

اخلاق اسلامی

هیچ انسان متعادلی نیست که رعایت اخلاق فردی و جمعی را لازم نداند حتی اگر به لحاظ اعتقادی، ماتریالیست باشد فرد و جامعه فاقد اخلاق، نه تنها شایسته بلکه قابل تحمل هم نیست.

تبیین، تکمیل و گسترش فضیلت‌های اخلاقی، رسالت اصلی همه پیامبران الهی بوده است: بعثت لاتمم مکارم الاخلاق (بحار الانوار، ج ۱، ص ۲۶۰)

مجموع این مباحث اخلاقی در قالب چهار بخش مختلف ارائه خواهد شد
بخش اول

مباحث مقدماتی که دارای چند فصل است

فصل ۱ - اصطلاحها و مفاهیم

توجه و دانستن اصطلاحات ذیل برای دانشجویی که دو واحد اخلاق را می‌گذراند ضروری به نظر می‌رسد

۱-۱ تعریف اخلاق: واژه اخلاق را اهل لغت به سرشت و طبیعت (تاج العروس، سید مرتضی حسینی واسطی، جلد ۶، ص ۳۳۷، ط بیروت) هیئت، شکل و صورت نفسانی (مفردات راغب، ماده خلق، ص ۱۵۹) معنا کرده‌اند. اما در اصطلاح کلام و فلسفه و منابع اخلاقی، اینچنین آورده شده: هو الملكة النفسانية التي تصدر عنها الا فعال بسهولة من غير روية (اسفار، ج ۴، ص ۱۱۴. نهاية الحکمه، ص ۱۲۳، کشف

المراد، ص ۲۵۰ مباحث المشرقیه، ج ۱، ص ۳۸۵، المحجه البیضا، ج ۵، ص ۹۵، و...) استعداد، توان، خصلت نفسانی راسخ و ریشه داری که عمل متناسب با آن، بی تردید و تأمل از انسان سرزند.

در تعریف فوق، دو نکته اصلی لحاظ شده الف- اخلاق، صفت است نه عمل و کار، دارنده چنین صفتی، دارنده اخلاق است هر چند در عمل و اجرا، زمینه ابراز و اظهار آن را نیابد. ب- صفتی اخلاق است که ریشه دار و راسخ باشد. نه موردی و سطحی و موقت و گذرا و متأثر از عوامل جانبی، جوشش درونی باشد نه تأثیر پذیری از عوامل بیرونی، ملکه باشد نه حال.

هر چند در محاورات عرفی، گاهی به خود عمل و کاری که از انسان صادر شود- نه صفت و خصلت راسخ نفسانی- اخلاق اطلاق می شود و مثلاً گفته می شود این کار اخلاقی یا غیر اخلاقی است حتی با علم به اینکه منشأ آن عمل، صفت راسخ نفسانی نیست.

۱-۲ تربیت: مفهومی وسیع تر از اخلاق دارد و شامل تربیت جسم و بدن و حتی غیر انسان نیز می شود .

۱-۳ علم اخلاق : دانش خوبیها و بدیها ، فضیلتها و رذیلتهایی است که از اختیار و انتخاب و گزینش انسان ، صادر شود و همچنین نحوه اکتساب و اجتناب از آنها

۱-۴ فلسفه اخلاق : هر علمی مبتنی بر اصول اولیه و پیش فرضها و پایه هایی است که یا بی نیاز از اثبات اند یا در علم دیگری اثبات شده اند و در آن علم به عنوان اصول موضوعه و مسلم از آنها استفاده می شود عناوینی مانند مفهوم

فضیلت و رذیلت، ملاک و معیارها، منشأ خوبی و بدی، اطلاق و نسبیت اخلاق، اختیار انسان، هدف از اخلاق، رابطه دین با اخلاق و... از اصول موضوعه علم اخلاق اند.

۱-۵ فلسفه علم اخلاق: یعنی پیدایش علم اخلاق و تحولات آن و عوامل تاثیر گذار بر آن تحولات و دگرگونیها و روشهای به کار رفته در آن واحیاناً تعیین صحیح ترین و بهترین آنها و...

۱-۶ علم اخلاقیات: مطالعه و گزارش رفتار مردمان جوامع مختلف و قوانین حاکم بر آنها از زاویه آداب و سنتهای اخلاقی که در واقع شعبه ای از جامعه شناسی است.

فصل ۲ - : شیوه های تدوین متون اخلاق اسلامی

در بین کتب اخلاق اسلامی، روشهای گوناگون تدوین و تالیف متناسب با گرایش مولفان و نویسندگان، مشاهده می شود و از آن میان ۱- روش فلسفی، عقلی ۲- قرآنی، حدیثی ۳- عرفانی را می توان نام برد

فلسفی، عقلی: در این روش بیشتر به استدلال و فهم عقلی تکیه می شود. متون اخلاقی فیلسوفان یونان با این شیوه تدوین یافته و در دنیای اسلام نویسندگان و مؤلفانی که از این روش تبعیت نموده اند و جنبه استدلال و عقلانیت در آنها غالب است، هر چند تا حدودی به آیات و روایات نیز پرداخته اند، ابو علی ابن مسکویه است در کتاب (طهارة الاعراق) و محقق طوسی خواجه نصیر الدین است در (اخلاق ناصری).

یاد آوری این نکته لازم است که از کتاب طهارة الاعراق، تلخیص و ترجمه فارسی با تدوین تازه ای توسط بانو مجتهدۀ امین اصفهانی وجود دارد به نام اخلاق که برای فارسی زبانها در کنار دیگر تالیفات فقهی، تفسیری و... آن بزرگوار بسیار قابل استفاده است.

قرآنی، حدیثی: در این شیوه بیشتر به آیات و روایات تکیه می شود هر چند از استدلالهای عقلی نیز کم و بیش استفاده می شود ولی تکیه اصلی بر متون دینی است. کتاب معروف و ارزشمند (احیاء العلوم) غزالی و (المحجۀ البیضاء) فیض کاشانی و (جامع السعادات) ملا مهدی نراقی و ترجمه و تلخیص آن، (معراج السعاده) ملا احمد نراقی و خلاصه آن که توسط محقق قمی صاحب مفاتیح الجنان صورت گرفته، با این شیوه و روش است.

عرفانی: که به عرفان نظری و عرفان عملی تقسیم می گردد

در کتب اخلاقی که با شیوه عرفان نظری تدوین شده، مبانی، مبادی و طی مراحل سیر و سلوک، بیان می شود کتاب (منازل السائرین) خواجه عبدالله انصاری تقریباً با این روش نوشته شده هر چند عرفان و استدلال را به هم آمیخته و منازل سیر و سلوک را تا صد منزل شمرده و نخستین منزل را یقظۀ و بیداری می داند.

متون عرفان عملی، بیشتر به حوزه عمل می پردازد تا جنبه های نظری. به ریاضت های شرعی و دینی و کشف و شهود، توجه ویژه ای دارد. از بین چهره های شاخص این عرصه، بزرگانی مانند ملا حسینقلی همدانی، سید احمد

کربلایی، قاضی تبریزی، میرزا جواد آقا ملکی و... را می توان نام برد و کتابهایی نظیر (فضیلت های فراموش شده) (کیمیای محبت) (طریق عرفان) (پرواز تا بی نهایت) و... قابل توصیه است

فصل ۳ - : نگاهی به ارزش های اخلاقی در سال های اخیر

طرح یک سؤال و پرسش، می تواند آغاز گر این بحث باشد: آیا ارزش های اخلاقی و معنوی بین مردم در این سال های اخیر، نسبت به پیش از انقلاب و یا اوایل انقلاب، ضعیف تر شده یا تقویت شده یا فرقی نکرده ؟ اگر بپذیریم که ضعیف تر شده نوبت این بحث خواهد بود که علت یا علل تاثیر گذار در این ضعف چه بوده ؟

پس از طرح این بحث در کلاس و پاسخ ها و نظرات ارایه شده از جانب دانشجویان باید پاسخ نهایی جمع بندی و مشخص شود.

بخش دوم : برخی از مباحث فلسفه اخلاق

فصل ۱ : رابطه دین با اخلاق

پرسش اساسی و تعیین کننده در این بحث آن است که دین در اخلاق چه نقشی دارد آیا نقش اساسی و زیر بنایی و بنیادی دارد به گونه ای که اگر دین نباشد اخلاق هم اصالت و اعتباری نخواهد داشت و اخلاق بدون دین در حقیقت اخلاق نیست ؟ یا آن که رو بنایی و سطحی و تقویتی است بدین معنی که باشد خوب است ولی اگر هم نباشد اخلاق اثر خود را دارد و فرد و جامعه متخلق را به

سعادۃت و رفاه و اهداف انسانی خواهد رساند ؟ و آیا هستند افراد یا جوامعی که متدین به دینی نباشند ولی اخلاقی و انسانی زندگی کنند؟

از بین این دو نظر، شاید بتوان نظراول را تقویت نمود که نقش دین زیر بنایی و اساسی است به این دلایل:

الف - دین، توجیه گر اخلاق است اگر باورهای دینی و اعتقاد به زندگی پس از مرگ نباشد رعایت اخلاق و از خود گذشتگی و رعایت حق و حقوق دیگران به خصوص در مواردی که هیچ ضرری متوجه انسان نمی کند، توجیه عقلی ندارد کسی که مرگ را پایان همه چیز می داند دلیلی برای فداکاری و گذشتن از رفاه و آسایش خود برای تامین رفاه دیگران و سعادت و آزادی آنان نمی بیند. اگر هم مورد یا مواردی دیده شود که مثلاً با نگاه ماتریالیستی و کمونیستی، مبارزات و فداکاریهای چشمگیر برای نجات جوامع خود و انسانهای دیگر داشته اند، تنها توجیه احساسی خواهد داشت نه عقلی نظیر کسی که می بیند فردی از عزیزان و نزدیکانش در حال غرق شدن است و با این که می داند برای نجات او هیچ کاری از دستش بر نمی آید و اگر به داخل آب پرد خود او هم غرق خواهد شد، این کار را می کند و خود را به کشتن می دهد. این عمل او توجیه احساسی و عاطفی دارد اما به هیچ وجه توجیه عقلی و شرعی و عرفی ندارد البته توجه به این مطلب نیز مهم است که احساس و عاطفه ای خوب و قابل دفاع است که پشتوانه عقلی داشته و بر خواسته از آن باشد.

به نظرمی رسد نتوان ادعای قطعی نمود که مبارزان ماتریالیست در تاریخ معاصر دنیا نظیر چه گوارا و کاسترو و... هیچ اعتقادی به زندگی پس از مرگ هر چند به صورت مبهم و اجمالی و بدون اطلاع از کم و کیف آن، نداشته اند، ای چه بسا در عمق وجدان و فطرت آنان، تحت تاثیر ادیان الهی، چنین اعتقاد و باور اجمالی وجود داشته، و مخالفت آنان با دین حاکم در جوامع خود، در حقیقت مبارزه با تحریفات و سوء استفاده ها، ظلمها و یا سازش با ستمها و ظلمهایی بوده که به نام دین صورت می گرفته و اگر اصراری باشد و یا راهی برای چنین قطعیت و ادعایی وجود داشته باشد، با نگاه عقل محاسبه گر و دور اندیش، قابل توجیه نخواهد بود.

ب - عدم ضمانت اجرای اخلاق جدای از دین

باورهای دینی و زندگی ابدی پس از مرگ و سعادت و بهشت و دوزخ و محاسبات دقیق الهی در حد ذره ای از کارهای خیر یا شر (فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ وَ مَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ (الزلزله ۷-۸)) پس هر کس به اندازه سنگینی ذره ای کار خیر انجام داده آن را می بیند. و هر کس به اندازه ذره ای کار بد کرده آن را می بیند، ضمانت بسیار مناسبی خواهد بود برای انجام فضیلتها و پرهیز از رذیلتها و نارواییهای اخلاقی. بدون دین، رعایت اخلاق به ویژه در موارد حاد و حساس مثل از جان گذشتن و فدا نمودن رفاه خود برای تامین رفاه و آسایش دیگران، به آسانی میسر نخواهد بود و انگیزه لازم وجود نخواهد داشت.

اشاره به این مطلب، لازم است که عبادات و انجام اعمال خیر و پرهیز از زشتیها به طمع اجر و ثواب و پاداش و از ترس کیفر و عذاب الهی که در روایات اهل بیت علیهم السلام مذمت شده و عبادت تاجرانه و سودجویانه و یا برده وار و نوکر صفتانه تعبیر شده، در صدد نفی و رد عبادتها و خیراتی که از روی ترس و طمع انجام می شود نیست به دلیل آیات و روایات فراوانی که از انسانها اطاعت و عبادت را می خواهد و در برابر، نعمتهای بهشتی و رهایی از کیفرهای دوزخی را وعده می دهد. اگرچنین انگیزه ها و اعمالی، به طور کلی فاقد اعتبار و اثر بود و یا اثر تخریبی می داشت، این تحریص و ترغیبهها، توجیه درستی نمی یافت. روایات فوق در صدد بیان مراتب و درجات ایمان و قرب الهی و ترجیح قطعی مرتبه خالصانه و انجام عمل تنها و تنها برای خدا از مراتب نازل تر و از روی ترس و طمع بهشت و دوزخ است چرا که کمال حقیقی انسان، با عمل خالصانه، بسیار سریع تر حاصل خواهد شد هر چند مراتب پایین تر قرب و کمال الهی که هدف آفرینش انسان است با آن مراتب پایین تر نیز حاصل خواهد شد حاصل و نتیجه نهایی آن که دین، ضامن اجرای بی بدیلی برای اخلاق است و بدون دین انگیزه رعایت اخلاق به ویژه در مواردی که هیچگونه نفع دنیایی بر آن مترتب نباشد وجود نخواهد داشت

ج - دلیل سوم نقش محوری و اساسی دین در اخلاق، معرفی استعدادهای معنوی و اخلاقی انسان توسط دین است در فرهنگ ادیان الهی، انسان دارای استعدادها بی است که اگر به درستی شناخته و شکوفا گردد، توان لذت بردن او

را به لحاظ روحی و فکری و عقلی و حتی جسمی و مادی، چندین برابر می کند بهره مندی او را به شدت افزایش می دهد و احساس خرسندی و تلذذ بی بدیلی را به جان او خواهد ریخت تلذذی که احیانا از همین دنیا برایش آغاز خواهد شد و از لحظه مرگ و آغاز زندگی برزخی، به طور کامل و خالص، این لذت و بهره مندی را ادراک نموده و تا ابدیت تداوم خواهد یافت.

به تعبیر اسلام شناس و عارف بزرگ مرحوم میرزا جواد آقای ملکی تبریزی در رساله لقاء الله : لوعلم الناس ما فی فضل معرفة الله ما مدوا اعینهم الی ما متع له الاعداء من زهرة الحیوة الدنیا وکانت دنیاهم اقل مما یطوئنه بارجلهم ولتنعموا بمعرفة الله وتلذذوا بها تلذذمن لم یزل فی روضات الجنات مع اولیاء الله (رساله لقاء الله، میرزا جواد ملکی تبریزی، ص ۲۷) اگر مردم آثار و منافع معرفت خدا را بدانند هیچگاه چشم به برخورداری دنیا داران و جاذبه های دنیا نمی دوختند و این امور در نظر آنان، ناچیز و بی قدر و ارزش تر از زباله کف کفشها می بود و احساس تلذذ و تنعمی می یافتند که گویا در گلستانهای بهشت و همراه اولیاء خدا بر خور دار از همه چیزند .

۲ - موضوع اخلاق

موضوع اخلاق نفس انسان است در دو بعد پیدایش و توصیف
الف : در پیدایش نفس و روح بین متفکران اسلامی دو نظر ابراز شده : نظریه اول پیدایش و آفرینش روح پیش از بدن است که در عالمی به نام عالم ذر وجود داشته و پس از آمادگی بدنی و جسمی، روح از آن عالم، به عالم طبیعت منتقل

و در این بدن قرار داده می شود به اصطلاح روحانیة الحدوث است نه جسمانیة الحدوث

شاید بتوان گفت گرایش متکلمان اسلامی بیشتر به این نظریه است نظریه دوم، پیدایش روح پس از جسم و بدن است یعنی هنگامی که بدن در سیر تکاملی خود به مرحله ای برسد که قابلیت و آمادگی لازم را پیدا کند، روح توسط خداوند آفریده می شود و همانند بخش تازه وجدیدی به وجود انسان اضافه و افزوده می شود. نظیر میوه درخت که پس از آمادگی تنه و شاخ و برگ، میوه به وجود می آید، البته به خلقت و آفرینش الهی، نه این که از جای دیگری آورده و به آن اضافه گردد و به اصطلاح جسمانیة الحدوث است نه روحانیة الحدوث

شاید بتوان گفت گرایش فلاسفه اسلامی بیشتر به این نظریه است.

در این مجال، به ذکر سخن صدر المتألهین شیرازی در ارتباط نفس و بدن اکتفا می کنیم و از بین اظهار نظرهای فراوان ایشان در موارد متعدد، نظر او در کتاب (الشواهد الربوبية) را که مبین و روشنگر مطلب است می آوریم:

حكمة مشرقية . يجب عليك ان تعلم ان النفس التي هي صورة الانسان، جسمانية الحدوث وروحانية البقاء اذ قد مر ان العقل المنفعل آخر المعاني الجسمانية واول المعاني الروحانية فالانسان صراط ممدود بين العالمين فهو بسيط بروحه مركب

بجسمه طبیعه جسمه اصفی الطبايع الارضية ونفسه اولی مراتب النفوس العالیة
ومن شأنها ان يتصور بصورة الملكية ...

(الشواهد الربوبية، صدرالدین شیرازی، تصحیح سید جلال الدین آشتیانی، ص ۲۲،
مرکز نشر دانشگاهی)

خلاصه مطلب ایشان در این موضع و دیگر مواضع مانند (اسفار جلد ۸، صص ۳۴۷
و ۳۹۳، ناشر، مکتبه المصطفوی قم سال ۱۳۶۸ و نیز حاشیه بر الهیات شفا،
ص ۱۷۰، ناشر انتشارات بیدار قم و نیز مبدا و معاد، تصحیح سید جلال الدین
آشتیانی، ص ۲۲۶، نشر انجمن حکمت و فلسفه ایران ۱۳۵۴) آن است که :

نفس نه تنها در جهت استکمال خود به ماده نیازمند است ، بلکه در اصل وجود
خود هم به ماده نیازمند است هر چند در بقاء، بدان وابستگی و نیازی ندارد . نفس
در آغاز دارای کمال و فعلیتی برای ماده و خود مادی است و به ماده نیازمند، سپس
در جریان حرکت جوهری به کمالات بالاتری دست می یابد و بالاخره این حرکت
ادامه می یابد تا این که به کمال و فعلیتی که برتر از امور مادی است می رسد . البته
موجود در سیر حرکت استکمالی، چیزی را از دست نمی دهد بلکه تدریجا بر
امکانات وجودیش افزوده می گردد و کمالات خود را در ترکیب و ساختار عالی
تری حفظ می کند .

ب - توصیف نفس و شناخت خصوصیات و ویژگی ها و ظرفیتها و تمایلات و نیازها و تواناییها و ظرفیتها ی آن که در حقیقت نوعی انسان شناسی اسلامی است و این نفس شناسی بسیار مهم و کار ساز است

علیکم انفسکم لا یضرکم من ضل اذا اهتدیتم (مائده ۱۰۵)

خود را پاس بدارید و در یابید که در آن صورت کثری گمراهان ضرری به شما نرساند

مهم ترین رسالت انسان، شناخت و اصلاح خویش است و با وجود و تحقق آن، از هیچ باد مخالفی بر او باکی نیست نخستین قدم در تربیت اخلاقی، خود شناسی توسط خود انسان است در جهان بینی دینی و تعالیم و هدایت‌های الهی هر کس بر سر سفره رفتار و اعمال خویش می نشیند و هر کس میهمان عملکردهای اختیاری خود است تمام رابطه ها و دوستیها و تعلق خاطرها، حد اکثر تا لحظه جان کندن و جان دادن است و پس از آن، تمام رابطه ها قطع است و انسان با فردیت محض خود تنها می ماند. تأکید و تکرارهای قرآن در این باب، هشدار دهنده است :

وکلّهم آتیه یوم القیامۃ فرداً، مریم، ۹۵ : لقد جئتمونا فرداً کما خلقناکم اول مرّة، انعام، ۹۴ : و نرثه ما یقول و یاّ تیناً فرداً، مریم، ۸۰

مطلب ظریف و قابل توجه در این آیات، تنظیر فردیت پایانی به فردیت آغازین است یعنی همچنان که نوزاد انسان در لحظه تولد، جز خود و رفع احتیاجات و نیازهای خود شناختی و تعلق خاطری از هیچکس و به هیچ کس ندارد،

در مراحل پایانی زندگی هم اینچنین است و جز به فکر خویش نیست و هیچکس برای او مهم نیست و در فردیت محض، سیر برزخی خود را آغاز می کند .
از این آیات استفاده می شود که بر خلاف دنیا، نظام زندگی انسان در برزخ و قیامت فردی ست نه اجتماعی و آن فردیت هم تجسم فردیت اخلاقی و معنوی او در دنیا است .

از این جهت باید به این فردیت اهتمام ورزید و از آن غافل نشد و آن را فدای امور دیگر نساخت و با آن انس و الفت داشت هر چند بدین صورت که روزی حدود ۱۰ دقیقه با خود خلوت کنیم و صمیمانه و صادقانه عملکردهای خویش را ارزیابی نموده و موقعیت خود را دریابیم .

اگر این انس و الفت با فردیت اخلاقی و معنوی در دنیا برای انسان تحقق نیابد پس از مرگ که اجباراً وارد آن مرحله خواهد شد، وحشت و هول و هراس زیادی به جان و روان او خواهد ریخت و علت اصلی ترس از مرگ توسط بسیاری از ما انسانها همین است ولی مهم این است که قابل پیشگیری و درمان است .

این که تأکید شده حتی الامکان باید زیر نظر مربی و استاد راه پیموده ای، به سیر اخلاقی پرداخت، از آن رو ست که آن نیازها و توانائیهها و ظرافتهای موجود در وجود انسان را بهتر می فهمد و در هر مرحله، دستورالعملهای متناسب می دهد .

در شرائط عدم دسترسی به استاد و مربی قابل اعتمادی که با خیال راحت بتوان سر نوشت دین و دنیای خود را به او سپرد، مسئولیت شناخت نیازها و تهیه نسخه اصلاح و درمان به عهده خود فرد است که با توجه به اطلاعات و تجربیات خویش آن را

تهیه نماید. درست مانند درمان جسم و بدن که در بیماریها و ضعف و نقصها، در درجه اول باید به پزشک متخصص مراجعه کرد و در صورت عدم دسترسی، به ناچار باید با تکیه بر اطلاعات و تجارب خودش عمل کند و درمان نماید. بنا بر این، آنچه در باب تربیت اخلاقی محور اصلی است، خود فرد و تصمیم و اراده و خواست و همت اوست و گر نه بستگان و اقوام و دوستان دور و نزدیک، در این رهگذر کاره ای نتوانند بود و ممکن است هر کدام از آنها اهل نجات و هدایت باشند و خود انسان ضایع و هلاک شود و ممکن است بر عکس، همه آنان فاسد و کافر باشند و خود انسان مصمم و با اراده باشد و اهل ایمان و نجات گردد.

اصلاح نفس و درمان بیماری او هر چند سخت است اما شدنی و عملی است و در فرهنگ قرآن، تمام انحرافها و گناهان و بیماریهای نفسانی، امور عارضی، غیر اصیل و تغییر پذیرند و امید نجات چهره هایی مانند فرعون هم، نابجا نیست خطاب به موسی ع و هارون ع فرمود: اذهب الی فرعون انه طغی فقولاً له قولاً لئناً لعله یتذکر او یخشی، طه، ۴۴.

به سوی فرعون طاغی و یاغی بروید و با نرمی و ملاطفت با او سخن بگوئید و هدایت کنید شاید متذکر شده و از مسیر غلط خود برگردد.

بازگشت از خطا و اصلاح فرعون هم مورد انتظار است تا چه رسد به دیگران. امور عارضی قطعاً اصلاح پذیرند چه جسمی و بدنی و چه روحی و اخلاقی، ولی به شرط آنکه خود انسان بخواهد و اراده و همت نماید. یأس از اصلاح و رحمت و عنایت الهی، در حد کفر است: اِنَّهٗ لَا یَیْأَسُ مِنْ رَوْحِ اللّٰهِ اِلَّا الْقَوْمُ الْکَافِرِیْنَ، یوسف، ۸۷.

بر خلاف مسیحیت که انسانها را به گناه پدرشان حضرت آدم ع پلید و آلوده می انگارد و پس از ولادت ، با غسل تعمید آنان را تطهیر می نماید، در اسلام انسان ذاتاً پاک و خدائی است و بر فطرت توحید و معرفت خدا آفریده می شود : کلّ مولودٍ یولد علی الفطرة الا ان ابواه یهودانه وینصرّانه (بحار الانوار، ج ۳ ، ص ۲۸۱، باب الدین الحنیف و الفطرة)

هر نوزادی بر فطرت توحیدی و بر معرفت الهی زاده می شود مگر آن که والدین و دیگر شرائط خانوادگی و تربیتی ، او را به کفر و شرک و انحراف بکشانند .

نکته دیگر آن که : بهترین دوران اصلاح و سازندگی دوران جوانی است که قدرت روحی و جسمی انسان در سطح بالا و مطلوبی است و اصولاً تدبیر و مدیریت قوای وجودی، در این دوره از عمر بسیار مهم و حیاتی است چرا که بحرانی ترین و متلاطم ترین دوران زندگی است و طغیان و غلیان غرایز و قوای طبیعی در حد اعلای خود است. مدیریت صحیح این دوره بحرانی می تواند انسان را به مدارج بالای کمال اخلاقی و معنوی و علمی و عملی نائل سازد

معمولاً قوّت مدیریتها را در جنگها و بحرانهای سیاسی، اجتماعی می سنجند نه در دوران صلح و ثبات . بحران عمر، دوران جوانی است از این رو از رسول خدا ص نقل شده : لَا تَزَلْ قَدَمُ عَبْدٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُسْأَلَ عَنْ خَمْسِ خِصَالٍ عَنْ عُمَرِهِ فِيمَا افْنَاهُ وَ عَنْ شَبَابِهِ فِيمَا أَبْلَاهُ وَ عَنْ مَالِهِ مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَهُ وَ فِيمَا أَنْفَقَهُ وَ عَنْ عِلْمِهِ مَاذَا عَمِلَ فِيمَا عِلِمَ. (ارشاد القلوب، الدیلمی، ج ۱، ص ۱۵)

انسان در قیامت گام از گام بر نمی دارد مگر آنکه از ۵ چیز مورد پرسش قرار گیرد از عمرش که چگونه به پایان برده و از جوانی اش که چگونه صرف کرده و از مالش که از چه راهی کسب کرده و چگونه هزینه و خرج نموده و از علم و دانشش که تا چه میزان به دانسته های خود عمل کرده .

با اینکه تمامی عمر انسان مورد سؤال قرار می گیرد و دوران جوانی را هم شامل می شود اما این دوره به دلیل اهمیتش با لخصوص و جداگانه مورد پرسش قرار می گیرد که چگونه گذرانده است .

و نکته دیگر این که: زندگی و حیات انسان، صحنه جنگ و تنازع است و دشمن اصلی و قدرتمند او خانگی و درونی است. یعنی همان انگیزه های نفسانی و شیطانی. به تعبیر رسول خدا (ص): *أَعْدَى عَدُوِّكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنْبَيْكَ* (بحار، ج ۶۷، ص ۳۶)

برای غلبه بر این دشمن، راه و روشهای مختلفی در نظر گرفته شده و دوره ها و تمرین های عملی متنوعی ارایه شده. دوره های ۳ و ۱۰ روزه (اعتکاف) ۳۰ روزه (ماه رمضان) ۴۰ روزه (چله نشینی ها) و تاثیر فوق العاده آنها در تربیت اخلاقی و معنوی انسان که به صورت یک رویه و سنت حسنه بین بزرگان و عموم متدینان، معمول بوده و هست .

ما أَخْلَصَ عَبْدُ اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ أَرْبَعِينَ صَبَاحًا إِلَّا جَرَتْ يَنَابِيعُ الْحِكْمَةِ مِنْ قَلْبِهِ عَلَى لِسَانِهِ (بحار، ج ۶۷، ص ۲۴۹)

هیچ انسانی در طریق عبودیت خالصانه الهی، چهل روز راه نپیماید، مگر آن که سرچشمه های حکمت از قلب او بر زبانش جاری گردد
اثرش باید در زبان و سخن و عمل آشکار شود. این اثر اخلاص چهل روزه است تا چه رسد به چهل ساله.

۳- اختیار

اختیار پیش فرض قطعی اخلاق است ابتدا باید بدین نکته توجه داشت که آزادی و اختیار و قدرت گزینش و انتخاب انسان، رکن اصلی و پیش فرض قطعی، عرصه اخلاق است مختار بودن انسان از یافته های درونی و از بدیهیات فطری است و نیاز چندان به استدلال ندارد علم و دانش، قدرت و توانایی، ریشه ی اختیارند علاوه که اگر گزینش و انتخاب آزادانه در کار نباشد، تکلیف و مسءولیت و پاداش و کیفر، بی معنا و بیجا خواهد بود

در تجزیه و تحلیل کارهای اختیاری انسان، توجه بدین نکته لازم است که:
در هر عمل اخلاقی از ابتدا تا صدور فعل و عمل از انسان، دست کم مراحل ششگانه ای طی می شود، از تصور و تصدیق عمل، آغاز می شود و به میل و رغبت اولیه و تشدید آن و رسیدن به مرحله شوق و سپس اراده انجام و نهایتاً صدور فعل از انسان می انجامد. تصور و تصدیق، قلمرو عقل و ادراک است و همانند نور، روشنگر راه اما رغبت و میل، موتور محرک انسان است روانشناس ها وجود این مراحل را در هر عمل اختیاری، کوچک یا بزرگ، قطعی می دانند هر چند به دلیل

کثرت و سرعت، توجه آگاهانه ای، از جانب انسان نباشد. منشاء این میل اولیه که ریشه در امیال و عواطف و گرایشهای انسان دارد، برخلاف آن تصور و تصدیق که ریشه در محاسبات ذهن و فکر دارد، ممکن است تمایلات غریزی و نفسانی، مانند: خوردن آشامیدن و استراحت کردن و... باشد یا تمایلات فراتر از خود فرد، مثلاً عواطف خویشاوندی و فامیلی یا نوع دوستی باشد و گاهی تمایلات هنری انسان یا اخلاقی و خیر خواهانه یا گرایشهای معنوی و خواستها و کششهای متعالی و ویژه ماورایی باشد. هر کدام از این تمایلات می تواند انگیزه انسان در تحقق کار اختیاری او گردد. منشا کارهای اختیاری، یک یا چند تا از این میلهاست. در منشا و مبدء و چگونگی برانگیخته شدن این میلهها سخنانی گفته شده گاهی عوامل بیولوژیکی را موثر دانسته اند مثلاً هورمونی در خون بریزد و خون که به مغز می رسد، میل خاصی را تحریک کند. گاهی عوامل فیزیکی را که روی اعصاب اثر بگذارد و گاهی خود به خود برانگیخته می شود.

در ارزشگذاری کارهای اختیاری صادره از انسان، نقطه محوری و اصلی همین میل و رغبت اولیه است که پس از تشدید، به اراده و صدور فعل می انجامد. در حقیقت همین مبدأ میل است که شخصیت ساز است شخصیت اخلاقی و معنوی انسان را شکل می دهد

۴- هدف

تمام فعالیت‌های اختیاری انسان از جمله در حوزه اخلاق، برای رسیدن به هدفی است این هدف به لحاظ مفهومی در همه نظام‌های اخلاقی مشترک است و آن، سعادت و لذت است که مطلوبیت ذاتی دارد و واسطه هدف دیگری نیست و در فارسی، خوشبختی، نیک بختی و کامیابی و... نامیده می شود. سعادت و لذت، قریب الافق اند و نزدیک با این تفاوت که لذت در موارد لحظه ای و کوتاه مدت نیز به کار می رود ولی سعادت، صرفاً در مورد لذت‌های پایدار و یا نسبتاً پایدار است اگر افق دید جهان بینی انسان همین دنیا و عالم طبیعت باشد، سعادت‌مند یعنی کسی که در مجموع لذت‌هایش بر رنج‌هایش بچربد و بد بخت کسی است که رنج‌هایش بیش از لذت‌هایش باشد و اگر انسان جهان بینی دینی و الهی داشته باشد افق دید و قلمرو محاسبه او، عوالم و منازل پس از مرگ را نیز شامل خواهد شد و بیش و کم لذت و رنج را با آن ملاک و معیار و ترازو می‌سنجد و تصمیم می‌گیرد.

در این دیدگاه آخرت نسبت به دنیا، از دو ویژه گی برتری و دوام بر خور دار است والاخره خیر و باقی هم کیفیت اش برتر است و هم کمیت اش ماندنی تر و باقی تر

در قرآن واژه سعادت در یک مورد به کار رفته:

يَوْمَ لَا يَأْتُ لَا تَكَلِّمْ نَفْسَ الْاَبْأَذَنَ فَمِنْهُمْ شَقِي وَسَعِيد فَاَمَّا الَّذِيْنَ شَقَوْا فِى النَّارِ لَهُمْ فِيْهَا زَفِيرٌ وَشَهِيقٌ خَالِدِيْنَ فِيْهَا مَا دَامَتِ السَّمٰوٰتُ وَالْاَرْضُ اِلَّا مَا شَاءَ رَبُّكَ اِنَّ

ربك فعال لما يريد واما الذين سعدوا ففي الجنة خالدين فيها ما دامت السموات والارض الا ما شاء ربك عطاء غير مجذوذ (١٠٥ هود)

در آن روز که فرا رسد هیچ کس جز به فرمان خدا سخن نگوید، پس برخی شقی و بد روزگارند و بعضی سعید و خوشوقت

اما اهل شقاوت همه در آتش دوزخند در حالی که سخت آه و ناله حسرت و عریده می‌کشند آنها در آتش دوزخ تا آسمان و زمین باقی است مخلّدند مگر آنچه مشیت پروردگار تو باشد، که البته خدا هر چه خواهد می‌کند

و اما اهل سعادت هم تمام در بهشت ابد تا آسمان و زمین باقی است مخلّدند مگر آنچه مشیت پروردگار تو باشد، که عطایی ابدی و نامقطوع است.

اصولا بهشت و دوزخ در فرهنگ ادیان الهی ، نماد لذت ورنج محض وخالص و پایدار وبا دوام است یعنی همان چیزی که در این دنیا پیدا نمی شود . پر واضح است که در مقایسه لذت ورنج جسمی ومادی با روحی وفکری وعقلی ، اصالت واعتبار واولویت ، با روحی وفکری است در بهشت وجهنم ، این گونه لدت ورنجها آنهم در سطوحی غیر قابل تصور برای ما ، بهشتیان را بهره مند می سازد وجهنمیان را می آ زارد

بنا بر این ملاک سعادت وشقاوت ، لذت ورنج ابدی است وتلاش انسان در این مسیر ووصول بدین هدف ، تاثیر مستقیم دارد وکامیابی او بدون تلاش وكوشش خودش ، تحقق پیدا نمی کند . دیگران سرنوشت او را نمی توانند تغییر دهند او نیز متحمل خلاف وگناه دیگران نیست

فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ (زلزله ۷-۸)

پس هر کس به قدر ذره‌ای کار نیک کرده باشد (پاداش) آن را خواهد دید.

و هر کس به قدر ذره‌ای کار زشتی مرتکب شده آن هم به کیفرش خواهد رسید.

وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَى (انعام ۱۶۴)

و هیچ کس بار (گناه) دیگری را بر دوش نگیرد. در قرآن این تعبیر در ۵ مورد تکرار شده.

۵- کمال و سعادت

هرچه جوهر و حقیقت نفس و وجود انسان کامل تر شود لذاپذیرش بیشتر می شود و هر چه قرب و نزدیکی انسان به خدا بیشتر باشد نفس کامل تر است. واضح است که قرب الهی، قرب مکانی و اعتباری و تشریفاتی محض نیست. وجودی و تکوینی و حقیقی است و نیز اکتسابی و اختیاری. از این جهت، کمال با سعادت ملازمه دارد و سعادت یعنی لذت پایدار. کمال نهایی، در تقویت رابطه وجودی با خداست. یعنی علم حضوری نفس به خدا شدید تر شود. راه رسیدن به این کمال هم، اطاعت و عبادت خداست. البته اطاعتی که برخاسته از ایمان قلبی باشد. در ایمان نوعی اختیار و اراده ملحوظ است. انسان باید دلش را اختیاراً تسلیم کند، اضطراری نیست. می تواند به خدا، علم داشته باشد ولی ایمان نداشته باشد یعنی تصمیم نگرفته تسلیم خدا باشد و خدا را به خدایی بپذیرد.

تقرب به خدا

قرب خدا، ادراک و تلقی خاص از موجودات است ذهنیت انسانها نسبت به موجودات از مستقل دیدن ظاهری آنها آغاز می شود تا ادراک مخلوق و مفهوم بودن و تا نهایتاً عین نیاز و ربط دیدن و درک نیاز لحظه به لحظه آنها، که این هر سه، معرفت عقلی است و سهم عقل و یک فیلسوف و دانشمند، ممکن است، بدون طی مراتب کمال معنوی و فقط از راه استدلال و برهان، بدان برسد و مثلاً حرکت جوهری را بپذیرد. اما تبدیل شدن این ادراک عقلی به یک معرفت حضوری و شهودی و انتقال از دانستن به یافتن و دیدن، نیاز به سیر قلبی و سلوک عملی دارد تا دل از آلودگی ها تصفیه شود و موانع قرب الهی بر طرف گردد. چنین درک و دریافتی توحید واقعی است که در صحنه عالم، مؤثر واقعی را جز یکی نداند و نبیند. چنین بینشی ریشه اخلاص است و چنین اخلاصی هدف آفرینش: ... وَ مَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ (البینة - ۵)

(در کتب آسمانی) امر نشده بودند مگر بر اینکه خدا را به اخلاص کامل در دین پرستش کنند و از غیر دین حق روی بگردانند

عبادت خالص بی شرک که عالی ترین منازل کمال است و رفیع ترین جایگاه عبودیت بندگی خدا، سرآمد همه اخلاق فاضله و ثمره و حاصل تمام اصول و فروع دین است و به تعبیر برخی بزرگان، فقه مقدمه اخلاق و اخلاق مقدمه توحید است. و نباید در مقدمه اول متوقف بمانیم.

در این بینش تمامی عزتها، قدرت و قوتها، دست خداست.

وَلَا يَحْزُنُكَ قَوْلُهُمْ إِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعاً هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ (یونس - ۶۵)

و سخن منکران، خاطرت را غمگین نسازد، چرا که هر عزت و اقتداری مخصوص خداست و او شنوا و داناست.

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَتَّخِذُ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَنْدَاداً يُحِبُّونَهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ وَلَوْ يَرَى الَّذِينَ ظَلَمُوا إِذْ يَرُونَ الْعَذَابَ أَنَّ الْقُوَّةَ لِلَّهِ جَمِيعاً وَأَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعَذَابِ (بقره ۱۶۵)

برخی از مردم (نادان) غیر خدا را همانند خدا گیرند و چنان که خدا را باید دوست داشت با آنها دوستی ورزند، لیکن آنها که اهل ایمان اند کمال محبت و دوستی را فقط به خدا مخصوص دارند. و اگر فرقه مشرکین ستمکار وقتی که عذاب خدا را مشاهده کنند ببینند که قدرت خاص خدا است و عذاب خدا بسیار سخت است (از شرک خود سخت پشیمان شوند).

مراتب اخلاص

۱- عمل برای خدا باشد ولی بهره مندیها و دست یابی های دنیایی محرک انسان باشد. مثلاً وضو و نماز و... را برای خدا انجام می دهد اما سرد و گرم بودن آب و مکان و سایر خصوصیات هم برایش مهم است. نماز و روزه استیجاری می خواند و می گیرد برای خدا اما وجه دریافتی هم برایش مهم است و همه این موارد با نیت خالص و اخلاص قابل جمع است.

۲- عمل برای خداست و محرک و داعی، بهشت و جهنم است. این هم منافاتی با اخلاص ندارد. در سخن والا و بلند امیر المومنین (ع) در عبادت تاجران و

بردگان و آزادگان که در حکمت ۲۳۷ نهج البلاغه آمده باید دقت بیشتری شود تا عدم تنافی آن با اخلاص روشن شود.

۳- عمل برای خداست و محرک هم بهشت و جهنم نیست بلکه با درک اهلیت و استحقاق ذات ربوبی، می خواهد خود را به مقام لقاء الهی برساند.

۴- عمل برای خداست و محرک محبت و عشق الهی است که بالاترین لذتها را به دنبال دارد و این مقام اولیاء و انسانهای کامل است که خود و خودیت در آنها باقی نمانده و به فناء کامل در محبت خدا رسیده اند .

وَالَّذِينَ آمَنُوا اشْدُّ حُبًّا لِلَّهِ (بقره ۱۶۵) آنها که ایمان دارند عشقشان به خدا (از مشرکان نسبت به معبودهایشان) شدیدتر است. امام باقر (ع) فرمود: هَلِ الدِّينُ إِلَّا الْحُبُّ (کافی، ج ۸، ص ۷۹).

گناه، محبت شکن است و محبت سوز. تمام دستور العمل های اخلاقی برای رسیدن انسان به مقام محبت و عشق به خداست .

بخش سوم

راه ها و شیوه های تربیت نفس

برای رسیدن به این هدف ها ، شیوه و روش های معینی توصیه شده . چه این که هر کاری راهی دارد و هر نتیجه ای ، تلاش خاصی را می طلبد. امراض روحی و اخلاقی همانند جسمی، زمینه ها و عوامل خاص خود را دارد و قابل درمان است. در روایت زیبایی رسول خدا فرموده: عِبَادَ اللَّهِ أَنْتُمْ كَالْمَرْضَى وَ رَبُّ

العالمين كَالطَّبِيبِ فَصَلَحُ الْمَرْضَى فِيمَا يَعْمَلُهُ الطَّبِيبُ لَا فِيمَا يَشْتَهِيهِ (عدّة الداعي، ص ۳۷)

احکام و دستورات دین مثل نسخه های پزشکی، مصلحت افراد را در نظر می گیرند و خواست و تمایل غریزی و نفسانی آنان را.

انحرافات، عارضی اند و اصلاح پذیر فقط به شرط اینکه خود انسان بخواهد.

قرآن نسخه شفا بخش امراض روحی و اخلاقی است منتهی بر خلاف امراض

جسمی، شاید بیش از ۸۵٪ مبتلایان، به مریضی خود آگاهی ندارند و اگر چنان

نسبتی به آنها داده شود، ناراحت و برافروخته می شوند. ولی چاره ای نیست

باید با دقت آنها را در وجود خویش ردیابی نموده و در صدد درمان بود.

حال با توجه به آنچه گذشت، مواردی از عوامل تربیت اخلاقی، یاد آوری می شود

۱- تفکر:

مهم ترین و نخستین عامل، تعقل و تفکر است که در متون مذهبی، مورد تاکید

شدید است.

تَفَكُّرُ سَاعَةٍ خَيْرٌ، اَفْضَلُ مِنْ عِبَادَةِ سَنَةٍ، ستین، سبعین سَنَةً. (بحار، ج ۸۶، ص ۱۲۹)

عبادتها یا بدنی است مانند نماز و روزه. یا مالی است مانند خمس و زکات و

صدقات و انفاقات و یا صرفاً روحی و فکری است و این آخری، افضل آنها

است. البته منظور جانشین سازی نیست، بلکه بیان ضرورت است. تفکر

صمیمانه و صادقانه حداقل ۱۰ دقیقه در شبانه روز.

متعلق تفکر می تواند عالم خلقت باشد : **إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَ**
اخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ (آل عمران ۱۹۰) مسلما در آفرینش
آسمانها و زمین و آمد و رفت شب و روز، نشانه های (روشنی) برای صاحبان
خرد و عقل است.

و می تواند تاریخ باشد : **فَاقْصُصِ الْقَصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ** (اعراف ۱۷۶)
داستان پیشینیان را بازگو کن شاید به درستی تفکر نمایند

و می تواند خود انسان باشد . قدرت و توانایی و جریان سازی و موج آفرینی او
و نیز سرنوشت آینده او و در غالب موارد، دفعی و ناگهانی بودن پایان و سرانجام
ها و نیز وعده و وعید های انبیاء و اولیاء و... دارای چنین ظرفیت تامین و تغذیه
فکری و عقلی هست .

ناگفته آشکار است که در فرهنگ قرآن نه سنت گرایی و نه تجدد گرایی ملاک
صحت و درستی نیست که آیات متعددی به ویژه در مورد نفی سنت گرایی وجود
دارد بلکه حقیقت گرایی، ملاک و معیار است.

۲- يقظة و بیداری :

اگر آن تفکر ، انسان را به بیداری و آگاهی لازم برساند و ضرورت اصلاح
خویش را درک کند ، اولین گام را در مسیر فلاح و رستگاری جاودانه خویش
برداشته . این بیان امیر المومنین (ع) در نهج البلاغه شاید اشاره به همین مطلب
باشد :

يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ مَا جَرَّكَ عَلَى ذَنْبِكَ وَمَا غَرَّكَ بِرَبِّكَ وَمَا آتَاكَ بِهَلَكَةٍ نَفْسِكَ
أَمَّا مِنْ دَائِكَ بُلُولٌ أَمْ لَيْسَ مِنْ نَوْمِكَ يَقْظَةٌ أَمَّا تَرْحَمُ مِنْ نَفْسِكَ مَا تَرْحَمُ مِنْ
غَيْرِكَ (خطبه ۲۲۳ نهج البلاغه صبحی الصالح).

ای انسان چه چیزی تو را بر ارتکاب گناه، جرئت و جسارت داده و تو را نسبت
به پروردگارت مغرور نموده و به هلاکت و نابودی خویشتن مانوس نموده آیا درد
تو درمانی و خواب تو بیداری به دنبال ندارد و آیا به اندازه ای که برای دیگران
دل می سوزانی برای خود دلسوزی نمی کنی

پیامبر ص در حدیث معروفی فرموده: النَّاسُ نِيَامٌ إِذَا مَاتُوا انْتَبَهُوا (بحار الانوار ،
ج ۵۰ ، ص ۱۳۴)

مردم در خواب غفلت اند هنگام مرگ و مردن تازه از این خواب بیدار می شوند .
این انتباه عمومی پس از مرگ، برای زیرکان و عاقلان، پیش از مرگ حاصل می
شود .

۳- محاسبه :

پس از بیداری و احساس نیاز به یک حرکت اصلاحی و توبه و تصمیم و عزم
قاطع بر کنترل و اصلاح ، راهی که توسط تمام بزرگان اخلاق و تربیت توصیه
شده و می شود ، مشارطه و مراقبه و محاسبه است .

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ لَتَنْظُرَ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا
تَعْمَلُونَ وَ لَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ (حشر
۱۸)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! از مخالفت خدا پرهیزید، و هر انسانی باید بنگرد تا چه چیز را برای فردایش از پیش فرستاده، و از خدا پرهیزید که خداوند از آنچه انجام می‌دهید آگاه است.

اساس مسایل اخلاقی و به تعبیر مرحوم علامه طباطبایی (ره) بذر خود سازی، مراقبت است و سپس محاسبه، حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا وَزِنُوا قَبْلَ أَنْ تَوَزَنُوا وَتَجْهَظُوا لِلْعُرْضِ الْاَكْبَرِ (وسایل الشیعه، ج ۱۶ ص ۹۹).

پیش از آن که مورد محاسبه قرار گیرید به حساب خویشتن برسید و تا به ارزیابی شما نپرداخته اند خویش را ارزیابی نمایید و خود را برای بزرگترین حسابرسی در محضر الهی مجهز کنید.

مشارطه، پیمان بستن با خویش است به یاد خدا بودن و عمل به واجبات و خیرها و ترک حرامها و بدیها البته به شرط تکرار، تا راسخ شده و ملکه نفس گردد و خصلت های منفی نفس، مهار گردد. تکرار ولو با مشقت و ثبات قدم و دوام، تا پس از مدتی و به خصوص در لحظات حساس، فعال نشود.

غلبه نفس و شیطان در صورت غفلت، قطعی است هر خلاقی، تخریب شخصیت فرد است و به قضاوت ضمیر نا خود آگاه، اعتماد به نفس را تخریب می کند. اصطلاح سُحْق و سُحْت در آیات قرآن، قابل توجه است، سُحْق به شیی پودر و نرم شده گفته می شود (لسان العرب) و سُحْت یعنی حرام و ناروایی که از انسان سرزند (همان)

فَيُسْحِتْكُمْ بِعَذَابٍ (طه ۶۱) فَسُحِقًا لِأَصْحَابِ السَّعِيرِ (ملک ۱۱)

گنه کار شخصیت پودر شده ای دارد .

اصرار بر گناه، به ضعف اراده و شخصیت می انجامد و ضعف در هیچ زمینه ای، قابل دفاع نیست گر به دوزخ می روی مردانه رو .

بهترین ساعات مشارطه، صبحگاه پس از ادای نماز صبح است که دل، حق پذیر تر است. مراقبت از خویش با ذکر و یاد خدا، میسر است و ذکر حقیقی و نافع، ذکر در همه یا اکثر اوقات است. اصل ذکر همان حضور قلب و احساس حضور است .

حضور گرهی خواهی از او غایب مشو حافظ

مَتَى مَا تَلَقَّ مَنْ تَهْوَى دَعِ الدُّنْيَا وَ أَهْمِلْهَا

ذکرزبانی و لفظی و بی حضور، بیهوده و عبث و بی اثر یا بسیار کم اثر است. در پایان روز محاسبه کند و عملکرد روزانه خود را مرور کند اگر نتیجه مثبت بود، خدا را شکر کند و امید بیشتری پیدا کند و اگر منفی بود، خود را کیفر و تنبیه نماید ، به گونه ای که به تشخیص استاد و مربی اش و در صورت نبودن مربی، به تشخیص خودش، موثر و راهگشا باشد.

این مشارطه و مراقبه و محاسبه به ویژه در مراحل آغاز، البته بدون زحمت و سختی نخواهد بود و ثبات قدم می خواهد ولی درنهایت، ثمرات عالی دهد و کام جان و روان را شیرین سازد .

۴- اعتماد به خدا :

به قدرت و یاری خداوند توکل و اتکا نماید. داشتن پناهگاه و تکیه گاه مطمئن، نیاز هر لحظه انسان است تا اعتماد به نفس پیدا کند به خصوص اگر ایمان واقعی داشته باشد که خدا از رگ قلب، به او نزدیک تر است وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ (ق ۱۶) و از بندگان خوب و شایسته خود دفاع می کند . إِنَّ اللَّهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا (حج ۳۸)

این اندیشه و باور و احساس، به صورت سیگنالی قدرتمند ، در ضمیر نا خود آگاه وارد می شود و روحیه اعتماد به نفس می آفریند، در انسان اقتدار ایجاد می کند و ضعفها را می زداید .

۵- نظم و انضباط : بی برنامه‌گی و بی نظمی، حاصلی جز نا کامی و شکست و به دنبال آن سرزنش خویش ندارد و این سرزنشها ، آگاهانه یا نا آگاهانه ، باور و اعتماد به نفس را تخریب و تضعیف می کند .

امیرالمومنین (ع) در وصایای معروف خویش ، همگان را به رعایت تقوای الهی و نظم در شئون زندگی ، توصیه فرموده :

اَوْصِيكُمْ بِتَقْوَى اللَّهِ وَنَظْمِ أَمْرِكُمْ . (نهج البلاغه صبحی الصالح ص ۴۲۲)

۶- معاشرت با شایستگان : در متون دینی ، بحث مستقلی است با عنوان (مجالست) در دو بعد مثبت و منفی با خوبان و بدان . نمی توان به هیچ کس وابستگی نداشت و تاثیر پذیر نبود. پیامبر (ص) فرمود : الْمَرْءُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ (

اصول کافی، ج ۲، ص ۳۷۵) هر کسی دین، رویه و مرام دوستان و رفیقان خود را دارد.

باید برای دوستی و رفاقت ملاک و معیار داشت و عاقل و امین و متدین بودن از جمله ملاکهای ضروری است. علی (ع) فرمود: مُجَالِسَةُ أَهْلِ الْهَوَاءِ مَنَسَاءٌ لِلَايْمَانِ (نهج البلاغه، خطبه ۸۶، ص ۱۱۸) منسأه اگر اسم مکان باشد یعنی فراموشگاه یا فراموشخانه که تعبیر جالبی است و اگر مصدر میمی باشد یعنی فراموشی ایمان.

از عیسی (ع) پرسیدند: يَا رُوحَ اللَّهِ مَنْ نُجَالِسُ قَالَ مَنْ يُذَكِّرُكُمْ اللَّهُ رُؤْيَاهُ وَ يَزِيدُ فِي عِلْمِكُمْ مَنَاطِقَهُ وَ يُرَغِّبُكُمْ فِي الْخَيْرِ عَمَلُهُ (اصول کافی، ج ۱، ص ۳۹) کسی شایسته مجالست و رفاقت است که دیدارش شما را به یاد خدا اندازد، گفتارش بر علم و دانش شما بیفزاید، رفتارش شما را بر کارهای خیر و شایسته ترغیب نماید.

مجالست، اثر قهری دارد. البته معاشرت های رسمی، نظیر ارتباط معلم و متعلم و مربی و زیر دست و امثال آنها، تاثیر چندانی ندارد. در چنین معاشرتهایی، گویا دلهای خود را به روی یکدیگر می بندند. غالباً قیافه ها و برخوردها مصنوعی است. ولی اگر صمیمی و رفیق شدند، حقیقت وجودی خود را رو می کنند و لذا اثر گذاری و اثر پذیری شدید است. به قول مولوی:

می رود از سینه ها در سینه ها

از ره پنهان صلاح و کینه ها

صحبت صالح تو را صالح کند

صحبت طالح تو را طالح کند .

اگر حالت ارادت پیدا شود، تاثیر فوق العاده است و بزرگ ترین عامل در دگرگونی فرد خواهد بود . اگر کسی را ایده آل و کامل بداند و شیفته روحیات او گردد ، تسلیم کامل او خواهد شد. ارادت از مقوله محبت و شیفتگی است.

سفارش به محبت اهل بیت علیهم السلام ، همین اثر تربیتی را دارد . پیدایش رابطه محبت آمیز حقیقی، غیر از تفکر و محاسبه نفس است و مانند آهن ربا، با یک چرخش، همه براده های آهن را جذب می کند و نیازی نیست که یکی یکی با سر پنجه تفکر و محاسبه پیدا و جمع کند. در زیارت امین الله می خوانیم :
اللهم فاجعل نفسي مُحِبَّةً لِصَفْوَةِ أَوْلِيَائِكَ مُحِبَّةً فِي أَرْضِكَ وَسَمَائِكَ (وسایل الشیعه، ج ۱۴ ص ۳۹۵) خدایا مرا به گونه ای قرار ده که دوستدار اولیائت و محبوب نزد آسمانیان و زمینیان باشم داشتن محبوب و محبوب بودن از نیازهای زیر بنایی و اساسی و بی بدیل هر انسانی است که اگر به درستی هدایت نگردد عوارض ضد تربیتی و ضد اخلاقی فراوانی خواهد داشت

دراین فراز، محبت و عشق به اولیاء برگزیده خدا و مورد محبت و دوستی آنان بودن از خدا خواسته شده .

۷- هجرت : در طریق اصلاح و تربیت نفس ، ممکن است برای برخی افراد تغییر محیط و شغل و شرائط لازم باشد . اگر پس از تامل و دقت به چنین نتیجه

ای برسد ، باید این کار را صورت دهد و این همان هجرت است که در فرهنگ دینی ما مطرح است .

إِنَّ الَّذِينَ تَوَفَّيَهُمُ الْمَلَائِكَةُ ظَالِمِي أَنْفُسِهِمْ قَالُوا فِيمَ كُنْتُمْ قَالُوا كُنَّا مُسْتَضْعَفِينَ فِي الْأَرْضِ قَالُوا أَلَمْ تَكُنْ أَرْضُ اللَّهِ وَاسِعَةً فَتُهَاجِرُوا فِيهَا فَأُولَئِكَ مَأْوَاهُمْ جَهَنَّمُ وَ سَاءَتْ مَصِيرًا (۹۷ نساء) آنان که فرشتگان، جانشان را در حالی که ظالم به خود بوده‌اند می‌گیرند، از آنها می‌پرسند که در چه کار بودید؟ پاسخ دهند که ما در روی زمین مردمی ضعیف و ناتوان بودیم. فرشتگان گویند: آیا زمین خدا پهناور نبود که در آن هجرت کنید؟! و مأوای ایشان جهنم است و آن بد جایگاه بازگشتگاهی است.

يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ أَرْضِي وَاسِعَةٌ فَإِيَّايَ فَاعْبُدُونِ (۵۶ عنكبوت) ای بندگان من که ایمان آورده‌اید زمین من وسیع است بنا براین تنها و تنها مرا پرستید .

۸- اصل عدم تأخیر : اصلاح و تربیت اخلاقی مقدم بر هر کار دیگری است و از آنجا که چیزی مهمتر از آن نیست، نباید به تأخیر بیفتد. در این راه موانع و عوامل بازدارنده فراوان است ، تأخیر در اقدام ، اصل اقدام را مختل میکند .

امام علی (ع) فرمود : فَتَدَارِكُ مَا بَقِيَ مِنْ عُمْرِكَ وَلَا تَقُلْ غَدًا وَ بَعْدَ غَدٍ فَإِنَّمَا هَلَكَ مَنْ كَانَ قَبْلَكَ بِإِقَامَتِهِمْ عَلَى الْأَمَانِي وَ التَّسْوِيفِ حَتَّى اتَاهُمْ أَمْرُ اللَّهِ بَغْتَةً وَ هُمْ غَافِلُونَ . (اصول کافی، ج ۲، ص ۱۳۶) باقی مانده عمر خویش را دریاب و امروز و فردا مکن و بدان که از پیشینیان کسانی به هلاکت و نابودی دچار شدند

که بر آرزوها و تسویف و تأخیر افکندن و امروز و فردا نمودن تکیه کردند و به ناگهان و در حال غفلت و عدم آمادگی، مرگ آنان را در ربود.

امام باقر (ع) فرمود: اَيَّاكَ وَالتَّسْوِيفَ فَإِنَّهُ بَحْرٌ يَغْرَقُ فِيهِ الْهَلَكَى (بحار، ج ۷۵، ص ۱۶۴) چنانکه از یک درنده خطر ناک می گریزی از امروز و فردا نمودن پرهیز که آن، دریایی است که بسیاری در آن غرق شده اند

و خلاصه: بده یک جام ای پیر خرابات مگو فردا که فی التَّأخِيرِ آفات ۹- کار کردن

کار، از عوامل مهم تربیت است. إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُؤْمِنَ الْمُحْتَرِفَ (کافی، ج ۵، ص ۱۱۳) خداوند مومن صاحب حرفه و کار را دوست دارد: الْكَادُ عَلَى عِيَالِهِ كَالْمُجَاهِدِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ (کافی، ج ۵، ص ۸۸) کسی که برای اداره خانواده خود از راه حلال، متحمل رنج و زحمت می شود، پاداش جهادگر در راه خدا را دارد مَلْعُونٌ مَنْ أَلْقَى كُلَّهُ عَلَى النَّاسِ (کافی، ج ۴، ص ۱۲) از رحمت خدا دور باد کسی که بار خود را به دوش کس دیگری بیاندازد.

در مورد فرد بیکاری پیامبر (ص) فرمود: سَقَطَ مِنْ عَيْنِي (جامع الاخبار، فصل ۹۹، ص ۱۳۹) از چشم من افتاد و بی ارزش شد.

اگر انسان برای گذراندن زندگی هم مجبور به کار کردن نباشد، باید برای تربیت، کار کند و این بر خلاف تصور عموم است. کار همچنان که از عوامل حفظ الصحه جسم است، از عوامل حفظ الصحه روح و روان هم هست. علی (ع)

فرمود : النَّفْسُ إِنْ لَمْ تَشْغَلْهُ شَغَلَكَ . خیالات اوقات بیکاری، منشأ بسیاری از گناهان و جنایات است .

کار اگر مورد علاقه و منطبق با ذوق انسان باشد، هم مانع افکار شیطانی است و هم مانع کار های شیطانی. هیچکس فاقد همه استعداد ها نیست منتهی خود انسان ای چه بسا نمی داند استعداد چه کاری را دارد. دنبال کاری می رود که همیشه ناراحت است. چنین کاری نه تنها اثر تربیتی ندارد بلکه فاسد کننده هم هست. انتخاب کار باید بر اساس ذوق باشد نه در آمد و باید استعداد یابی شود تا کار روح انسان را جذب کند و عاشق کارش باشد. در این صورت است که خواهد توانست ابتکاراتی هم به خرج دهد. باید خود را آزمود و کشف کرد و این بهترین کشفها است که به دنبال آن ذوق و عشق پیدا می شود. شاهکارها، ساخته عشق هستند نه پول .

البته در جوامعی که بی کاری و عدم اشتغال به صورت یک معضل گسترده و فراگیر در آمده مانند جامعه کنونی ما، سخن از انتخاب و گزینش شغل و کار، چندان منطبق با واقعیات به نظر نمی رسد ولی تا حدی نسبت به همگان و تا در صد زیادتری نسبت به برخی افراد شدنی و عملی است .

۱۰- ازدواج

از عوامل تربیت است و اولین گام خروج انسان از حصار فردی است . ازدواج نکرده ها نوعی خامی را تا آخر عمر همراه دارند . اگر ازدواج نکردن درباره

حضرت یحیی (ع) و حضرت عیسی (ع) و ... درست باشد باز نقصی است بدین معنا که دارندگان کمالهای آنان به اضافه ازدواج، بالاتر از آنها هستند .

مَنْ تَزَوَّجَ فَقَدْ أَحْرَزَ نِصْفَ دِينِهِ (کافی، ج ۵، ص ۳۲۸).

نیمه دین هر کس با ازدواج، مصون و محفوظ است باید مراقب نیمه دیگر آن باشد .

ازدواج نکردن (عزوبت) نا مطلوب و نا خوشایند دانسته شده البته کسانی که شرایط اجتماعی و اقتصادی آنان، امکان و اجازه ازدواج و تامین مخارج زندگی به آنان نمی دهد، باید با حساسیت، مراقب خود باشند و خود را آلوده به گناه نکنند و به توصیه قرآن کریم، عفت بورزند تا خداوند اسباب و مقدمات ازدواج و رفع نیاز آنان را فراهم نماید .

فَلَيْسَتْ عَفْفُ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ (سوره نور، آیه ۳۳).

آنان که امکان ازدواج نمی یابند، باید عفت بورزند تا خداوند آنان را از فضل و رحمت خویش بی نیاز گرداند .

جوان با اراده و عفيف، چنان ارزش والایی دارد که همپای فرشتگان الهی شمرده شده : مَا الْمُجَاهِدُ الشَّهِيدُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ بِأَعْظَمِ أَجْرًا مِمَّنْ قَدَرَ فَعَفَّ لَكَادَ الْعَفِيفُ أَنْ يَكُونَ مَلِكًا مِنَ الْمَلَائِكَةِ (نهج البلاغه، کلمه ۴۷۴)

اجر و پاداش مجاهد شهید در راه خدا، بیشتر نیست از کسی که با قدرت بر گناه، عفت بورزد. چنین انسان پاکدامنی، همپای فرشتگان الهی است.

و از راه های حفظ عفت در قرآن، استعانت و کمک گرفتن از روزه و نماز است:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ (بقره ۱۵۳)

ای افراد با ایمان از صبر (و استقامت) و نماز (در برابر حوادث سخت زندگی) کمک بگیرید (زیرا) خداوند با صابران است.

صبر در این جا، به عنوان یکی از مصادیق روشن وقوی، به روزه تعبیر شده.

روزه در هر هفته دو روز دوشنبه ها و پنجشنبه ها که سنت رسول الله (ص) دانسته شده و رعایت نماز با شرایط صحت و قبول یعنی رعایت جهات شرعی که در رساله ها آمده و نیز دقت در حضور قلب که لازمه این دو، اولاً یاد گرفتن ترجمه نماز است و ثانیاً تقید به نماز اول وقت. پس از این مراحل، اتیان نوافل در حد مقدور است .

بخش چهارم و پایانی

گزیده ای از ارزشها و ضد ارزشها :

۱- خاموشی:

بسیاری از آفات، مانند غیبت، تهمت، دروغ، تمسخر دیگران، سرزنش، مجادله، شوخیهای بیجا و آزار دهنده، سخنان بیهوده، فحش و... از مفاصد زبان است

ضرر این عضو برای انسان از سایر اعضاء بیشتر و بهترین ابزار برای شیطان است

از این جهت در حدیث رسول خدا ص ، چنین آمده : بیشترین چیزی که مردمان را داخل جهنم می کند زبان است و شهوت .

نیز فرموده: هر کس محفوظ ماند از شر آن دو، از همه شرور محفوظ است .

از امام صادق ع نقل شده : هیچ روزی نیست مگر آن که اعضاء بدن، خطاب به زبان می گویند ترا به خدا قسم می دهیم که ما را به عذاب و کیفر نیندازی .

زبان منشا اکثر رنج و سختیهای دنیا و مفاسد دینی است

زبان بسیار سر بر باد داده است

زبان، ما را عدوی خانه زاد است

ضد همه آفات زبان، خاموشی است که انسان را عزیز و محترم می دارد و زینت عالم و پرده جاهل است

چه در بسته باشد چه داند کسی

که جوهر فروش است یا پيله ور

سکوت دری است از درهای حکمت و باعث جمعیت خاطر و موجب دوام وقار و هیبت و فراغت از برای ذکر و سلامتی دنیا و آخرت خواهد بود

رسول خدا (ص) فرمود : من صمت نجی هر کس خاموش نشست، نجات یافت

نیز فرمود: هر کس ایمان به خدا و رسول او دارد باید هر سخنی که می گوید خیر باشد یا خاموش نشیند

لقمان حکیم به پسر خود فرمود: ای فرزند اگر چنان پنداری که سخن تو نقره است ، بدان که سکوت تو طلاست .

بر اساس آنچه گذشت خاموشی با وجود سهولت و آسانی، نافع ترین چیزهاست

پس تا توانی به خاموشی عادت کن و از فواید آن غافل مباش و بدان که نادان را به از خاموشی نیست و اگر این مصلحت بدانستی نادان نبود.

۲- کنترل چشم:

شاید بتوان ادعا کرد اکثر گناهانی که استحقاق بهشت را سلب می کند و یا مانع حصول چنین استحقاقی می شود، گناهان چشم اند در این راستا قرآن نسخه مراقبت و بهداشت روحی ، معنوی را تجویز و الزام نموده است و در آیات ۳۰ و ۳۱ سوره نور فرموده: قل للمؤمنین یغضوا من ابصارهم وقل للمؤمنات یغضضن من ابصارهن ...

هم مردان و هم زنان با ایمان، باید مراقب دیدگان و نگاههای خود باشند و آن را کنترل نمایند .

روایتی از حضرت باقر (ع) بدین صورت نقل شده و بسیار در این بحث قابل تامل است :

ابو بصیر که فردی نابینا بود می گوید به حضور حضرت رسیدم و پرسیدم شما وارثان پیامبرید؟ فرمود آری گفتم رسول خدا هم وارث همه پیامبران بود و آنچه آنها می دانستند می دانست؟ فرمود آری گفتم شما قدرت زنده کردن مرده ها و شفاء نابینا و... را دارید؟ پاسخ داد به اذن خدا آری . سپس مرا نزد خود طلبید، جلو رفتم دستی به صورت و دیده گان نابینایم کشید و ناگهان بینا شد، خورشید و آسمان و زمین و خانه و همه چیز را دیدم و بینایی کامل پیدا کردم، فرمود مایلی به همین حال بمانی ولی در قیامت مانند مردم عادی از تو حساب کشیده شود و مسوئلیت بخواهند و نفع و ضرر و بهشت و دوزخ تو مانند سایرین باشد یا به حال

نابینایی اول که خدا برای تو خواسته بود بر گردی اما بهشت خالص و تضمین شده ای داشته باشی ؟ عرض کردم می خواهم به حالت اول باز گردم مجددا دستی به چشمان من کشید و به حال نابینایی برگشتم (اصول کافی، ج ۱، ص ۴۷۰، حدیث ۳)

ابوبصیر از یاران امام باقر (ع) و امام صادق (ع) و از اصحاب اجماع است اصحاب اجماع کسانی اند که اگر سند روایتی به آنان برسد، صحت آن روایت، بی تردید پذیرفته می شود.

از این روایت نکاتی چند استفاده می شود :

۱- امامان معصوم علیهم السلام به اذن خداوند، دارای ولایت تکوینی هستند و قادر به انجام کارهای خارق العاده و تصرفاتی در عالم مانند زنده نمودن مرده ها، شفای مریضهای غیر قابل درمان و...

معجزه ها و کرامتهای آن برگزیدگان خدا در دوران حیات و نیز پس از مرگ ظاهری، به قدری در تاریخ و در دوران معاصر فراوان است که از شمارش خارج است این روایت هم در همان راستا، جایگاه روشنی دارد

۲- در نظام آفرینش، بهره مندی و محرومیت از نعمتها و امکانات خدا دادی همراه محاسبات دقیق است تکلیف هر کس، به مقدار بهره ها و دارایی اوست تحمل و راضی بودن به محرومیتهایی که خود انسان در پیدایش آن نقشی ندارد و بر اساس مصالحی ناشناخته، تقدیر شده، اجر و پاداشهای عظیم در پی دارد و در یک کلام عالم، حساب دارد

۳- چنان که اشاره شد، گناهان چشم موانعی بسیار اساسی در مسیر تکامل اخلاقی و معنوی انسان اند از یکسو نگاههای آلوده، موجب آشفته‌گیهای فکری و روحی اند و تداوم آنها، زمینه سقوط و دست کم باز ماندن از کمالهای علمی و معنوی است و در محیط‌هایی مانند دانشگاه، ظرافت و حساسیت بیشتری دارد.

زدست دیده و دل هر دو فریاد

هر آنچه دیده بیند دل کند یاد

بسازم خنجری نیشش ز فولاد

زنم بر دیده تا دل گردد آزاد

و از سوی دیگر نگاههایی که هر چند گناه نیستند اما سبب اشتغال فکر و خیال و هدر رفتن فرصتها و تضییع عمر می‌گردند. انسانهای وارسته و راه پیموده، هر چیزی را لایق نگریستن و به دنبال آن اشتغال ذهنی و فکری خویش نمی‌دیده‌اند و حتی در کوچه و بازار که تردد و عبور می‌کرده‌اند، از نگاه خود در حد ضرورت، استفاده می‌نموده‌اند و نگریستن و چشم‌دوانی به مغازه‌ها و کالاهای... و تفحص چهره‌ها و حرکات گوناگون و پرواز پرنده‌ها آرام‌دهن و خیال هر لحظه از شاخه‌ای به شاخه‌ای، جز پراکندگی فکر و خیال و غافل ماندن از مسایل اصولی و ضروری علمی و معنوی و هدر رفتن ثانیه‌ها، دقایق، ساعات و ایام عمر حاصل و بهره‌ای ندارد و از نگاه خوبان و فرزندان، از موانع مهم خودسازی و به همین دلیل ممنوع است

بس فتنه که بر سر دل آرد آنکس که نظر نگه ندارد

نقل زیر، نمونه خوبی است :

مرحوم راشد تربتی که شرح حال و مشاهدات خود از پدر بزرگوارش، عارف واصل مرحوم حاج آخوند ملا عباس تربتی را نوشته و به نام (فضیلت‌های فراموش شده) چاپ و منتشر شده، از جمله چنین آورده:

... از خیابان و بازار که می گذشت به اطراف نگاه نمی کرد در زمانی که در مشهد مقدس فلکه ای دور آستانه امام رضا ع احداث کردند و با احداث آن فلکه قبرستان قتلگاه که قبرستان بزرگ و مهمی بود در جانب شمالی صحن کهنه از بین می رفت و اینها در آن زمان در مشهد کارهای مهم و جالب توجه هر کس بود، من همراه حاج آخوند از درب غربی صحن کهنه بیرون رفتم و در ابتدای بالا خیابان که حالا (۱۳۵۴ ش) نامش خیابان نادری است می رفتیم چون به بست بالا خیابان رسیدیم که دو دهانه فلکه در آنجا به هم می پیوست گفتم این فلکه ای است که احداث کرده اند مرحوم حاج آخوند نگاه نکرد از ایشان پرسیدم آیا نگاه کردنش گناه دارد گفت گناه ندارد ولی به همین اندازه حواسم پرت می شود همچنین در سال ۱۳۱۷ ش که من نتوانستم به تربت بروم و مادر من بی تاب می کرد برای دیدنم، به تهران آمد هر جا که می رفتیم فرضاً از مقابل مجلس و میدان بهارستان می گذشتیم و من می گفتم اینجا فلان جاست، نگاه نمی کرد فقط به جلو یا پیش پا نگاه می کرد که می خواست راه برود (فضیلت‌های فراموش شده، ص ۱۴۸)

از رسول خدا (ص) این جمله نورانی نقل شده که فرمود: غَضُّوا أَبْصَارَكُمْ تَرَوْنَ
الْعَجَائِبَ

اگر دیدگانتان را ببندید (کنترل نمایید) شگفتیها را خواهید دید.

این جمله هم از شیخ بهایی (ع) در این قسمت خواندنی و قابل توجه است: از
اهل دل یکی می گفت مردم می گویند دیدگانتان را بگشاید تا ببینید و من می
گویم دیدگانتان را ببندید تا ببینید.

یعنی به هر مقدار چشمان ظاهر کنترل و مراقبت شود، دیدگان بصیرت و باطن،
بیناتر خواهد شد.

۳- صبر:

صبر یعنی مضطرب نشدن در بلاها و مصایب. اکثر اخلاق، داخل در صبر است
و مرتبه صبر از مراتب رفیعتر است و در بیش از ۷۰ جای قرآن یاد و تمجید شده
و بر اساس روایات، نسبت صبر به ایمان، نسبت سر است به بدن و کسی را که
سر نباشد بدن نیست و کسی هم که صبر ندارد ایمان ندارد.

مقابل آن، جزع و بی تابی است که رها کردن عنان خود در بلایا و مصایب
است به فریاد کشیدن، ناله کردن و ... بلکه داخل در جزع است پریشان شدن و
چهره در هم کشیدن.

سبب کلی بی تابی، ضعف نفس است.

جزع، از مهلکات است چه حقیقت آن، انکار بر قضای خدا و اکراه از فعل و
حکم اوست.

پیامبر (ص) فرموده: اجر عظیم، با بلای عظیم است و چون خدا قومی را دوست دارد ایشان را مبتلا می سازد پس هر کس راضی شد، رضای خدا از برای اوست و هر کس غضبناک شد غضب خدا بر اوست.

راه تحصیل و به دست آوردن صبر چند چیز است:

۱- ملاحظه ودقت در روایات فضیلت ابتلاء و این که با هر مصیبت و گرفتاری، گناهی محو و درجه ای بالا می رود و خیری نیست در کسی که به بلایی گرفتار نشود و این که بداند آنچه به سبب صبر، به او می رسد بسیار بیشتر است از آنچه به سبب بلا از او فوت شده.

۲- توجه به این که زمان مصیبت، کوتاه و اندک است و به زودی تمام می شود

بگذرد این روزگار تلخ تر از زهر بار دگر روزگار چون شکر آید

صبر و ظفر هر دو دوستان قدیم اند در اثر صبر نوبت ظفر آید

۳- توجه به این که بی صبری و جزع فایده ای ندارد و هر چه مقدر است می رسد و بی تابی سودی ندارد.

۴- ملاحظه و توجه به کسانی که بلاهای بزرگتر از بلای او داشته و دارند.

۵- بداند که ابتلاء و مصیبت ، می تواند نشان فضل و سعادت باشد.

هر که در این بزم مقرب تر است جام بلا بیشترش می دهند

۶- بداند که تحمل مصایب و صبر بر آنها ، واسطه کمال روح اند.

۷- توجه کند که هم با تجربه و هم با اخبار ثابت شده که پس از هر غمی، شادی و راحتی است.

ای دل صبور باش و مخور غم که عاقبت این شام صبح گردد و این شب سحر شود
۸- بداند که این مصیبت از جانب خداست که او را بیش از هر چیز و هر کس
دوست دارد و جز خیر و صلاح او را نمی خواهد.

هر نیک و بدی که در شمار است چون در نگری صلاح کار است
۹- تتبع در احوال مقربان درگاه خدا و ابتلاء و صبر آنها تا رغبت به صبر برایش
حاصل شود.

البته سوختن دل و جاری شدن اشک که مقتضای بشریت است، بنده را از حد صبر
بیرون نمی برد چنان که رسول خدا (ص) در مرگ فرزندش گریست و در پاسخ
اعتراض فردی فرمود: این ترحم است و مهربانی چشم اشک می ریزد و دل می
سوزد و سخنی سر نمی زند که خدا را به غضب آورد.
نظیر این که مریض، به جراحی و حجامت راضی و خشنود است ولی از درد و الم
آن متأثر است.

در داستان خلقت و آفرینش انسان، گناهها و ضد ارزشهایی در قرآن مطرح شده که
شاید ترتیب ذکر، نشان ترتیب اهمیت آنها هم باشد و عبارتند از کبر حرص حسد
۴- کبر :

دستور سجده بر آدم (ع) را شیطان پذیرفت به سبب داشتن کبر و این، اولین
تخلف و گناهی بود که تحقق یافت.

ریشه کبر، خود خواهی و خود بینی است که به تعبیر بزرگان، بزرگ ترین بت است و شکستن و رهیدن از آن، مهم ترین کار . دارنده آن، اگر علاج و درمان نکند، به لعنت ابدی گرفتار آید.

کبر، اعتقاد به برتری خود بر دیگران است و آثاری در رفتار دارد که آنها را تکبر نامند مانند حقیر شمردن دیگران، مضایقه از هم نشینی، هم خوراکی و رفاقت، انتظار سلام و تقدم بر او در راه رفتن، با حقارت سخن گفتن و ... ریشه این کارها گاه حسد است، گاه کینه و گاه ریا.

کبر از اعظم رذیلت هاست و عوارض آن بسیار و آیات و اخبار در مذمت و انکار آن، خارج از حد شمار.

گاه شود که این مرض، در خفایای انسان مضمّر باشد از این جهت از معالجه آن دست کشد. برای آن علامات است که می توان خود را با آنها آزمود:

۱- در گفت و گوی با هم ردیفان خود، اگر معترف به حق و متشکر از او بودی ، تواضع داری و گرنه به کبر مبتلایی.

۲- در راه رفتن و نشستن اگر امثال تو بر تو مقدم و از تو جلوتر باشند و هیچ تغییر حالتی در خود نیابی، متواضعی. گاهی ممکن است با حرکاتی به ظاهر متواضعانه، این رذیلت، اعمال شود مثلاً در راه رفتن چون میسر نشود که مقدم بر همه شود، اندکی خود را واپس می کشد تا فاصله میان او و پیش افتادگان حاصل شود یا با وجود این که میان صدر مجلس و پایین ترین جا، مکانی خالی هست، در همان پایین ترین مکان می نشیند یا افراد نامشخص و

ناشناخته را میان خود و کسانی که در صدر نشسته اند می نشاند تا بفهماند اینجا که ما نشسته ایم نیز صدر است یا این که ما خود از صدر گذشته ایم و اینها همه، نتیجه کبر و خباثت نفس است.

۳- پیشی گرفتن در سلام، بر او گران نباشد.

۴- اجابت دعوت فقیر و آمد و شد به کوچه و بازار برای بر آوردن کارها و امور خود و دیگران و تامین ضروریات زندگی خویش اگر این امور، بر او گران باشد، نشان کبر است.

البته پاره ای از امور، مقتضای شأن و موقعیت افراد است که اگر انجام دهد، عرفا ناروا و غیر قابل قبول است ولی نباید فریب خورد و از شیطنت نفس، غافل بود.

۵- پوشیدن لباسهای سبک قیمت و گاه کهنه و ... به او گران نباشد و موارد دیگری که نسبت به هر کس وجود دارد و می تواند ملاک و معیار قرار بگیرد. در مقابل کبر، تواضع است و فروتنی که تعظیم دیگران و مداومت بر آن مهم ترین راه درمان کبر است. در روایت است که هیچ کس تواضع نکرد مگر آن که خدا او را بلند گرداند.

تواضع تو را سر بلندی دهد ز روی شرف ارجمندی دهد

البته باید توجه داشت چنان که افراط تواضع، تکبر است، تفریط آن، ذلت و پستی است. خود را خوار و ذلیل نمودن هم مذموم است از این جهت باید مراقبت بود و دچار افراط و تفریط نشد.

نکته آخر آن که تواضع برای متواضعین پسندیده است . طبق روایت نبوی (ص) با انسانهای متکبر و مغرور، باید مانند خود آنها، رفتار نمود تا باعث ذلت خویش و موجب گمراهی و زیادتی تکبر او نشود .

۶- حرص و زیاده طلبی :

دومین گناه مطرح در آفرینش انسان، زیاده خواهی است و آن صفتی است که آدمی را وادار می دارد به جمع زاید بر احتیاج. جناب آدم (ع) بدان مبتلا گشت و از شجره ممنوعه خورد با آنکه احتیاجی بدان نداشت و به کیفر آن ، از بهشت رانده شد.

این رذیلت ، بیابانی است کران ناپیدا که از هر طرف روی، به جایی نرسی. حریص اگر اکثر اموال دنیا را جمع کند، باز در فکر تحصیل باقی است. حریص با جهانی گرسنه است و قانع به نانی سیر. حکما گفته اند: درویشی به قناعت، به از توانگری به بضاعت.

خلاصی از آن، برای مبتلایانش، در نهایت اشکال است.

حضرت باقر (ع) فرمود: حریص بر دنیا چون کرم ابریشم است هر چه بیشتر به دور خود می پیچد، راه خلاصی او دور تر می شود تا از غصه بمیرد.

ضد و مقابل آن، قناعت است یعنی اکتفا به قدر حاجت و ضرورت و ترک تحصیل زیادی که موجب راحت دنیا و آخرت است و آدم قانع غنی ترین مردم است.

به پادشاهی عالم فرو نیارد سر اگر ز سر قناعت خبر شود درویش

امیر مومنان (ع) فرمود: ای فرزند آدم! اگر از دنیا آن قدر می خواهی که کفایت تو را کند، اندک چیزی از آن، تو را سیر کند و اگر زیاده تر می طلبی تمام آنچه در دنیاست تو را سیر نخواهد کرد و کفایت تو را نخواهد نمود.

۷- حسد:

سومین گناه مطرح در داستان خلقت آدم، حسادت است که فرزندان آدم (ع) بدان مبتلا بوده و سبب قتل هابیل توسط برادرش، قابیل گشت. حسد یعنی تمنای زوال نعمت از دیگری. و اگر تمنای زوال نکند بلکه مثل آن را برای خود هم بخواهد، غبطه و منافسه است که رذیلت نیست.

البته سخن در نعمت هایی است که صلاح آن فرد باشد و اگر صلاح او نباشد آن را غیرت گویند و ممدوح است.

حسود لحظه ای از غم و رنج خالی نیست و از ناراحتی او اصلاً به محسود ضرری نرسد بلکه ثواب و حسنات او افزوده گردد.

آیات و روایات در نکوهش حسد، فراوان وارد شده از رسول خدا (ص) نقل است که فرمود: حسد می خورد اعمال حسنه را مانند آتش هیزم را.

و نیز فرمود: أَقَلُّ النَّاسِ لَذَّةَ الْحَسُودِ. کم بهره ترین انسانها، حسود است. حسد مراتبی دارد و بدترین آن، میل به بر طرف شدن نعمت حسود است. هر چند هیچ نفعی در زوال آن نبرد.

راه درمان آن، یکی این است که بداند پس از مدت کوتاهی حسود و محسود، هر دو در خاک پوسیده اند و نامشان از صفحه روزگار محو شده و در آن عالم، در کار خود در مانده اند.

آخر همه کدورت گلچین و باغبان گردد بدل به صلح چو فصل خزان رسید
بعد از آن بداند که حسد باعث ضرر دین و دنیای حسود و نفع محسود می گردد و شخص حسود در واقع دشمن خود و دوست محسود است.

در یک نگاه کلی، عمل نافع برای شفای این مرض آن است که بر آثار و لوازم خیر خواهی محسود، مواظبت نماید و خود را بر خلاف مقتضای حسد بدارد، برای او تواضع نماید، او را ستایش کند، با او خوش رفتار و شکفته رو باشد، اگر مواظبت بر این اعمال نماید ملکه او گردد و حسد از او قطع شود.

ضد حسد، نصیحت و خیر خواهی است. حضرت صادق(ع) فرمود: لازم است بر مومن خیر خواهی برادر مومن خود در حضور و غیبت او.

و نهایت خیر خواهی و نصیحت، آن است که آنچه برای خود دوست داشته باشد برای برادران دینی خود نیز همان را بخواهد و دوست بدارد.

قسمتهایی از بخش چهار بر گرفته از کتاب (خلاصه معراج السعاده) می باشد