



قال الله تبارک و تعالی:

﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا﴾

سوره مبارکه شمس، آیه ۹

امام خامنه‌ای مدظله العالی:

درس خواندن و تهذیب اخلاق و هوشیاری سیاسی همراه با تلاش‌های انقلابی،
وظائفی هستند که دختران و پسران این نسل باید آنها را هرگز فراموش نکنند. ۱۳۹۸/۹/۲۴

عنوان:

پنج نکته در باب محاسبه نفس

شناسنامه مطلب	
t-92	کد مطلب
تزکیه‌ای / تقوای عمومی / ورود به آستان بندگی / مراقبه و محاسبه روزانه / محاسبه نفس	رده
محاسبه، محاسبه نفس، آیت الله مصباح یزدی، گناه، اخلاق، انجام واجبات	برچسب
	توضیحات

پایگاه تزکیه‌ای، علمی، بصیرتی و مهارتی **نُمو**

nomov.ir

الف) اجتناب از گناه

انسان باید درباره گناه بیش‌تر بیندیشد که اصلاً گناه یعنی چه؟ اعتقاد ما این است که خداوند ما را آفریده و ضمن معرفی راه خوب و بد به ما، انتخاب هر یک از آنها را در اختیار خود ما قرار داده است. هم‌چنین معتقدیم عالم دیگری غیر از این دنیا نیز وجود دارد که در آن به کارهایمان و انتخاب‌هایی که در این دنیا کرده‌ایم رسیدگی می‌شود و کیفر و پاداش می‌بینیم. مقتضای چنین اعتقادی این است که از سرمایه عمری که در اختیار داریم به بهترین شکل استفاده کنیم. ما به این دنیا پا گذاشته‌ایم تا امتحان شویم، طی مراحل خودسازی کنیم و به کمال برسیم تا در زندگی ابدی از نتایج آن بهره‌مند گردیم. بنابراین باید توجه داشته باشیم که زندگانی این دنیا موقتی و در مقایسه با آخرت، نظیر زندگی جنینی نسبت به زندگی دنیوی است. همان‌گونه که جنین فقط چند ماهی را در شکم مادر می‌گذراند، آن هم برای این که آماده زندگی این جهانی شود، ما هم در این برهه کوتاه زندگی دنیایی، برای زندگی ابدی آماده می‌شویم، با این تفاوت که رشد جنینی قهری بود، ولی رشد این جهانی اختیاری است. علاوه بر آن، زندگی جنینی با زندگی دنیوی از حیث مدت قابل مقایسه است، ولی جهان آخرت به دلیل ابدی بودنش، به هیچ وجه، با زندگی محدود این جهانی قابل مقایسه نیست.

به هر صورت، آن‌گونه که دین معرفی می‌کند، این دنیا محل ابتلا و خودسازی است. باید خود را برای عالم دیگر مهیا کنیم. اگر با این نگرش نگاه کنیم، می‌بینیم در مقابل سرمایه‌ای که از کف می‌دهیم، چیزی به دست می‌آوریم که برای زندگی ابدیمان بسیار سودمند است و باید خدا را شکر کنیم؛ *إِنْ رَأَى حَسَنَةً اسْتَزَادَ مِنْهَا*. اما اگر نگرشی غیر از این داشته باشیم یا دچار غفلت شویم، در مقابل صرف سرمایه گران‌مایه، بدبختی اخروی برای خویش مهیا ساخته‌ایم. پس باید به فکر جبران آن برآییم؛ *إِنْ رَأَى سَيِّئَةً اسْتَعْفَرَ مِنْهَا لِئَلَّا يُخْزَى يَوْمَ الْقِيَمَةِ*. چقدر فرق است بین این که کسی معامله‌ای بکند، و مشک‌ش فقط این باشد که از آن سودی نبرد، اما در هر صورت سرمایه‌اش بر جای باقی بماند، و این که کسی در معامله سود که نمی‌برد، ضرر هم می‌کند و اصل سرمایه را از کف می‌دهد. گناه کردن از همین سنخ معامله دوم است؛ یعنی از دست دادن سرمایه و خریدن زیان؛ از کف دادن عمر و سعادت اخروی و دچار عذاب ابدی گردیدن.

ب) توجه به کمیت گناهان انجام شده

نکته دوم در مورد محاسبه نفس این است که وقتی فهمیدیم گناه بسیار زشت است، باید ببینیم چقدر گناه کرده‌ایم و در صدد جبران آن برآییم. انسان باید به گناهان خود نزد خداوند اعتراف داشته باشد، نه آن که آنها را انکار کند یا به فراموشی بسپارد. البته انسان نمی‌تواند مشخص کند که دقیقاً هر روز از اول صبح تا شب، چند گناه کرده است (مثلاً چند غیبت کرده، چند دروغ گفته، چند تهمت زده و...) اما به هر حال باید دقت کنیم، ببینیم چقدر وقت ما صرف گناه شده است. این مسأله مهمی است که بتوانیم به کمیت گناهانمان بیندیشیم. این چنین است که محاسبه در تکامل انسان اثر می‌گذارد و موجب می‌گردد هر روز زندگی او نسبت به گذشته بهتر شود.

ج) توجه به کیفیت گناهان انجام شده

نکته سوم توجه به کیفیت گناهان است. بعضی از گناهان به قدر هفتاد سال ارتکاب نوع دیگری از گناه عظمت و اهمیت دارند، با آن که ممکن است انجام آنها يك لحظه بیش‌تر طول نکشد. توجه به صغیره یا کبیره بودن گناه مهم است؛ مثلاً، درباره غیبت و اهمیت آن روایات متعددی وارد شده که قبح بسیار آن را می‌رساند. در این باره، به این نکته مهم نیز باید توجه داشت که درست است برخی از گناهان صغیره‌اند و اهمیتشان از کبایر کم‌تر است، اما باید دانست که کوچک شمردن گناهان صغیره، خود گناه کبیره به حساب می‌آید و این از جمله دام‌های شیطان است که انسان را به غفلت می‌افکند.

د) انجام همه واجبات

نکته چهارم آن که، باید مراقب باشیم همه واجباتمان را به جا آوریم. شاید ابتدا تصورمان این باشد که ما نماز، روزه و وظایفی مانند آن را ترك نمی‌کنیم، پس کدام واجب را ترك کرده‌ایم؟ این همان دام شیطان است؛ زیرا بسیاری از تکالیف مورد غفلت ما است. حتی آنان که به طور دایم، با فقه، آیات قرآن و سخنان اهل بیت (علیهم السلام) سر و کار دارند نیز از بسیاری واجبات غفلت می‌کنند. نیکی به والدین، صله

رحم، قضای حاجت مؤمنی که اظهار حاجت کرده و بسیاری دیگر، همه از جمله واجبات است که ممکن است گاهی تا سال‌ها، ما به فکر انجام بسیاری از آنها نباشیم. اگر واجبات اجتماعی و سیاسی را هم به آنها اضافه کنیم، می‌بینیم تعدادشان بسیار بیش‌تر می‌شود. امروز به برکت انقلاب، مردم ما به مسایل سیاسی و اجتماعی خود تا حد بسیاری توجه پیدا کرده‌اند، ولی زمانی بود که از بسیاری از این وظایف غفلت داشتند؛ اگر چه هنوز هم عده‌ای هستند که از این وظایف غافلند و آنها را جزو تکالیف خود به شمار نمی‌آورند. امر به معروف، نهی از منکر، ارشاد جاهل، مبارزه با ظلم، مبارزه با انحرافات عقیدتی، فکری و دینی و ... از اهم واجبات است که کوتاهی در آنها گناه کبیره به حساب می‌آید.

وقتی می‌توانیم به خوبی به همه این وظایف عمل کنیم که از قبل، برای فردایمان برنامه‌ریزی کرده، جدولی از تکالیف فراهم آورده باشیم تا بتوانیم بهتر به آنها عمل کنیم.

هـ) توجه به شروط صحت اعمال

نکته پنجم این است که گاهی ما دل خوش می‌کنیم که تکالیفمان را انجام داده‌ایم، غافل از آن که کارمان از ارزش واقعی بی‌بهره است و در حین یا پس از انجام عمل، آن را فاسد کرده‌ایم؛ مثلاً، وظیفه ما این است که نماز بخوانیم. خوشحال هم هستیم از این که نماز می‌خوانیم، در جماعت هم شرکت می‌کنیم تا ثواب بیش‌تری ببریم؛ اما توجه نمی‌کنیم که آیا نمازمان درست و مورد قبول خداوند هست یا نه؛ آیا ریایی مرتکب نمی‌شویم؟ آیا شرایط حسن عمل را رعایت می‌کنیم؟ پس از انجام کار، با عجب و غرور، نتیجه آن را از بین نمی‌بریم؟ یا اگر مثلاً انفاق می‌کنیم آیا با منت گذاردن، اجر کارمان را تباه نمی‌سازیم؟ ... بنابراین باید به شرایط صحت و قبولی اعمال نیز توجه کنیم.