عنوان:

پرهیز از بی اعتنایی به جسم و رسیدگی به آن

|  |  |
| --- | --- |
| شناسنامه مطلب | |
| کد مطلب | t-201 |
| رده | تزکیه‌ای/تقوای عمومی/اصلاح اندشه/آشنایی با مسیر/ویژگی های مسیر |
| برچسب | صحت مزاج، دنیا، سلامتی، تربیت نفس، عبودیت |
| توضیحات |  |

برخی تصور می­کنند که در مسر بندگی و اخلاق باید بر جسم سخت گرفت و به آن بی اعتناء بود؛ و این تفکر اشتباه برای افراد بسیار ضرر می زند. و اساسا در روش تربیتی نفس، صحت مزاج یكی از وظایف مهم شخص بوده و از ضروریات این مسیر می باشد. عدم صحت مزاج در قوه خیال و وهم آثار سوئی می‌گذارد. انسان برنامه‌هایی را كه در این حالت عمل می‌کند، ناقص بوده، امور را با هم خلط می‌کند و در نتیجه اثر حقیقی خود را نخواهد گذاشت و اشتباهات متعددی خواهد داشت، كه اهل باطل از آن سوء استفاده می‌کنند. معصومین علیهم السلام ما را به اهمیت صحت مزاج توجه می‌دهند تا از این اشتباهات مصون باشیم. و بدین ترتیب از بركات مراقبه و محاسبه و برنامه‌های جنبی، بطور نورانی و حقیقی استفاده کنیم.

امام حسين علیه السلام درباره اهميت رسيدگي به سلامتي جسم مي فرمايد:

« بادروا بصحة الاجساد». (تحف العقول-كلمات قصار امام حسين علیه السلام)

یعنی اینکه به صحت و سلامتی بدنهایتان بپردازید.

امام علي عليه السلام در دعای كميل به خدای متعال عرضه مي دارد:

يَا رَبِّ قَوِّ عَلَى خِدْمَتِكَ جَوَارِحِي؛ یعنی پروردگارا اعضاء و جوارح مرا برای خدمتت قوی کن.

و طبق آیه «رَبَّنا آتِنا فِی الدُنیا حَسَنَة و فِی الآخِرَةِ حَسَنَة» می توان فهمید که ساختن دنیا پایه است؛ و اگر طبق ضوابط اسلامی جسم، تغذیه و غرایز انسان تامین شود، عطش علم، معرفت و حقیقت جویی و کشش خداخواهی از فطرت او زبانه خواهد کشید.