

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مهارت‌هایی برای پانزده ساله بودن

آموزش مفاهیم سوره‌های مبارکه لیل، شمس و اعلی
همراه با محتوای کتاب «پیام‌های آسمانی»

پایه نهم
دوره اول متوسطه

۱۳۹۷

درس سوم

خوب و خوب‌ترین

انسان موجودی است که ذاتاً به دنبال بهترین است. او هر چیزی را که می‌خواهد، بهترینش را می‌خواهد. برای همین است که:

- صرفاً یک نقاشی که تصویری را کشیده باشد، نظر او را جلب نمی‌کند، بلکه باید آن تصویر را به زیباترین صورت کشیده باشد.

- صرفاً بازی کردن و یا انجام یک فعالیت ورزشی و حتی برنده شدن در آن برایش جذاب نیست، بلکه او می‌خواهد به زیباترین صورت آن بازی یا فعالیت را انجام بدهد.

و این احساس درونی «بهترین خواهی» تنها یک توهم یا طمع نیست، بلکه خداوند تمامی عالم را در اوج زیبایی و انسان را در بهترین صورت از خلقت آفریده است.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

ما انسان را به بهترین نظام خلقت خلق کردیم.

(سوره مبارکه تین، آیه ۴)

طبیعتاً انسانی که خود زیباترین است و بهترین‌ها را دوست دارد، می‌بایست در زندگی خودش نیز خوب‌ترین کارها را انجام دهد.

الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ الْغَفُورُ

کسی که موت و حیات را آفریده تا شما را بیازماید که کدامتان خوش‌رفتارترید و او عزیزی آمرزنده است.

(سوره مبارکه ملک، آیه ۲)

این در حالی است که برخی از انسان‌ها، کارهای خوب انجام می‌دهند، ولی ...

- حرف پدر و مادرشان را گوش می‌دهند ولی با ناراحتی و اوقات تلخی، که موجب رنجیده خاطر شدن آنها نیز می‌شود.

- درس می‌خوانند ولی بدون نظم و برنامه‌ریزی، بنابراین به اوج اهداف تعیین شده برای آن نمی‌رسند.

- نماز می‌خوانند ولی

- با دوستان خود رفاقت می‌کنند ولی

-

خوب، خوب است ولی خوب‌ترین چیز دیگری است.

خوب بودن هم خوب است، ولی خوب‌ترین بودن چیز دیگری است.

برای همین است که اول شدن را همه دوست دارند، اول شدن یعنی بهترین بودن.

انسان‌ها همه آمده‌اند تا اول بشوند.

اگرچه در دنیا و موضوعات آن اول شدن یک نفر به معنای اول نشدن دیگران است، ولی در اصل عالم اینگونه نیست.

چون هر کسی می‌تواند در جایی که هست و کاری که می‌کند، اول بشود.

در نظام الهی همه می‌توانند اول بشوند. برای همین بندگان خاص خداوند همگی دعا می‌کنند که امام بشوند برای

متقین، آنها همه می‌خواهند که با تقواترین باشد. نفر اول باشند در درس تقوا؛ و این ممکن است.

شما هم می‌توانی اول باشی!

بدیهی است برای بهترین بودن باید تمامی کارها بهترین باشد. اول شدن اتفاقی نیست، با انجام دادن خوب‌ترین کارها

می‌توان خوب‌ترین انسان‌ها شد.

سیمای خوب‌ترین‌ها در سوره مبارکه لیل

○ یک بار دیگر آیات ابتدایی سوره مبارکه لیل را مطالعه کن.

در این آیات به دو گروه از انسان‌ها اشاره شده است، گروهی که نیکوترین عاقبت که همان حیات حقیقی انسان در عالم

آخرت است را قبول کرده و بر اساس آن زندگی می‌کنند و گروه دیگر که این حقیقت را نپذیرفته و آن را مبنای زندگی

خود قرار نمی‌دهند.

بدین ترتیب:

- گروه اول در رفتار خود اهل رعایت تقوا شده و در ارتباط با دیگران، اهل عطا و بخشش می‌شوند.

- گروه دوم دچار کبر و غرور شده و در ارتباط با دیگران، بخیل می‌شوند.

در آیات هفتم و دهم سوره مبارکه لیل به عاقبت این دو گروه اشاره می‌شود.

- گروهی «فَسَنِيْسِرُهُ لِّلْعَسْرِي» می‌شوند. (کار خوب برای ایشان آسان می‌شود).

- گروهی «فَسَنِيْسِرُهُ لِّلْعَسْرِي» می‌شوند. (کار خوب برای ایشان سخت می‌شود).

با توجه به این آیات می‌توان گفت، انسان در هر مسیری که قرار می‌گیرد، آرام آرام طی کردن آن مسیر و انجام دادن

کارهای آن برایش ساده‌تر می‌شود.

- کسی که چشم و زبان خود را کنترل می‌کند، آرام آرام از طهارتی برخوردار می‌شود که کنترل کردن چشم و زبان برایش آسان‌تر می‌شود.
 - کسی که در خواندن نمازهایش مراقبت نکرده و آنها را در زمان خود نمی‌خواند، آرام آرام نخواندن نماز برایش آسان می‌شود.
 - کسی که از آنچه دارد به دیگران می‌بخشد، آرام آرام بخشیدن و از خود گذشتن برایش آسان‌تر می‌شود.
 - کسی که دروغ می‌گوید، آرام آرام دروغ گفتن برایش آسان می‌شود.
- فهرستی از کارهایی که به مرور برایت آسان‌تر و یا سخت‌تر شده است، یادداشت کن.

کارهایی که آسان‌تر شده است	کارهایی که سخت‌تر شده است

- دسته سوم آیات سوره مبارکه لیل را با دقت مطالعه و در مضامین آن تأمل کن.

فَأَنْذَرْتُكُمْ نَارًا تَلَظَّى (۱۴)	پس شما را انذار کردم (بیم دادم) نسبت به آتشی که زبانه می‌کشد؛
لَا يَصْلَاهَا إِلَّا الْأَشْقَى (۱۵)	وارد آن نمی‌شود مگر بدبخت‌ترین [مردم]،
الَّذِي كَذَبَ وَ تَوَلَّى (۱۶)	کسی که انکار و سرپیچی کرد.
وَ سِجْنِهَا الْأَتَقَى (۱۷)	و از آن [آتش] دور داشته می‌شود با تقواترین [مردم]،
الَّذِي يُؤْتِي مَالَهُ يَتَزَكَّى (۱۸)	کسی که مال خود را می‌دهد تا پاک شود،
وَ مَا لِأَحَدٍ عِنْدَهُ مِنْ نِعْمَةٍ تُجْزَى (۱۹)	در حالی که [اگر مالش را می‌بخشد] هیچ کس هیچ نعمتی نزد او ندارد که بخواهد آن را پاداش دهد،
إِلَّا ابْتِغَاءَ وَجْهِ رَبِّهِ الْأَعْلَى (۲۰)	او فقط به خاطر دستیابی به رضایت پروردگار والایش [این کار را انجام می‌دهد].
وَ لَسَوْفَ يَرْضَى (۲۱)	و قطعاً خشنود خواهد شد.

در این آیات دو گروه «أتقی» (با تقواترین) و «أشقی» (پست‌ترین و بدبخت‌ترین) معرفی شده‌اند.

- ویژگی‌های ذکر شده برای این دو گروه را در جدول زیر بنویس.

أتقی (با تقواترین)	أشقی (پست‌ترین و بدبخت‌ترین)
از آتش زبانه‌کشیده دور شده و در امان هستند.	در آتش زبانه‌کشیده قرار می‌گیرند.

تکذیب و انکار می‌کنند.	مال خود را به دیگران می‌بخشند.
سرپیچی می‌کنند.	

ویژگی‌های استخراج شده برای دو گروه فوق را می‌توان در سه دسته کلی قرار داد:

- برخی از این ویژگی‌ها به باورها و اعتقادات آنها اشاره می‌کند. اینکه ایشان چه هدف و مقصدی را در زندگی خود دنبال می‌کنند و چه مطالبی را قبول دارند که بر اساس آن زندگی می‌کنند.
- برخی از این ویژگی‌ها به رفتار آنها اشاره می‌کند. اینکه این افراد با توجه به اعتقاداتشان، در زندگی چه اعمالی را انجام می‌دهند.
- برخی از این ویژگی‌ها عاقبت و نهایت این افراد را نشان می‌دهد و این حقیقت را بیان می‌کند که عاقبت انسان، نتیجه اعتقادات و رفتارهای اوست.

○ اکنون با توجه به ویژگی‌های یاد شده در هر کدام از سه دسته فوق، ابعاد مختلف شخصیت (اعتقاد، رفتار و نتیجه) انسان‌های «با تقوا» و «شقی و بدبخت» را گزارش کن.

انسان‌های با تقوا:

باور و اعتقاد	عمل و نحوه زندگی	عاقبت
رسیدن به رضای خداوند برای ایشان از هر چیز دیگری مهم‌تر است، بنابراین هیچ کاری را برای رضای خود و دیگران انجام نمی‌دهند. (فقط برای رضای خداوند کار می‌کنند).	در زندگی اهل مراقبت و کنترل خود هستند و مال و دارایی‌شان را به دیگران می‌بخشند. آنها این کار را از روی ریا و خودنمایی انجام نمی‌دهند، بلکه برای پاکیزه شدن و از بین بردن رذائل اخلاقی خود این کار را انجام می‌دهند.	از آتش زبانه کشیده روز قیامت در امان هستند و در زندگی خود به نهایت رضایت و خشنودی می‌رسند.

انسان‌های بدبخت و پست:

باور و اعتقاد	عمل و نحوه زندگی	عاقبت
عالم آخرت را قبول ندارند و به وعده‌ها و بیم‌های الهی بی‌توجه هستند.	در زندگی خود از دستورات خداوند و رسول سرپیچی می‌کنند، بنابراین حیاتی پست و همراه با رذالت پیدا می‌کنند. (حاضر می‌شوند به هر	در آتشی زبانه کشیده که حاصل اعتقاد و عمل خودشان است گرفتار می‌شوند (و در زندگی هرگز به خوشی و رضایت دست پیدا نمی‌کنند).

کاری دست بزنند تا به منافع خود برسند.

○ یک بار دیگر آیات پنجم تا دهم سوره مبارکه لیل را مطالعه کن. در آن آیات نیز دو گروه از انسان‌ها معرفی شده‌اند. ویژگی‌های ذکر شده برای آن دو گروه را در کنار ویژگی‌های ذکر شده در جدول‌های فوق قرار بده و بدین ترتیب شخصیت «با تقواترین» انسان‌ها و «بدبخت‌ترین» انسان‌ها را ترسیم کن.

با تقواترین انسان‌ها

کسانی هستند که همواره برای بهترین شدن زندگی می‌کنند و هدفی جز دستیابی به رضایت خداوند ندارند، بنابراین هر کاری را فقط و فقط برای خشنودی خداوند انجام می‌دهند و از دیگران هیچ توقع و انتظاری ندارند. این افراد در رفتار خود اهل مراقبت و کنترل هستند و در ارتباط با دیگران بسیار بخشنده می‌باشند. زندگی آنها سراسر خشنودی و رضایت است، بنابراین دائماً انجام دادن کارهای خوب برای آنها ساده‌تر و آسان‌تر می‌شود.

بدبخت‌ترین انسان‌ها

کسانی هستند که خود را بی‌نیاز از هر تغییر و کمالی می‌دانند، بنابراین اعتقادی به بهتر شدن خود ندارند. اینان اهمیتی به حقیقت آخرت و همچنین وعده‌ها و بیم‌های الهی نمی‌دهند، بدین ترتیب است که در زندگی خود از دستورات الهی و آنچه برای بهتر شدن لازم است سرپیچی می‌نمایند و در ارتباط با دیگران به شدت بخیل می‌شوند. این افراد در ادامه به حدی از پستی و رذالت می‌رسند که انجام دادن کارهای بد برای آنها آسان می‌شود. این در حالی است که آنچه برای خود جمع کرده‌اند در نهایت نمی‌تواند نیازهای آنها را برطرف کند و عاقبتی جز بدبختی و هلاکت نخواهند داشت.

نگاهی به کتاب درسی

خداوند بهترین دین را برای هدایت انسان‌ها فرستاده است و دین الهی توسط انسان‌های شایسته‌ای به نام «پیام‌آور» یا «رسول» به انسان‌ها ابلاغ شده است. پیامبران دارای ویژگی‌هایی بوده‌اند که شایسته دریافت و ابلاغ پیام خداوند به انسان‌ها گشته‌اند. آنان بهترین انسان‌های زمان خود بودند، بنابراین هر کسی می‌خواهد جزو بهترین‌های زمان خود باشد باید در همان مسیری که خداوند از انسان خواسته گام بردارد و پیامبران را در زندگی خود سرمشق قرار دهد. در این راستا با سه ویژگی مهم پیامبران آشنا می‌شویم:

۱. تسلیم در برابر امر خداوند

همه پیامبران مسلمان بوده‌اند، یعنی تسلیم محض خواسته‌های خداوند.

۲. استقامت و پایداری در راه خدا

مردم پس از دریافت دین خداوند از پیامبران، دو گروه می‌شدند؛ گروهی دعوت پیامبران را می‌پذیرفتند و گروه دیگری به لذت‌های زودگذر دنیا دل خوش می‌کردند. گروه دوم با سرکشی در مقابل پیامبران، آنان را دروغگو می‌نامیدند تا مردم پیرو آنان نشوند و اگر در نقشه خود موفق نمی‌شدند، به قتل پیامبران دست می‌زدند. پیامبران الهی با وجود این مشکلات در برابر تمامی آنها صبر و در راه خدا استقامت می‌کردند، با تمام توان و قدرت به راه خود ادامه می‌دادند و لحظه‌ای سست نمی‌شدند؛ زیرا به راه خود و آنچه به آن دعوت می‌کردند ایمان داشتند.

۳. پیروی نکردن از عقاید باطل و مبارزه با آنها

مردم دوران پیامبران، برای خداوند شریک‌انی قرارداده بودند؛ پیامبران الهی نه تنها خود به این امور اعتقاد نداشتند و آنها را باطل و خرافه می‌دانستند بلکه از طرف خدا مأموریت یافته بودند هر اعتقادی که ریشه در دستورات خداوند ندارد و نزد خداوند معتبر نیست را به مردم تذکر دهند و در راه اصلاح آن بکوشند. رسولان الهی با آوردن دلایل محکم، مشرکین را به اندیشه‌ورزی و تفکر دعوت می‌کردند و از آنها می‌خواستند که به جای پیروی از خرافات، از دستورات خداوند اطاعت کنند. زمانی که پیامبران الهی با عقاید باطل و خرافی قوم خود مبارزه می‌کردند، آنها به پیامبران می‌گفتند: شما برای ما بدشانسی می‌آورید! پیامبران نیز در جواب می‌گفتند اگر بلایی سر شما می‌آید نتیجه کارهای خودتان است.

البته عقاید باطل و خرافی منحصر به زمان پیامبران نبوده است. امروزه در کشورهای مختلف عقاید خرافی بسیار فراوانی وجود دارد.

پیامبران خدا بهترین انسان‌های روی زمین هستند، نمونه‌های کامل زیباترین باورها و رفتارها که خداوند آنها را الگو قرار داد تا انسان‌ها با مراجعه به ایشان بتواند به صورت کاملاً عملی، راه بهترین شدن را پیدا کنند.

- حضرت نوح علیه السلام بهترین نمونه الهی در دعوت مردم به هدایت و خسته نشدن در این مسیر
 - حضرت ابراهیم علیه السلام بهترین نمونه الهی در مبارزه همیشگی با طاغوت و دعوت به توحید ناب
 - حضرت موسی علیه السلام بهترین نمونه الهی در دفاع از مظلومان و برپایی حکومت جهت هدایت تمامی انسان‌ها
 - حضرت عیسی علیه السلام بهترین نمونه الهی در جاری کردن علم و اخلاق و معنویت در زندگی بشر
 - حضرت محمد صلی الله علیه و آله نمونه کامل الهی در بهترین بودن، آن کسی که تمامی بهترین‌ها را یکجا بروز می‌دهد؛ از این رو خداوند ایشان را بهترین الگو برای زندگی انسان‌ها معرفی کرده است.
 - یادمان باشد که ما فقط به پیامبر گرامی اسلام ایمان نیاورده‌ایم، بلکه ما به تمامی پیامبران الهی ایمان داریم و باید از همه آنها بهترین بودن را درس بگیریم.
 - ما ایمان آورنده به حضرت نوح علیه السلام هستیم تا در دعوت مردم به هدایت و خسته نشدن در این مسیر بهترین باشیم.
 - ما پیروان حضرت ابراهیم علیه السلام هستیم تا در مبارزه با طاغوت و دعوت به توحید بهترین باشیم.
 - ما مؤمنان به حضرت موسی علیه السلام هستیم تا در نجات مظلومان عالم و برپایی حکومت الهی بهترین باشیم.
 - ما ایمان آورندگان به حضرت عیسی علیه السلام هستیم تا در جاری کردن علم و اخلاق و معنویت در زندگی بهترین باشیم.
 - ما یاران و پیروان حضرت محمد صلی الله علیه و آله هستیم تا در همه ابعاد بهترین باشیم، تا امتی باشیم که تمامی مردمان عالم بهترین بودن آنها را ببینند و به سوی بهترین شدن دعوت شوند.
- طبیعتاً برای الگوبرداری از پیامبران الهی باید مانند آنها زندگی کرد، در برابر امر خداوند تسلیم بود، در راه خدا استقامت و پایداری داشت و با عقاید و رفتارهای باطل همواره مبارزه کرد.

تمرین عملی

تمرین اول

برای آنکه انسان بتواند خوب‌ترین کارها را شناخته و به آنها عمل کند، لازم است که زیبایی و حُسن را در عالم هستی مشاهده کند.

در سوره مبارکه لیل خداوند به شب و روز قسم خورده است و در ادامه سوره به اعتقاد به بهترین و نقش آن در زندگی انسان اشاره کرده است.

○ در شب و روز تفکر کن و جلوه‌های زیبایی و حُسن آن را بررسی کن.

کاربرد آن در زندگی انسان	تفاوت آن با دیگری	زیبایی‌های آن	آنچه خداوند به آن قسم خورده است
			شب و پوشانندگی آن
			روز و آشکاری آن

شناخت زیبایی پدیده‌ها و بررسی نقش و کاربرد آنها در زندگی انسان، موجب می‌شود که ما نسبت به نعمت‌های الهی قدرشناس شویم و خودمان هم به دنبال بهترین شدن باشیم.

○ شما می‌توانی این کار را برای پدیده‌های دیگری چون آب، خورشید، آسمان، زمین و همچنین نعمت‌هایی چون چشم، زبان، دست، پا و مانند آن انجام بدهی.

مشاهده زیبایی‌های عالم و نقش آنها در زندگی انسان، نقش مهمی در گرایش انسان به سوی بهترین خواهد داشت.

تمرین دوم

طبیعتاً شناخت انسان‌هایی که بهترین انسان‌ها بوده‌اند، می‌تواند جنبه‌های مختلفی از بهترین بودن را برای ما روشن کند.

○ داستان زندگی یکی از این افراد را مطالعه کن و جلوه‌های حُسن را در باورها و رفتار ایشان پیدا کن.

○ سعی کن این جلوه‌ها را در زندگی خودت نیز انجام بدهی.

تمرین سوم

اکنون لازم است که شما کارهای خوب خود را به بهترین صورت ممکن انجام بدهی. برای این منظور باید وضعیت کارهای خوب را از نظر زیبایی و حُسن بررسی و ارزیابی کنی. یکی از راه‌ها برای این ارزیابی آن است که میزان تحسین‌برانگیز بودن آن کار را بررسی کنی.

○ به سراغ فهرست کارهای خیر که در درس قبلی آماده کرده بودی برو.

○ با قرار دادن هر کدام از کارهای خیر در جدول زیر، میزان تحسین‌برانگیز بودن آن را بررسی کن:

عنوان کار خوب	بسیار لایق تحسین	لایق تحسین	کمی لایق تحسین

سوره مبارکه لیل در معرفی باتقواترین انسان‌ها که معتقد به «بهترین» و دستیابی به آن بودند، ویژگی‌هایی را بیان می‌کند. آن ویژگی‌ها نیز می‌تواند برای ارزیابی بهترین بودن یک کار مورد استفاده قرار گیرد.

○ یک بار هم کارهای خیر خود را در جدول زیر قرار بده و بر اساس مدل سوره لیل، میزان زیبایی و حُسن و در واقع بهترین بودن آنها را ارزیابی کن:

عنوان کار خوب	از تقوا و کنترل برخوردار است	شامل بخشش و عطای به دیگران است	کاملاً بر اساس آخرت است و نه دنیا	موجب تزکیه و پاکی خود می‌شود	فقط برای رضای خداوند انجام می‌شود	در آن هیچ انتظاری از دیگران وجود ندارد

تمرین چهارم

اکنون که به شناختی از کارهای خوب خود و بهترین بودن آنها رسیده‌ای،

- یک بار دیگر کارهای خوب خود را که آنها را به بهترین صورت انجام می‌دهی، با خود مرور کن.
- سعی کن در گفتگوی با دوستان خود و یا با مشورت از معلمان و افراد بزرگ‌تر، شیوه‌ای برای بهتر انجام دادن همان کارها بیابی.
- حداقل سه کار خیلی خوب خودت را بهتر انجام بده.