عنوان:

پرهیز از افراط و تفریط در مسیر تربیت نفس

|  |  |
| --- | --- |
| شناسنامه مطلب | |
| کد مطلب | t-198 |
| رده | تزکیه‌ای/تقوای عمومی/اصلاح اندیشه/آشنایی با مسیر/ویژگی های مسیر |
| برچسب | اصلاح اندیشه، افراط، تفریط، تربیت نفس، برنامه تربیتی |
| توضیحات |  |

آیت الله سعادت پرور(ره): اى عزيزان من! از افراط و تفريط در تمام امور بايد بپرهيزيد تا بتوانيد در هر مقصدى مقضى المرام باشيد.( پند نامه سعادت، ص: 28)

كلّ إفراطٍ به مُفسِد[[1]](#footnote-1)؛ زيان افراط و زياده‏روى در اين امور، منحصر به خسارت ظاهرى دنيوى نبوده بلكه موجب پريشانى خاطر و پراكندگى حواس و افكار و اشتغالات بيش از حد بنده به چيزهايى خواهد شد كه شايسته توجه و گرفتار شدن انسان به آن‏ها نيستند. (سرالاسراء، ترجمه ج 2، ص 233)

\*\*\*\*\*\*\*

پس از آنكه تصمیم گرفتیم به لطف خدا در این راه حركت كنیم نباید خودمان را طبق روش‌های اهل ریاضت و با این بهانه که می‌خواهیم زودتر به مقصودمان برسیم، به افراط و زیاده‌روی در یك سری كارها و سخت‌گیریهای بی‌رویه وادار كنیم. و این که چون در گذشته متوجه این حقایق نبودیم و عمری را ضایع كردیم، می‌خواهیم به زودی آنها را جبران كنیم. این روش نه تنها ما را به جایی نخواهد رساند بلكه بیشترین استفاده را شیطان خواهد كرد كه ما را از حالت گذشته که غافل بودیم به وضع بدتر از آن بیاندازد.

اگر برای برنامه ریزی تربیتیِ روحی، با عجله و با شتاب کارهای خودسرانه انجام دهیم، خیلی طبیعی است كه میوه نارسی می‌شود كه خاصیتش را بالاخره به خوبی بروز نمی‌دهد. باید در درجه اول حوصله، حلم و یك آرامش خاصی در دراز مدت بتواند با برنامه ریزی افراد را پیش ببر. و این که به بهانه اینكه بخواهیم زود مشكلات را حل بكنیم و شتاب زده درتعین برنامه‌ها عمل کنیم، آسیب‌ها و ضرباتش در دراز مدت گاهی جبران ناپذیر می‌شود. مخصوصا این كه یك كار تربیتی روحی لطیف توحیدی باشد، چرا که نفس و شیطان تا كلا ازبین نرفته با ما خواهد بود. و هر چه علم و عقل ما رشد کرده و قدرت بیشتری پیدا می‌کند، همان اندازه ابلیس هم باتجربه بیشتر برای فریب ما آماده می‌شود و با ظرافت بالایی برخورد می‌کند. فلذا تا به قله برسیم او هم تا قله با ما همراه است. او هم در محل مناسب از همان قله می‌خواهد ما را پایین پرتاب کند. لذا صرف رشد ظاهری این جا ملاك نیست و اینکه از جهت كمی خیلی حساس باشیم صحیح نیست.

ما اگر به یک گل 20 روز آب ندهیم وبعدش هر روز 10، 12 بار به او آب بدهیم در هر حالت از اعتدال خارج شده است. یک غذا را در شرایطی بپزیم که آبش تنظیم نباشد، دمایش تنظیم نباشد غذا یا می‌سوزد یا خام می‌ماند. علی ای حال این یک قاعده مهم برای هر تربیتی است؛ خصوصا تربیت نفس که مهمتر و پیچیده تر است. و از جمله قواعدی است که بزرگان و فقهای عارف و عرفای فقیه از کتاب و سنت آن را استنباط کرده اند.

کسی که تحت برنامه و به صورت منظم برنامه می گیرد، در زمان کم به نتیجه های خیلی جالب می‌رسد و به مراتب مطمئن تر از کسی است که می‌خواهد سلیقه‌ای اینها را بصورت پراکنده دریافت و عمل کند.

پایگاه ندای پاک فطرت

1. - (بحار الانوار، ج 67، ص 52، الرواية 13) [↑](#footnote-ref-1)