

استفاده از عمر



گذشت سالیان عمر نه تنها برای شخصیت سالم اندوهبار نیست، بلکه بدان جهت که هر لحظه که می‌گذرد، به مقدار همان لحظه، به دیدار خداوند هستی‌آفرین که در ب بارگاهش را به روی بندگانش گشوده است، نزدیک‌تر می‌گردد، بر انبساط و نشاطش افزوده می‌شود.

شخصیت سالم آن حقیقت فعال دائمی است که هر گامی که در اقیانوس زندگی برمی‌دارد، هم یک گام به ساحل که عرصه دیدار خداوندی است، نزدیک‌تر می‌شود و هم با آن گام، موجی از حقیقت را در می‌یابد که در همان اقیانوس وجود دارد.

فلسفه اخلاق، تعلیم و تربیت، صفحه ۳۰۲

هنا
مکتب اهل بیت



مقدمه

بعد حمد و شکر پروردگار مهربان و حکیم و درود و صلوات بر سید انبیاء و المرسلین حضرت محمد مصطفی (ص) و اهل بیت طاهرینش

مهم ترین سرمایه هر شخصی، عمر او می باشد. اگر چه معروف است که بعضی می گویند وقت برای ما طلا هست ولی باید گفت عمر انسان از طلا بسیار گرانبهاتر می باشد.

خوشا بحال کسانی که عمرشان مبارک است. یعنی از همه لحظات عمرشان خوباستفاده کردند و بدا بحال کسانی که عمر خود را قدر ندانستند و بیهوده تلف کردند که اینها حسرت و آه بسیار خواهند خورد.

درباره اهمیت عمر و راههای استفاده از آن در این کتاب مطالبی آورده شده است با این امید که ما به ارزش و اهمیت عمرمان بیشتر آگاه شویم.

زمستان 1401. کرمانشاه

بسم الله الرحمن الرحيم. والعصر ان الانسان لفي خسر....

خدا قسم خورده که انسان در زیان است مگر انهایی که ایمان و عمل صالح دارند.

هدر دادن عمر

مهم ترین سرمایه هر انسانی، عمر اوست. که باید از آن به بهترین وجه استفاده کند. که اگر یکساعت آن را! فقط یکساعت آن را هدر دهد، در قیامت بسیار حسرت خواهد خورد.

حضرت علی (ع) فرمود: «انّ عمرک عدد انفاسک و علیها رقیب یحصیها عمرت همان تعداد نفسهای». تو است که بر آن نگهبانی است که آن را شمارش می کند

رسول خدا (ص) فرمود: «لا تزول قدما عبد یوم القیامه حتی یسئل عن اربع عن عمره فیما افناه و عن شبابه فیما ابلاه...؛ بنده در روز قیامت، گام از گام بر نمی دارد مگر آن که از چهار چیز پرسیده شود: از عمرش که چگونه سپری ساخته، و از جوانی اش که چگونه هدر داده است

از یک جوان پولدار پرسیدند شبانه روز خود را چگونه صرف می کنی؟

گفت هشت صبح می خوابم تا چهار بعد از ظهر. بعد بیدار میشم و با ماشینم می روم دور دور کردن تو. خیابان ها! شب هم تا صبح با رفقایم به قماربازی یا دیدن فیلم مشغولم

یا جوانانی هستند که برای شرکت در مسابقه فوتبال از شهرستان به تهران می آیند و چند شبانه روز در تهران هستند تا مسابقه را از نزدیک تماشا کنند

یا جوانانی که ساعت ها سرکوبه ها و توپارک ها و تو خیابان ها و بازارها عمر خود را به بطالت می گذرانند.

و یا مردمی که همه فکر آنها شکم و شهوت است

:بقول شاعر ایرانی جناب سعدی

!عمر گرنامه در این صرف شد

! تا چه خورم صیف و چه پوشم شتاء

:توصیه هایی جهت استفاده از عمر

خیلی کارها هست که وقتی بیشتر از حد اعتدال به آن پردازید در حقیقت خودتان را در سرازیری هدر دادن زندگی انداخته‌اید، مثل اعتیاد به بازی‌های کامپیوتری، گشت زدن بیهوده در اینترنت، خوردن و خوابیدن بی‌رویه یا حتی تماشای زیاد برنامه‌های تلویزیونی عامه‌پسندی که فقط در لحظه، سرگرم‌تان می‌کنند و چندان فایده‌ی قابل توجهی ندارند. لطفاً کمی جدی‌تر در مورد زندگی‌تان فکر کنید. بیشتر وقت‌تان را به انجام چه اموری مشغول هستید؟ آیا کاری که ساعت‌ها وقت پایش می‌گذارید به هیچ دردتان می‌خورد؟ آیا انجام دادنش تأثیری در بهبود زندگی‌تان دارد و آینده‌ای روشن را برای‌تان رقم خواهد زد؟ اگر نه، پس فعالیت‌های روزمره‌تان را مجدداً ارزیابی و تغییرات لازم را اعمال کنید.

(GPS) باید برای رسیدن به مقصدِ دلخواه‌تان یک نقشه‌ی قدم‌به‌قدم تهیه کنید. درست مثل جی‌پی‌اس که کمک می‌کند به مقصد مورد نظر برسید، لازم است جی‌پی‌اس درونی خودتان را داشته باشید تا به مسیر درست هدایت شوید.

خیلی راحت می‌شود به معاشرت با افرادی دل بست که نمی‌گذارند شخصیت‌تان را رشد دهید. اما ادامه‌ی این رفتار موجب خواهد شد که درجا بنزید و به همراه همان دوستانِ به‌دردنخورتان پُرسرفت کنید. این جور دوستان در واقع «انرژی آشام» هستند، یعنی همه‌ی عصاره‌ی زندگی‌تان را می‌مکند و

هیچ چیز مثبتی، برای تان باقی نمی گذارند. در عوض، به نفع تان است که با افراد «رشدگرا» هم نشینی کنید، یعنی همان‌هایی که معاشرت با آنها موجب پیشرفت تان خواهد شد.

به طور حتم، تلفن همراه یکی از ابزارهای فوق‌العاده باحالی است که استفاده‌ی مداوم از آن طلسم تان خواهد کرد. اگرچه تلفن همراه سرگرمی جذابی است، به این فکر کنید که چه مقدار زیادی از وقت تان به دلیل مشغول شدن به همین وسیله‌ی اغواگر، تلف می شود. بدتر اینکه اعتیاد به تلفن همراه روی روابط تان هم تأثیر خواهد گذاشت. معتادان به تلفن همراه حتی موقع شام خوردن با همسر یا فرزندان شان هم سرگرم پیامک زدن یا جست و جو در اینترنت هستند. چنانچه شما هم به چنین عادتی گرفتار هستید، بدانید اوقات ارزشمندی را که می توانید با عزیزان تان بگذرانید یا برای آینده تان برنامه ریزی کنید را دارید از دست می دهید.

اما افراد عاقل کسانی هستند که حتی یکساعت عمر خود را هدر نمی دهند.

نمونه ان پیامبران و امامان علیهم السلام که حتی یک لحظه از عمرشان بیهوده صرف نشد و از همه عمر خود خوب و درست استفاده نمودند.

و بعد از ایشان، علمای ربانی و اولیاء خدا و افراد عاقل و آینده نگر هستند که از عمر خود خوب استفاده می کنند.

مرحوم امام خمینی، تحریر الوسیله را در حال تبعید در ترکیه نوشتند. مرحوم فیض کاشانی کتاب شعر طاق‌دیس را در مسیر راه سرویس بهداشتی (مستراح) می سراید. و یکی از بزرگان در وقتی که غذا داغ بود ناگزیر بود، درنگ کند تا غذا سرد شود به نوشتن می پرداخت، به تدریج که نوشته هایش زیاد شد، آنها را به چاپ رساند و ان را «پنج دقیقه های قبل از غذا» نام نهاد.

گویند از طلبه پرسیدند متأهل شدن شما بر وقت و فراگیری درس شما اثر منفی نگذاشته است در جواب گفت: بر عکس وقت من افزوده شده است. چرا که زمانهایی را که صرف شستن لباس و نظافت حجره و آماده نمودن غذا می کردم، اکنون از آن برای فراگیری علوم استفاده می کنم و همسرم کار شستن و نظافت....را انجام می دهد.

شیخ انصاری با این که مرجع تقلید است و از مادر خویش سرپرستی می کند و به کار درس و تعلیم خود می رسد با این حال هر روز یک جزء قرآن، نماز جعفر طیار، زیارت جامعه و زیارت عاشورا می خواند.

مرحوم علامه طباطبایی حتی در شب قدر نیز برنامه مطالعاتی داشت به این جهت تفسیر وزین المیزان در شب قدر به پایان می رسد.

استاد حسن زاده آملی در ذیل این عبارت علامه طباطبایی «تمّ الكتاب واتفق الفراغ من تألیفه فی لیلة القدر المبارکه...» طلباب عزیز ما سرمشق بگیرند که حضرت علامه طباطبایی شب قدر را به بحث و : تحقیق آیات قرآنی احیاء می کرد و تفسیرش در این شب فرخنده به پایان رسید. آری

به هوس راست نیاید به تمنّی نشود کاندرین راه بسی خون جگر باید خورد

و اضافه می کند که صاحب جواهر، شیخ حسن نجفی نیز کتاب «جواهر الکلام فی شرح شرایع الاسلام...» را در شب قدر به پایان می رساند

:سید نعمت الله جزایری می گوید

ما در روشنایی ماه کتاب می خواندیم و من کتابهای کافیه و شافیه و الفیه ابن مالک را حفظ می کردم و شبهایی که روشنایی ماه نبود کتابهایی را که حفظ کرده بودم از حفظ تکرار می کردم، در تابستان . گاهی تا اذان صبح مطالعه می کردم و بعد اذان می خوابیدم آنگاه به تدریس می پرداختم

فخررازی در ذیل آیه «والعصر انّ الانسان لفی خسر» (7) به عصر سوگند که انسانها هم در زیانند.» چنین می گوید: «یکی از بزرگان پیشین می گوید: معنی این سوره را من از مرد یخ فروشی آموختم که فریاد می زد و می گفت: «ارحموا من یدوب رأس ماله ارحموا من یدوب رأس ماله؛ رحم کنید به کسیکه سرمایه اش ذوب می شود، رحم کنید به کسی که سرمایه اش ذوب می شود.» پیش خود گفتم: این است معنی «انّ الانسان لفی خسر» عصر و زمان بر او می گذرد و عمرش پایان می گیرد و ثوابی کسب نمی کند و در این حال زیانکار است

گویند: گدائی در مغازه مردی آمد به او گفت: یک گونی از این گردوها را به من عطا کن. صاحب مغازه گفت: گدای ناشی! کجا دیده ای یک گونی گردو را به عنوان گدایی به گدا بدهند؟ گدا کنار گونی نشست گفت: اجازه میدهی دانه ای از آنها را بردارم، صاحب مغازه گفت: بردار، دوباره گفت: دومی را اجازه می دهی.... صاحب مغازه گفت: گویا همان یک گونی را می خواهی یکی یکی از من بگیری.

روزگار هم سرمایه ما را لحظه به لحظه از دست ما می برد بدون اینکه متوجه آن باشیم

رسول خدا فرمود: «احذروا ضیاع الاعمار فیما لایبقی لکم ففائتها لایعود»

از ضایع کردن عمر در چیزی که ماندگار نیست پرهیز کن چرا که عمرهای از دست رفته قابل برگشت نیست

پیامبر اکرم (ص) فرمود: «اضاعَةُ الفرصَةِ غَصَّةٌ؛ ضایع کردن فرصت (در مسیر غیر صحیح) غصّه می آورد.

و فرمود: «ترک الفرص غصص»؛ ترک فرصت ها (و بهره برداری نکردن) غصّه ها در پی دارد
روز قیامت برای هر شبانه روز انسان، بیست و چهار خزانة به او نشان می دهند. وقتی نگاهش به خزانة ای که پر از نور است می افتد، آنقدر خوشحال می شود که اگر خوشحالی او را به اهل جهنم تقسیم کنند، همه آنان از درد آتش راحت می شوند! این خزانة مربوط به ساعاتی است که در آن ساعت به اطاعت خدا مشغول بوده است. سپس چشمش به خزانة ای می افتد که تاریک و بدبو و ترس آورنده است! بادیدن آن، آنقدر ناراحت می شود که اگر ناراحتی او را به اهل بهشت تقسیم کنند، همه دچار ناراحتی می شوند! و این متعلق به ساعاتی است که در آن، به گناه مشغول بوده است! سپس خزانة ای به او نشان می دهند که نه چیزی در او است که او را خوشحال کند و نه چیزی که او را ناراحت کند! و این مربوط به ساعاتی است که در آن به امورات مباح مشغول بوده است! او با دیدن این خزانة تأسف می خورد که چرا در این ساعت به اطاعت الهی مشغول نبوده است. همانطور که خدا می فرماید: ذلک يوم التغابن یعنی: آن روز، روز تأسف است

راه برداشتن این مانع، آنست که لحظات عمر خود را مانند طلا بدانیم و برای همه ساعات بیداری برنامه ای مفید داشته باشیم

و جاهدوا فی الله حق جهاده (سوره حج آیات آخر).. خدا فرمود تا آنجا که می توانید در باره خدا تلاش کنید.. برای جلب رضایت خدا نهایت تلاشتان را بکار ببرید.

گویند افراد موفق فقط از بیست درصد استعداد خود استفاده می کنند! و افراد نابغه هم فقط از سی درصد استعداد خود بهره می برند و بقیه استعداد بدون استفاده می می ماند.

پیغمبر فرمود: «إِنَّ لِرَبِّكُمْ فِي أَيَّامٍ دَهْرَكُمْ نَفَحَاتٍ» (بحار الانوار/ج 68/ص 221) در طول سال در تمام

عمر یک لحظه‌هایی پیش می‌آید از آن لحظه‌ها استفاده کنید، نگذارید فرصت‌ها از دست برود.

امیرالمؤمنین فرمود:

«أَنْ اللَّيْلُ وَالنَّهَارُ يِعْمَلَانِ فِيكَ» وَ «يَأْخِذَانِ مِنْكَ» «فَخُذْ مِنْهُمَا»

. شب و روز در تو اثر می‌گذارند پس تو هم از شب و روز یک چیزی بگیر^۱

امام صادق فرمود: «الْمَغْبُوتُ مَنْ غُبِنَ عُمَرُهُ سَاعَةً بَعْدَ سَاعَةٍ» (وسائل الشیعه/ج 16/ص 94)

مغبون کسی است که ساعت‌های عمرش ضرر می‌کند

قرآن می‌فرماید: «وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا» (قصص/77) از دنیا کام بگیر. منتهی حدیث

داریم این گونه کام بگیر: «أَنْ تَطْلُبَ بِهَا الْآخِرَةَ» (بحار الانوار/ج 68/ص 177) یعنی از دنیا

ذخیره‌ی قیامت کن

امام حسن فرمود: «فَالْمُؤْمِنُ يَتَزَوَّدُ وَ الْكَافِرُ يَتَمَتَّعُ» (بحار الانوار/ج 63/ص 333) مؤمن برای

قیامتش ذخیره می‌کند. کافر فقط کام می‌گیرد

امیرالمؤمنین می‌فرماید: «إِنَّمَا أَنْتَ عِدَّةُ أَيَّامٍ» (غرر الحکم/ص 159) انسان عدد ایام است.

انسان یعنی روزها! هر يك روزی که می‌رود، يك تکه از عمرت می‌رود

الدُّنْيَا سَاعَةٌ فَأَجْعَلْهَا طَاعَةً» (بحار الانوار/ج 67/ص 68) این هم خیلی قشنگ است. کلمات «

قصار است. «الدُّنْيَا سَاعَةٌ» دنیا ساعاتی است. «الدُّنْيَا سَاعَةٌ»! دنیا ساعاتی است.

«فَأَجْعَلْهَا» پس تو استفاده کن، «طَاعَةً» دنیا ساعت است به اطاعت برو

.عالمی وارد روستایی شد دید رو قبرها نوشته فلانی چهار سال عمر کرد. علت کم سن بودن اموات را

پرسید گفتند ما هر که بمیرد فقط عمر مفید او را حساب کرده روی قبر می‌نویسیم!

پسر آقای بهجت گفت پدرم بلند میشد کتاب بردارد ذکر می‌گفت..

¹ (غرر الحکم/ص 151)

ایه الله بروجردی گفت يك لحظه عمرم تلف نشد.

..

تنبل نباشید

یکی از مهم ترین موانع موفقیت هر انسانی، تنبلی است

ادم باید در هر کاری زرننگ باشد. چه کارهای دنیوی و چه کارهای اخروی. در کار کردن. در اداره .. زندگی. در درس خواندن. در استفاده از عمر و....

کسانی که در دنیا تنبلی کنند و خود را از توفیقات فراوان محروم نمایند در جهان دیگر حسرت فراوان خواهند خورد و شاید بخاطر تنبلی دستورات الهی را انجام نداده و از رفتن به بهشت محروم گردند.

انسان با تنبلی به اهدافش نمی رسد

امام علی(ع) در این باره می فرمایند

مَنْ دَامَ كَسْلُهُ خَابَ أَمْلُهُ، کسی که پیوسته تنبلی کند، در رسیدن به آرزویش ناکام ماند

امام محمد باقر(ع) می فرمایند

إِيَّاكَ وَالْكَسَلَ وَالضَّجَرَ فَإِنَّهُمَا يَمْنَعَانِكَ مِنْ حَظِّكَ مِنَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، از تنبلی و بی حوصلگی «
» پرهیز زیرا که این دو خصلت تو را از بهره دنیا و آخرت باز می دارند

ضررهای تنبلی در جامعه

تنبلی علاوه بر ضرر به افراد، به جامعه هم ضرر می زند. مثلاً کارگری که تنبل باشد و از کار بزند یا کارمندی که تنبل باشد و کار مردم را درست انجام ندهد یا پلیسی که بجای رفتن به ماموریت به محلی برای استراحت برود و امثال این موارد که باعث می شود جامعه دچار مشکلات فراوان شود و نارضایتی بین مردم ایجاد شود و بعد مساله امنیت کشور به خطر بیافتد

از جمله موارد تنبلی ویکی از بیماری های جامعه ما، بیماری تنبلی اجتماعی است. یعنی اکثر امیل دارند که شغل راحت و کم زحمت داشته باشند. اکثر فارغ التحصیل های کشور بدنبال استخدام دولتی هستند و بعضی از آنها حاضرند نگهبان یا سرایدار اداره باشند زیرا کارشان کم زحمت و درآمدشان تضمین شده است.

نوع دوم تنبلی در مسائل معنوی است. با اینکه خدا انسان را برای رسیدن به مراحل بالای معنوی خلق کرده است ولی تعداد کمی به این مراحل دست پیدا می کنند و بقیه در همان مرحله اول معرفت می مانند چون تلاش نمی کنند.

بقول معروف چون گدا کاهل بود تقصیر صاحبخانه چیست؟ با اینکه زمینه برای بالا بردن معرفت و معنویت است اما چرا اکثر مردم درجه پایینی از معرفت دارند؟ چون تنبلی نمی گذارد سحر خیز شوند. تنبلی نمی گذارد درباره عبادت و معرفت قدمهای بلندتری بردارند.

همسایه مسجد هست ولی تنبلی نمی گذارد در نماز جماعت حاضر شود. در کنارش جلسات دعا برپا میشود ولی یکبار هم شرکت نکرده است

به برکت نظام اسلامی راه های رسیدن به خدا هموارتر شده و اینهمه جلسات دینی و کتابهای معرفتی در اختیار است. باید جوانان نهایت استفاده را بنمایند

داستان اويس قرنى را شنیده ايد که با اينکه چوپان بود و در بيابان زندگى مى کرد ولى عبادتش خيلى زياد بود بطورى که شب بخودش مى گفت امشب شب سجده است و تا صبح در يك سجده بود يا امشب شب رکوع است و تا صبح در يك رکوع و.. و مى گفت اگر عمر دنيا يك شب شود دوست دارم ان شب را تا به صبح در سجده باشم

مواظب باشيم مبادا تنبلى جلو پيشرفت مادى و معنوى ما را بگيرد

راههای استفاده از عمر

نظم داشتن. برنامه ریزی برای بیست و چهار ساعت شبانه روز. اراده قوی. دوری از تنبلی. و...

انسان اگر بخواهد عمر خود را به بهترین وجه ممکن بگذراند باید برای زندگی خود برنامه ریزی داشته باشد که در این باره مولای متقیان امیرالمومنین علیه السلام در وصیت به فرزندانش چنین فرمودند «اوصیکما...بتقوی الله و نظم امرکم» شما را به تقوای الهی و نظم و برنامه ریزی در کارها (سفارش می کنم.) (نهج البلاغه / نامه 47)

چگونه عمرمان را با ارزش کنیم؟

قرآن کریم در این زمینه می فرماید: «لَوْ يُعَمَّرُ أَلْفَ سَنَةٍ وَ مَا هُوَ بِمُرْخَزٍ حِ مِنْ الْعَذَابِ» هر یک از آنها آرزو دارد هزار سال عمر به او داده شود! در حالی که این عمر طولانی، او را از کیفر (الهی) باز (نخواهد داشت و خداوند به اعمال آنها بیناست. (بقره / 96)

امام سجاد علیه السلام در دعای «مکارم الاخلاق» چنین می فرماید: خدایا! اگر عمر من چراگاه شیطان خواهد شد، آن را کوتاه بگردان، یعنی عمر طولانی مهم نیست، بلکه اگر این زندگی کردن ما به گونه ای بود که باعث قرب به خداوند و نجات از آتش شد، ارزش دارد

نکته دیگری که در بحث ارزش دادن به عمر مطرح است، استمرار داشتن فروش عمر به بهاء بالا نه اینکه در یک زمانی به فعل خوب مبادرت بورزیم و در یک زمان دیگر عمر خودمان را به چیزی بی ارزش بفروشیم و به کارهایی پردازیم که باعث تباه شدن عمرمان می شود، خداوند در این زمینه فرموده است «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُمْ مُسْلِمُونَ» ای کسانی که ایمان آورده اید! آن گونه که حق تقوا و پرهیزکاری است، از خدا پرهیزید! و از دنیا نروید، مگر اینکه مسلمان باشید (102/آل عمران). پس اسلام، هم به کیفیت تقوا توجه دارد و هم به تداوم آن تا پایان عمر و انسانی که می خواهد در این دنیا سود کند باید گوهر ایمان را تا پایان عمر، حفظ کند

انسان مومن باید از عمر و زندگی خود به بهترین وجه استفاده نماید، همانگونه که حضرت علی علیه السلام فرموده اند: «لِلْمُتَّقِي ثَلَاثُ عِلَامَاتٍ: اخْلَاصُ الْعَمَلِ وَ قَصْرُ الْأَمَلِ وَ اغْتِنَامُ الْمَهْلِ» پرهیزگار سه نشان دارد: اخلاص در عمل، کوتاهی در آرزو و بهره گرفتن از فرصت های پیش آمده. (غرر الحکم (و درر الکلم، ص: 548)

و در روایتی دیگر داریم: «كُنْ عَلَى عَمْرِكَ اشْحَ مَنْكَ عَلَى دِرْهِمِكَ وَ دِينَارِكَ» بر عمر (و زمان) حریص تر باش تا نسبت به درهم و دینار (الأمالی للطوسی، النص، ص: 527). همانگونه که انسانها در حفظ و افزایش اموال خود تلاش می کنند باید تلاش نمایند که عمر خود را در بهترین راه و مسیر خرج کنند.

ریشه مشکلات انسان ها

حق تعالی در سوره الأعراف، آیه 196 مشکلات انسان را یا از نداشتن برنامه و یا از نداشتن سرپرست، معرفی می کند و می فرماید: «إِنَّ وَلِيَّيَ اللَّهِ الَّذِي نَزَلَ الْكِتَابَ وَ هُوَ يَتَوَكَّلُ الصَّالِحِينَ» همانا ولی و سرپرست من، خدایی است که این کتاب آسمانی را نازل کرده است و او همه ی صالحان را سرپرستی (و هدایت) می کند و مؤمن هیچ یک از این دو مشکل را ندارد چرا که خداوند سرپرست یک انسان مومن است و اسلام به عنوان کاملترین دین الهی که برای هدایت و راهنمایی بشریت آمده .انسان را به برنامه ریزی در امور خود تشویق و امر می نماید

پس انسان اگر بخواهد عمر خود را به بهترین وجه ممکن بگذراند باید برای زندگی خود برنامه ریزی داشته باشد که در این باره مولای متقیان امیرالمومنین علیه السلام در وصیت به فرزندان چنین فرمودند «اوصیکما... بتقوی الله و نظم امرکم» شما را به تقوای الهی و نظم و برنامه ریزی در کارها (سفارش می کنم.) (نهج البلاغه / نامه 47

امام سجاد علیه السلام در دعای «مکارم الاخلاق» چنین می فرماید: خدایا! اگر عمر من چراگاه شیطان خواهد شد، آن را کوتاه بگردان، یعنی عمر طولانی مهم نیست، بلکه اگر این زندگی کردن ما به گونه ای بود که باعث قرب به خداوند و نجات از آتش شد، ارزش دارد

با مطالعه منابع اسلامی، در باب اهمیت و ضرورت برنامه ریزی پی می بریم که عمر و زمان به سرعت در حال گذر است و گذر آن محسوس نیست همانگونه که امیرالمومنین علیه السلام عمر را به ابری گذرا تعبیر کرده است که به سرعت می گذرد: «الفرصة تمرّ مرّ السحاب» زمان و فرصت همچون ابر (در حال گذر است). (خصائص الأئمة عليهم السلام) (خصائص أمير المؤمنين عليه السلام)، ص: 94

برای فهمیدن ارزش عمر کافی است نگاه کنیم به افرادی که مریض می شوند و دکتر به آنها می گوید حال شما خیلی خراب است و اگر خود را معالجه نکنید خیلی زود از دنیا می روید در این هنگام شخص مریض هر هزینه ای را متقبل می شود تا چند سالی بیشتر زنده بماند، ولی عمر و زمان گذشته با هیچ هزینه و کالایی قابل بازگشت نیست همانگونه که در روایت داریم: «الفرصة غنم» زمان (و فرصت غنیمت و منفعتی است که با چیزی قابل معاوضه نیست). (غررالحکم و دررالکلم / ص 25

بنابر این انسان باید به گونه ای برنامه ریزی کند که عمر و زمانی که قابل بازگشت نیست و به هیچ طریقی نمی توان آن را برگرداند به درستی از آن استفاده نماید

پس یکی از ضروری ترین کارها برای تلف نکردن عمر، برنامه ریزی در زندگی است و انسان مومن باید ساعات زندگی خود را به چند بخش تقسیم کند همانگونه که حضرت علی علیه السلام فرمود: «للمؤمن ثلاث ساعات: فساعة يناجي فيها ربه و ساعة يرمّ معاشه و ساعة يخلّي بين نفسه و بين لذتها فيما يحلّ و يجمل» سزاوار است مؤمن را سه زمان باشد: زمانی که در آن با پروردگارش راز و نیاز کند، و زمانی که هزینه های زندگی را تأمین کند و زمانی را به خوشی های حلال و زیبا، اختصاص دهد. (تحف العقول، النص، ص: 203)

اگر در زندگی علماء نگاه کنیم میبینیم که در تمام لحظه ها و ساعات زندگیشان با برنامه ریزی می باشد و نمی گذاشتند لحظه ای از عمرشان بی برنامه بگذرد، امام خمینی (ره) به گونه ای برای زندگی خود برنامه ریزی داشتند که هر کس با ایشان برخورد یا رابطه داشت به برنامه ریزی و نظم در زندگی ایشان اقرار می کند... ایشان به گونه ای منظم در وقت بودند که نقل شده است وقتی در عراق بودند افراد ساعت خود را با ورود یا خروج حضرت امام (ره) از حرم حضرت امیرالمومنین علیه السلام تنظیم می کردند

:کلام آخر

از منظر آیات و روایات عمر انسان، بالاترین سرمایه ای است که خداوند به انسان داده است و برای اینکه در خسران و زیان نباشد باید بهترین روش و طریق از عمرمان استفاده کنیم و اگر انسان بخواهد از عمر خودش استفاده کند تا پیشرفت نماید چاره ای جز برنامه ریزی و نظم در اوقات زندگی خود ندارد.

آیا می دانید یک عمر 70 ساله چگونه می گذرد؟ بر اساس تحقیقات، به طور متوسط 25 سال خواب؛ 7 سال تفریح و تعطیلات؛ 8 سال مطالعه، تحصیل و یادگیری؛ 5 سال رفت و آمد؛ 6 سال استراحت و بیماری؛ 4 سال صرف آماده کردن غذا و 3 سال صرف آمادگی جهت انجام فعالیت های ^[1]فوق. به این ترتیب، 12 سال باقی مانده، صرف کار مفید می شود

زمان، همانند تیری که از کمان رها شود، هرگز باز نمی گردد. زمان را نه می توان حفظ کرد و نه دوباره تسخیر نمود. موفقیت و شکست هر کس بستگی به نحوه استفاده او از وقت دارد. اتلاف وقت، حتی از هدر دادن پول هم اسفناک تر است؛ زیرا به دست آوردن پول ممکن است، ولی عمر دوباره ممکن نیست.

همان طوری که برای مال برنامه ریزی می شود باید برای زمان نیز برنامه ریزی کرد

کمبود وقت

اغلب انسان ها از کمبود وقت، شکوه دارند. در حالی که در واقع کمبود وقت وجود ندارد، بلکه بیشتر اوقات، انسان - آگاهانه یا ناآگاهانه - وقت خود را تلف می کند. در واقع، کمبود وقت ناشی از علل و عوامل زیر است

- 1- عدم استفاده کامل از زمان یا استفاده نامناسب از آن
- 2- صرف زمان برای انجام امور غیر ضروری و کم ارزش
- 3- عدم وجود برنامه، هدف و نظم برای استفاده از وقت
- 4- داشتن عادت های نامطلوب، مانند وسواس که بخش مهمی از وقت انسان را می گیرد
- 5- بی نظمی و شلوغی محیط زندگی و کار
- 6- رفت و آمدهای غیر ضروری

7-سلام و تعارف بیش از حد با دیگران

8-پذیرایی از میهمان های ناخوانده

9-مطالعه مطالب کم اهمیت و غیر لازم

10-شرکت در جلسات غیر ضروری

11-تلفن های مزاحم و طولانی [2]

استفاده از فرصت ها

اوقات فراغت خود را صرف انجام کارهای بیهوده نکنید -

اهداف خود را بنویسید و درجه اولویت آنها را تعیین کنید -

فهرست کارهای روزانه را با درجه اولویت تنظیم کرده و بر اساس آن عمل کنید -

روز را با کارهای مهم (نه کم اهمیت) شروع کنید -

کاری که قرار است انجام دهید، همین حالا شروع کنید -

به درخواست های ناروا، نه بگویید -

پی نوشت ها

مجله تدبیر، ش 84، مردادماه 77، ص 39 . [1]

مجله تدبیر، ش 30، بهمن 71، ص 82 . [2]

عمر، یکی از سرمایه های گران بهاست

عمر، یکی از سرمایه های گران بهاست که در صورت بهره گیری صحیح می تواند آینده ما را رقم بزند. بهره وری از سرمایه عمر نیز، ویژه انسان های عاقل و آینده نگر است در فرصت های روزگار، وفا نیست و پیوسته رو به کاهش است و اگر قدر آن شناخته نشود، به سرعت از دست می رود، بی آن که دستاوردی برای انسان داشته باشد برای استفاده بهینه از این سرمایه و جلوگیری از حسرت های آینده، توجه به چند نکته ضروری و کارساز است:

1. نامعلومی میزان سرمایه عمر

وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ :عمر در دست خداست و کسی از مدت، کیفیت و زمان پایان آن آگاه نیست ^[1]بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ

و. کسی نمی داند در کدام سرزمین می میرد. پس باید پیوسته آماده و گوش به زنگ بود

2. غیر قابل جبران

عمر و گذشت آن قابل جبران نیست. آنان که در واپسین سال های عمر، آرزوی بازگشت دوباره آن را دارند، به جایی نمی رسند و این آرزوی دست نیافتنی بر دلشان می ماند و چون اجل فرا برسد، یک ساعت هم قابل تأخیر و تقدیم نیست

وَاللَّهُ يُوَخِّرُ نَفْسًا إِذَا جَاءَ أَجْلُهَا ^[2]وَلَنْ يُؤَخِّرَ اللَّهُ نَفْسًا إِذَا جَاءَ أَجْلُهَا
تأخیر نمی اندازد

3. سیر نزولی قوا

خط سیر عمر انسان رو به سوی زوال فرصت ها، سست شدن قوا و فرسودگی اعضا، باز پس گرفته شدن نعمت های الهی، تسلط ضعف بر انسان و از بین رفتن شور و نشاط است

و هر که را عمر دراز دهیم در آفرینش دگرگونش کنیم [3] ...وَمَنْ نُّعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ
[ناتوان شود]

4. حسرت قیامت

در روز قیامت بسیاری حسرت فرصت های سوخته و عمر تباه شده را خواهند خورد. حسرت این که سرمایه عمر را داده و چیزی برای حیات ابدی خویش تدارک ندیده اند. این حسرت، با آرزوی بازگشت دوباره به دنیا برای جبران قصور و سستی و ذخیره سازی عمل صالح است؛ آرزویی که **أَوْ نُرَدُّ فَنَعْمَلْ غَيْرَ الَّذِي كُنَّا نَعْمَلُ قَدْ خَسِرُوا**: غیرقابل تحقق و دست نیافتنی است. یا باز گردانده شویم تا غیر از آنچه می کردیم انجام دهیم [4]. **أَنْفُسَهُمْ**

گذشت فرصت ها، هم سریع است و هم گاهی انسان چنان غافل و غرق روزمرگی های زندگی می شود که متوجه گذشت آن نمی شود.

:حضرت علی علیه السلام فرمود

[5] **الْفُرْصَةُ تَمُرُّ مَرَّ السَّحَابِ**

.فرصت ها همچون ابر می گذرند

5. نقش انسان در بارور ساختن عمر

کیفیت سپری کردن این فرصت و خرج این سرمایه، سعادت و شقاوت آدمی را رقم می زند. با تدبیر و برنامه ریزی صحیح و صرف عمر در راه خیر، از میزان حسرت و ندامت آینده انسان کاسته می شود. هر کس مسئول سرنوشت خویش است که با انتخاب و عمل خود آن را رقم می زند. اگر این سرمایه در راه تأمین آخرت به کار گرفته شود، به جا خرج شده است. امام علی علیه السلام فرمود

[6] **لَا تَنْسَ صِحَّتَكَ وَ قُوَّتَكَ وَ شَبَابَكَ وَ نِشَاطَكَ إِنْ تَطْلُبُ بِهَا الْآخِرَةَ؛**

فراموش مکن که، تندرستی و نیرو و فراغت و جوانی و شادابی خود را صرف به دست آوردن آخرت کنی.

6. حسابگری عمر

اگر ما هم دچار غفلت شویم و از حسابرسی عمر و عملکرد خویش غافل گردیم، حسابگرانی دقیق، مأمور ثبت و ضبط اعمال و ارزیابی شخصیت فکری و عملی ما براساس عملکردمان هستند. آنها نه غافل می شوند و نه چیزی از چشم بینای آنان پوشیده می ماند. به فرموده امام علی علیه السلام

[71] اِنَّ عُمَرَكَ عَدَدُ اَنْفَاسِكَ وَ عَلَيْهَا رَقِيبٌ يَحْصِيهَا؛

عمر تو، همان تعداد نفس های توست و کسی مراقب آنهاست و آنها را می شمارد.

چه باید کرد؟

برای بهره وری بیشتر و بهتر از عمر، توجه به موارد زیر ضروری است

1. عمر و فرصت را باید یک سرمایه دانست که هم حفظ آن لازم است و هم به بهره وری رساندن آن.

2. برای بهره گیری صحیح از عمر، باید برنامه ریزی داشت و از هدر رفتن آن جلوگیری کرد

3. فرصت ها را باید به تناسب اهمیت کارها تقسیم بندی و اولویت بندی کرد و ضرورت ها را در نظر گرفت.

4. به جای حسرت و اندوه برگزیده، باید مواظب بود که «فرصت امروز» هم تبدیل به «حسرت فردا» نشود.

5. حال که عمر به سرعت و با شتاب می گذرد، پس باید آن را به بهترین و خدا پسندانه ترین کارها اختصاص داد.

6. طول عمر، وقتی مطلوب است که در مسیر حق و طاعت پروردگار و خدمت به مردم باشد و اگر بستری برای شیطان گردد، هرچه کوتاه تر، بهتر.
7. هرچه از عمر ما می گذرد، در واقع به پایان خط نزدیک تر می شویم؛ پس باید بیشتر مراعات وقت را بکنیم و فرصت ها را دریابیم.
8. عمرها می گذرد، ولی آثار کارهای نیک و بد انسان، هم برای خود او و هم در میان جامعه باقی می ماند. ^[8]

پی نوشت ها

- [1] لقمان (31)، آیه 34 .
- [2] منافقون (3) 6، آیه 11 .
- [3] ، آیه 68 (36) یس .
- [4] اعراف (7)، آیه 53 .
- [5] نهج البلاغه قصار .
- [6] معانی الاخبار، ص 325 .
- [7] میزان الحکمه، حدیث 13884 .
- [8] معارف اسلامی، (جواد محدثی)، شماره 57 .

عنوان بصری پیرمرد 94 ساله بود که گاهی به محضر امام صادق (علیه السلام) می آمد و پس از شنیدن مواعظ آن حضرت بی آنکه کاری داشته باشد، در آنجا می نشست. نشستن او به طور طبیعی موجب آن می شد که وقت امام (علیه السلام) گرفته شود. روزی امام صادق (علیه السلام) به او فرمود: «من مردی هستم که کار و زندگی دارم و در عین حال در ساعاتی از شب و روز ذکرهایی دارم که باید انجام دهم. مرا از عبادت باز مدار». عنوان بصری برخاست و رفت. روز بعد به محضر امام صادق (علیه السلام) آمد و پس از شنیدن مواعظ آن حضرت، باز بیش از اندازه در حضور حضرت نشست که باعث اِتلاف وقت امام (علیه السلام) می شد. امام (علیه السلام) به او فرمود: «قُمْ عَنِّي يَا أَبَا عَبْدِ اللَّهِ فَقَدْ نَصَحْتُ لَكَ وَلَا تُفْسِدْ عَلَى وَرْدِي فَإِنِّي امْرُؤٌ ضَعِيفٌ بِنَفْسِي»؛ [22] برخیز و از اینجا برو [نصیحتی که خواستی] آن را انجام دادم، ذکر و عبادتم را تباه نساز. من کسی هستم که به وجود خود [و به وقت و] «عمرم» بخل می ورزم [تا مبادا وقتم به هدر رود]. پس برخیز [و] برو.

به تأخیر انداختن کارها

یکی از عوامل مهم فرصت سوزی، روحیه امروز و فردا کردن است که بسیاری از افراد به این عارضه مبتلا هستند. امام علی (علیه السلام) فرموده است: «کار امروز را به فردا موکول نکن و کار هر روز را در همان روز انجام بده؛ زیرا هر روز کار خاص خود را دارد». [24] آنچه سبب به وجود آمدن این روحیه می شود، توهمات ذهنی است که همواره بر فرد القا می کند که وقت، وسیع است و بدین سان، فرصت ها یکی پس از دیگری از دست می رود. راه برون رفت از این شرایط، غلبه بر توهمات مزاحم و

اقدام بر عمل است؛ چنان که پیامبر (صلی الله علیه و آله) به ابوذر فرمود: «ای ابوذر! با تکیه بر آرزو در

انجام کارها امروز و فردا نکن؛ زیرا تو امروز هستی، ولی هنوز در زمان بعد قرار نگرفتی. اگر فردایی

[برای تو باشد، مانند امروزت باش و اگر فردایی نباشد، از کوتاهی امروزت پشیمان نیستی].» [25]

یکی از مهم ترین بسترهای نفوذ شیطان و ایجاد مانع در مسیر پیشبرد اهداف معنوی، تعلل در انجام

اعمال نیک است که با تمسک به خصلت سبقت گرفتن در این امور که مورد تأکید قرآن است،

می توان مانع نفوذ شیطان و در نتیجه ایجاد انحراف از این طریق شد؛ چنان که امام باقر (علیه السلام) با

هشدار نسبت به نفوذ شیطان می فرماید: «مَنْ هَمَّ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَيْرِ فَلْيُعَجِّلْهُ، فَإِنَّ كُلَّ شَيْءٍ فِيهِ تَأْخِيرٌ فَإِنَّ

لِلشَّيْطَانِ فِيهِ نَظْرَةٌ» [26] هر که قصد کار خیری کرد، زود آن را انجام دهد؛ زیرا در هر چیز که تأخیر

». «افتد، شیطان در آن مهلتی پیدا می کند.

: صدقه حلوانی می گوید

در مسجدالحرام یکی از دوستانم دو درهم از من قرض خواست. گفتم: «پس از طواف خواهم داد».

در حین طواف امام صادق(علیه السلام) را دیدم. امام(علیه السلام) دستش را به جهت کمک خواستن

روی شانه من گذاشت و هر دو به طواف پرداختیم. طواف من به پایان رسید، اما برای رعایت وضعیت

جسمی امام(علیه السلام) ترجیح دادم به ایشان کمک کنم. دوستم که از من قرض خواسته بود، در

کناری نشسته بود و به خیال اینکه من در قرض دادن به او مسامحه می‌کنم، هر دور که از مقابل او

عبور می‌کردم؛ با دست به من اشاره می‌کرد. امام(علیه السلام) متوجه شد و پرسید: «این مرد چه

می‌خواهد؟». عرض کردم: «او منتظر من است که طوافم تمام شود و به او دو درهم قرض بدهم».

امام 7 سریع دست از شانه‌ام برداشت و فرمود: «مرا رها کن و برو حاجت او را برآور». وقتی باز گشتم،

طواف امام(علیه السلام) تمام شده بود و با دوستانش صحبت می‌کرد. به من فرمود: «اگر من برای بر

آوردن حاجت کسی شتاب کنم، بهتر است از آنکه هزار بنده را در راه خدا آزاد و هزار نفر را برای

[جهاد در راه خدا بسیج کنم].» 27

قرآن همواره بر شتاب به کارهای خیر [28] و سبقت در کارهای خوب [29] تأکید کرده است.

امیرمؤمنان (علیه السلام) نیز فرموده است: «عجله در هر چیزی نامطلوب است، جز شتاب در بهره گیری

از فرصت های کار خیر». [30] موکول کردن کارها به آینده، یعنی از دست دادن زمان و از دست

دادن زمان حتی اگر فرد در زمان حاضر هیچ کار منفی انجام ندهد، یعنی زیان از اصل سرمایه. بدین

سبب خداوند به زمان سوگند یاد می کند که انسان را متوجه زیان در اصل سرمایه عمر نماید: «و

الْعَصْرِ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ». [31] راهکار کلی برای برون رفت از فرصت سوزی و زیانکاری نیز چیزی

جز بهره گیری از لحظه لحظه عمر نیست تا بدین وسیله در بینش، به باورهای درست برسد و در کنش،

به کارهای ارزشمند پردازد و در تعاملات اجتماعی، حق گستر و صبر پرور باشد: «إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَ

عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَ تَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَ تَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ». [32] امام باقر 7 فرموده است: «از تأخیر انداختن

[کارها پرهیز که آن، دریایی است که هلاک شدگان در آن غرق می شوند». [33]

به تأخیر انداختن کارها

یکی از عوامل مهم فرصت سوزی، روحیه امروز و فردا کردن است که بسیاری از افراد به این عارضه

مبتلا هستند. امام علی (علیه السلام) فرموده است: «کار امروز را به فردا موکول نکن و کار هر روز را

در همان روز انجام بده؛ زیرا هر روز کار خاص خود را دارد». [24] آنچه سبب به وجود آمدن این

روحیه می شود، توهّمات ذهنی است که همواره بر فرد القا می کند که وقت، وسیع است و بدین سان،

فرصت ها یکی پس از دیگری از دست می رود. راه برون رفت از این شرایط، غلبه بر توهّمات مزاحم و

اقدام بر عمل است؛ چنان که پیامبر (صلی الله علیه و آله) به ابوذرّ فرمود: «ای ابوذر! با تکیه بر آرزو در

انجام کارها امروز و فردا نکن؛ زیرا تو امروز هستی، ولی هنوز در زمان بعد قرار نگرفتی. اگر فردایی

[برای تو باشد، مانند امروزت باش و اگر فردایی نباشد، از کوتاهی امروزت پشیمان نیستی]. [25]

یکی از مهم ترین بسترهای نفوذ شیطان و ایجاد مانع در مسیر پیشبرد اهداف معنوی، تعلل در انجام

اعمال نیک است که با تمسک به خصلت سبقت گرفتن در این امور که مورد تأکید قرآن است،

می توان مانع نفوذ شیطان و در نتیجه ایجاد انحراف از این طریق شد؛ چنان که امام باقر (علیه السلام) با

هشدار نسبت به نفوذ شیطان می فرماید: «مَنْ هَمَّ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَيْرِ فَلْيُعِجِّلْهُ، فَإِنَّ كُلَّ شَيْءٍ فِيهِ تَأْخِيرٌ فَإِنَّ

لِلشَّيْطَانِ فِيهِ نَظْرَةٌ؛ [26] هر که قصد کار خیری کرد، زود آن را انجام دهد؛ زیرا در هر چیز که تأخیر

«افتد، شیطان در آن مهلتی پیدا می کند.

:صدقه حلوانی می گوید

در مسجدالحرام یکی از دوستانم دو درهم از من قرض خواست. گفتم: «پس از طواف خواهم داد».

در حین طواف امام صادق (علیه السلام) را دیدم. امام (علیه السلام) دستش را به جهت کمک خواستن

روی شانه من گذاشت و هر دو به طواف پرداختیم. طواف من به پایان رسید، اما برای رعایت وضعیت

جسمی امام (علیه السلام) ترجیح دادم به ایشان کمک کنم. دوستم که از من قرض خواسته بود، در

کناری نشسته بود و به خیال اینکه من در قرض دادن به او مسامحه می کنم، هر دور که از مقابل او

عبور می کردم؛ با دست به من اشاره می کرد. امام (علیه السلام) متوجه شد و پرسید: «این مرد چه

می خواهد؟». عرض کردم: «او منتظر من است که طوافم تمام شود و به او دو درهم قرض بدهم».

امام 7 سریع دست از شانه ام برداشت و فرمود: «مرا رها کن و برو حاجت او را برآور». وقتی باز گشتم،

طواف امام (علیه السلام) تمام شده بود و با دوستانش صحبت می کرد. به من فرمود: «اگر من برای بر

آوردن حاجت کسی شتاب کنم، بهتر است از آنکه هزار بنده را در راه خدا آزاد و هزار نفر را برای

[جهاد در راه خدا بسیج کنم].^[27]

قرآن همواره بر شتاب به کارهای خیر^[28] و سبقت در کارهای خوب^[29] تأکید کرده است.

امیرمؤمنان (علیه السلام) نیز فرموده است: «عجله در هر چیزی نامطلوب است، جز شتاب در بهره‌گیری

از فرصت‌های کار خیر». ^[30] موکول کردن کارها به آینده، یعنی از دست دادن زمان و از دست

دادن زمان حتی اگر فرد در زمان حاضر هیچ کار منفی انجام ندهد، یعنی زیان از اصل سرمایه. بدین

سبب خداوند به زمان سوگند یاد می‌کند که انسان را متوجه زیان در اصل سرمایه عمر نماید: «وَ

الْعَصْرِ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ». ^[31] راهکار کلی برای برون‌رفت از فرصت‌سوزی و زیانکاری نیز چیزی

جز بهره‌گیری از لحظه لحظه عمر نیست تا بدین وسیله در بینش، به باورهای درست برسد و در کنش،

به کارهای ارزشمند پردازد و در تعاملات اجتماعی، حق‌گستر و صبر‌پرور باشد: «إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَ

عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَ تَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَ تَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ». ^[32] امام باقر 7 فرموده است: «از تأخیر انداختن

[کارها پرهیز که آن، دریایی است که هلاک‌شدگان در آن غرق می‌شوند].^[33]

علي بن حسن طبرسي؛ مشكات الانوار في غرر الاخبار؛ ص 326. [22]

سعيد بن هبة الله قطب الدين راوندي؛ الخرائج و الجرائح؛ ج 2، ص 59. [23]

محمد بن حسين شريف الرضي؛ نهج البلاغه؛ تصحيح صبحي صالح؛ نامه 53. [24]

محمد بن حسن طوسي؛ الامالي؛ ص 526. [25]

محمد بن يعقوب كليني؛ الكافي؛ ج 2، ص 143. [26]

همان، ص 322. [27]

آل عمران: 133. [28]

بقره: 148. [29]

علي بن محمد ليثي واسطي؛ عيون الحكم و المواعظ؛ ص 58. [30]

عصر: 1-2. [31]

عصر: 3. [32].

حسن بن علی ابن شعبه حرانی؛ تحف العقول؛ ص 285. [33]²