلاق سعد تن بود؛ اگر کل اخلاقش بود، اوضاعش به مراتب بدتر می‌شد.

## ۳. عدم توفیق در توبه

روایت دیگر از امام کاظم (عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَامُ) از پدران گرامی‌اش از رَسُولِ الله (صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ وَ سَلَّمَ) است که این هم خیلی تکان‌دهنده است. فرمودند: «أَبَى اللهُ لِصَاحِبِ الْخُلُقِ السَّيِّئِ بِالْتَّوْبَةِ»، چشم امید همه برای نجات یافتن، به توبه است؛ اما حضرت فرمود: «أَبَى اللهُ لِصَاحِبِ الْخُلُقِ السَّيِّئِ بِالْتَّوْبَةِ»، اصحاب تعجب کردند و گفتند: «وَ كَيْفَ ذَلِكَ؟» آخر چطور ممکن است؟! خدای متعال از توبه‌ی آدم بداخل‌الخلق ابا دارد؛ یعنی موفق به توبه نخواهد شد؟ حضرت جواب دادند: تا این بداخل‌الخلق است، از هر گناهی که موفق شود توبه کند، گرفتار گناه بعدی می‌شود. دلی را شکست و تمام زحماتش بر باد فنا رفت. توبه می‌کند، اما چون تندخوست، دوباره حق دیگری را زیر پا می‌گذارد. عبارت روایت این است: «إِذَا تَابَ مِنْ ذَنْبٍ وَقَعَ فِي أَعْظَمَ مِنَ الذَّنْبِ الَّذِي تَابَ مِنْهُ»، چون ریشه‌ی این مصیبت در او هست، گرفتار می‌شود به گناهی که از آنی که

توبه کرده، بزرگ‌تر است. یک دفعه بدخوی اش به میدان می‌آید و با یک غیبت توبه‌اش را از بین می‌برد. این «شَكَاسَةُ الْخُلُقِ» چه به روز انسان می‌آورد؟

آدم بداخل‌الخلق، پیش مردم و حتی نزد خوبان جایگاهی ندارد. در روایتی دارد این آدم از چشم خوبان می‌افتد؛ یعنی از چشم اولیاء خدا می‌افتد، از چشم ولی عصر (عَجَلَ اللَّهُ تَعَالَى فَرَجَهُ الشَّرِيف) می‌افتد، رزق از زندگی اش می‌رود، گرفتار نکبت و شومی می‌شود. از حضرت راجع به شومی پرسیدند، فرمودند: بداخل‌الخلقی است.

رزق را می‌برد، عمر را کوتاه می‌کند، انواع و اقسام بیماری‌ها را پشت‌سر خودش می‌آورد: بیماری‌های جسمی، فکری، روانی، چنانچه امتداد پیدا کند و پیشرفت‌هشود، موجب سرطان است. یک چیز عادی نیست. بداخل‌الخلق به این توجه ندارد که این صفت او اصلاً ریشه‌ها را می‌زند. این آدم اصلاً از زندگی هم خوب فیض نمی‌برد و به او خوش نمی‌گذرد. اصلاً از زندگی چه می‌فهمد؟! در خودش حبس است، در چشم دیگران هم که هست. در روایت دارد که آدمی که گرفتار «شَكَاسَةُ الْخُلُقِ» است، شکنجه‌گر خودش است و دائمًا خودش را عذاب می‌دهد. نیاز نیست کسی او را عذاب دهد. خانواده‌اش از او در وحشت هستند. امیرالمؤمنین (علیه السلام) فرمود: «سُوءُ الْخُلُقِ يُوحِشُ الْقَرِيبَ وَ يُنْفِرُ الْبَعِيدَ؛ بِدِاخْلَاقِي، بَاعْثُ وَ حَشْتُ اَفْرَادَ نَزَدِيْكَ وَ اَنْجَارَ اَفْرَادَ دُورَ، اَزْ اَنْسَانَ مِيْشَوْدَ».

### ۳. نابودی اعمال

امام صادق (عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَام) هم یک جمع‌بندی ارائه فرمودند: «إِنَّ سُوءَ الْخُلُقِ لَيُفْسِدُ الْعَمَلَ كَمَا يُفْسِدُ الْخَلْلُ الْعَسْلَ» اگر سرکه بریزند روی عسل، دیگر عسلی در کار نیست. عمل صالح شما که مثل عسل است، با سُوءُ الْخُلُقِ، فاسد می‌شود و از بین می‌رود.

### درمان بداخل‌الخلقی

«سُوءُ الْخُلُقِ» یا «شَكَاسَةُ الْخُلُقِ»، اگر بخواهد درمان شود، باید به ریشه‌هایش توجه داشته باشیم. از روایات این‌طور به دست می‌آید که بعضی وقت‌ها ریشه‌ها یا موارد تسریع‌کننده خشم، جسمی هستند؛ لذا شما اگر خواستید علاج کنید، باید اینها را ببینید و بدانید. گذشته از آن، ریشه‌ی ژنتیکی نیز هموارکننده است؛ مثلاً بعضی‌ها در خانواده‌شان یک خورده بداخل‌الخلقی هست که این شخص کارش سخت‌تر می‌شود و در مرحله‌ی علاج باید تدبیر سختی را لحاظ کند.

گاهی بیماری‌های جسمی بداخل‌الخلقی می‌آورد؛ مثلاً در روایت داریم کسی که چهل روز گوشت خوردن را ترک کند، بداخل‌الخلق می‌شود. خستگی مفرط، این‌طوری است. بعضی‌ها خود را خیلی خسته می‌کنند، بداخل‌الخلق می‌شوند. جسم خسته که می‌شود، حوصله کم می‌شود، کسالت جسمی سوء خلق در پی می‌آورد و حوصله را می‌برد. این یک بخش.

بخشی از عوامل بداخل‌الخلقی، فکری است؛ مثلاً آدم‌هایی که ذهن منفی دارند، معمولاً در معرض بداخل‌الخلقی هستند. کسانی که گرفتار ذهن مهندسی‌نشده هستند و ذهن‌شان آشفته است، مثل میز خانه یا محیط کاری که همه‌جا آشفته است، اینها در معرض بداخل‌الخلقی هستند. ذهن آشفته باعث وَجَرْ می‌شود که اصطلاح روایی است؛ یعنی کم‌حوصلگی؛ کم‌حوصلگی هم سرآغاز بداخل‌الخلقی است.

از نظر روانی، ریشه‌های بداخل‌الخلقی یا عوامل تسریع‌کننده آن عبارت است از: عُجب یا خودشگفتی؛ تکبّر؛ بخل؛ کم‌ظرفیتی؛ کینه‌ای بودن؛ یعنی اگر از کسی ناراحتی می‌بینند، آن را در خودشان فیریز می‌کنند و برایشان یک کمپلکس روانی می‌شود. بعد آن را پرورش می‌دهند. قدرت ندارند که اینها را بیرون بریزند. دلخوری‌ها را نگه می‌دارند و پرورش می‌دهند. این آدم‌ها در معرض بداخل‌الخلقی و حتی بداخل‌الخلقی‌های پیشرفت‌هه استند. سوءظن، کم‌تحمّلی و نابرداری هم از بسترها اصلی بداخل‌الخلقی حساب می‌شود. این فهرست، در محور فردی بود. در محور خانوادگی، خانواده‌هایی که در آنها آشفتگی، اختلاف، فقر و بداخل‌الخلقی است، معمولاً مولد آدم‌های بداخل‌الخلق هستند. این خودش داستان دیگری دارد که کمتر مرتبط با بحث ما می‌شود.

از نظر اجتماعی هم بعضی از چیزهایی هست که بداخلاقی را ترویج می‌کند؛ بخشی مربوط به عوامل زیست محیطی است، مثل آلودگی‌های هوا که مؤثر است. محیطهای شلوغ، مثل تهران، یکی از تولیدکننده‌های اصلی بداخلاقی است. تهران، به خاطر ترافیک، شلوغی و آشفتگی‌اش، یکی از عوامل تولید بداخلاقی است. هر چقدر هم شهرداری زحمت می‌کشند، تمیز می‌کنند، گل می‌کارند، دیوارهایش را رنگ می‌زنند، فقط گوشه‌ای از این بار را می‌تواند کم کند. زندگی در تهران فرسایش روانی می‌آورد. مشکلات اقتصادی هم خیلی عجیب مؤثر است. در روایت دارد که گرانی بداخلاقی می‌آورد.

در محور عملی و رفتاری، بی‌برنامگی، تأثیر عجیبی در بداخلاقی دارد؛ هم زمینه‌ساز است و هم تسریع‌کننده.

بی‌نظمی، انواع و اقسامش، آدم را بداخلاق می‌کند. افراد بی‌انضباط از جهت رفتاری نیز معمولاً در معرض بداخلاقی هستند و دیگران را هم به بداخلاقی وادر می‌کنند. بخشی هم مربوط می‌شود به فقدان یا کمبود مهارت‌های ارتباطی. مهارت‌های ارتباطی - مخصوصاً در زبان و مهارت‌های کلامی - در حُسن خُلق خیلی نقش دارند و کمبود یا فقدانشان در تولید بداخلاقی و پیشرفت‌ش خیلی مؤثر است. **اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ**.

انسان‌هایی که دچار عجب هستند نیز معمولاً بداخلاق می‌شوند. راهش معرفت نفس است. کسی که خودش را خیلی بالا می‌داند، دیگران در نگاهش تحقیر می‌شوند و وقتی که تحقیر شدند، به خودش اجازه می‌دهد که با آنها بداخلاقی کند. اما اگر توجه کرد که دیگران از او بالاتر هستند، بداخلاقی نمی‌کند. اگر پرده کنار رفت و خود را ببینی، سرت پایین می‌افتد. تکبر را هم معرفت نفس جبران می‌کند.

## بورسی دو روایت در مورد حُسن خُلق

بحث هفتگی ما ذیل دعای هشتم صحیفه‌ی سجادیه، در این فراز بود که باید از عناوین آسیب‌زاوی که اسباب بدبختی را فراهم می‌کند، به خداوند متعال پناهنده شویم. فرازی که به آن رسیدیم، بداخلاقی بود: «شکاسهُ الخلق». برای اینکه مطلب بیشتر واضح شود، از حسن خلق و فضیلت حسن خلق و آثار آن صحبت کردیم. کسی که در معاشرت با سایر انسان‌ها موفق شود از خود شخصیتی مطبوع و دوست‌داشتی ارائه کند، به حسن خلق دست یافته است. بین ما چیز دست‌کمی تلقی می‌شود؛ ولی بر مبنای روایات، اصلاً دست کم نیست و خیلی دست بالاست.

دو روایات دیگر در بحث حسن خلق مرور می‌کنیم تا کامtan شیرین شود. این روایت از امیرالمؤمنین است که خیلی زیباست. حضرت فرمودند: «عنوان صحیفة‌المؤمن، حسن خلقه» هر کدام از ما نامه عملی داریم. حضرت فرمودند انسان مؤمن، تیتر یا اسم کتابش، حسن خلق است. این یک تعبیر که بسیار زیباست. روایت دوم هم که خیلی مشهور است و سلسله آن حسنی است؛ یعنی چند حسن راوى آن هستند که به امام حسن (علیه السلام) می‌رسد. ایشان فرمودند: «ان احسن الحسن، الخلق الحسن» یعنی زیباترین زیباها، خلق حسن است. خیلی روایت شیرینی است.

## راهکارهای درمان بداخلاقی

رسیدیم به قسمتی که در معالجه سوء خلق صحبت کردیم: استعاده. پناه بردن به خدا یعنی چه؟ یعنی یک فهرست از برنامه‌ها و اقدامات برای اصلاح وضعیت. از لفظ استعاده کاری ساخته نیست؛ زیرا پناهندگی یک وضعیت است. یعنی انسان از سوء خلق فرار می‌کند و خود را به حسن خلق می‌رساند و در این مسیر، لحظه‌به‌لحظه از امداد خدای متعال کمک می‌گیرد.

می‌خواهم فهرست عوامل معالجه‌کننده بداخلاقی را به طور مفصل عرض کنم. البته شما هم خوشگل و هم خوش‌اخلاق هستید. پیامبر به یکی از اصحاب فرمودند: خدا تو را خوشگل خلق کرده، برو اخلاقت را هم خوب کن. نگذار تنافی و تضاد پیش بیاد: «انک رجل احسن خلقک، فاحسن خلقک». شما بحمدالله نصیب دارید؛ اما هر چه قدر هم که خوش‌اخلاق باشید، ماه معظم شعبان، وقت تمرین خوش‌اخلاقی بالاتر است؛ زیرا ماه پیامبری است که در خلق، هیچ کس به او

نمی‌رسد. چه بسا از دعاها و مناجات‌های ماه شعبان مهم‌تر، این باشد که انسان در این ماه سعی کند خوش‌اخلاقی شود و سهم خود را از حسن خلق افزایش دهد.

همه‌ی ما کمی تا قسمتی بداخل‌الاقی داریم. خوشبختانه جزء قواره شخصیتی شما نیست، اما در حاشیه است. این مقدار را هم نباید تحمل کنیم. حالا این چیزی که من دارم به شما آموزش می‌دهم، آموزش معالجه دیگران است؛ چراکه فرض ما این است که شما جزء خوش‌خلاق‌های عالم هستید و می‌خواهید یاد بگیرید که طبابت کنید. اگر از رگه‌های بداخل‌الاقی که قبلًا در موردش صحبت شد، در شما هست، نباید معطل بکنید و به میدانش بروید. به هر حال نسخه‌ای که تقدیم می‌شود، برای همه‌ی ما فایده دارد.

### ۱. تغذیه مناسب و پوشیدن لباس‌های راحت

روال ما تعریف شده است و ما با یک ساختار پیش می‌رویم. من طبق همان ساختار می‌گوییم البته کمی این ساختار ها متفاوت است. اگر کسی خدای ناکرده دچار بداخل‌الاقی باشد، ممکن است مرتبط با مسائل جسمی باشد؛ زیرا روایات، بین بداخل‌الاقی و شرایط بدنی و جسمی پیوند می‌زنند. پیشنهاد این است که انسان بهداشت جسمی را رعایت کند. گاهی این بداخل‌الاقی‌های مختصر، از امور جسمی حاصل می‌شود. مثلًا دیر حمام رفتن، انسان را کلافه می‌کند. لباس خیلی تأثیر دارد. لباس‌هایی که جدیداً در جامعه‌ی ما مد شده است، خفقان می‌آورد. لباس تنگ صدرصد برخلاف زندگی سالم است. همه‌ی اینها سبک زندگی غربی است. از قدیم، لباس‌های راحت می‌پوشیده‌ایم. یک شلوار مامان دوز، لباس‌های بلند، راحت و آزاد می‌پوشیدیم. غرض اینکه این شلوار و لباس‌های تنگ، هم خلاف عفت است و هم آثار اخلاقی و باطنی بدی دارد؛ لباس تنگ یعنی اخلاق تنگ. حالت زجر و کم‌حصولگی در انسان ایجاد می‌کند.

تغذیه هم تأثیر خاص خودش را دارد و سوء تغذیه، سوء خلق می‌آورد. روایت جالبی در این باره وارد شده که می‌فرماید: «من ترک اللحم اربعین یوما ساء خلقه». من می‌دیدم که بعضی از آقایان که اهل ریاضت هستند، بداخل‌الاق هستند. حال می‌فهمم که یکی از علت‌هاییش همین است. در هر صورت، سلامت عمومی و طراوت جسمانی و شادابی جسمی، تأثیر بسیار جدی در خوش‌اخلاقی دارد. با تغذیه مناسب و مطلوب و سالم و طبیعی، اینها را تحصیل کنید. تغذیه‌های جدید، یعنی فست فودها، روی اخلاق بد تأثیر دارد؛ پس از آنها بپرهیزید.

### ۲. رعایت بهداشت

در ارتباط با بیماری‌های جسمی، بیماری‌های مزمن روی اخلاق تأثیر دارد. اگر کسی توانست خود را درمان کند، که هیچ، اما اگر قابل درمان نیست، باید مراقبت کند و مراقب تأثیر آن بیماری روی اخلاقش باشد. پس کسانی که می‌خواهند اخلاق خوب داشته باشند، باید از نظر جسمی شرایط مطلوبی داشته باشند. بدن‌های خسته در معرض بداخل‌الاقی و کم‌حصلگی هستند.

### ۳. تقویت ابعاد توحیدی انسان

این از بعد جسمی... اما به لحاظ فکری، از نظر فکری تمام بیماری‌های اخلاقی ظاهری و باطنی، تقویت توحید و جهان‌بینی توحیدی است. یکی به من گفت: چرا شما همیشه خندانید؟ ظاهراً به نظرش عیب آمده بود. به مطابیه به او گفتم: مگر می‌شود جمال خدا را ببینیم و خندان نباشیم؟ سرّ اینکه اولیای خدا، به خصوص پیامبر اعظم، تبسم را رها نمی‌کردند، این است که همواره محو جمال الهی هستند.

### ۴. شناخت اولیای الهی

شناخت اولیای خدا و در بین آنها مخصوصاً پیامبر اکرم، نقش فوق العاده‌ای در خوش‌اخلاقی دارد. روش‌شناسی و سیره‌شناسی پیامبر خیلی در خوش‌اخلاقی تأثیر دارد.

## ۵. داشتن نگاهی مثبت به هستی

از اموری که خیلی به خوش‌اخلاقی کمک می‌کند و در محور شناختی و فکری محاسبه می‌شود، زاویه دید ما نسبت به جهان و دیگران است. در یک کلمه می‌توان گفت که مؤمن مثبت‌اندیش است و نگاهش به عالم، مقدرات الهی و دیگران مثبت است.

## ۶. انسان‌شناسی

از جمله اموری که به خوش‌اخلاقی کمک می‌کند، انسان‌شناسی است؛ چراکه عمدتاً خوش‌اخلاقی و بداخل‌الاقی در رفتار با دیگران است. اگر بدانیم که انسان‌ها هر کدام عالمی دارند، آنها، ابعاد فکری‌شان، حالاتشان، قبض و بسط روحی و عوالم آنها را درک خواهیم کرد. این مطلب کمک می‌کند که ما حالات اخلاقی خودمان را بهسازی کنیم و تصویر ذهنی‌مان را اصلاح کنیم.

## ۷. شناخت آثار و اهمیت جایگاه خلق

نکته بعدی شناخت اهمیت، جایگاه، ابعاد و آثار حسن خلق است. چنانچه به این امور توجه اشته باشیم، پرواز می‌کنیم به سمت اینکه اخلاق خود را اصلاح نماییم. همان روایاتی که قبلًا خواندیم، کافی است برای اینکه شوق تمایل به خوش‌اخلاقی را در ما شعله‌ور سازد. شناخت بداخل‌الاقی و آثار دنیوی و اخروی آن هم خیلی مؤثر است و انسان باید آن را دنبال کند. اینها چند پیشنهاد در محور فکری بود و اما در محور ذکری هم چند پیشنهاد داشته باشیم.

## ۸. مدد جستن از ذکر الهی

توجه به خدای متعال از آینه جمال، اثر فوق‌العاده و انس با حضرت حق، اثر غیر قابل تصوری دارد. نماز خیلی مؤثر است. نماز، اگر نماز باشد، انسان را خوش‌اخلاق می‌کند. همان چهار پنج دقیقه که نماز را خواند، انسان خیلی شیرین می‌شود. انسان به نماز که برود، یعنی به معراج که برود، خوش‌اخلاق می‌شود. اگر کسی بعد از نماز بداخل‌الاق بود، نماز نخوانده است. نمازش، نماز نبوده است و فقط ظاهر نماز داشته است. یاد اولیای خدا و انس با اولیای خدا هم مؤثر است.

صلوات نیز در این زمینه نقش دارد. اگر انسان متصل به صلوات باشد، در خوش‌اخلاقی او خیلی تأثیر دارد.

تصویرهایی که از اولیای خدا در ذهن داریم - مثلاً تصویری که از پیغمبر اکرم داریم - ذکر یعنی همین تصویر را وسط ذهن و وسط شخصیت خودمان فعال کنیم. این تصویر وقتی فعال شد، شیرینی و خوش‌اخلاقی می‌آورد.

## ۹. برطرف کردن ریشه‌های بداخل‌الاقی

اما در محور ریشه‌های اخلاقی بداخل‌الاقی، در جلسه قبل فهرستی ارائه دادم و گفتم که اینها اثر عجیبی بر بداخل‌الاقی دارد. مثلاً نابرداری انسان را در معرض انواع بداخل‌الاقی قرار می‌دهد. تا می‌توانید تمرین حلم کنید که «إنْ لَمْ تَكُنْ حَلِيمًا فَتَحَلَّمْ؛ اگر بردار نیستی خود را بردار جلوه ده». تحلم داشته باشید؛ یعنی خود را به حلم بزنید. یا مثلاً سوء ظن خیلی بر بداخل‌الاقی اثر دارد. مخصوصاً نسبت به کسانی که به آنها سوء ظن داریم، دچار کم‌حصولگی می‌شویم.

انسان‌هایی که دچار عجب هستند نیز معمولاً بداخل‌الاق می‌شوند. راهش معرفت نفس است. کسی که خودش را خیلی بالا می‌داند، دیگران در نگاهش تحریر می‌شوند و وقتی که تحقیر شدند، به خودش اجازه می‌دهد که با آنها بداخل‌الاقی کند. اما اگر توجه کرد که دیگران از او بالاتر هستند، بداخل‌الاقی نمی‌کند. اگر پرده کنار رفت و خود را ببینی، سرت پایین می‌افتد. تکبر را هم معرفت نفس جبران می‌کند.

انسان‌های بخیل نیز در معرض بداخلاًقی هستند. حقد و بخل را باید معالجه کرد. انسان‌های کینه‌ای، وقتی از دست کسی ناراحت می‌شوند، به بایگانی فعال ذهن‌شان منتقل می‌شوند! اینها دائماً در معرض بداخلاًقی هستند. باید بتوانیم زود رفت و روب و جارو کنیم. اگر از کسی ناراحت شدیم، سریع جارو کنیم و کینه او را در دلمان بایگانی نکنیم.

## ۱۰. راهکارهای عملی

برویم سراغ بخش پایانی که بخش عملی است. پس شد راهکارهای جسمی، فکری، ذکری، اخلاقی - روانی و عملی. این فهرست کمی از فهرست‌های قبلی وسیع‌تر بود.

الف) در بخش عملی چند پیشنهاد داریم که به رفع بداخلاًقی و رشد خوش‌اخلاقی کمک می‌کند. یکی از این امور عملی انس با طبیعت است. چشم‌های، دریا، صحراء، گل، صبح، فجر، خورشید، ماه، نسیم، کوه، تنها‌یابی و...

ب) دومین مورد هم نظم است؛ زیرا بی‌نظمی و بی‌برنامگی، بی‌اخلاقی می‌آورد. انسان‌های بی‌نظم همیشه در معرض بداخلاًقی هستند. باید تمرین نظم و آراستگی کنیم تا نظم در لباس ما، محیط زندگی ما، محیط کار ما وارد شود. انسان‌هایی که در محیط آشفته کار و زندگی می‌کنند، در معرض بداخلاًقی قرار دارند.

ج) پیشنهاد بعدی معاشرت با خوبان و خوش‌اخلاق‌ها است. با آنها مجالست کنید و انس بگیرید که همنشینی تأثیر دارد. سعدی می‌گوید: «بگفتم مشکی یا عبیری / که از بوی دلاویز تو مستم / بگفتا من گلی ناچیز بودم / ولیکن مدتی با گل نشستم / کمال همنشین در من اثر کرد / و گرنه من همان خاکم که هستم». تا جایی که می‌توانید از انسان‌های بداخلاًقی فاصله بگیرید.

د) در محور خوش‌گویی تمرین جدی داشته باشید. تمرین می‌خواهد. زبان انسان باید شیرین باشد. وقت بگذارید و مهارت‌های کلامی‌تان اصلاح کنید و کلمات نامناسب و آهنگ‌های نامناسب را رها کنید.

ه) برای خوش‌رویی هم تمرین کنید. تمرین کنید که چهره‌تان باز باشد. چهره بسته انسان را بداخلاًقی می‌کند. تمرین کنید که چهره محمدی داشته باشید. من همیشه به طلبها توصیه می‌کرم که طلبه باید در چهره‌اش بشارت صبح باشد. بروید جلوی آینه و لبخند بزنید. من یکی از طلبها را بعد از دوازده سال در یک اردو در اطراف مشهد دیدم. آمد پیش من؛ خوش‌تیپ، شیرین، مععم و خوش‌رو بود. گفت: «یادتان هست که یک اردو آمدید و پیشنهادهایی برای خوش‌رویی داشتید؟ من به آنها عمل کردم. کسانی که مرا می‌شناختند، اصلاً باورشان نمی‌شد که این قدر تغییر کنم. آمد الان از شما تشکر کنم».

و) پیشنهاد می‌کنیم به وضعیت خواب‌تان رسیدگی کنید. خواب نامتعادل مثل خوارک و پوشک نامناسب روی اخلاق تأثیر می‌گذارد. در یک جمله باید سبک زندگی‌مان را بر اساس آموزه‌های دینی متحول کنیم.

من فکر می‌کنم عنصر باصفای مؤمنی مثل شما می‌تواند معادلات منفی را که تولید بداخلاًقی می‌کند، تغییر دهد. از شما توقع است که یک عنصر کنش‌گر فعال باشید و بهسازی کنید. یعنی به جای آنکه تأثیر بگیرید، محیط اطرافتان را با کلمات و چهره خوب، با انرژی مثبت تغییر دهید. فضای اطراف خودتان را شیرین کنید.

## پناه بردن به خداوند از شهوت‌پرستی

رسیدیم به «الحاج الشهوه» که دو کلمه است. یکی کلمه‌ی «الحاج» که به معنای اصرار است و در فارسی هم ما استفاده می‌کنیم. «شهوه» هم جزء کلمات شناخته‌شده است که به معنای میل و اشتلهای و خواستن و امثال اینها است. «شهوه» یعنی چیزی که مورد علاقه و تمنای نفس آدمی است که شامل همه‌ی تمایلات آمیخته با لذت می‌شود. به همه‌ی این موارد کلمه‌ی شهوت اطلاق می‌شود. پس همه‌ی تمایلات انسان که نوعاً آمیخته با لذت است، شهوت محسوب می‌شود. دو تا استعمال ویژه و خاص هم دارد که این معانی تأکید می‌شود. یکی تمایلات بطنی و شکمی است و دیگری هم

تمایلات جنسی. معمولاً این دو کلمه به طور خاص استفاده می‌شود و در روایات با چنین تعبیری آمده: «شهوه البطن و الفرج». این دو میل به طور خاص با تأکید با این کلمه مقارن می‌شوند؛ علتی هم روش است: قدرت بیشتر و اشتهاي افزون تر و لذت متمایز این دو غریزه. در بین این دو کلمه، در مقام استعمال، آن چیزی که به ذهن متبار می‌شود، دومی است؛ یعنی «شهوه الفرج» که همان تمایلات جنسی است. اینجا حضرت نمی‌فرمایند: «اعوذ بک من الشهوه». حضرت نمی‌فرمایند که از شهوت به تو پناه می‌آورم؛ بلکه آن چیزی که باید از آن به خدا پناه برد، «الحاج شهوت» است؛ یعنی گرفتار شدن در چنبره‌ی شهوت، اصرار داشتن بر آن و زیاده‌روی بر آن و از مرز خارج شدن.

پروردگار متعال بر مبنای حکمت برای جریان مناسب زندگی این‌جهانی ما، این تمایلات را در متن طبیعت ما قرار داده است. در حفظ نسل و تشكیل خانواده، این قوه پشتیبانی‌کننده است و از تأسیس خانواده حمایت می‌کند. از همین رهگذر، نسل انسان را حفظ می‌کند. در محور شکم باز خودش را نشان می‌دهد؛ در تغذیه و حفظ صحت و سلامت جسمانی و استمرار و بقای جسم و نشاط آن. کسب مال و جریان اقتصاد خانواده و جامعه، بر اساس همین علاقه و تمایل شکل می‌گیرد. محصولش این است که زندگی فعال می‌شود، بازار شکل می‌گیرد و همه‌ی اینها بر اساس همان تمایلی است که خدای متعال در ما قرار داده است. در ارتباط با جاه و مقام که بخش دیگری از شهوت است، باز مشاهده می‌کنید که بخش عمدی‌ای از زندگی اجتماعی بر اساس شهوت جاه و مقام ساخته می‌شود و به پیش می‌رود. در ارتباط با حسب و نسب، باز به همین ترتیب است.

### شهوات، شیرینی زندگی دنیوی هستند

خداآند می‌فرماید: «رَبِّ الْنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقْنَطَرَةِ مِنَ الدَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَنَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ؛ دوستی خواستنی‌ها [ای گوناگون] از: زنان و پسران و اموال فراوان از زر و سیم و اسب‌های نشاندار و دام‌ها و کشتزار [ها] برای مردم آراسته شده، [لیکن] این جمله، مایه تمتع زندگی دنیا است، و [حال آنکه] فرجام نیکو نزد خدا است». تمام بهره‌ی انسان از زندگی دنیا همین است. یعنی شهوت جنسی است، شهوت نسبی است (فرزند)، شهوت مال است، با انواع و اقسامش. بهره‌ی زندگی دنیا همین‌ها است؛ اما بهره‌ی اصلی دائم ماندگار باقی حقیقی، آن چیزی است که پیش خدای متعال است که اگر شما به آن رجوع کنید و در آن مقام مستقر شوید، به شهوتی می‌رسید که کنارش ملال نیست، الم نیست، درد نیست، رنج نیست، فنا نیست، حسرت نیست، پس شهوت برای چیست؟ برای اینکه زندگی دنیوی شما شیرین شود و بچرخد. کلمه‌ی «زین» هم به این مسئله اشاره دارد که این اراده‌ی الهی است. برخی می‌خواهند همه‌ی این شهوت‌ها و خواست‌ها را شیطانی نشان دهند. حال آنکه اینها همه از جانب خدا است؛ منتها اینجا نگفته «زین الله»، لطیف گفته، مجھول آورده است: «زین» که البته می‌دانید که محکم‌تر است. خدای متعال زینت کرده و این تمایلات را جلوی چشم بنی آدم قرار داده است. معلوم می‌شود شهوت‌ها را خدای متعال بنا بر حکمت قرار داده. اگر تمایلات ما با آن حکمت هماهنگ شود، چیز مطلوبی است و مذموم نیست. این هم زمانی اتفاق می‌افتد که ما این تمایلات را طبق قاعده‌ی خرد برنامه‌ریزی و هماهنگ کنیم و شهوت‌ها نقش کارگزاری داشته باشد و پیشکار حضرت حق باشد. البته خردی که تربیت‌شده‌ی خرد اعظم و شرع انور است. وقتی در آن مکتب تربیت شده باشد، چنین چیزی از او برمی‌آید. این می‌شود عقل که عقال، مهارکننده، تنظیم‌کننده و به اندازه قراردهنده طبق هندسه‌ی الهی است. در چنین حالتی شهوت مطلوب است و نه فقط ضرر نمی‌زند؛ بلکه مفید و پیش‌برنده هم است. تبدیل به لذتی می‌شود که علاوه بر آثاری که در مجموعه‌ی زندگی انسان دارد، حلال هم است. لذت‌های حلال پشتونه‌ی زندگی تلح نیا و آسان‌کننده‌ی دشواری وظائف شرعی هستند. برآورده شدن شهوت، پشتونه‌ی زندگی تلح نیا است؛ چراکه زندگی دنیا تلح است و آنی که این تلخی‌ها را آسان می‌کند، همین شهوت است. اگر فرض کنیم در زندگی دنیا، این شهوت‌ها را حذف کنیم، یک لحظه این دنیا قابل تحمل نیست. مگر اینکه روح انسان از جسم مفارق است و در افق دیگری

قرار گیرد. شهوات، آسان‌کننده‌ی دشواری وظایف شرعی و مسئولیت‌ها و رسالاتی است که از جانب خدای متعال بر عهده‌ی بندگانش قرار گرفته است. ما فهرستی از وظایف و تکالیف شرعی داریم که از جانب شرع انور و شارع اعظم در این دنیا بر عهده‌ی ما قرار گفته و باید آنها را انجام دهیم. آن چیزی که در این محور پیش‌برنده و آسان‌کننده است، همین شهوات است. حالا فرصت نیست و گرنه توضیح می‌دادم که هریک از اینها در هر محوری آثار خاص خودش را دارد. مثلاً شهوت جاه و مقام، آثار خاص خودش را دارد. پس شهوات با این فرض مطلوب است.

### حالت نامطلوب استفاده از شهوات

اما برویم سراغ قسمت نامطلوب که جزء لشکر جهل قرار می‌گیرد. تا اینجا که جزء جنود عقل است و شهوت تقویت‌کننده، پیش‌کار و خدمت‌کار بسیار مهمی برای جناب عقل است.

اما قسمت نامطلوب وقتی است که به جای آنکه شهوت، پیش‌کار عقل شود، پیش‌کار جهل باشد. در اینجا دو فرض داریم که یک فرض آن محل بحث ما است و یک فرض، خارج از بحث ما است. اما آن فرضی که کمتر مورد ابتلا است، وضعیت تفریط است؛ یعنی حالت رکود و خمود در ارتباط با این چیزی که خدای متعال خلق کرده است. اینجا آن آیه‌ی شریفه به میان می‌آید که چقدر زیباست و فریاد می‌زند که: «فُلْ مَنْ حَرَمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالْطَّيَّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ فُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا حَالَصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ»؛ بگو: زیورهایی را که خدا برای بندگانش پدید آورده، و [آنیز] روزی‌های پاکیزه را چه کسی حرام گردانیده؟ بگو: این [نعمتها] در زندگی دنیا برای کسانی است که ایمان آورده‌اند و روز قیامت [آنیز] خاص آنان می‌باشد». عده‌ای خود را تحريم و از این لذات محروم می‌کنند. چه کسی به شما چنین اجازه‌ای داده است؟ شما از حکمت و رضای الهی خارج شدید. این همان حالت رهبانیت و مرتاض‌بازی مسخره است. این افراد چون از مرز خرد و حکمت خارج می‌شوند، زندگی برایشان دشوار می‌شود. از اعتدال خارج می‌شوند، روان‌پریش می‌گردند، در نتیجه دچار استرس و اضطراب می‌شوند. علاوه بر اینکه مصالح دنیوی را از بین می‌برد، مسائل دینی را هم تا حدی در خطر قرار می‌دهد. البته این گروه خیلی کم و اندک هستند؛ لذا مسئله چیز دیگری است و آن طرف ماجرا است؛ همان چیزی که حضرت از آن پناهنده می‌شوند، لذا در فهرست پناهندگی‌ها حضرت این را نیاورده‌اند؛ چون خیلی مصدق ندارد. اما آن که مصدق دارد، همان وضعیت افراط است که در شهوات از نقطه‌ای که درون زندگی دینی است شروع می‌شود و تا منطقه‌ای که بروندینی محسوب می‌شود، یعنی همان منطقه‌ی کفر، امتداد می‌یابد. آنجایی که خیلی شباهت عجیبی به هم می‌رساند، همین مسئله‌ی میدان دادن به شهوات است. حالا توضیح می‌دهیم تا بحث روشن‌تر شود. از افراط در شهوات به «الجاج الشهوة» تغییر می‌شود. قرآن این گونه می‌فرماید: «وَاللَّهُ يُرِيدُ أَن يَتُوبَ عَلَيْكُمْ وَيُرِيدُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الشَّهَوَاتِ أَن تَمِيلُوا مَيْلًا عَظِيمًا؛ خدا می‌خواهد تا بر شما ببخشاید و کسانی که از خواسته‌ها [ای نفسانی] پیروی می‌کنند می‌خواهند شما دستخوش انحرافی بزرگ شوید». این آیه‌ی کریمه یک یادآوری جدی به ما می‌کند. خدای متعال می‌خواهد که لطف، کرم و عنایتش به شما برسد؛ اما آنها یکه دنبال تبعیت از شهوات افتاده‌اند، می‌خواهند در شما این تمایلات عظیم شود و شهوات شما پروار شود. نفس اماره دنبال همین است. نکته‌ی کنایی‌اش این است که در اتصال‌ها، سینک زندگی و معاشرت‌ها مراقب خودتان باشید. حالا اگر بخواهیم مثالش را بزنیم، همان چیزی است که در فرهنگ غربی است. فرهنگ غربی این است: «آن تَمِيلُوا مَيْلًا عَظِيمًا» که بر جوامع مختلف آوار شده است. غرب می‌خواهد به شهوات دامن بزند، با بزرگ کردن و به میدان آوردن همه‌جانبه‌ی هنر؛ سمعی، بصری با انواع و اقسام آرایه‌ها. شهوات به اندازه‌ی کافی در نفس انسان بزرگ کرده هست، حالا ببینید آنها چه می‌کنند! می‌خواهند این تمایلات در شما بزرگ و پروار بشود.

### توجیه پیروی از شهوات در غرب

در آیه دیگر قرآن می‌فرماید: «فَخَلَفَ مِنْ بَعْدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهْوَاتِ فَسَوْفَ يُلْقَوْنَ غَيَّاً؛ آنگاه، پس از آنان جانشینانی به جای ماندند که نماز را تباہ ساخته و از هوس‌ها پیروی کردند، و به زودی [سزای] گمراهی [خود] را خواهند دید». یک خلف صالح داریم و یک خلف ناصالح. قرآن می‌فرماید بعد از گروه نخست، کسانی آمدند که تمام میراث سلف صالح را بر باد فنا دادند. یعنی نماز را که خط ارتباط فعال با خدای متعال است که کانون همه‌ی خیرات است، ضایع کردند و دنبال شهوت افتادند. به خدا پناه می‌بریم که به دنبال نسل بزرگ صالحی که افتخارات زمان ما را آفریدند، نسلی باید که ناخلف و ناصالح باشد و همه‌ی این میراث را لطمہ بزنند. آن چیزی که لطمہ‌زننده است، «اتباع الشهوت» است. این خروج از حکمت و هندسه‌ی الهی است و نفس را در فرد و بعد در جمع و جامعه فعال و میدان‌دار می‌کند و جای مرکب و راکب عوض می‌شود و آن می‌شود که می‌شود. وقتی شهوت در منطقه‌ی هدف و معنای زندگی وارد می‌شوند و قدم می‌گذارند، تمام این بدختی‌ها به سر انسان می‌آید؛ همان چیزی که در غرب امروز اتفاق افتاده است. متأسفانه فلسفه‌ها برایش گفته‌اند و هنرها و دانش‌ها به میدان آمده است و گفته و بافیده و فلسفیده‌اند تا پیروی از شهوت را توجیه کنند و آن را منطقی جلوه دهند.

اخیراً در مورد همجنسبازی فلسفه‌ها درست کرده‌اند و کتاب‌ها و مقالات نوشته‌اند و پشت سرش هنر را به کار گرفته‌اند. مسئله را تبیین کرده‌اند تا مثل یک مکتب شده است. وقتی شهوت در نقطه‌ی هدف می‌آید، انسان‌ها همه‌ی استعداد و توانایی و هنرشنان را در خدمتش قرار می‌دهند. مولانا این حالت را به آب و کشتی تشبيه کرده است. آب، بیرون کشتنی، حفظ‌کننده و پیش‌برنده است؛ اما وقتی وارد کشتی می‌شود، آن را هلاک می‌کند. شهوت وقتی وارد منطقه‌ی اهداف می‌شود، انسان از تمام منازل انسانیت خود سقوط می‌کند. حتی به تعبیر قرآن کریم و به بیان سید الساجدین در دعای اول، از مقام بهائیم هم پایین‌تر می‌رود. حیوانی سراغ دارید که این قدر پایین برود؟ انسان به اینجا که رسید، زندگی دنیایی خراب می‌شود و انسان دچار اضطراب، تشویش، درد، رنج والم می‌شود. منشأ این‌همه بیماری‌های جدید کجا است؟ شهوت است؛ چه شهوت جنسی و چه شکم و...

این بیماری‌های جدید و ناشناخته، انسان‌ها را در مسابقه‌ای وارد می‌کند که از بدختی و ذلت و خواری و خفت بی‌انتها است. این لذت‌تجویی بی‌حساب، معادلش می‌شود ذلت و بدختی بی‌حساب. انسان را خوار می‌سازد، زندگی اجتماعی را پر خطر می‌کند و امنیت را از بین می‌برد.

اما در مورد آخرت هیچ نگوییم که بهتر است. مصالح اخروی را که کاملاً در معرض زوال و فنا قرار می‌دهد. عقل و ایمان و اندیشه و تقوا را می‌گیرد. از این طرف هم اقسام گناهان را پیش می‌آورد و نتیجه‌هایش می‌شود لذت و شهوت فانی، والم و درد باقی و جاودانه که تمام نمی‌شود و سوختن در یک حسرت جاودانه است. انتهایش این است. قرآن راجع به قوم لوط می‌فرماید: «إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ شَهْوَةً مِّنْ دُونِ النِّسَاءِ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُّسْرِفُونَ؛ شما از روی شهوت، به جای زنان با مردان درمی‌آمیزید. آری، شما گروهی تجاوز کارید». کجا‌یند قوم لوط که بیانند و وضع زمان ما را ببینند؟ آن وقت قوم لوط سر را بالا می‌گیرند و رخ‌سفید می‌شوند!

### افراط در شهوت حلال هم مذموم است

این چیزهایی که گفتیم، ان شاء‌الله از ما دور است. اما در یک زندگی متدينانه و مؤمنانه، با فرض اینکه شهوت حلال باشد، وقتی از اندازه فرا می‌رود، چه می‌شود و چه آثاری دارد؟ «الحاح» اینجا یعنی از مرز عبور کرده و در هر قسمتی آسیب‌زا است. آسیب‌ش عمدتاً این است که امیر المؤمنین (علیه السلام) فرمودند: «اھجر شهوت فانها تقدوکم الی رکوب الذنوب و التهجم الی السيئات؛ از شهوت سرکش بپرهیزید که شما را به ارتکاب انواع گناهان و هجوم بر معاصی می‌کشاند». حواس‌تان باشد که به این شهوت اگر میدان بدھید - هرچند حلال باشد - چه در خوردن، چه در آشامیدن، چه در مال و تجملات و جاه باشد، خود را در معرض انواع و اقسام آسیب‌ها و بلاها قرار داده‌اید. با آنکه حلال است، زمینه‌سازی برای

گناه می‌کند. روح جهاد و هجرت از انسان گرفته می‌شود. مؤمن است، اما مؤمن مجاهد نیست. مشغول کسب و کار و لذت و به قول خودش کیفیش را می‌کند و مسجدش را هم می‌آید و خیراتی هم در گوشه و کنار انجام می‌دهد، اما مؤمن مهاجر و مجاهد نیست. شهوای اجازه پیدا کردند، این مؤمن صادق مجاهد مهاجر نمی‌شود؛ بلکه ایمانش، ایمان لغزان می‌شود. نور ایمان و معنویت در او کاهش پیدا می‌کند. فضائل در او کم‌فروغ می‌شود. هر چه به شهوای، هرچند شهوای حلال میدان داده شود، هم روح و هم جسم و هم فکر را خراب می‌کند. شهوای جنسی که واضح است. شهوای بطنی هم همین طور است. یادمان باشد که: «انَّ الْجَنَّةَ حُفَّتُ بِالْمَكَارِهِ، وَانَّ النَّارَ حُفَّتُ بِالشَّهَوَاتِ؛ بِهَشْتَ در لابه‌لای ناراحتی‌ها و دوزخ در لابه‌لای شهوای پیچیده شده است». اگر در مرزش بایستیم، انسان را تا جهنم می‌برد. چون می‌دانید انسان را کاهش می‌دهد، رذل و پست می‌کند. این نکته‌ای بود در بحث زندگی‌های دینی. دامن زدن به انواع و اقسام تجملات اندازه‌بردار نیست. بلاعی که زندگی غربی بر سر زندگی مؤمنانه می‌آورد، از راه سبک زندگی است که آقایمان، فداش شوم، این را به تفصیل بیان کرده‌اند. غرب نیازهای جدید تولید می‌کند و شهوای را توسعه می‌دهد. عوض کردن دکورها و ماشین‌ها و... انسان را می‌گیرد و با خود به ناکجا آباد می‌برد. چیزی که غرب بر سر ما می‌آورد و ما با دست خودمان به سر خودمان می‌آوریم، این است. تنوع‌گرایی و باز کردن فضا در همه‌ی بخش‌ها، در حلالش خیلی مصیبت‌ها دارد؛ در حرامش که اصلاً چیزی نداریم که بگوییم. باید حتماً اندازه گذاشت و مجاهدت می‌خواهد که این همان «جهاد اکبر» است در مقابل تمایلات نفسانی.

### راهکار جلوگیری از افراط در شهوای

اما نسخه‌ی علاج عبارت است از: تقویت خرد، تفکر توحیدی، تغذیه‌ی معنوی، پروار کردن تفکرات معنوی، مخصوصاً محور آخرت‌شناسی. انسان سراغ قرآن برود، هیچ چیز دیگری نیاز ندارد. قرآن می‌فرماید: «فَلْ أُؤْبَئِكُمْ بِخَيْرٍ مِّنْ ذَلِكُمْ لِلَّذِينَ آتَقْوَا عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا، بَغْوَ: آیا شما را بهتر از اینها خبر دهم؟ برای کسانی که تقوا پیشه کرده‌اند، نزد پروردگارشان باغ‌هایی است که از زیر [درختان] آنها نهرها روان است در آن جاودانه بمانند، و همسرانی پاکیزه». این آخرت‌شناسی است. همه‌ی اینها، بهترینش آن‌جا است. بعضی قسمت‌ها حساس است؛ خدای متعال هم همان را فراهم می‌کند: «وَأَرْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ» البته در ادامه می‌فرماید: «وَرِضْوَانٌ مِّنَ اللَّهِ وَاللَّهُ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ؛ [نیز] خشنودی خدا [را دارند]، و خداوند به [امور] بندگان [خود] بینا است».

آخرت‌شناسی و دنیاشناسی در این زمینه بسیار مؤثر است. در محورهای روانی هم تجربه‌ی پروازهای معنوی تأثیر دارد؛ یعنی آنچه که در ماه شعبان و این لحظات ملکوتی و انس با پروردگار متعال اتفاق می‌افتد.

راهکار ذکری‌اش هم که یاد خدا، اولیای خدا است. البته یاد مرگ و یاد مرگ و یاد پس از مرگ نیز نباید فراموش شود. مخصوصاً استفاده کردن از ظرفیت نماز مؤثر است؛ چنان‌که قرآن می‌فرماید: «وَاسْتَعِنُوْا بِالصَّبَرِ وَالصَّلَاةِ؛ از شکیبایی و نماز یاری جویید». صبر به معنای خاص، یعنی همان روزه و نماز.

راهکار عملی‌اش هم مهار زدن و مخالفت کردن با نفس در لذت‌های حلال است. باید در بعضی جاها انسان مخالفت کند با بعضی لذت‌های حلال تا نفس تربیت شود. حرام که بماند. چالاک نگاه داشتن بدن، همنشینی با مؤمنانی که اهل توجه به آخرت هستند، پرهیز از معاشرت با لذت‌طلبان شهوت‌پرست، اصلاح سبک زندگی و قناعت و اجتناب از محیط‌ها و معاشرت‌های تحریک‌کننده‌ی شهوای، راهگشا است. هر جا که رفتید و شهوای تحریک شد، آنجا محیط میدان داری شیاطین است.

احیای عقل با اندیشه‌ها راهکار بعدی است. امام علی (علیه السلام) می‌فرماید: «إِنَّ أَفْضَلَ النَّاسِ عِنْدَ اللَّهِ مَنْ أَحْيَ عَقْلَهُ وَأَمَاتَ شَهْوَتَهُ وَأَتَعَبَ نَفْسَهُ بِصَلَاحٍ آخِرَتِهِ؛ برترین مردم نزد خدا کسی است که عقل خود را زنده نگه دارد و شهوای خود را بمیراند و نفس خود را به جهت ساختن آخرت به سختی بیندازد».

«amat shahoteh»؛ یعنی شهوتش را مهار کند. شهوت مرده به دست عقل است. یک وقت ذهن نرود سراغ آن مدل تغیریطی. خداوندا، سوگندت می‌دهیم به حق پیامبر، به حق مولود عزیز نیمه‌ی این ماه، ما را از همه‌ی این آسیب‌ها حفظ بفرما. همه‌ی دوستان و عزیزان ما را از همه‌ی آسیب‌هایی که در دعای هشتم فهرست شده، نجات کرامت فرما. قسمت می‌دهیم به حق محمد و آل محمد که به اسلام و مسلمین و به همه‌ی مؤمنانی که در خطوط مقاومت هستند، مخصوصاً در یمن، سوریه، عراق ثبات قدم کرامت بفرما و نصرت خود را بر آنها نازل بفرما. دشمنان اسلام، آمریکای جهانخوار، انگلیس خبیث، آل سعود ملعون، رژیم صهیونیستی، داعش پلید، همه را بیش از این ذلیل بفرما. خفت و خواری دشمنان را به دست ما قرار بده. رهبر عظیم الشان ما تا ظهور امام عصر و در کنار آن حضرت برای ما حفظ بفرما. یارانش را عزت کرامت کن و دشمنانش را ذلیل کن. حمیت حرارت و حالت اشتعالی است که بر اثر جنبیدن نفس اماره در انسان پدید می‌آید. آن گرما و حرارت نفس اماره را حمیت گویند؛ با ملاحظه اینکه گاهی این اشتعال و گرمای نفس ناشی از احساس عار و ننگ در انسان است. این ننگ و عار اگر ناشی از یک احساس و درک عقلانی باشد، می‌شود «حمیت عاقلانه» که نه تنها نباید از آن کناره گرفت، بلکه باید خود را به آن رساند. اما اگر ناشی از جنبش نفس اماره باشد، آن ننگ و عار منشأ آن جهل است و می‌شود «حمیت جاهلی» که باید از آن به خدای متعال پناه ببریم.

### معنای حمیت

رسیدیم به بند هشتم دعای هشتم صحیفه‌ی سجادیه که: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَيَاجَانِ الْحِرْصِ، وَ سُوْرَةِ الْغَضَبِ، وَ عَلَبَةِ الْحَسَدِ، وَ ضَعْفِ الصَّبْرِ، وَ قَلْلَةِ الْقَنَاعَةِ، وَ شَكَاسَةِ الْخُلُقِ، وَ إِلْحَاجِ الشَّهْوَةِ، وَ مَلَكَةِ الْحَمِيَّةِ» هشتمین مورد که محل بحث ما است، «ملکه الحمیه» است.

«اعوذ بک» هم مقام پیشگیری است و هم مقام درمان؛ هم دفع است و هم رفع. برای شما که بحمدالله از دوستان عزیز و خوب ما هستید، ان شاء الله مقام پیشگیری باشد. یعنی وقتی بحث می‌شود، ببینید که به آن مبتلا نیستید. اما فراموش نکنید که نفس همیشه در معرض ابتلا است. انسان مؤمن دائمًا باید مترصد باشد که به این مصیبت‌ها مبتلا نشود؛ چراکه ابتلای به آنها عواقب خیلی سنگینی دارد. این شناختی که برای دوستان ان شاء الله در این مباحثه پیدا می‌شود، جلوگیری از ابتلا کند. اما اگر نشانه‌هایی از ابتلا می‌بیند و هنوز کاملاً مبتلا نشده است، سریع جلوگیری کند و اگر دیدید که ابتلای وسیعی دارید و باید «دست به کاری زنم که غصه برآید»، باید یک عملیات جهادی سنگین را برای معالجه آغاز کنید. پس این «اعوذ بک» شامل همه‌ی اینها می‌شود و چقدر خوب است که جوان‌های عزیز ما که صفاتی باطن دارند و هنوز به خیلی از اینها مبتلا نشده‌اند، عصمت خود را با این پناهندگی حفاظت کنند، این مصیبت‌ها را بشناسند و به آن مبتلا نشوند. بعضی جاها معلوم می‌شود که بحث‌های بیدارکننده‌ی اخلاقی و یادآوری‌ها و پند و نصایحی که از جانب اولیای خدا مطرح شده، چقدر در جوانی مغتنم است و عصمت می‌آورد. مثلاً همین دعای هشتم را یک جوان ۱۶-۱۷ ساله برای خودش روان کند، حقیقتاً او را در چه سپر حفاظتی قرار می‌دهد و از حرص و غصب و شهوت و... حفظ می‌کند. این نصایح به دل او بنشیند و ذهنش راجع به این آسیب مقداری روشن شود و همیشه خودش را صیانت کند و این دعا را در دستور کار خود قرار دهد و مرتب به آن مراجعه کند. حیف که جوان‌های ما بی‌خبرند و خوش به حال جوان‌های عزیزی که در این جلسه یا جلسات مشابه حضور می‌یابند و گوش دل را به روی کلام خدا و کلام اولیای خدا باز می‌کنند.

به هر حال معنای عبارت «اعوذ بک» را یادآوری کردیم و ضمناً معلوم می‌شود که اینها چقدر مصیبت‌های بزرگی هستند که انسان باید در مقام استعاذه و پناهندگی به حضرت حق قرار بگیرد.

اما حال در مورد «ملکه الحمیه»؛ ملکه بیشتر به معنای رسوخ و قوت است و حمیت هم از ریشه‌ی «حمی» یک نوع حرارت است که از چیزی برمی‌خیزد. حمیت حرارت و حالت اشتعالی است که بر اثر جنبیدن نفس اماره در انسان پدید می‌آید. آن گرما و حرارت نفس اماره را حمیت گویند؛ با ملاحظه اینکه گاهی این اشتعال و گرمای نفس ناشی از احساس

عار و ننگ در انسان است. این ننگ و عار اگر ناشی از یک احساس و درک عقلانی باشد، می‌شود «حمیت عاقلانه» که نه تنها نباید از آن کناره گرفت، بلکه باید خود را به آن رساند. اما اگر ناشی از جنبش نفس اماره باشد، آن ننگ و عار منشأ آن جهل است و می‌شود «حمیت جاهلی» که باید از آن به خدای متعال پناه ببریم. اجمالاً تیتر بحث «حمیت» است و «ملکه الحمیه» حالتی است که این موضوع در انسان ریشه دوانده، قدرت گرفته و رسخ کرده است. کلماتی که به این کلمه نزدیکند اینها است: غیرت، عصبیت.

در قرآن کریم واژه‌ی «حمیت» به معنای منفی‌اش در آیه‌ی ۲۶ سوره‌ی مبارکه‌ی فتح آمده است: «إِذْ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَمِيمَةَ حَمِيمَةَ الْجَاهِلِيَّةِ؛ آنگاه که کافران در دلهای خود، تعصّب [آن هم] تعصّب جاهلیت ورزیدند». این آیه‌ی کریمه تکلیف ما را کاملاً روشن می‌کند. در ادامه هم داریم: «فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَالْأَزْمَهُمْ كَلِمَةً التَّقْوَى وَكَانُوا أَحَقُّ بِهَا وَأَهْلَهَا، پس خدا آرامش خود را بر فرستاده خویش و بر مؤمنان فرو فرستاد، و آرمان تقوا را ملازم آنان ساخت، و [در واقع] آنان به [رعایت] آن [آرمان] سزاوارتر و شایسته [اتصال به] آن بودند». کلمه‌ی تقوا درست می‌شود که نقطه‌ی مقابل حمیت جاهلی است. شناخت این آیه در مسیر بحث خیلی به ما کمک می‌کند در شناخت حمیت جاهلی و شناخت نقطه‌ی مقابل که سکینت مؤمنانه است که بستر اصلی تقوا است.

### ماجرای صلح حدیبیه

این آیه‌ی کریمه مربوط می‌شود به ماجراهی صلح حدیبیه که مشهور است و در سال شش هجری رخ داده است. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) با اصحاب خود به قصد ورود به مکه می‌معظمه و عمره گزاردن حرکت می‌کنند و محرم می‌شوند. آنجا هم از قدیم رسم بوده است که اگر کسی محرم بشود، حرمت دارد؛ یعنی اگر حتی با او سابقه‌ی درگیری هم داشته‌اند، دیگر آنجا در امن بود؛ چراکه وارد منطقه‌ی حرم شده است. می‌توانست بدون مزاحمت اعمال و طوافش را انجام بدهد و برود. چنانچه می‌خواستند با او درگیر شوند، باید از حرم خارج می‌شدند. این ربطی به ایام اسلام ندارد و از قبل هم جزء مناسک و آداب شناخته‌شده‌ی اهل مکه بوده است. اما اینها بر خلاف آن مبنا و روش شناخته‌شده، جلوی پیامبر اکرم و اصحابشان را گرفتند. این اتفاق در دهکده‌ای به نام حدیبیه رخ داده است. اما استدلال آنها چه بود؟! گفتند ما با اینها درگیر شدیم و اینها کسان ما را کشته‌اند و ما از اینها خون ریخته‌ایم. حالا اجازه نمی‌دهیم وارد حرم شوند. قبائل درباره‌ی ما چه خواهند گفت؟! این همان عاری است که در تعریف حمیت گفتیم. این ننگ و ذلت را به کجا ببریم؟! اجازه ندادند و از این مبنا خارج شدند. این مسئله می‌توانست روش‌کننده‌ی یک آتش جنگ باشد. قرآن کریم این حالت کفار را با ریشه‌شناسی روانی تحلیل کرده و در یک واژه ریخته است: «إِذْ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَمِيمَةَ حَمِيمَةَ الْجَاهِلِيَّةِ». اینجا اهل کفر در دل خودشان این حمیت جاهلی را مستقر کردند. جالب است که برای بیان آن کلمه‌ی «جعل» آمده است. نتیجه این شد که اجازه‌ی ورود به حرم را ندادند. اینجا همان حمیت جاهلی مانع شد. کسانی که بچه‌های ما را کشته‌اند، وارد محله‌ی ما شوند؟! این ننگ است. رگ عصبیت و حمیت جاهلی در آنها جنبید و این حالت را در خودشان تقویت کردند. «جعل» یعنی خودشان این حالت را در قلبشان مستقر کرده‌اند. قرآن کریم اینجا سراغ یک کاوش عمیق رفته و از مسئله به صورت سطحی عبور نکرده است. تحلیل روان‌شناختی کرده و ریشه را درآورده است. نتیجه می‌توانست یک جنگ باشد. آنها اجازه ندادند و مسلمان‌ها می‌گفتند ما حق داریم و احرام بستیم و باید اعمالمان را انجام دهیم. می‌توانست خون و خون‌ریزی بشود؛ اما نقطه‌ی مقابل را ببینید که چقدر جالب است. در مسلمان‌ها حمیت عاقلانه شکل گرفت. اینجا دست خدایی هم در کار است: «فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ» آنها هم غیرت و حمیت دارند و موضعشان، موضع عزت است و شجاعت هم دارند؛ اما اینجا خدای متعال خرد و عقل آنها را به جوش آورد. عقل وقتی به جوش باید و خرد وقتی فعال بشود، محصولش آرامشی است که در آن آرامش انسان می‌تواند بهترین تصمیم را بگیرد. اینها یکباره خنک شدند. آنجا، جای داغ شدن و دست به قبضه‌ی شمشیر بردن و فریاد کشیدن و به میدان رفتن بود؛ اما آرامش پیدا

کردند. جمله‌ی بعدی هم خیلی زیبا است: «وَالْزَمَهُمْ كَلِمَةُ التَّقْوَى وَكَانُوا أَحَقُّ بِهَا وَأَهْلَهَا». در این بستر آرامش، در این سلط نفسانی، عقل به میدان می‌آید. اینها ملازم با کلمه‌ی تقوی شدند و از مرز تقوی خارج نشدند. لذا گفتند: در اینجا خدا چه چیزی را دوست دارد؟! ببینیم چه کاری به مصلحت دین است؟! در آن فضای آرامش توانستند به آن چیزی عمل کنند که تقوا حکم می‌کند و آن عبارت بود از کوتاه آمدن و صلح کردن.

صلح حدیبیه خیلی شناخته شده و مشهور است. مسلمان‌ها اینجا بر اساس تقوا کوتاه آمدن و این شد یک فتح بزرگ. «إِنَّا فَتَحْنَا لَكَ فَتْحًا مُّبِينًا» کدام فتح است؟ آیا فتح مکه است؟ بر اساس تحقیق و دقت خاص در مضامین سوره‌ی مبارکه فتح، مشخص می‌شود که این فتح، فتح صلح است؛ نه فتح جنگ. اینجا وقتی این صلح اتفاق افتاد، خدای متعال این صلح مبتنی بر مبانی خرد را «فتح مبین» می‌داند؛ چراکه این صلح، بستر ساز پیروزی بزرگ آینده بود که فتح مکه است.

به تعبیر آقا این «نرمش قهرمانانه» بود. آنها می‌توانستند جنگ راه بیندازن. برای مؤمن غیور، جنگیدن آسان‌تر است تا صلح کردن. به میدان رفتن و شمشیر کشیدن و بعد هم یا کشتن یا به شهادت رسیدن، خیلی شیرین است. حال به او بگویند باید اینجا نرمش نشان بدھی! این نرمش خیلی پهلوانی و قهرمانی می‌خواهد. خیلی باید از نظر عقلی پهلوان باشد تا آرام شود و کوتاه بیاید؛ آن هم نه کوتاه آمدن ذلیلانه، بلکه کوتاه آمدن عزیز؛ یعنی برای انجام یک کار بزرگ، کوتاه آید. این کاری بود که امام مجتبی (علیه السلام) که خرد محض است، انجام دادند. پیغمبر اکرم فرمودند: «اگر عقل بخواهد در چهره‌ی یک انسان ظاهر شود، می‌شود حسن». امام حسن (علیه السلام) سراپا عقل است. نرمش قهرمانانه امام بعدها می‌شود بستر درخشش حسینی. این صلح سبز بستر آن خروش سرخ است.

ماجرای صلح حدیبیه خواندنی است. معاهده را می‌خواستند بنویسند. کاتب از طرف پیغمبر اکرم نوشت: «بسم الله الرحمن الرحيم». مشرکان گفتند: ما چنین کسی را نمی‌شناسیم؟ مسلمانان گفتند: خب چه بنویسیم؟ گفتند: بنویسید: «بسمك اللهم». خواستند بنویسند: رسول خدا، مشرکان گفتند: ما رسول خدا را نمی‌شناسیم. پیامبر اکرم کوتاه آمدن و در معاهده نوشتند: «محمد».

امروزه نیز حضرت آقا اجازه مذاکره دادند و در مذاکره طبیعی است که باید شما قدم‌هایی بردارید و قدم‌هایی هم طرف مقابل. عمدۀ این است که در این مواجهه، چارچوب غیرقابل عبوری وجود دارد؛ و آلا اصل مسئله و سازوکارش تنفيذ شده و از طرف ما این مقدمات انجام شده است. مسئله‌ای که وجود دارد، زیاده‌خواهی‌های طرف مقابل است که این «جاهلیت مدرن» دارد روی اعراب جاهلی را هم سفید می‌کند. اعراب جاهلی در جایی کوتاه می‌آمدند؛ ولی اینها به هیچ چیز قانع نمی‌شوند. به هر حال مشکل از آن طرف است. امیدواریم آقایانی که متن را می‌نویسند، با رعایت دقیق چارچوب‌ها و خطوط اصلی که عزت را حفظ می‌کند، بنویسند؛ چراکه مؤمن حق ندارد ذلت را بر خودش تحمل کند. مرزهایی روشن و تعریف شده و مرز عزت ما همان بندهای روشنی است که رهبر عزیzman آنها را تعریف کرده‌اند. اگر آن بندها همه کاملاً رعایت شود، چیزی شبیه صلح حدیبیه می‌شود و انشاء‌الله فتحی برای ما خواهد بود. همه‌ی ما دوست داریم این اتفاق بیفتد و با حفظ مبانی عزت، این موفقیت برای نظام رخ دهد. ما معمولاً در این جلسات وارد بحث‌های این چنینی نمی‌شویم؛ زیرا طبع جلسه‌ی ما اجازه نمی‌دهد؛ ولی دوستان بدانند که تندروی‌های بعضی‌ها، به جای تیغ کشیدن بر روی دشمن، جریان خودی را تضعیف می‌کند. این خواست دشمن است و این افراط، خواست جریان نفاق داخلی است؛ چراکه سبکی که رهبر خردمند و حکیم ما عمل می‌کنند، عبارت است از اینکه یک وفاق ملی پای جریان هسته‌ای که جنگ امروز ما با دشمن در این میدان به شکل خاصی تعریف شده، شکل بگیرد. خواست دشمن این است که این چیزی که می‌تواند جامعه‌ی ما را متعدد کند و همه پای آن اصول بایستند و منافع ملی را در یک جریان صلح تعقیب کنند تا به فتح برسد، همان را به عامل تفرقه جامعه‌ی ما تبدیل کنند و جامعه‌ی ما را دوقطبی کنند. عده‌ای بشوند طرفدار و عده‌ای مخالف. این را جریان نفاق و دشمن می‌خواهد و اتاق فکر شیطان در آن می‌دمد. اگر آقا امسال را «همدلی و همزبانی

دولت و ملت» اعلام کردند، برای جلوگیری از این نفاق، و ایجاد وفاق است. پای این اصول ایستاده‌ایم و تیم مذاکره‌کننده نمایندگان ما در میدان هستند و بر اساس این اصول، کار را جمع‌بندی خواهند کرد.

چند روز قبل در جلسه‌ای، برخی خیلی بد صحبت کردند که همه‌چیز را باختیم و داده‌ایم رفته و ذلیل شده‌ایم و... شیطان دارد به زبان برخی رفقا و دوستان حرف می‌زند. باید مواطن باشیم که آسیب نبینیم و همه باید چشم‌شان خود را باز کنند و در ملت هم باید این فهم عمومی تقویت شود که از اصول نباید تخطی شود و نمایندگان ما در میدان هم باید این اصول را رعایت کنند.

برای مؤمن غیرتمند در برابر جبهه‌ی کفر، جنگیدن و جهاد به معنای رویارویی و شهادت و مقاتله خیلی شیرین‌تر و آسان‌تر از صلح خردمندانه است؛ لذا وقتی مسلمانان در اینجا موفق شدند، مدال گرفتند. خدا، مؤمنی را که یک پارچه آتش، غیور و عزیز است، آرام کرد و سکینه را به او عطا کرد. به این ترتیب در این فضای آرام، توانستند نرمش قهرمانانه داشته باشند و بستر فتح بزرگ را فراهم آورند. همه‌ی بهانه‌ها را از طرف مقابل و دیگران گرفتند. حالا جمله چیست؟! «وَ الْأَزْمَهُمْ كَلِمَةُ التَّقْوَى وَ كَانُوا أَحَقُّ بِهَا وَ أَهْلَهَا» حق اینها همین بود. خدا می‌داند کاری که امام حسن (علیه السلام) انجام داد، هیچ کم نداشت از کاری که ابا عبدالله (علیه السلام) انجام داد؛ البته اگر نگوییم بالاتر بودا! چون حسن یک پارچه عزت، غیرت، شکوه و صلابت است؛ اما آنجا به خاطر کلمه‌ی تقوا و مصلحت مؤمنان، این مظاهر غیرت و عزت الهی باید نرمش از خود نشان دهد؛ آن‌هم در برابر معاویه‌ی منفور پلید. خیلی کار بزرگی کردند. از کاری که امام حسین (علیه السلام) در برابر یزید انجام داد، کم ندارد. حتی بعضی از انسان‌های دقیق می‌گویند کاری که امام حسن (علیه السلام) انجام داد، بزرگ‌تر بود، با توجه به توضیحی که دادم.

در ماجراهی صلح حدیبیه کسی سرزنش نکرد؛ اما در ماجراهی امام حسن (علیه السلام)، خون دل‌هایی هست که گفتن ندارد و اگر بگوییم اینجا می‌شود مجلس عزا. خیلی بعد از صلح به حضرت سخت گذشت. کسی مثل امام حسن (علیه السلام) که وقتی در صفين به میدان می‌رود، طلوع حیدر کرار است و می‌رود به میدان و غوغای پا می‌کند، نزدیکانش و تندمزاج‌ها از کلمه‌ی تقوا عبور کردند و به جای اینکه تحسین و همراهی کنند، به امام حسن (علیه السلام) بگویند: «السلام عليك يا مذل المؤمنين». یا به حضرت بگویند ما را خوار کردي.

کسانی که این جمله را پیش امام حسن (علیه السلام) به کار بردنده، گرفتار بیماری حمیت جاهلی بودند و امروز هم عده‌ای از تندروها به همین بیماری مبتلا هستند. کندروها از غیرت تهی هستند و راجع به آنها حرفی نداریم، آنها حمیت عاقلانه هم ندارند. اما تندروها حمیت جاهلی دارند. آیا می‌شود به مظہر نام عزت خداوند کسی بگوید ما را ذلیل کردی؟! حضرت صبور و تحمل کردند و با وجود این امور، به جای آنکه تند شوند، می‌گویند بشنینید با هم صحبت کنیم. آن «مجالس حسنه» عجیب است. حضرت می‌گویند با کدام یار می‌توانستم به میدان بروم؟!

### منشاً حمیت

برمی‌گردیم به «ملکه الحمیه» که باید از آن به خدای متعال پناه ببریم. این حمیت وقتی ریشه‌یابی می‌شود، می‌بینیم که ریشه‌ی آن، محبت و دوستی است! انسان حامی چیزی است که دوستش دارد. آنچه که شما را به حمایت برمی‌انگیزاند و شما را به جانبداری می‌کشاند، محبت و دوستی است. این برخورد گرم و صمیمانه و جانبدارانه‌ی ما نسبت به کسی یا چیزی که به آن محبت داریم، امری کاملاً طبیعی و محصول محبت است. خود حمیت بر این اساس، حسن و قبح ذاتی ندارد و نه می‌توانیم بگوییم خوب است و نه می‌توانیم بگوییم بد است؛ بلکه باید ببینیم بر اساس چه نوع محبتی این حمیت رخ می‌دهد. اگر آن محبت، الهی و خردمندانه باشد، حمیتش می‌شود خدایی و عاقلانه. اما اگر آن محبت، جاهلانه و شیطانی باشد، این حمیت هم می‌شود حمیت جاهلانه و شیطانی یا همان عصیت. باید ببینیم در مرز عقل است یا خیر.

حمیت خدایی و عاقلانه، همان حمیتی است که بر مدار تقوا است و عمدتاً واژه‌ی غیرت را با خودش دارد؛ چنان‌که در روایت وارد شده: «ان الله تعالى غیور يحب الغیره» یا در روایت دیگری دارد: «يحب كل غیور». این یک صفت الهی و خدایی است که انسان باید آن را در خود زنده و تقویت کند. محبت خدا، دین خدا، رسول خدا و اهل بیت باعث می‌شود ما نسبت به این امور و هر چه که با خدای متعال و دین الهی نسبت دارد، غیرت و حمایت و جانبداری داشته باشیم. این خیلی پسندیده است. نتیجه‌اش هم این است که دین در وجود او زنده است. نشانه‌ی اینکه کسی دینش زنده و سر پا است، غیرت است. هر چیزی که دین را تهدید می‌کند، این فرد بر اثر غیرتش سپر می‌شود و به میدان می‌رود. هر چه که بخواهد آسیبی به دین و نشانه‌های دین او وارد کند، این شعله‌ی الهی و این گرما در وجودش شکل می‌گیرد و او را به میدان می‌برد تا در مقابل آسیب‌هایی که دین خدا را تهدید می‌کند، ایستادگی کند.

### نشانه‌های غیرت

نشانه‌ی ویژه‌ی این غیرت این است:

۱- چنین کسی می‌شود «الحافظون لِحُدُودِ الله».

۲- چنین کسی می‌شود «الآمرُون بالمعروفِ و الناهُون عن المُنْكَر».

اینها نشانه‌های غیرت الهی و عاقلانه است. غیور، اهل رعایت حدود، امر به معروف و نهی از منکر است. شخص غیور جلوه‌های دیگری هم دارد، از جمله:

۳- انسان ناموس خودش را دوست می‌دارد و نسبت به ناموسش خیلی شدید الحب است. اگر این محبت طبق تجویز الهی سبب حفظ ناموس از چشم و از تعدی نامحرم شود و زمینه‌هایی را که باعث برانگیختن اغیار می‌شود در رفتار و برخورد همسر و دخترش برطرف کند، این می‌شود همان غیرت و حمیت مؤمنانه که خیلی عالی است. غیرت هم دوطرفه است. یک سمت‌ش آن است که آنها را در حصن عفاف و حجاب و رفتار عفیفانه و حجاب شایسته قرار دهد. سمت دوم آن است که در برابر کسی که بخواهد نظر بدی داشته باشد و تعدی در این منطقه داشته باشد، با همه‌ی وجود به میدان می‌رود. این همان غیرت پسندیده است.

۴- شبیه همین مسئله در مورد فرزندان هم هست و غیرت نسبت به فرزند، کمک به آنها در حق و در تربیت و تعالی است. غیور بالای سر بچه‌هایش هست تا آسیبی نبینند و بتوانند رشد کنند و برای آنان غذای حلال می‌برد و زندگی خوب برای آنان تأمین می‌کند. این می‌شود حمیت مؤمنانه و خردمندانه. حتی تا تأمین شغل و ازدواج آنها و هر کاری که از دستش ساخته باشد، وسط میدان است. این می‌شود مؤمن غیرتمند که حماء دارد.

۵- همین مسئله در مورد مال هم گفته شده است. انسان مؤمن نسبت به مالش نیز غیرت و حمیت دارد. حمیت خردمندانه مؤمن نسبت به مالش این است که از مصادر خوب تهیه شده باشد و خوب و به اندازه خرج شود.

۶- در مورد وطن هم همین طور است. درباره حب الوطن فرموده‌اند: «حب الوطن من الإيمان» اگر وطن به معنای دقیق باشد، همان حریم ولایت الهی منظور است. انسان مؤمن کار می‌کند برای عزت، استقلال و آزادی وطنش. دیدید که مؤمنان ما برای این وطن الهی و فدک چه کردند. می‌رفتند به میدان و می‌ایستادند و یک وجہش را هم به دشمن نمی‌دادند و امیدواریم همان روحیه در این جهاد دیپلماسی هم باشد که هست تا ان شاء الله از دستاوردها حفاظت کنند.

امام صادق (علیه السلام) فرمود: «ان الله تعالى غیور يحب الغیره؛ خداوند غیور است و غیرت را دوست دارد». مؤمن غیور، یعنی مؤمن قوی و وسط میدان؛ نه مومن ضعیف و توسری خور و بی‌عرضه. این نوع مؤمن را خدای متعال دوست ندارد. جالب است که در روایات تسامحاً اسم مؤمن را برای این نوع مؤمن به کار گرفته‌اند. کسی پرسید «مؤمن لا دین له» چه موجودی است؟! حضرت فرمودند: «یعنی مؤمنی که امر به معروف و نهی از منکر ندارد». ملاک مؤمن قوی و محبوب

خدای متعال، امر به معروف و نهی از منکر است. قرآن می فرماید: «وَبَشَّرَ الْمُؤْمِنِينَ» خدا به کسانی که امر به معروف و نهی از منکر می کنند، بشارت می دهد.

پس این حمیت عاقلانه خدایی می شود غیرت که باید آن را در خودمان تقویت کنیم و نقطه‌ی مقابلش می شود حمیت جاهلانه که معمولاً با واژه‌ی «عصبیت» در روایات ما یاد شده است. آنچه که باید از آن به خدا پناه برد، همان حمیت جاهلی و عصبیت است.

## بررسی دو روایت درباره حمیت

امام سجاد (علیه السلام) فرمودند: «الْعَصَبِيَّةُ الَّتِي يَأْتِمُ عَلَيْهَا صَاحِبُهَا» اگر کسی ملکه‌ی حمیت و عصبیت را داشته باشد، به گناه می افتد. در ادامه روایت بسیار زیبا شاخص دادند و فرمودند: «أَنْ يَرِي الرَّجُلُ شِرَارَ قَوْمِهِ خَيْرًا مِنْ خِيَارِ قَوْمٍ آخَرِينَ» اینکه کسی که به این عصبیت مبتلا است، گرفتار چنین نگاه غلطی است که شخص بد فامیل یا رفقای خود یا هم‌حزبی‌هایش یا همکارش را بهتر می داند از خوبان حزب مقابل، فامیل دیگر، محله‌ی دیگر. «قَوْم» معنی فراخی دارد. چنین شخصی «شِرَارَ قَوْمِهِ» بدان منسوب به خود را از خوبان حزب و قوم و جناح دیگر بهتر می داند. «وَلَيْسَ مِنَ الْعَصَبِيَّةِ أَنْ يُحِبَّ الرَّجُلُ قَوْمَهُ» اینکه کسی خویشان، خانواده، هموطن، هم محلی، هم‌گروه و هم‌حزبیش را دوست داشته باشد، عصبیت نیست. عصبیت آنجایی است که باعث شود این محبت تو را از مدار حق و انصاف بیرون ببرد.

اینجا حضرت یک جمله‌ی تکمیلی دارند و می فرمایند: «ولِكِنْ مِنَ الْعَصَبِيَّةِ أَنْ يُعِينَ قَوْمَهُ عَلَى الظُّلْمِ» عصبیت این است که آن فامیل یا دوست یا هم‌گروه یا هم‌جناحی خود را در ستمی که می کند، یاری کند. چون فامیل من است و دارد ظلم می کند، پس کار خوبی می کند! اگر من او را یاری کردم، گرفتار عصبیت هستم. چون آقازاده است باید از او حمایت کرد، هرچند حمایت از او عین ظلم به نظام، و ستم به خوبان باشد. این می شود عصبیت. باید دستگاه قضایی را به چالش بکشند، چون می خواهد فلانی را که هم‌حزبی من است، محاکمه کند. این فرد مبتلا به حمیت می گوید: من عارم می آید دست از حمایت فرزندم بردارم! دست از حمایت هم‌حزبی‌ام بردارم! دست از حمایت فامیل‌م بردارم! راجع به من چه می گویند؟! طبق این بیان امام سجاد (علیه السلام) این همان حمیت جاهلیت است.

در همین مورد پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) فرمودند که: «هر که در دلش باندازه دانه خردلی عصبیت باشد خدا او را روز قیامت با اعراب جاهلیت مبعوث کند». پس حتی اگر جاهلیت مدرن باشد خدای تعالی او را با جاهلیت کهنه محسور می کند.

## ریشه حمیت جاهلی

رسیدیم به هشتمنی فراز، یعنی آسیب هشتم که عبارت است از «ملکه الحمیه». به خدا پناه ببریم از غلبه و رسوخ حمیت که همان حمیت جاهلی باشد. جلسه‌ی گذشته مطلب را تا حدی تشریح کردیم که حمیت عاقلانه و حمیت جاهلانه چیست؟ ریشه‌ی بحث را مقداری مطرح کردیم و سراغ قرآن کریم رفتیم و آیه‌ی نورانی که موضوع حمیت در آن مطرح شده بود، مورد بحث قرار گرفت و شاخص‌هایی از عصبیت یا حمیت جاهلی هم ذکر کردیم. تلاشی هم انجام شد تا تحلیلی روان‌شناختی و اخلاقی از موضوع حمیت انجام گیرد.

تأکید شد که خوب است انسان حمیت عاقلانه و خردمندانه را که همان غیرت است، در خودش تقویت کند. ما یک بررسی کوتاه درباره‌ی ریشه‌ی حمیت جاهلی خواهیم داشت به قصد کشف راه حل‌ها. مراجعه‌ای است به بحث قبل، اما با مقداری تفاوت.

برخی از آثار و عواقب حمیت جاهلی را اشاره خواهیم کرد و بعد هم سراغ معالجه و درمان می‌رویم که در آن بخش هم توصیه‌هایی انجام خواهد گرفت که ان شاء الله بر اساس طب الهی به درمان این بیماری خطرناک هم مجهز شویم. در بحث ریشه حمیت، به مسئله «خوددستی» می‌رسیم. خوددستی در همه‌ی انسان‌ها هست؛ بنابراین حمیت عاقلانه و جاهلانه در همه‌ی ما وجود دارد. خوددستی همان حب نفس است که طبق حکمت الهی در انسان وجود دارد و ریشه‌دار هم هست. مبدأ همه‌ی جلب نفع‌ها و دفع ضررها حب نفس است. اگر نفس تربیت‌شده باشد و بر محور حق باشد، خوددستی و حب نفس، پیش‌برنده است. اما چنانچه بر محور نفس اماره باشد، این نگاه جانب‌دارانه و حمیت، ساقط‌کننده است. در حقیقت نفس وسط قرار می‌گیرد. اگر نفس مؤدب شد به ادب حق و محورمند شد به محور حق، حب نفس صفتی پسندیده محسوب می‌شود. توضیح آنکه جاذبه‌ای که در اطراف نفس است که همان حوزه‌ی نفسانیت ماست، در این میدان خطوط ارتباطی شکل می‌گیرد که چیزهای مختلفی را به نفس منتقل می‌کند. معمولاً ما از کلمه‌ی «من» با آن یاد می‌کنیم و نسبت‌ها را این‌گونه با آن تعریف می‌کنیم. در بعضی از این نسبت‌ها اختصاص و مالکیت هست؛ البته اختصاص هم یک جور مالکیت است، اما شدید‌تر است. عباراتی همچون همسر من، مادر من، قوم خاندان، اصل من، نسب من، وطن من، حزب من، جناح من، با این «من» نسبت پیدا می‌کند. این منطقه، منطقه‌ی حمیت و نسبت‌ها است؛ اما نسبتی که مورد علاقه است و به آن تعلق وجود دارد. چرا این خطوط محبوب می‌شوند؟ به خاطر اینکه در آن نقطه‌ی کانونی یک حب ریشه‌دار عمیق داریم که عبارت است از همان حب نفس و خوددستی. این دایره که دایره‌ی وسیع‌تری است، حمیت نام دارد. منطقه‌ی حماء است که گرم است و در آنجا احساس گرمای مطبوع می‌کنیم. البته بعضی نسبت‌ها نزدیک‌تر است و حب انسان به طور طبیعی به آنها بیشتر است. در مقابل، گاهی فاصله بیشتر است و حب و تعلق ما کمتر. این دور و نزدیکی هم برمی‌گردد به اینکه کدام یک از اینها ملایمت و همراهی‌شان با نفس ما بیشتر است. هر چه ساختی و همراهی بیشتر باشد، بیشتر گرمای محبت را به خود جلب می‌کند. بعضی چیزها به حسب طبع به انسان نزدیک‌تر هستند؛ مثل پدر و مادر، فرزندان و عشیره. اما این قانون کلی نیست؛ چراکه گاهی بعضی رفقای انسان و کسانی که در نسبت طبیعی تکوینی با ما نیستند، نسبتی با ما پیدا می‌کنند که سهمشان از آن تعلق بیشتر می‌شود و در آن نقطه‌ی خیلی نزدیک قرار می‌گیرند.

### چگونگی شکل‌گیری «خود موہوم» و عواقب آن

پس این وسط چیزی است به نام من و آن حبی که بر این اساس شکل می‌گیرد. اگر این من به صورت تربیت‌نشده بر محور جهالت قرار گیرد و اصالت پیدا کند، دایره‌ی جانب‌داری و حمایت را که اطراف خود دارد، به سمت نامطلوبی سوق خواهد داد. میدان‌دار در اینجا، نفس خروج‌کرده‌ی بر عقل است که از آن به نفس اماره تعبیر می‌شود. هر مقدار او قوت داشته باشد، حمیتی که بر مدار او شکل می‌گیرد، می‌شود حمیت جاهلیت. بر اساس محاسبه‌من، در اینجا دایره‌ی دیگری هم می‌شود رسم کرد. آن که وسط قرار گرفته و اسمش نفس اماره است، شکل‌گیری‌اش بر اساس خطای محاسباتی است. به تعبیر آقا، بر اساس یک خطای در فهم است؛ لذا آن خودی که آنجا شکل گرفته، خود موہوم است و اصالت ندارد. ریشه چیست؟ ریشه عبارت از جهل به خویشن است که تولید جهالت می‌کند. در این منطقه است که خودفراموشی شکل می‌گیرد و این خودفراموشی یک خود جایگزین درست می‌کند. بهد تعبیر قرآن کریم: «نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ؛ خدا را فراموش کردند و او [نیز] آنان را دچار خودفراموشی کرد». فکر نمی‌کنم مجازاتی در این عالم بالاتر از نسیان نفس موجود باشد. پس این چیست که الان اینجا وجود دارد؟ این دیگر نفس حقیقی انسان نیست؛ بلکه یک خود پنداری است. در حقیقت از خودبیگانگی اتفاق افتاده و خود اصلی به فراموشی سپرده شده و یک خود موہوم جایگزین آن شده که محصول جهالت و خطای در فهم است. این می‌شود همان نفس اماره.

این خود جایگزین، ریشه‌ی تمام مصیبت‌های دنیوی و اخروی است که بر سر انسان می‌آید؛ لذا در کلمات امیر المؤمنین (علیه السلام)، حل مسئله به معرفت نفس ارجاع داده می‌شود. اگر بخواهیم مسئله‌ی حمیت جاهلانه را به طور کلی ریشه‌کن کنیم، راهی غیر از معرفت نفس نداریم. درد که معلوم شود، نصف راه را رفته‌ایم. اینجا اصطلاحی تحت عنوان «کیش شخصیت» به وجود می‌آید. در دایره‌ای که رسم کردیم، مصیبت از خطای در فهم شروع می‌شود، بعد نسیان، بعد خودِ موهم و جایگزین و میدان‌داری نفس اماره و به دنبال آن بقیه‌ی مصیبت‌ها پیش می‌آید.

### جلوه‌های خود موهم

ممکن است سؤال شود که این مصیبت‌ها در آن منطقه‌ی اول چه جلوه‌هایی دارد؟ در منطقه‌ی اول، عجب (خودشگفتی)، فخر، کبر، تکبیر و مدل اوج گرفته‌ی آن یعنی استکبار دیده می‌شود.

اما در دایره‌ی دوم یعنی در مرحله‌ی بعدی، حسد، بخل، کینه و غصب دیده می‌شود. این منطقه همان منطقه‌ای است که اسمش حمیت جاهلیت است. همان چیزی که در روایات از آن به عصیت تعبیر می‌شود. حمیت جاهلانه مساوی با عصیت است. حالا شما می‌توانید تصور کنید این شخص چه به روزش می‌آید؟! رگه‌های اول حمیت جاهلی با عجب و خودشگفتی دیده می‌شود. از عجب شروع می‌شود و پروار که شد، می‌شود استکبار. منطقه‌ی سر زدنش می‌شود تکبیر و یک لایه پایین‌تر آن می‌شود کبر.

این حمیت که اینجا شکل گرفت، کانونی دارد که همان نفس است و دور خودش یک دایره شکل می‌دهد که اسمش حمیت است. به اعتبار اینکه نفس اماره است، این حمیت هم می‌شود حمیت جاهلانه. شاخص در اینجا، «من» هستم. چون این حزب من است، جناح من است، فرزند من است، دوست من است، پس خوب است. علت خوبی اینها، به «من» برمی‌گردد. او چون دشمن من است، بد است. چون رقیب من است، بد است. ملاک خوبی و بدی و زشتی و زیبایی، می‌شود نسبت و سازگاری با من. این نظریه، چون نظریه‌ی من است، نظریه‌ی خوبی است. ارزش‌گذاری‌ها این گونه انجام می‌شود. تو هر چند آدم خوبی باشی، با آن چیزی که با من نسبت دارد مخالفت کنی، بد هستی. همین کافی است برای بد بودن تو! به هر قسمتی از این دستاندازی کنی، مورد خشم من قرار می‌گیری و من در جانبداری از او به اندازه‌ای که دوستش دارم، به میدان می‌آیم.

اینجا فهرستی از نتایج و آثار بسیار عجیب و غریب و خطرناک شکل می‌گیرد. اول اتفاقی که می‌افتد، کاهش خرد است و پرده افتادن روی فهم. به این ترتیب اختلال در فهم به وجود می‌آید. یعنی این آدم در خط حماقت جلو می‌رود و هر چه جلوتر می‌رود، نور عقلش کاهش می‌یابد و حماقتش گسترش می‌یابد. پس اختلال در عقل به وجود می‌آید و اختلال فکری ایجاد می‌شود و به دنبال آن اختلال روانی هم رخ می‌دهد. یک خط باطل از ابتدا شروع شده که در آن خط هر چه جلو می‌رود، دوری اش از حق و حقیقت بیشتر می‌شود.

اما اینکه فهم را مختل می‌کند، به این صورت است که گاهی به حسب ظاهر فرد تحصیل کرده، اهل فهم و روشن فکر است، پس باید درست تشخیص دهد. پس چه شده است که تشخیص او در نظر تو که این صحنه را می‌بینی، نادرست است؟! برای اینکه وقتی آتش حمیت، شعله می‌گیرد، فهم را مختل می‌کند. پدر یقه پاره می‌کند در دفاع از فرزند خودش، فقط به این اعتبار که فرزند من است و اصلاً خطای او را نمی‌بیند و نمی‌پذیرد. چیز ساده‌ای نیست. خیال نکنیم همین‌طوری وارد فهرست امام سجاد (علیه السلام) شده است.

حمیت، فهم را مختل می‌کند و قدم‌های بعدی آن بدتر است. در پرتوی جاهلیت شعله‌ورشده، رذائل دست اول، شروع می‌کنند به میدان‌داری و تقویت شدن و پرورش یافتن. عجب، کبر، فخر، تکبیر و... شروع می‌کنند به دامن گرفتن. خیلی عجیب است. در روایتی درباره‌ی عدم سجدۀ شیطان بر آدم (علیه السلام) چنین آمده است: «ان الملائکه کانوا یحسبون ان ابلیس منهم و کان فی علم الله انه ليس فاستخرج ما فی نفسه بالحمیة و الغضب فقال: خلقتني من نار و خلقته من طین»؛

ملائکه گمان می کردند که ابلیس از آنهاست، و خداوند آگاه بود که از آنها نیست، پس آنچه در نفس خویش داشت از خشم و غضب را ظاهر ساخت و گفت: مرا از آتش آفریدی و او [آدم] را از گل «شیطان دارای عبادتی بسیار طولانی است. حضرت امیر در نهج البلاغه می فرمایند که شیطان ۶۰۰۰ سال عبادت داشت که معلوم نیست از سال های زمینی است یا آسمانی. امام صادق (علیه السلام) این گونه تحلیل می کنند که آنچه از درون او استخراج شد، این است و بعد هم شد آنچه شد. شیطان گفت: من به این سجد کنم؟! بلا فاصله هم وارد استدلال شد و گفت: «**خَلَقْتَنِي مِنْ نَارٍ وَ خَلَقْتُهُ مِنْ طِينٍ**». فضیلت سوزی را ببینید و حبط و از بین بردن حسنات را! عجب، حسنات و اعمال را حبط می کند. در قالب مثالی عرض می کنم: شیطان وارد مسجد شد و فرشته هایی که از او استقبال می کردند، دیدند چند دقیقه بعد نماز، دارد برمی گردد در حالی که زشت و کریه و جهنمی شده است. برعکس آن را هم داریم. مورد دوم تعجب برانگیز نیست؛ اما اولی خیلی عجیب است. آن وقت که می آمد گفت بروم تا مسجد رونق پیدا کند. من که وارد مسجد می شوم، نماز دیگران قبول می شود. اعمالش حبط شد و به هیئت اهل جهنم برگشت. کسی که تاریک و جهنمی بود، وارد مسجد شد و گفت: حیف که با آمدن من، نور از این خانه خدا می رود. این حالت انکسار باعث آمرزش می شود. پس حسد و کینه و... نیز با حمیت تقویت می شود. گاهی در دل بعضی ها کینه نشسته است. با این دل چه می شود کرد؟! ناراحتی از دیگران وارد منطقه هی حمیت تو شده و به قدری به تو برخورده است که دیگر فکر نمی کنی که به حق است یا ناحق. خشم می کنی و درگیر می شوی و در لایه های زیرین شخصیتی تو به صورت کینه می نشیند. مرا جلوی فلانی و فلانی ضایع کردی؟! حمیت، همهی بدی ها را آبیاری می کند و به آنها میدان می دهد. «إِذ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَمِيمَةَ حَمِيمَةَ الْجَاهِلِيَّةِ»؛ (به خاطر بیاورید) هنگامی را که کافران در دل های خود خشم و نخوت جاهلیت داشتند». از این تعبیر قرآنی معلوم می شود که کاشت و داشت حمیت توسط خود انسان انجام می شود. قلب هم که مرکز است. حمیت به اخلاق و عمل نشست می کند و عوارض آن از اختلال فکری شروع می شود. به این ترتیب اختلال اخلاقی درست می کند و به دنبال آن اختلال عملی هم می آورد. مثل روشن شدن آتش جنگ و اختلاف است. بررسی تاریخ به ما نشان می دهد که عمدہی این درگیری ها ریشه در حمیت دارد. در فضای نزاع و جنگ و دشمنی، نتیجه اش این می شود که خیلی از فضیلت ها زیر پا گذاشته می شود، انصاف زیر پا می رود، ظلم صورت می گیرد، بسیاری از فضیلت ها می سوزد و آخرش هم می شود همان روایت که: «**مَنْ كَانَ فِي قَلْبِهِ حَبَّةً مِنْ خَرْدَلٍ مِنْ عَصَبَيَّةٍ بَعْثَةُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مَعَ أَعْرَابِ الْجَاهِلِيَّةِ**»؛ کسی که در قلبش به اندازه دانه خردلی عصیت باشد خداوند روز قیامت او را با اعراب جاهلیت محشور می کند». هر چند این جاهلیت مدرن باشد، حشرش با همانها است. خیلی خوب است که دوستان این بحث ها را عمیق دنبال کنند؛ چون علت خیلی امور شناخته و راه حل ها کشف می شود. در جلسه های پیش گفته ایم که «اعوذ بک» ایجاد عصمت و مصونیت و پیشگیری می کند.

### راهکارهای پیشگیری از حمیت

انسان به هر اندازه که گرفتار جهالت باشد، یعنی گرفتار میدان داری نفس اماره باشد، به همان اندازه مبتلای به حمیت است. در دعواهای زن و شوهری این مسئله خود را کاملاً نشان می دهد و هیچ چیزی جز عصیت و حمیت جاهلی در کار نیست. سر فلان قصه، به «او» یا همان «خود موهوم» برخورده است. حالا ببینید چه می کند! اخیراً به من مراجعه ای شد. شیرازه‌ی یک زندگی ۱۸-۱۹ ساله با وجود فرزندان متعدد دارد پاره می شود. وقتی تشریح شد، دیدیم دقیقاً مسئله حمیت در کار است. حمیت جاهلانه زندگی آتش می زند. در بعضی از دعواهای جناح ها و احزاب نیز مسئله حمیت مشکل ساز است و کار به جایی می رسد که به برادر دینی خود توهین می کنند. حتی گاهی با هم سابقه دوستی هم دارند، اما نمی فهمد و می خواهد به هر قیمتی شده او را از میدان به در کند. به همین دلیل می افتد در خط غیبت و تهمت و استخراج سوابق و... دور و بر ما پر است از این چیزها. وقتی تحلیل می شود، می بینید در خانه های ما، محل کار ما، حوزه هی سیاسی ما و جناح بنده های ما این مسئله خود را نشان می دهد. مخصوصاً در جناح بنده ها که خیلی هم لطمehاش را خوردیم. رفتارهای

سبک و جلفی صورت می‌گیرد که انسان خجالت می‌کشد. خود او نمی‌فهمد که چقدر به اخلاق جامعه و تربیت فرزندان ما لطمه می‌زند؛ چراکه حمیت جاهلیت عقلش را می‌گیرد.

#### اما نسخه‌ها:

۱- نسخه‌ی جامع همان بازگشت به توحید است. بازگشت به حق محوری و حق مداری است؛ همان چیزی که از آن به جهان‌بینی توحیدی تعبیر می‌شود. توحید ما ضعیف است و باید آن را تقویت کنیم. امام حسین (علیه السلام) سرshan را بلند کرد و گفت: «انا لله وانا اليه راجعون». حضرت علی‌اکبر گفت: بابا چرا کلمه استرجاع بر زبان جاری کردید؟! فرمود: شنیدم کسی می‌گفت اینها به سوی مرگ می‌روند. حضرت علی‌اکبر گفت: آیا بر حق نیستیم؟ امام فرمود: بله. حضرت علی‌اکبر عرضه داشت: پس در این صورت از مرگ باکی نداریم. در اینجا هیچ مسئله‌ای مطرح نیست. نکته‌ی اصلی این است که اصالت من مهم نیست، بلکه اصالت حق مهم است.

۲- معرفت نفس و خودشناسی، یعنی همان خود حقیقی را بشناسیم. این شناخت، انفع المعارف و سودمندترین دانش‌ها است و ریشه عجب و کبر و تکبر و غرور و حسد و استکبار را از بین می‌برد. همه‌ی اینها به جهله بر می‌گردد که اینجا حاکم است و چیزی اینجا نشسته است که دیگر خودت نیستی. تو باید فقط محیط را روشن کنی. نور معرفت که اینجا بتاید، همه غایب و گم می‌شوند.

۳- در منطقه‌ی روانی، چیزی که خیلی به ما کمک می‌کند، آن است که ما با تقویت‌کننده‌های جاهلیت که همان رذائل گروه اول و دوم هستند، مبارزه نماییم و آنها را تضعیف کنیم. اگر کسی به معالجه‌ی غرور و حسد بپردازد، خیلی به تضعیف حمیت جاهلی کمک کرده است.

۴- در منطقه‌ی عمل هم راهکار درمان عبارت است از تمرين فروتنی. فروتنی، خاکساری، انتقادپذیری تمرين بشود، اولش تلخ است اما بعد شیرین می‌شود. اگر تحمل کنیم، دیوار حمیت جاهلی شکسته می‌شود؛ لذا انسان باید تحمل کند و بپذیرد. در روایت داریم که: «قُلِ الْحَقُّ وَ إِنْ كَانَ مُرَأً؛ حَقٌ رَا بَغْوٌ، هَرَچَنْدٌ تَلَخٌ بَاشَدٌ». خب این طرفش هم هست: حق را بشنو اگر چه تلخ باشد. بهترین تمرين عملی همین است. در روایت هم دارد: «اتبع من يبكيك» سخن کسانی را بشنو که اشکت را درمی‌آورند. استاد من، به من و دوستانم فرمودند: شماها از این به بعد وظیفه دارید به هم دیگر انتقاد کنید و وظیفه دارید انتقادها را بپذیرید؛ هرچند احساس کنید آن نقد به حق نیست. خیلی برای ما عجیب بود. انتظار داشتیم در جلسه‌ی دوم سیر و سلوک ذکر «سبوح و قدوس» از سر شب تا سر صبح داشته باشیم؛ اما ایشان فرمودند هم‌دیگر را نقد کنید. بعدها من حکمت این موضوع را متوجه شدم. خیلی مرتبط با همان زمان و مرتبط با مسئولیت‌های آینده‌ی ما بود.

۵- قرآن کریم در برابر جاهلیت و حمیت جاهلی این را قرار داد: «إِذْ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَمِيَّةَ الْجَاهِلِيَّةَ فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَلْزَمَهُمْ كَلِمَةَ التَّقْوَىٰ وَكَانُوا أَحَقُّ بِهَا وَأَهْلَهَا؛ (به خاطر بیاورید) هنگامی را که کافران در دلهای خود خشم و نخوت جاهلیت داشتند؛ و (در مقابل)، خداوند آرامش و سکینه خود را بر فرستاده خویش و مؤمنان نازل فرمود و آنها را به حقیقت تقوا ملزم ساخت، و آنان از هر کس شایسته‌تر و اهل آن بودند». خیلی لطیف این آیه می‌گوید که باید دست‌تان به آسمان و به سوی خدای متعال دراز باشد تا خدا آرامش را بر شما نازل کند تا بتوانید درست تصمیم بگیرید. این آرامش خردمندانه و مؤمنانه خیلی از مسائل را حل می‌کند. این را باید از خدای متعال خواست. اما دو آیه و پایان بحث. این دو آیه خیلی شبیه به هم هستند؛ اما با یک جایگزینی. هر دو آیه مصدر به «یا ایها الذین آمنوا» است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُوْنُوا قَوَّامِينَ لِلَّهِ شَهِداءِ بِالْقِسْطِ وَلَا يَجْرِمُنَّكُمْ شَنَانُ قَوْمٍ عَلَى أَلَا تَعْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، برای خدا به داد برخیزید [او] به عدالت شهادت دهید، و البته باید دشمنی گروهی شما را بر آن دارد که عدالت نکنید. عدالت کنید که آن به تقوا نزدیکتر است، و از خدا پروا دارید، که خدا به آنچه انجام می‌دهید آگاه است». این آیه خیلی بحث دارد؛ اما نکته‌ای که مورد بحث ما است،

«کونوا قوامین لله» است. قیامتان برای خدا باشد و اولین منطقه‌ای که در آن حضور پیدا می‌کنید، منطقه‌ی قسط و عدل باشد. نکند دشمنی عده‌ای شما را از جاده‌ی عدل خارج کند. اگر دشمن تو خوبی‌هایی دارد، خوبی‌هایش را به خاطر اینکه دشمن تو است، زیر پا نگذار. در قبیله‌کشی‌های سیاسی جامعه‌ی ما، چه فضیلت‌هایی که سوخت و آتش گرفت؟! طوری در مورد رقیب سیاسی خود به میدان می‌رود که انگار این دولت مثلاً یا این دستگاه هیچ خدمتی نکرده است. انصاف بدھید. منشأ این بی‌عدالتی‌ها جاھلیت است. جالب است که سمت خود ما همه چیز خوب و آرام است. آن سمت هم بروی در مورد این سمت همین طور است. این قبیله‌کشی‌ها چه به روز ما آورده است؟ اما آیه‌ی دوم: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُوْنُوا قَوَّامِينَ بِالْقِسْطِ شُهَدَاء لِلَّهِ؛ اى کسانی که ایمان آورده‌اید، پیوسته به عدالت قیام کنید و برای خدا گواهی دهید». ای اهل ایمان، به میدان اجرای عدالت بروید. «وَلَوْ عَلَى أَنفُسِكُمْ؛ هر چند به زیان خودتان باشد». نکته اینجا است. به میدان اجرای عدالت بروید، هرچند لازم باشد به میدان خودتان بروید. آیه توضیح می‌دهد: «أَوِ الْوَالِدَيْنِ وَالْأَقْرَبِيْنَ إِن يَكُنْ عَنِيْاً أَوْ فَقِيرًا فَاللَّهُ أَوْلَى بِهِمَا فَلَا تَتَبَعُوا الْهَوَى أَن تَعْدِلُوْا؛ يا [به زیان] پدر و مادر و خویشاوندان [شما] باشد. اگر [یکی از دو طرف دعوا] توانگر یا نیازمند باشد، باز خدا به آن دو [از شما] سزاوارتر است؛ پس، از پی هوس نروید که [در نتیجه از حق] عدول کنید». آیه‌ی اول، آیه‌ی ۸ سوره‌ی مائدہ بود و آیه‌ی دوم هم آیه‌ی ۱۳۵ سوره‌ی مبارکه‌ی نساء بود. یک جا می‌گوید راجع به دشمن انصاف داشته باش و یک جا هم می‌گوید در مورد دوست انصاف داشته باش. اما در جلسه‌ی پیش جمله‌ای از مناجات شریفه‌ی شعبانیه گفتیم که خیلی به بحث حمیت الجاھلیه برمی‌گردد. آن فراز این بود: «اللهی قد جرت علی نفسی فی نظر لها» من خیلی به خودم بد کردم. ظاهرش این بود که از خودم طرفداری می‌کنم؛ اما باطنش این است که به خودم ستم کردم. کجا؟! آنجا که جانبداری کردم. «فلها الویل ان لم تغفر لها». این هم به حمیتی برمی‌گردد که درباره‌اش توضیح داده شد.