

بسم الله الرحمن الرحيم الحمد لله رب العالمين

اللهم صل على محمد و آل محمد

# خاص تر شدن

## برای خدا

تلاشی برای فهم سوره مبارکه معارج

کاری از:

مدرسه دانشجویی قرآن و عترت دانشگاه تهران

**نگاه دوم، تلاش برای راست قامت بودن**

در این بخش از سوره مبارکه معارج به ویژگی طبیعی انسان اشاره می‌شود و اینکه این ویژگی باید در حرف شنوی از انبیا و اولیا، هدایت شود. طبیعت انسان با نماز هدایت می‌شود و اگر نماز نباشد گریزی از انحراف و در طبیعت ماندن نیست.

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعاً (۱۹)	به راستی انسان بسیار حریص [و بی‌تاب] خلق شده است. (۱۹)
إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً (۲۰)	چون آسیبی به او رسد بی‌تاب است. (۲۰)
وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً (۲۱)	و چون خیری به او رسد بخل ورز است. (۲۱)
إِلَّا الْمُصَلِّينَ (۲۲)	غیر از نمازگزاران. (۲۲)
الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ (۲۳)	همان کسانی که بر نمازشان پایدارند. (۲۳)
وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَّعْلُومٌ (۲۴)	و همانان که در اموالشان حق معین است، (۲۴)
لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ (۲۵)	برای سائل و محروم. (۲۵)
وَالَّذِينَ يَصَّدَّقُونَ يَوْمَ الدِّينِ (۲۶)	و کسانی که روز جزا را باور دارند. (۲۶)
وَالَّذِينَ هُمْ مِنْ عَذَابِ رَبِّهِمْ مُسْتَفْتُونَ (۲۷)	و آنان که از عذاب پروردگارشان بیمناکند. (۲۷)
إِنَّ عَذَابَ رَبِّهِمْ غَيْرُ مَأْمُونٍ (۲۸)	چرا که از عذاب پروردگارشان ایمنی نیست. (۲۸)
وَالَّذِينَ هُمْ لِأُزْوَاجِهِمْ حَافِظُونَ (۲۹)	و کسانی که شرمگاه خود را حفظ کنند. (۲۹)
إِلَّا عَلَىٰ أَرْوَاحِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ (۳۰)	مگر بر همسران خود یا کنیزانشان که [در این صورت] مورد نکوهش نیستند. (۳۰)
فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ (۳۱)	پس هر که فراتر از این جوید، آنها همان تجاوزکارانند. (۳۱)
وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ (۳۲)	و کسانی که امانت‌ها و پیمان خود را مراعات کنند. (۳۲)
وَالَّذِينَ هُمْ بِشَهَادَاتِهِمْ قَائِمُونَ (۳۳)	و آنان که بر شهادت‌های خود ایستاده‌اند. (۳۳)

و الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ يَحْفَظُونَ (۳۴)	و کسانی که بر نمازشان مواظبت دارند. (۳۴)
أُولَئِكَ فِي جَنَّاتٍ مُّكْرَمُونَ (۳۵)	آنها هستند که در باغ‌هایی [از بهشت] گرامی داشته می‌شوند. (۳۵)

در احوال کودکی ۳-۴ ساله دقت کنید. او به اندازه‌ای که موفقیت را می‌فهمد از آن خوشحال می‌شود و به چیزهایی که دور از دسترس او است تمایل دارد. علاوه بر این، خصلتی دارد که هیچ‌گاه به آنچه دارد قانع نشده بلکه ازدیاد بیشتر در داشته‌های خود را می‌خواهد. به این خصلت انسان، «هلع» گویند. «هلع» تمایل به لذت و نعمت است. «هلع» هم به معنای کسی است که این صفت در او به شدت وجود دارد.

این صفت که در طبع هر انسانی هست به خودی خود بد نیست، وقتی بد می‌شود که انسان آن را درست به کار نگیرد و در هر جا که پیش آمد مصرف کند، چه حق باشد و چه غیر حق. اگر این ویژگی در سنین بالا با فعال شدن عقل کنترل شود، تعریف انسان از خیر بر محور نفع اخروی و از شر بر محور شر اخروی تنظیم می‌شود و آن تمایل شدید در ایام کودکی مبدل به تمایل به خیر حقیقی می‌شود. در این حالت چنین کسی از کار خیر سیر نمی‌شود و پیرامون گناه نمی‌گردد و از حدودی که خدای تعالی برایش معین کرده تجاوز نمی‌کند.

پس «هلع» می‌تواند باعث شود فرد توجه و سیر متعالی خود را به سوی خداوند گردانده و بیش از پیش توجه به او و میل به نزدیکی و اوج گرفتن به سوی او محور زندگی‌اش قرار گیرد. همچون کرم ابریشم که وقتی در پیله، رشدش کامل شده و به بلوغ کامل برسد پوسته‌اش را دریده و به شکلی دیگر از آن بیرون می‌آید. دیگر دوران کرم بودن و خزیدن و جویدنش تمام شده و به پرواز کردن خومی‌کند.

خداوند برای اینکه این میل طبیعی در فرد به کمال، اوج و تعالی سوق پیدا کند، ارتباط با خود را عامل این هدایت قرار داده است و این ارتباط را با عبادتی به نام «نماز» (صلاة) برقرار کرده است. بدین ترتیب انسانی که دارای اینچنین ارتباطی است، میل و گرایش همیشگی و رو به افزون نسبت به خدا و همه خوبی‌ها پیدا می‌کند.

به بیانی دیگر، از آنجایی که نماز در پنج نوبت فرد را به گفتگو با خدا دعوت می‌کند به تدریج تمایلات او را به سمت خوبی‌ها و داشتن انواع کمالات جلب می‌کند. هر قدر میل به خوبی‌ها و کمالات در فرد تقویت شود ارتباط او با خدا نیز بیشتر می‌شود. به گونه‌ای که فرد دیگر تمایل نخواهد داشت که از خدا دور شده و یاد او در دلش نباشد. خداوند از این افراد با وصف مصلین یاد کرده است.

در حقیقت تنها «مصلین» هستند که آن «هلعی» که در طبعشان بوده را به خوبی کنترل و به بهترین مسیر هدایتش کرده اند.

با توجه به توصیفات که خداوند از «مصلین» دارد نماز که خداوند انسان را به آن فرا می خواند نمازی نیست که صرفاً جنبه شخصی پیدا کند و فرد را در جهت مصلحت های عموم مردم قرار ندهد، نماز مطلوب خداوند نیست. بنابراین در این سوره مبارکه، به نماز به عنوان راه نجات از صفت «هلوع» انسان اشاره شده است. ویژگی افرادی که موفق به این امر شده اند را شامل موارد زیر معرفی می کند:

- بر نماز مداومت و محافظت دارند.
- از دارایی ها و اموالشان حقی برای محرومان در نظر می گیرند
- به تحقق وعده های خداوند ایمان دارند
- از عذاب خدای متعال نگرانند
- نسبت به شهواتشان مراقبت و کنترل دارند
- به عهد و امانت هایشان پایبندند
- پای حرف حق ایستاده و بر آن شهادت می دهند
- در بهشت و از جمله بزرگواران به شمار می روند

# پرده اول ، نقطه آغاز اصلاح

«خود را خوب و به صورت واقعی بشناس!»

## نقشه راه

### چه چیز را باید اصلاح کرد تا راست قامت شد...

ایستادن در پیشگاه خدا آن هم با افتخار و با اطاعتی کامل، در صورتی اتفاق می‌افتد که فرد خود را از حرص و طمع به دنیا و منافع آن حفظ کند.

اگر چنین نکند با هر محرومیتی به بی‌تابی رو می‌آورد و با هر دریافت خیری خود را حریص نشان می‌دهد و بخل را پیشه خود می‌کند.

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعاً (۱۹)	به راستی انسان بسیار حریص [و بی‌تاب] خلق شده است. (۱۹)
إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً (۲۰)	چون آسیبی به او رسد بی‌تاب است. (۲۰)
وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً (۲۱)	و چون خیری به او رسد بخل ورز است. (۲۱)

اگر انسان هلع خلق شده است بنا نیست که این صفت را در خود حفظ کند بلکه باید از این ویژگی رها شود و با فعال کردن عقل خود به صورت شایسته با حوادث برخورد کند.

کسی می‌تواند با حوادث به صورت شایسته برخورد کند که وقتی با بدی‌ها و خوبی‌ها روبرو می‌شود منطقی و با خرد باشد. نه بی‌تاب و نه کم‌جنبه.

بی‌تاب و کم‌جنبه با رویارویی با حوادث به طور حتم دچار مشکلات فراوان می‌گردد و نمی‌تواند از نعمت‌هایی که در این دو موقعیت به او عطا شده است به نحو مطلوب استفاده کند. در اصطلاح می‌گویند چنین افرادی با یک غوره سردی و یا یک کشمش گرمی‌شان می‌شود. زندگی با چنین افرادی بسیار سخت است زیرا نوسات آنان زیاد است و حتی روی رفاقت آنها هم نمی‌شود حساب کرد. زیرا گاهی بسیار گرم و گاهی به شدت سرد هستند. به این افراد مسئولیت هم نمی‌شود سپرد زیرا وقتی همه چیز خوب است از شرایط به خوبی استفاده نمی‌کنند و وقتی شرایط برای مسئولیت بد می‌شود اهل شکایت و ناله و گلایه‌اند.

در سختی‌ها و راحتی‌ها تعادل نداشتن از ویژگی‌های مشخص این افراد است. و البته می‌تواند این تعادل نداشتن کم یا زیاد باشد و یا به تدریج کم یا زیاد گردد.

در هر صورت هر کس لازم است بدان این ویژگی تا چه میزان در او هست و هر روز از آن مراقبت کند تا کم کم به تعادل کامل برسد.

## دیده‌بانی

### برای تشخیص صفت هلوع در خود...

برای اینکه بتوانیم از صفت هلوع بودن در خودمان مطلع بشویم لازم است این صفت را به خوبی بشناسیم. یکی از موافقی که این صفت را می‌شود شناخت مشاهده رفتارهای کودکان است.

بچه‌ها خیلی زود به نهایت و انتهای ظرفیتشان می‌رسند و بی‌تابی می‌کنند. فقط کافی است اسباب‌بازی آنها را از دستشان بگیری، ممکن است از شدت ضجه و گریه، نفسشان بند بیاید و صورتشان سیاه بشود. این شدت از ناراحتی و احساس از دست دادن برای یک انسان بالغ، شاید وقتی به وجود بیاید که یک عزیزی را از دست داده باشد. بچه‌ها به همین نسبت زود هم راضی و خوشحال می‌شوند.

در مقابل، یک انسان متعادل و راست قامت، خیلی زود به انتهای ظرفیتش نمی‌رسد و به اصطلاح با جنبه و خود دار است. انسان تا وقتی که بچه است این خصوصیت‌ها جزء نقاط ضعفش به حساب نمی‌آید و به عنوان طبیعت او شناخته می‌شود اما همین که بزرگ و بالغ شد، اگر بچگی کند، مورد سرزنش قرار می‌گیرد و مستقیم یا غیرمستقیم توسط دیگران توبیخ می‌شود. انسان بزرگ هم که باشد، می‌تواند عالم بچگی را انتخاب کند و از منش متعادل خود فاصله بگیرد. شنیده‌اید که گاهی در مورد برخی سالخوردگان می‌گویند از بچه هم کم تحمل تر است؟

پس امکان بچگی کردن همواره با ماست و واقعیتی انکارناشدنی است. فقط شاید یک تفاوت داشته باشد و آن امکان مدیریت و استفاده از بی‌تابی‌هاست. چه خوب می‌شود اگر مثل بچه‌ها اما با اراده خودمان نسبت به دور شدن از خوبی‌ها بی‌تابی و شیون کنیم و نسبت به رسیدن به خوبی‌ها سراز پا نشناسیم و با شوق و رغبت برنامه‌های درست زندگی را دنبال کنیم. اینطوری پله پله بالا می‌رویم و مثل دانشمندی که نیروی طوفان و باد را به تسخیر می‌گیرد و از آن انرژی و برق می‌سازد، از ظرفیت بی‌تابی‌ها برای پیشرفت استفاده نماییم.



## شناسایی

### وضعیت نامتعادل و متعادل ...

پای حرف که وسط باشد، آدم‌ها ادعای خیلی چیزها را دارند، و از آرمان‌ها و اینکه چقدر به آن پایبندند می‌گویند؛ اما حساب عمل که به میان بیاید، عده‌ای کم می‌آورند و به اصطلاح جا می‌زنند.

- کسی فکر می‌کند بخشنده است ولی وقتی به نیازمندی روبرو می‌شود، به بهانه‌های نمی‌تواند به او چیزی بدهد.
- کسی فکر می‌کند خوش اخلاقی است ولی وقتی موقعیتی پیش می‌آید زود عصبانی می‌شود.
- کسی فکر می‌کند کاری را بلد است ولی در موقعی که باید آن کار را انجام بدهد معلوم می‌شود، خیلی هم وارد نبوده است.

- .....
- .....
- .....

اولین عدم تعادل در هرکسی فاصله افتادن بین علم و عمل اوست. فاصله تلقیاتی که از خود دارد و آنچه در واقع از فرد بروز می‌یابد.

این اشکال به دلیل ویژگی هلع در فرد ایجاد می‌شود زیرا ادعا کردن با آرزو داشتن ارتباط دارد و افراد با سهولت بیشتری به آن می‌رسند ولی اهل عمل بودن دیرتر اتفاق می‌افتد و صبر و پایداری بیشتری نیاز دارد. برای اینکه افراد اهل عمل باشند لازم است قبل از امتحان حقیقی، خودشان را در آزمون‌های مختلف قرار دهند، تا سر بزنگاه مردود نشوند.

همچنین می‌توان از گفتگوی دوستان به ویژگی‌های خود پی برد. لذا در فرصتی که کنار هم می‌نشینیم می‌توانیم راجع به کارهایی که به آنها احساس تعلق می‌کنیم حرف بزنیم. سپس نسبت به قدرت اجرا نسبت به آن کارها توان خود را حدس بزنید و خود را در موقعیت آن کار قرار دهید.

در اثر شناسایی خود فهرستی از ادعاهایی که احتمالاً در عمل کم می‌آورید را مشخص کنید و برای تقویت خود برنامه‌ای بریزید.

ادعاهای یا آرزوها	عمل متناسب	تمرین و برنامه برای تقویت عمل


## عملیات

### برای پایداری و صبر و متعادل بودن ...

برای پایداری در امور مطلوب، لازم است برنامه ریزی داشته باشیم. بدون برنامه ریزی امکان پایداری و تعادل نیست.

لازمه عمل طبق برنامه ریزی نظم است و لازمه نظم تنبیه نسبت به خطاها.

کسی که بتواند مطابق مصالح تعریف شده معقول عمل کند به تدریج به تعادل می رسد. برای تقویت این رویه می توانید عملیات های زیر را اجرا کنید:

#### عملیات اول:

با تحقیق در مورد اینکه مردم تا چه اندازه ای حاضر به هزینه کردن پای آرمان های قشنگ خود هستند، سؤالاتی را طراحی کرده و از آدم ها بپرسید و ضمناً فیلمبرداری هم بکنید. در سؤالات خود متمایز کنید که هر کسی برای چه کارهایی حاضر است وقت، مال، جان و حتی عزیزان خود را فدا کند.

می توانید فیلم های بدست آمده را تدوین کنید و یا با تبلیغات مناسب آرمان هایی را مطرح کنید.

#### عملیات دوم:

اردویی ترتیب دهید برای کوه نوردی این اردو که با محوریت شهدا برگزار گردد و در آن با بهره گیری از یاد و خاطره شهدا روش زندگی آنها مورد بحث و بررسی قرار گیرد. به ویژه نسبت به صبر و پایداری آنها خاطراتی بیان گردد.

از اثرات اردو می تواند موارد زیر نیز باشد:

- نزدیک شدن دوستی ها در طی مسیرهای سخت

- کمک کردن به یکدیگر،

- ایجاد روحیه خشیت و تواضع نسبت به عظمت قدرت خدا

#### عملیات سوم:

مصاحبه با بچه ها و انعکاس آن در نشریه با سؤالات زیر:

سوال اول: چه چیزهایی بیشتر ما را جذب می کند؟

در رابطه با این سؤال لازم است بدانیم:

پاسخ این سوال را یافتیم باید بفهمیم آیا جذابیتی که در آنها وجود دارد بیهوده است و فقط تحت تأثیر جوزدگی است یا...؟

انسان نمی تواند هر چیزی را که جذاب است دوست داشته باشد. نباید هر چیزی را که می تواند دوست دارد به دست آورد. اینها خلیات بچگانه است.

فهرستی از چیزهایی که نباید دوست داشت را ارائه دهید یا در راستای سؤال اول طرح کنید.

.....

.....

.....

فهرستی از مواردی که باید دوست داشت را ارائه دهید یا در راستای سؤال اول طرح کنید:

.....

.....

.....

سوال دوم: چه اتفاقاتی بیشتر ما را به هم می ریزد؟

در راستای این سؤال لازم است بدانیم:

هر کس باید عاقلانه رفتار کند. نشانه رفتار عاقلانه این است که رفتار فرد در هر شرایطی متعادل باشد. نه مثل برخی طرفداران فوتبال که چه در برد و چه در باخت تیم محبوبشان کارهای نامعقول و ناشایست از آنها سر می زند. برای این منظور هر کس باید تکالیف، حدود و حقوق خود را بشناسد. اینها نیز باید از سوی خدا معرفی شده باشند تا جامع و مانع باشند.

می توان در ادامه سؤال دوم در رابطه با مطالب زیر وظایفی طرح شود:

تکالیف من در مقابل والدینم:

.....

.....

.....

تکالیف من در مقابل معلمانم:

.....

.....

.....

حدود دوستی هایم:

.....

.....

.....

حدود تفریحاتم:

.....

.....

.....

## شهید همراه ما در عملیات

### شهید علی قزلباش

خاطره‌ای از شهید برای یاری ما در دستیابی به اعتدال و مراقبت از خواهش‌های نفسانی:

جثه ریزی داشت. مثل همه بسیجی‌ها خوش سیما بود و خوش مَشْرَب. فقط يك کمی بیشتر از بقیه شوخی می‌کرد. نه اینکه مایه تمسخر دیگران شود، که اصلاً این حرف‌ها توی جبهه معنا نداشت. سعی می‌کرد دل مؤمنان خدا را شاد کند. آن هم در جبهه و جنگ.

از روزی که او آمد، اتفاقات عجیبی در اردوگاه تخریب افتاد. لباس‌های نیروها که خاکی بود و در کنار ساک‌هایشان قرار داشت، شبانه شسته می‌شد و صبح روی طناب وسط اردوگاه خشک شده بود. ظرف غذای بچه‌ها هر دوسه تا دسته، نیمه‌های شب خود به خود شسته می‌شد. هر پوتینی که شب بیرون از چادر می‌ماند، صبح واکس خورده و بزاق جلوی چادر قرار داشت... او که از همه کوچک‌تر و شوخ‌تر بود، وقتی این اتفاقات جالب را می‌دید، می‌خندید و می‌گفت: بابا این کیه که شبها زور و بازی در می‌آره و لباس بچه‌ها و ظرف غذا را می‌شوره!!؟

و گاهی می‌گفت: «آقای زورو، لطف کنه و امشب لباس‌های منم بشوره و پوتین‌هام رو هم واکس بزنه» بعد از عملیات، وقتی «علی قزلباش» شهید شد، یکی از بچه‌ها با گریه گفت: بچه‌ها یاد تونه چقدر قزلباش حرف از زور و گردان می‌زد... زورو خودش بود و به من قسم داده بود که به کسی نگم.<sup>۹</sup>

<sup>۹</sup> برگرفته از <http://www.abrobad.net>

## ثبت نتایج

### دستیابی به اعتدال ...

برای ثبت نتایج دوری از واکنش‌های منفعلانه و بدون تعادل می‌توانیم مشابه اقدامات زیر عمل کنیم:

- برای ثبت مناسب، طرحی از یک پوستریبیا و بزرگ که قابلیت چاپ روی بنر داشته باشد را تهیه کنید به نحوی که آرمانی مثل دنباله روی از راه شهدا را در خود داشته باشد.  
و هرکسی پای آن بایستد و عکسی از او گرفته شود، این عکس به مثابه یک امضا پای آن آرمان، می‌تواند پویشی را در فضای مجازی ایجاد نماید.
- یکی از معلم‌هایی که خیلی دوستش دارید را انتخاب کنید،  
و با او مصاحبه بگیرید، از او بپرسید  
نمازهایش را چگونه می‌خواند؟ نسبت به نماز چگونه می‌اندیشد؟  
زمانش را چگونه استفاده می‌کند؟  
چقدر به دیگران کمک می‌کند؟ پولش را چگونه خرج می‌کند؟  
و سوالاتی که بتوان میل و رغبت او را و همچنین برنامه‌ها و رفتارهایش را به عنوان نمونه یک انسان مومن به دیگران معرفی کرد؟  
حتما فیلم را با دوستان تان در مدارس دیگر با اشتراک بگذارید.

### شعار اجرای برنامه

شعار زیر را به شکلی که در جان افراد بنشیند برایشان در مواقف مختلف طرح کنید.

يَا ابْنَ آدَمَ لَا تَحْمِلْ هَمَّ يَوْمِكَ الَّذِي لَمْ يَأْتِكَ عَلَى يَوْمِكَ الَّذِي قَدْ أَتَاكَ فَإِنَّهُ إِنْ يَكُ مِنْ عُمْرِكَ يَأْتِ اللَّهُ فِيهِ بِرِزْقِكَ<sup>۱</sup>.  
ای فرزند آدم اندوه روز نیامده را بر امروزت می‌فزا، زیرا اگر روز نرسیده، از عمر تو باشد خدا روزی تو را خواهد رساند.

<sup>۱</sup> نهج البلاغه، حکمت ۲۶۷