شرح احادیث اخلاقی درس خارج فقه مقام معظم رهبری

راه‌های جلوگیری از تسلط شیطان

امام صادق(ع) فرمودند: «من لم یکن له واعظ من قلبه و زاجر من نفسه و لم یکن له قرین مرشد استمکن عدوّه من عنقه». هر کس در باطن پنددهنده‌ای ندارد و خویشتن‌داری ندارد و همراهی ندارد که او را هدایت کند، بی‌گمان دشمن خود را سوار گردن خویش ساخته است.

اولین چیزی که موجب می‌شود که انسان بتواند در مقابل دشمنش - که مراد، شیطان است- ایستادگی کند و مانع بشود از تصرف دشمن و تسلط دشمن، [این است که:] «واعظ من قلبه»؛ از قلب خود واعظی برای خود داشته باشد. قلب متذکر بیدار، انسان را نصیحت می‌کند، موعظه می‌کند. یکی از بهترین وسایل اینکه انسان قلب را وادار کند به موعظه خود و فعال کند در موعظه خود، همین دعاهاست، دعاهای ماثور - صحیفه سجادیه و سایر دعاها - و سحرخیزی؛ اینها دل انسان را به عنوان یک ناصح برای انسان قرار می‌دهد. اول این است: «واعظ من قلبه».

[دوم اینکه:] «و زاجر من نفسه»؛ از درون خود یک زجرکننده‌ای، منع‌کننده‌ای، و هشداردهنده‌ای داشته باشد. اگر این دو نبود، «و لم یکن له قرین مرشد»، یک دوستی، همراهی که او را ارشاد کند، به او کمک کند، راهنمایی کند، این را هم نداشته باشد - که این، سومی است - که اگر چنانچه از درون، انسان نتوانست خودش را هدایت کند و مهار نفس خودش را در دست بگیرد، [باید] دوستی داشته باشد، همراهی داشته باشد، همینی که فرمودند: «من یذکّرکم الله رؤیته»، که دیدار او شما را به یاد خدا بیندازد؛ اگر این هم نبود، «استمکن عدوّه من عنقه»؛ خود را در مقابل دشمن خود مطیع کرده است؛ دشمن خود را مسلط کرده است بر خود و بر گردن خود، که سوار بشود. که [منظور از] دشمن، همان شیطان است. اینها لازم است. از درون خود، انسان، خود را نصیحت کند. بهترین نصیحت‌کننده انسان، خود انسان است؛ چون از خودش انسان گله‌مند نمی‌شود. هر کسی انسان را نصیحت کند، اگر قدری لحن او تند باشد، انسان از او گله‌مند می‌شود؛ اما خود انسان، خودش را نصیحت کند؛ دشنام بدهد به خودش، ملامت کند، سرزنش کند خودش را؛ اینها خیلی موثر است. موعظه کند، زجر کند. در کنار اینها، یا به جای اینها اگر نبود، آن وقت دوست، رفیق، که دستگیری کند انسان را.

حدیث

بلای دنیا و ثواب آخرت

امام‌هادی(ع) فرمودند:

خداوند دنیا را منزل حوادث ناگوار و آفات، و آخرت را خانه ابدی قرار داده است و بلایِ دنیا را وسیله به دست آوردن ثواب آخرت قرار داده و پاداش اخروی، نتیجه بلاها و حوادث ناگوار دنیاست.

منبع: اعلام‌الدین، صفحه ۵۱۲

آرامش از دیدگاه آموزه‌های دینی (بخش هجدهم)

از عدالت تا ورزش

تاکنون در ۱۷ قسمت با شما از آرامش گفتیم و این گوهر گرانبهای تمدن و جامعه بشری را از منظر آموزه‌های دین مبین اسلام بررسی کردیم و گفتیم که چه باید کرد تا به آرامش رسید. این بار و در ادامه سلسله بحث‌های سال گذشته، نگاهی داریم به شاخصه‌ها و عوامل آرامش‌آفرین دیگر در وجود انسان. در ادامه این سلسله مطالب، با ما همراه باشید.

اگر عدالت در جایی حکم‌فرما شد، انسان‌ها بر اساس قابلیت و لیاقت به حقوق خویش خواهند رسید، اما اگر بی‌عدالتی رواج یافت، تبعیض حاکم شده انسان احساس ناامنی خواهد کرد.

عدالت

خداوند فطرت آدمی را این‌گونه آفرید که اگر با تبعیض و ناعدالتی روبه‌رو شد، از درون فریاد می‌زند و پریشان‌خاطر خواهد شد؛ عدالت‌ورزی و توسعه حقوق انسان‌ها، اگر به صورت واقعی و عملی رعایت شود، می‌تواند بر توسعه امنیت و آرامش فردی و اجتماعی تاثیرگذار باشد. پیداست که ارتباط عدالت و آرامش عمدتا در محیط‌های جمعی اعم از خانواده و جامعه شکل می‌گیرد. فاطمه زهرا(س) در بیانی ناب فرمود: العَدلَ تَسْکینا لِلقُلوب؛ خداوند عدالت را برای آرامش دل‌ها قرار داد.

آمادگی روحی

خداوند متعال در آیه چهارم سوره بلد می فرماید: «جهان با سختی‌ها آمیخته است». حوادث عالم از پیش خبر نمی‌کند و در برخی موارد به صورت ناگهانی رخ می‌دهد. حادثه‌های ناگهانی تاثیرات شکننده و پایدار بر روان آدمی بر جای می‌گذارند. در صورتی که اگر یک حادثه به صورت پیش‌بینی شده و غیرناگهانی رخ دهد، اثرات منفی آن به مراتب کمتر خواهد بود. تعالیم دینی، مفاهیمی چون مذمت دنیاطلبی، دل‌نبستن به دنیا، قضا و قدر الهی، ناپایدار بودن دنیا و بلاخیز بودن آن را پیش‌روی فرد دین‌دار گذارده‌اند تا او همیشه در حالت آمادگی قرار گیرد و بتواند با مشکلات و گرفتاری‌ها عاقلانه‌تر مواجه شود. با این بینش، قطعاً انسان آمادگی بیشتری در مواجهه با حوادث ناگوار پیدا می‌کند و به اندک بهانه‌ای تعادل خویش را از دست نداده، عنان از کف نمی‌دهد و در این صورت طبعاً آرامشی پایدارتر خواهد داشت. امام علی(ع) در نهج‌البلاغه می‌فرمایند: کسی که دنیا را بشناسد، هرگز به خاطر مصیبت و بلا در آن محزون نمی‌شود. در این روش فرد از پیش، خود را برای رویارویی احتمالی با مسائلی که در آینده رخ خواهد داد، آماده می‌سازد. از آنجا که فرد آماده رویارویی با هر محرک ناگواری شد، محرک‌های تنش‌زا نمی‌توانند به مانند شرایط عادی او را آشفته سازند؛ در این حالت عامل تنش‌آفرین یا بی‌تاثیر بوده یا آثار نامطلوب محدودی برجای خواهد گذاشت و فرد آرامش روانی و روحی خود را حفظ خواهد کرد.

تغافل

غفلت با تغافل متفاوت است. در تغافل انسان خود را عالمانه و عامدانه به غفلت می‌زند. گویا که ندیده یا ندانسته است. این روش، در مواجهه با برخی مشکلات و پاره‌ای رفتارهای ناصواب می‌تواند به کار گرفته شود. اگر انسان در برابر کوچک‌ترین لغزش‌های دیگران یا ناگواری‌های روزگار حساسیت داشته باشد، بی‌تردید به مشکلات فکری، روحی و روانی مبتلا شده، زندگی را بی‌دلیل بر خود و دیگران دشوار می‌کند. شیوه تجاهل در مواردی که چندان اهمیت ندارد، می‌تواند برای فرد مواجه‌شونده و نیز انسان خطاکار مفید و موثر باشد؛ چراکه فرد مواجه‌شونده به تلاطم درونی مبتلا می‌شود چنانکه فرد خطاکار هم ممکن است عبرت گرفته از کار خویش پشیمان شود. بر این اساس می‌توان گفت که راهکار تغافل و تجاهل در نیل به آرامش یا استمرار آرامش تاثیرگذار است. امام علی(ع) فرمود: مَنْ لَمْ یَتَغَافَلْ وَ لَا یَغُضّ عَنْ کَثِیرٍ مِنَ الْأُمُورِ تَنَغَّصَتْ عِیشَتُه؛ کسی که تغافل نکند و از بسیاری امور چشم نپوشد، زندگیش تیره و تاره خواهد شد.

مقایسه و سنجش

انسان‌ها معمولا خود را با دیگران قیاس می‌گیرند. شیوه مقایسه می‌تواند خوب و مفید یا بد و مضر باشد. اگر از این روش به درستی استفاده شود، آرامش‌زا خواهد بود. کسی که دارای سطح اقتصادی خاصی است، اگر وضع خود را با سطح معیشتی پایین‌تر بسنجد، طبعا این سنجش باعث تسکین نفس می‌شود، در حالی که مقایسه خود با سطوح بالاتر در برخی موارد تنش‌زا بوده سبب اضطراب نفس می‌شود؛ لذا سنجش و مقایسه می‌تواند به عنوان مکانیزم تسکین‌دهنده و آرامش‌زا به کار گرفته شود. امام صادق(ع) می فرماید: همواره به افراد فروتر از خود نظر کن، تا قدر نعمت‌های الهی را بدانی، شکرگزار او باشی، شایسته افزایش نعمت شوی و به عطایش قرار و آرام یابی.

یکنواخت‌گریزی و ورزش

از جمله عواملی که سبب خستگی روحی و ناراحتی جسمی می‌شود و فشارهای عصبی و روانی را برای انسان افزایش می‌دهد، یکنواختی در کارهاست. برای رهایی از این وضعیت نامطلوب، می‌توان به اسباب شادی‌بخش مانند ورزش، سفر و تفریح روی آورد. این‌گونه اقدام‌های پیامدهای مثبتی برای روح و روان انسان خواهد داشت؛ بارها و فشارهای روانی انسان را تخلیه می‌سازد، انسان را از افسردگی و کسالت رها می‌کند، سبب تخلیه هیجان‌های مسموم در انسان می‌شود و مهم‌تر اینکه آرامش جسمی، عصبی، فکری و روانی را برای انسان به ارمغان می‌آورد. به این نکته باید توجه کرد که «ورزش، گردش و سفر هم یک کار است» و از این طریق می‌توان با نشاط و آرامش فعالیت‌های روزانه را بهتر و با لذت انجام داد. امام رضا(ع) در فرمایشی زیبا برنامه روزانه را این‌گونه تبیین می‌فرمایند: اوقات روز خود را به چهار قسمت تقسیم کنید: ساعتی برای عبادت، ساعتی برای تامین معاش، ساعتی برای معاشرت و ساعتی را به تفریحات اختصاص دهید تا با مسرت، نشاط و آرامش قادر به انجام سه وظیفه دیگر شوید. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که ورزش در کاهش تنیدگی موثر بوده دو نقش ایفا می‌کند: از یک‌سو خستگی جسمی و روانی ناشی از رویدادهای استرس‌زا را کاهش می‌دهد و از سوی دیگر سبب کاهش فشار خون و ضربان قلب شده، از این طریق سلامت فرد را در برابر محرک‌های تنش‌زا تضمین می‌کند

سبک زندگی حضرت امام علی(ع) (بخش سوم)

کار و تلاش

امام علی(ع) با توجه به موقعیت‌های زندگی، کاری را انجام می‌دادند که نیاز جامعه بود و امکان انجام آن کار برای ایشان فراهم بود. ایشان به حکم قرآنی به آبادانی زمین می‌پرداخت و کارش را بیهوده نمی‌دانست؛ چنانکه قرآن می‌فرماید: «آیا انسان گمان می کند که رها شده است؟» در روایت است که امام علی(ع) هنگام شخم زدن زمین آیه فوق را می‌خواندند. حضرت امام صادق(ع) درباره کار و تلاش آن حضرت امام علی(ع) فرموده است: «گاهی امیرالمومنین(ع) به سوی صحرا می‌رفت و همراه خود باری از هسته خرما می‌برد، وقتی سوال می‌شد این چیست که به همراه داری؟ می‌فرمود: هر دانه از اینها یک نخل است انشاءالله. آنگاه می‌رفت و همه آنها را می‌کاشت و دانه‌ای از آنها را نمی‌خورد.»

عدم وابستگی به بیت‌المال

آن حضرت(ع) زندگی‌اش را از راه کار و تلاش تامین می‌کرد و خود را وابسته به بیت‌المال نمی‌کرد، بلکه چنان بود که دیگران نیز از کار و تلاش وی بهره‌مند می‌شدند. خود آن حضرت می‌فرمود: ای مردم کوفه اگر- مرا دیدید- با اندوخته‌ای بیشتر از وسایل شخصی زندگی و مرکب و غلام خود از نزد شما برگشتم، بدانید که خائن بوده‌ام- آن حضرت در مدت حکومت، از بیت‌المال مصرف نمی‌کرد- و هزینه زندگی او از زمین‌های کشاورزی که در «ینبع» داشت تامین می‌شد.

ساده‌زیستی

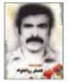
آن حضرت(ع) با آن که درآمد خوبی از کار و تلاش خویش در زمین‌ها و نخلستان‌ها داشت، اما همه آنها را در راه خدا انفاق می‌کرد و خود بهره‌ای از آنها نمی‌برد. در دوران عزلت از سیاست و در اوج قدرت، یکسان زیست و تفاوتی در زندگی‌اش پدید نیامد و به سوی تجملات نرفت، با آنکه وضع مسلمانان در آن دوره خوب بود و اقتصاد شکوفایی داشتند، ایشان به کمترین چیزها قناعت می‌کرد و بسیار ساده می‌زیست. حضرت (ع) خود در این باره فرموده است: به خدا سوگند، تن‌پوش خود را چندان وصله کرده‌ام که از وصله‌کننده‌اش شرم دارم. روزی گوینده‌ای به من گفت: آیا زمان دور افکندن آن فرا نرسیده است؟ و من گفتم: دور شو که هنگام بامداد، از مردم شب رو سپاسگزاری می‌شود (یعنی نتیجه این رنج من در آینده مورد تمجید قرار خواهد گرفت). امیرالمومنین(ع) پنج سال حکومت کرد و در طول این مدت آجری بر آجر و خشتی روی خشت ننهاد و زمینی را به خود اختصاص نداد و درهم سفید و دینار سرخی به ارث نگذاشت.

عبادت و طریق بندگی

امام به حکم آیه ۵۶ سوره ذاریات، فلسفه آفرینش انسان را عبادت و عبودیت و بندگی دانسته و بر آن مسیر حرکت می‌کرد. حضرت صادق(ع) فرموده است: حضرت امیرالمومنین(ع) هنگام وضو گرفتن اجازه نمی داد کسی برایش آب بریزد و می‌فرمود: دوست ندارم در نمازم به درگاه خدا کسی را شریک قرار دهم. از نظر ایشان نماز، امانت الهی است که بندگان را به بندگی می‌رساند. برای همین بر آن اهتمام خاص داشت. در تفسیر قشیری آمده است: هرگاه وقت ادای نماز می‌رسید، رنگ چهره امیرالمومنین(ع) تغییر می‌یافت و بر خود می لرزید. وقتی به او می‌گفتند: این چه حالت است؟ می‌فرمود: هنگام ادای امانتی رسیده است که بر آسمان‌ها و زمین و کوه‌ها عرضه شد و آنها از حمل آن سرباز زدند و انسان این‌بار امانت را برداشت. از همین‌رو، ایشان نمازخانه‌ای داشت که در آنجا به عبادت و بندگی می‌پرداخت. حضرت صادق(ع) فرمود: حضرت امیرالمومنین(ع) در خانه خود اتاقی را که نه کوچک بود و نه بزرگ، به نماز خود اختصاص داده بود.

عکس نوشت: حضور فعال روحانیون صنعت نفت در مبارزه با ویروس کرونا

روحانیون صنعت نفت با حضور فعال در شهرها و مناطق مختلفی در قالب حرکت‌های جهادی، اقدام به گندزدایی و ضدعفونی کردن معابر و خیابان‌ها کردند. این روحانیون در شهرهای امیدیه، آغاجاری، ماهشهر و... دست به اقدام‌های جهادی علیه ویروس کرونا



شهید
غضنفر روان‌خواه

شهید غضنفر روان‌خواه در تاریخ ۱۹ اسفند ۱۳۲۲ در دشتستان استان بوشهر متولد شد. شهید روان‌خواه در تاریخ ۱۵ مرداد ۱۳۵۷ همکاری با شرکت ملی نفت ایران آغاز کرد و در تاریخ ۷ فروردین ۱۳۶۰ در شهر شوش به مقام رفیع شهادت نائل آمد. فرزند شهید درباره پدر می گوید: قبل از پیروزی انقلاب اسلامی با شرکت در مراسم مذهبی، تظاهرات و راهپیمایی‌هایی که علیه رژیم شاهنشاهی برپا می‌شد در صحنه مبارزه مذهبی و سیاسی حضور داشت. به گفته فرزند شهید، وی از نظر اخلاقی فردی بسیار خوش‌رفتار بود. در محیط خانوادگی و خارج از منزل رفتاری بسیار پسندیده و دوستانه داشت، به طوری که هیچ فردی را از خود رنجیده خاطر نمی کرد.

معرفی کتاب

من، عشق، مخاطب، خاص

کتاب «من، عشق، مخاطب، خاص» با عنوان فرعی، راه‌های تشخیص عشق‌های قلابی و ویژگی‌های عشاق واقعی، اثری است که محمد داستانپور آن را تالیف کرده و نشر حدیث راه عشق نیز آن را در سال ۱۳۹۵ به چاپ رسانده است. درباره معرفی این کتاب آمده است: کتاب به دنبال رمزگشایی از این پرسش‌هاست که آیا به هر کس که ادعای عاشقی کرد، باید اعتماد کرد؟ تفاوت عشاق واقعی و مدعیان عشق چیست؟ از کجا بفهمیم کسی که ادعای عشق می کند، صادق است یا بازیگر و... بیش از این که به شدت عشق دیگران اهمیت می‌دهید، به سلامت عشق آنها توجه کنید.

من، عشق، مخاطب خاص

حکمت ها و پندها

روش برخورد با مردم

امام علی(ع) فرمود:

با مردم آنگونه معاشرت کنید که اگر مردید، بر شما اشک ریزند و اگر زنده ماندید، با اشتیاق سوی شما آیند.

منبع: نهج‌البلاغه، حکمت دهم