

مهارت‌های زندگی





بعد از حمد و سپاس خداوند حکیم و درود و صلوات بر سرور انبیاء حضرت محمد مصطفی و اهل بیت طاهرینش

انسان برای اینکه زندگی سعادت مندی داشته باشد باید مهارت هایی را فرا بگیرد و آنها را در وقتش بکار گیرد.

کسی که مهارت کنترل عصبانیت را یاد گرفته و در هنگام خشم از آن استفاده می کند دچار خسارت های ناشی از عدم کنترل خشم نمی گردد.

همچنین کسی که مهارت کنترل شهوت را یاد گرفته و در هنگام تحریک شهوت از آن استفاده می کند دچار خسارت های ناشی از عدم کنترل شهوت نمیشود و...

در این کتاب به بعضی از این مهارت ها اشاره شده است.

زمستان 1401. کرمانشاه

مهارت‌های:

1- کنترل خشم

2- کنترل شهوت

3- کنترل مخارج

4- کنترل شکم

5- کنترل زبان

کنترل خشم

کنترل خشم در پنج بخش ارائه می گردد:

بخش اول: خشم و غضب در آئینه آیات قران کریم

بخش دوم: خشم و غضب در آئینه روایات اهل بیت علیهم السلام

بخش سوم: داستانها

بخش چهارم: علل خشم و عصبانیت

بخش پنجم: راههای کنترل عصبانیت

بخش اول:

خشم و غضب در آئینه آیات قران کریم

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴿١٣٤﴾

عمران ۱۳۴ ﴿﴾

همانان که در فراخی و تنگی انفاق می کنند و خشم خود را فرو می برند و از مردم در می گذرند

و خداوند نکوکاران را دوست دارد (۱۳۴)

توضیح آیه شریفه مذکور:

در این آیه بعضی از صفات مومنین رو ذکر کرده که از جمله آنها کنترل خشم

است.

افراد زیادی بودند که وقتی خودشون عصبانی می شدند این ایه رو می خواندند مانند امام سجاد

علیه السلام وقتی یکی به ایشان ناسزا گفتند این ایه رو خواندند. یا اینکه افرادی بودند وقتی خطایی

می کردند فوراً این ایه رو می خواندند تا طرف انها ارام شود مانند اینکه خدمتکار امام سجاد علیه

السلام خواست رو دست امام اب بریزد ظرف افتاد از دستش افتاد و به سر امام خورد و امام زخمی

شد. خدمتکار فوری همین ایه رو خواند و امام او را بخشیدند و او را آزاد کردند.

...

وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا ﴿٦٣﴾ فرقان ﴿٦٣﴾

و بندگان خدای رحمان کسانی اند که روی زمین به نرمی گام برمی دارند و چون نادانان ایشان را

طرف خطاب قرار دهند به ملایمت پاسخ می دهند (۶۳)

توضیح آیه شریفه مذکور:

در این آیه شریفه خداوند به دوتا از صفات مومنین اشاره می کند از جمله اینکه مومنین بردبارند

بطوری که اگر نادانی به آنها حرفی بزند آنها جوابشو نمیدند فقط می گویند خدا حافظ.

و این کلید کنترل عصبانیت است که اگر هر فردی به هر دلیلی به ما حرف های ناراحت کننده زد

، ما در مقابل چیزی جز خدا حافظی با او نگوییم.

...

وَالَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبَائِرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ ﴿شوری ۳۷﴾

و کسانی که از گناهان بزرگ و زشتکاریها خود را به دور می دارند و چون به خشم درمی آیند

درمی گذرند (۳۷)

توضیح آیه شریفه مذکور:

در این آیه شریفه خداوند به صفت عفو و گذشت که در مومن هست اشاره می کند که وقتی مومن ناراحت می شود اهل انتقام گرفتن و کینه داشتن نیست بلکه اهل بخشش و گذشت هست.

...

وَالَّذِينَ صَبَرُوا ابْتِغَاءَ وَجْهِ رَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآَنَفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً وَ
يَذَرُونَ بِالْحَسَنَةِ السَّيِّئَةَ أُولَئِكَ لَهُمْ عُقْبَى الدَّارِ (22 رعد)

و کسانی که برای جلب رضای پروردگارشان (در شدايد و انجام وظائف) صبر کردند و نماز را برپا داشتند و از آنچه به آنها روزی کردیم (از مال و منال) در نهان و آشکار انفاق نمودند و با کار نیک خود بدی های دیگران را (یا با برخورد نیک خود بدرفتاری دیگران را) دور می سازند آنهايند که برايشان عاقبت (نيك) اين سراي است (به تمام شدن اين دنيا بهشت است) .

توضیح آیه شریفه مذکور:

در این آیه شریفه خداوند فرموده که مومن در مقابل بدی، خوبی می کند. همانطور که در حالات اهل بیت عليهم السلام این روش دیده می شود. مخصوصا در حالات امام موسی کاظم عليه السلام که هر کسی به ایشان بدی می کرد این امام عزیز برايش پول می فرستاد.

...

مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ (فتح 48)

محمد [ص] پیامبر خداست و کسانی که با اویند بر کافران سختگیر [و] با همدیگر مهربانند.

توضیح آیه شریفه مذکور:

در این آیه شریفه به مساله لزوم مهربانی بین مسلمانان اشاره کرده است. مسلمانان باید باهم مهربان و باهم خوب باشند. بهم رحم کنند. ولی درمقابل کفار، خشمگین و عصبانی باشند.

نَمَّا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلَحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ﴿١٠﴾

در حقیقت مؤمنان با هم برادرند پس میان برادرانتان را سازش دهید و از خدا پروا بدارید امید که

مورد رحمت قرار گیرید (۱۰)

توضیح آیه شریفه مذکور:

خداوند همه مومنان عالم را برادر هم قرار داده است.

2-طبق این برادری مومن هفتاد حق به گردن انسان دارد.

3-باید پشت سر مومن تعریف کنیم. باید در گرفتاری ها بهم کمک کنیم. نباید مومن را بکوبیم و آبروی او را ببریم. خوشحال کردن مومن مساوی با خوشحال کردن خدا و رسول است و ناراحت کردن مومن هم مساوی با ناراحت کردن خدا و رسول است.

امام باقر(ع) می فرماید از حقوق مؤمن بر برادر مؤمنش این است که گرسنگی اش را بر طرف کند؛ عورتش را بپوشاند مشکلاتش را برطرف کند، بدهکاریش را بپردازد، و اگر برادر مسلمانش از

دنیا رفت جانشین او در خانواده و فرزندانش باشد؛ یعنی از حوائج زندگی شان سؤال کند و خواسته هایشان را برطرف کند، اعم از لباس، خوراک و ...

حرف دیگران را درباره مؤمن و مسلمان نشود و نپذیرد و به سخن چینی ها گوش ندهد و در پی خطاها و عیوب نباشد و اگر هم نقطه ضعفی از کسی شنید یا فهمید، آن را فاش نسازد و آبرویش را نبرد.

پیامبر خدا: مسلمان، برادر مسلمان است، هرگز به او ستم نمی کند، دست از یاریش برنمی دارد و او را در برابر حوادث تنها نمی گذارد.»

و فرمود: « دو برادر دینی، همانند دو دست هستند که هر کدام دیگری را می شوید!» با یکدیگر کمال همکاری را دارند و عیوب هم را پاک می کنند.

در نتیجه مومنین هیچوقت نسبت بهم خشمگین نباید بشوند.

بخش دوم:

خشم و غضب در آئینه روایات

پیامبری که کوه خورد!

از امام رضا علیه السلام روایت شده که:

خدای عزوجل به پیامبری از پیامبرانش وحی فرمود: چون صبح کردی نخستین چیزی را که با آن رو به رو شدی بخور و دومین چیز را مخفی کن و سومین را پذیرا شو (پناه ده) و چهارمین را نومید مکن و از پنجمی بگریز.

صبح که شد آن پیامبر به راه افتاد و با کوه سیاه بزرگی رو به رو شد. ایستاد و گفت: پروردگارم عزوجل مرا فرموده است که این را بخورم و متحیر ماندم، ولی به خود آمد و گفت: پروردگارم، جلّ جلاله، مرا به کاری که توانش را ندارم فرمان نمی دهد. لذا به طرف کوه رفت تا آن را

بخورد. هر چه به آن نزدیک می شد، کوه کوچکتر می گشت و وقتی به آن رسید کوه را لقمه ای

یافت و آن را خورد و دید خوشمزه ترین چیزی است که تا کنون خورده است.

سپس به راهش ادامه داد و تشتی زرین یافت، به خود گفت: پروردگارم فرموده است که این را

پنهان کنم. پس گودالی کند و تشت را در آن گذاشت و رویش خاک ریخت و آن گاه به راهش

ادامه داد. چند قدمی که رفت، برگشت ناگاه دید تشت از زیر خاک در آمده است. با خود گفت:

من آن چه پروردگارم فرموده بود انجام دادم. لذا راهش را پی گرفت و رفت.

ناگهان چشمش به پرنده ای افتاد که «بازی» او را تعقیب می کند. پرنده دور آن پیامبر به چرخش

در آمد. با خود گفت: پروردگارم عزوجل فرموده است که این را پذیرا شوم و پناه دهم. لذا

آستین خود را باز کرد و پرنده داخل آن شد. «باز» به او گفت: تو شکار مرا گرفتی، در حال که من

چند روز است دنبال آن هستم. آن پیامبر گفت: پروردگارم عزوجل به من فرموده است که این را

نومید نکنم. پس، تگه ای از رانش را قطع کرد و پیش باز انداخت و به راه خود ادامه داد.

در راه مردار گندیده ی کرم افتاده ای دید. گفت: پروردگارم عزّوجل مرا فرموده است که از این

فرار کنم. پس از آن گریخت و برگشت. در خواب دید که انگار به او گفته شد: تو آن چه بدان

مامور شدی به انجام رساندی، حال آیا می دانی این ها چه بود؟

گفت: نه. به او گفته شد:

اما آن کوه، خشم است. بنده هر گاه عصبانی شود، از عظمت و شدت خشم خودش را نمی بیند و

قدر و ارزش خویش را نمی شناسد. اما چون خویشنداری کند و قدر و ارزش خود را بشناسد و

خشمش آرام گیرد فرجام آن خشم چون لقمه ی گوارایی است که می خورد.

اما آن تشت عمل صالح است که هرگاه بنده آن را پوشیده بدارد و مخفی نگه دارد، خداوند

عزّوجل آن عمل را آشکار می گرداند تا علاوه بر ثوابی که آخرت او ذخیره می کند، در همین

دنیا او را با آن آراسته گرداند. اما آن پرنده، مردی است که تو را اندرزی دهد. پس او را پذیرا شو

و اندرزش را قبول کن.

اما آن «باز» مردی است که برای حاجتی پیش تو می آید، چنین کسی را نومید مگردان. و اما آن

گوشت گندیده، غیبت است؛ پس از آن بگریز^۱.

....

فشار قبر سعد بن معاذ...

آیت الله جاودان گفت: سعد بن معاذ مرد بسیار خوبی بود که در جنگ خیبر زخمی و سپس شهید شد و پیامبر (ص) شخصا او را دفن نمود و در مراسم تشیع به احترامش با پای پیاده آمد و احترام زیادی به وی نمود تا جایی که مادر سعد بن معاذ گفت: گوارا باد بر تو بهشت. که پیامبر (ص) در پاسخ وی گفت: چه حرفی بود که زدی همین الان قبر او را فشار داد چون در منزل با زن و بچه اش بد اخلاق بوده است.

وی ادامه داد: با اینکه سعد بن معاذ شهید بود و در تشیع جنازه اش فرشتگان هم آمده بودند و پیامبر (ص) هم چنین احترامی به وی نمود اما چون یک اخلاق ناپسند داشت و با زن و بچه اش بد اخلاق بود دچار فشار قبر شد. این یک قانون است که اگر کسی با زن و بچه اش بد اخلاق باشد، فشار قبر می کشد و اگر توبه کند و خوش اخلاق شود این قانون عوض می شود و فشار قبر نمی کشد.^۲

...

امام کاظم علیه السلام هر کسی به او بدی می کرد برایش هدیه می فرستاد..

¹ <https://article.tebyan.net>

² <http://iqna.ir/fa/news/3652005>

به این علت به امام موسی (ع) کاظم خطاب می شد که آن حضرت خشم و غضب خود را فرو می خوردند و کاظم به معنای فرو برنده خشم است. درباره امام کاظم علیه السلام آمده است که:

مردی در مدینه می زیست که امام را آزار می داد و گاهی که امام را می دید با دشنام، توهین می کرد.

برخی از یاران امام، پیشنهاد می کردند که او را از میان بردارند: امام شدیداً ایشان را از اینکار باز می داشت.

یکروز امام جای او را که در مزرعه ای بیرون مدینه بود، پرسیدند.

چارپایی سوار شدند و بدانجا رفتند و او را در مزرعه یافتند و همچنان سواره وارد مزرعه شدند. او فریاد زد که زراعت مرا پایمال نکن! حضرت اعتنایی به گفته ی او نکردند و همچنان سواره نزد او رفتند⁽⁴³⁾ و چون کنار او رسیدند، از چارپا پیاده شدند و با گشاده رویی و بزرگواری از او پرسیدند:

چقدر برای این مزرعه خرج کرده ای؟

گفت: صد دینار

فرمود: چقدر امید سود داری؟

گفت: غیب نمی دانم.

فرمود: گفتم چقدر امیدوار هستی؟

گفت: امید دویست دینار سود دارم.

حضرت سیصد دینار به او مرحمت فرمودند و فرمودند زراعت هم از آن خودت، خدا به تو آنچه به آن امید داری خواهد رسانید. آن شخص برخاست و سر آن گرامی را بوسید و از او خواست که از گناهان و جسارت های وی در گذرد. امام تبسمی فرمودند و باز گشتند...

روز بعد، آن مرد در مسجد نشسته بود که امام (ع) وارد شدند.

آنمرد تا نگاهش به امام افتاد گفت:

الله اعلم حيث يجعل رسالته

خدا بهتر می داند که رسالت خویش را به چه کسانی بدهد. (کنایه از آنکه امام موسی بن جعفر به راستی شایستگی امامت دارند)

دوستانش با شگفتی پرسیدند، داستان چیست، قبلا از او بد می گفتی؟

او دو باره امام را دعا کرد و دوستانش با او به ستیزه برخاستند...

امام با یارانی از خود که قصد قتل او را داشتند فرمود: کدام بهتر است، نیت شما یا اینکه من با رفتار خویش او را به راه آوردم؟^۳

....

علی علیه السلام فوری سر عمرو را جدا نکرد و قدم می زد...

نقل شده که علی (ع) در یکی از جنگ ها مردی را بر زمین افکند و سپس بر سینه او نشست تا سرش را جدا کند! آن مرد به صورت آن حضرت آب دهان انداخت. حضرت علی (ع) برخاست و او را ترک کرد و بعد از گردشی در میدان، برگشت و سر او را جدا کرد. وقتی از حضرتشان سبب این کار را پرسیدند فرمود: "نگامی که آب دهان به صورتم انداخت، من بر او خشم گرفتم و ترسیدم که اگر او را در چنین حالتی بکشم، خشم و غضب من در کشتن او دخالت داشته باشد. و من نخواستم که او را بکشم مگر تنها برای رضایت پروردگار".^۴

در روایت دیگری که در مناقب ابن شهر آشوب وجود داشته و مرحوم مجلسی نیز در بحار الانوار آن را از کتاب ایشان نقل کرده اند، مشابه این روایت با اندکی تفاوت وجود دارد از جمله اینکه در آن، نام مقتول نیز بیان شده که او همان عمرو بن عبدود معروف است که در جنگ خندق به دست امام علی (ع) به هلاکت رسید و نیز بیان شده که آن ملعون، علاوه بر انداختن آب دهان، به مادر حضرت نیز دشنام دادند.^۵

^۳ <https://hawzah.net/fa/Article/View/54246>

^۴ ابن الطقطقی، الفخری، ص: 49، الفخری فی الآداب السلطانیة و الدول الاسلامیة، تحقیق عبد القادر مجد مایو، بیروت، دار القلم العربی، ط الأولى، 1418 هـ ق/ 1997 م.

^۵ مجد بن شهر آشوب، مناقب آل أبی طالب، ج 3، ص 319، مؤسسه انتشارات علامه، قم، 1379 هـ ق

شخصی از بستگان امام سجاد علیه السلام آمد و در حضور اصحاب به امام جسارت کرد...

روزی یکی از بستگان امام سجاد (ع) در حضور جمعی، بر سر موضوعی بر امام سجاد (ع) سخنان نامناسب گفت. امام سجاد (ع) سکوت کرد، سپس آن شخص رفت، امام سجاد (ع) به حاضران فرمود: آنچه را این مرد گفت، شنیدید، و من دوست دارم که همراه من بیایید و نزد او برویم، تا جواب او را بدهم و شما بشنوید. حاضران، موافقت کردند، امام سجاد (ع) با آنها رهسپار شدند، در راه مکرر می فرمود و الکاظمین الغیظ (از صفات پرهی زکاران فرو بردن خشم است) (آل عمران ۱۳۴). حاضران فهمیدند که آن حضرت، پاسخ درشت به او نخواهد داد، همچنان با آنحضرت حرکت کردند تا به منزل آن مرد بدگو رسیدند، او را صدا زدند، او از خانه خارج گردید، امام سجاد (ع) به او فرمود: ای برادر! اگر آنچه به من نسبت دادی در من هست، از درگاه خدا، طلب آمرزش می کنم، و اگر در من نیست، از خدا می خواهم که تو را ببخشد. آن مرد، سخت تحت تأثیر بزرگواری امام قرار گرفت، و به پیش آمد و بین دو چشم امام را بوسید و عرض کرد: بلکه من سخنی به تو گفتم که در تو نبود، و من سزاوار به آن سخن هستم به این ترتیب امام سجاد (ع) درس بردباری و حفظ رابطه خوی شاونندی و کنترل خشم را به ما آموخت^۶.

گرفتن وضو و گرفتن دست فامیل رحم...

در روایات آمده که: هر کس بر خویشاوندان خویش غضب کرد، نزد او رود و خود را به او نزدیک نماید و به جهت صله رحم با او مصافحه و روبوسی نماید. این کار باعث آرامش روح و روان انسان خشمگین و همه انسان ها می شود.^۷

^۶ <http://sajjad.ommolketab.ir>

^۷ امام خمینی، شرح حدیث جنود عقل و جهل، ص ۲۳۸

وضو گرفتن

در روایت دیگر آمده است: «الغضب من الشَّيْطَانِ وَ الشَّيْطَانُ خَلَقَ مِنَ النَّارِ وَ الْمَاءُ يَطْفِئُ النَّارَ»^۸
خشم از شیطان است و شیطان از آتش پدید آمده و آتش را به آب می توان خاموش کرد؛ وقتی یکی از شما خشمگین شود، وضو گیرد.^۸

غسل کردن

در حدیث دیگر آمده است که هنگام غضب و عصبانیت غسل نمایید. «... فَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَغْتَسِلْ». وقتی یکی از شما خشمگین شود، غسل نماید.^۹

...

مفضل دید دونفر باهم دعوا...

مفضل نامش را شنیده اید از اصحاب امام صادق علیه السلام؛ یک وقت در کوچه های مدینه می - رفت دید دو نفر باهم دعوا می کنند، دو تن از شیعه های امام صادق باهم دعوا می کنند، یک مقداری ایستاد دید دعوا تمام نشد رفت نزدیک گفت دعوا سر چه چیزی است؟ گفتند ما یک اختلاف مالی باهم داریم گفت بیا بیا برویم خانه ما. این ها را برد خانه دعوا حل نشد مگر به دادن یک مبلغی. چهارصد درهم مفضل گفت من این مبلغ را می دهم دعوا تمام بشود پول را پرداخت دعوا تمام شد بعد به آن ها گفت یادتان باشد این پول برای من نبوده است امام صادق این پول را پیش من قرار داده بود، فرمود اگر دیدی دو تا از شیعیان باهم دعوا دارند اختلاف دارند دعوایشان با یک مسئله مالی با یک پولی حل می شود از این پول پیش تو باشد که از این پول بده تا دعوا بین دو شیعه تمام بشود. آن وقت امام صادق علیه السلام راضی است.

؛ همین مفضل به شیعیان می گفت مواظب باشید نکند باهم قهر بکنید چون خودم شنیدم امام صادق علیه السلام فرمود: اگر دو تن از شیعیان باهم قهر بکنند من از هر دو - عنایت کنید - از هر دو اعلام براءت می کنم هر دو را نفرین می کنم. به امام صادق گفتند آقا چرا هر دو؟ دو نفر که باهم قهر کردند بالاخره یک ظالم دارد و یک مظلوم، حالا شما ظالم را اعلام براءت کنید. به ظالم

^۸ نهج الفصاحة، ص: ۵۸۶

^۹ نهج الفصاحة ۵۸۶

نفرین کنید، مظلوم چرا؟ فرمودند بخاطر اینکه مظلوم قدم جلو بگذارد، او برود بگوید اصلاً **انا ظالم**، حضرت فرمود تو برو بگو برو بگو **انا ظالم حتى يقطع الهجران**، دعوا تمام شود، تو قدم جلو بگذار تو بگو اصلاً من مقصر هستم^{۱۰}.

...

پیامبر صلی الله علیه و آله:

أَلَا إِنَّ خَيْرَ الرَّجَالِ مَنْ كَانَ بَطِيءَ الْغَضَبِ سَرِيعَ الرِّضَا؛

بدانید که بهترین انسان ها کسانی هستند که دیر به خشم آیند و زود راضی شوند^{۱۱}.

پیامبر صلی الله علیه و آله:

الْصَّرَعَةُ كُلُّ الصَّرَعَةِ الَّتِي يَغْضَبُ فَيَشْتَدُّ غَضَبُهُ وَيَحْمَرُّ وَجْهُهُ وَيَقْشَعِرُّ شَعْرُهُ فَيَصْرَعُ غَضَبَهُ؛

کمال دلیری آن است که کسی خشمگین شود و خشمش شدت گیرد و چهره اش سرخ شود و موهایش بلرزد، اما بر خشم خود چیره گردد^{۱۲}.

امام علی علیه السلام:

بُسِّ الْقَرِينُ الْغَضَبُ يُبْدِي الْمَعَايِبَ وَيُذْنِي الشَّرَّ وَيُبَاعِدُ الْخَيْرَ

¹⁰ سخنرانی سید حسین حسینی قمی

<http://kheimegah.com/hramazan/news/3008>

¹¹ نهج الفصاحه ص 243، ح 469

¹² نهج الفصاحه ص 549، ح 1872

خشم هم نشین بسیار بدی است: عیب ها را آشکار، بدی ها را نزدیک و خوبی ها را دور می کند^{۱۳}.

امام صادق علیه السلام:

مَنْ غَضِبَ عَلَيْكَ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ وَلَمْ يَقُلْ فِيكَ سُوءًا فَاتَّخِذْهُ لِنَفْسِكَ خَلِيلًا.

هر کس سه بار بر تو خشم گرفت ولی به تو بد نگفت، او را برای خود به دوستی انتخاب کن^{۱۴}.

امام علی علیه السلام:

مَنْ غَاظَكَ بِقُبْحِ السَّفَةِ عَلَيْكَ فَعِظْهُ بِحُسْنِ الْحِلْمِ عَنْهُ

هر کس با زشتیِ سبکسری تو را خشمگین کرد تو با زیباییِ بردباری او را به خشم آور^{۱۵}.

امام صادق علیه السلام:

مَا مِنْ عَبْدٍ كَظَمَ غَيْظًا إِلَّا زَادَهُ اللَّهُ عَزًّا وَجَلًّا عِزًّا فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ

هیچ بنده ای خشم خود را فرو نخورد، مگر این که خداوند عزوجل بر عزت او در دنیا و آخرت افزود^{۱۶}.

¹³ تصنیف غررالحکم و دررالکلم ص 302، ح 6893

¹⁴ معدن الجواهر ص 34

¹⁵ تصنیف غررالحکم و دررالکلم ص 285، ح 6400

¹⁶ کافی (ط-الاسلامیه) ج 2، ص 110، ح 5

مَنْ كَفَّ غَضَبَهُ سَتَرَ اللَّهُ عَوْرَتَهُ؛

کسی که جلوی خشمش را بگیرد خداوند نقصها و کاستی های او را می پوشاند.^{۱۷}

رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: غضب ایمان را فاسد کند چنان که سر که غسل را.^{۱۸}

امام صادق علیه السلام فرمود: غضب کلید هر شری است.^{۱۹}

پیامبر سه بار فرمود غضب نکن...

امام صادق علیه السلام فرمود: مردی به پیغمبر صلی الله علیه و آله عرض کرد: یا رسول الله! مرا تعلیم ده، فرمود: برو و غضب مکن، آن مرد گفت: همین مرا بس است و بجانب قبیله خود رفت، ناگاه در میان قومش جنگی پیا شد، و اسلحه پوشیده در برابر یک دیگر صف کشیدند، آن مرد هم چون چنان دید، اسلحه پوشید و بصف ایستاد، آنگاه سخن پیغمبر صلی الله علیه و آله را بیاد آورد که باو فرمود: غضب مکن سپس اسلحه را کنار گذاشت، و نزد مردمی که دشمن قومش بودند آمد و گفت: ای مردم هر جراحت و قتل و زدن بی نشانهی که در افراد شما باشد بعهده من و من خونبهای آن را بشما میپردازم (امام زخم نشانهدار را از زندهاش بگیرد) آن مردم گفتند، هر چه چنین باشد بنفع شما و ما از شما پرداخت این جریمه سزاوارتریم، سپس با یک دیگر صلح کردند و آن کینه از میان برداشت.^{۲۰}

.....

یهودی پیامبر اسلام را بازداشت کرده...

^{۱۷} کافی (ط-الاسلامیه) ج ۲، ص ۳۰۳، ح ۶

^{۱۸} الکافی ج ۲ ص ۳۰۲

^{۱۹} همان، ص ۳۰۳

^{۲۰} همان، ص ۳۰۴

پیامبر اکرم (ع) شخصاً در مراسم اجتماعی یهودیان شرکت می نمود، از آنان قرض می گرفت، از بیمارانشان عیادت می کرد، در مراسم تشییع جنازه یهودیان شرکت و با آنان ابراز همدردی می نمود و مانند یک مرد عادی با آنان معامله می نمود. سایر مسلمانان نیز یهودیان مدینه را هم پیمان خود و جزو ملت خود می دانستند و رفتارشان بر اساس همین اصل محکم استوار بود. یک نفر یهودی چند دیناری از رسول خدا (ص) طلب داشت و مطالبه کرد. حضرت فرمود: الان ندارم. یهودی گفت: نمی گذارم از این مکان حرکت کنی و حضرت را نگاه داشت. ظهر شد و حضرت نماز ظهر را کنار کوچه خواندند. عصر شد، مغرب و عشا شد، نمازشان را خواندند تا صبح روز دیگر حضرت را نگاه داشت و نماز صبح را نیز در کنار کوچه خواندند. مسلمانان عصبانی شدند و با نگاهی تند یهودی را تهدید و زمزمه می کردند: «یحسک یهودی» آیا یک یهودی تو را حبس و بازداشت کرده است؟! پیامبر آنان را از این برخورد بازداشت و فرمود: حق با یهودی است. به هرحال یهودی صبح مسلمان شد و گفت: من از تورات درباره حلم تو مطالبی یافته بودم که امتحان کردم، درست درآمد و تو همان پیامبر موعودی^{۲۱}

....

به علی علیه السلام می گفتند کافر ولی....

خوارج و دشمنان ولایت بارها به علی علیه السلام کافر خطاب می کردند ولی امیرالمومنین می فرمود تا دست به شمشیر نبردند با آنها کاری ندارم!

....

جوان به مالک اشتر اهانت کرد....

روزی مالک اشتر از بازار کوفه می گذشت. در حالیکه عمامه و پیراهنی از کرباس بر تن داشت. مردی بازاری بر در دکانش نشسته بود و به عنوان اهانت، زباله ای (کلوخ) به طرف او پرتاب کرد.

مالک اشتر بدون این که به کردار زشت بازاری توجهی بکند و از خود واکنش نشان دهد، راه خود را پیش گرفت و رفت.

مالک مقداری دور شده بود. یکی از رفقای مرد بازاری که مالک را می شناخت به او گفت:

-آیا این مرد را که به او توهین کردی شناختی؟

مرد بازاری گفت: نه! نشناختم. مگر این شخص که بود؟

دوست بازاری پاسخ داد:

-او مالک اشتر از صحابه معروف امیرالمؤمنین بود.

همین که بازاری فهمید شخص اهانت شده فرمانده و وزیر جنگ سپاه علی علیه السلام است، از ترس و وحشت لرزه بر اندامش افتاد. با سرعت به دنبال مالک اشتر دوید تا از او عذرخواهی کند.

مالک را دید که وارد مسجد شد و به نماز ایستاد. پس از آن که نماز تمام شد خود را به پای

مالک انداخت و مرتب پای آن بزرگوار را می بوسید.

مالک اشتر گفت: چرا چنین می کنی؟

بازاری گفت: از کار زشتی که نسبت به تو انجام دادم، معذرت می خواهم و پوزش می طلبم.

امیدوارم مرا مورد لطف و مرحمت خود قرار داده از تقصیرم بگذری.

مالک اشتر گفت: هرگز ترس و وحشت به خود راه مده! به خدا سوگند من وارد مسجد نشدم

مگر این که درباره رفتار زشت تو از خداوند طلب رحمت و آمرزش نموده و از خداوند بخواهم

که تو را به راه راست هدایت نماید²².

بخش سوم:

داستان ها

عالمی وقتی خانه می رفت همسرش کتکش می زد...

مرحوم شیخ جعفر کاشف الغطاء از بزرگ ترین فقیهان عالم تشیع بوده است، در حدی که علمای بزرگ شیعه از قول او نقل کرده اند که فرموده بود: اگر تمام کتاب های فقهی شیعه را در رودخانه بریزند و به دریا برود و شیعه دیگر یک ورق فقه دستش نباشد، من از اول تا آخر فقه شیعه را در سینه ام دارم، همه را بیرون می دهم تا دوباره بنویسند. مرجع هم شده بود.

اهل علم و اصحاب سرّش فهمیدند که همسرش در خانه بداخلاقی می کند ولی خیلی هم خبر از داستان نداشتند. اینقدر در مقام جست و جو برآمدند تا به این نتیجه رسیدند که این مرد بزرگ الهی، این فقیه عالیقدر گاهی که به داخل خانه می رود، همسرش حسابی او را کتک می زند.

یک روز چهار پنج نفر جمع شدند و خدمتش آمدند و گفتند: آقا ما داستانی شنیده ایم از خودتان باید پرسیم. آیا همسر شما گاهی شما را می زند؟! فرمود: بله، عرب است، قدرتمند هم هست، قوی البینه هم هست، گاهی که عصبانی می شود، حسابی مرا می زند. من هم زورم به او نمی رسد. گفتند: او را طلاق بدهید. گفت: نمی دهم. گفتند: اجازه بدهید ما زن هایمان را بفرستیم ادبش کنند. گفت: این کار را هم اجازه نمی دهم. گفتند: چرا؟ گفت: این زن در این خانه برای من از اعظم نعمت های خداست چون وقتی بیرون می آیم و در صحن امیرالمومنین می ایستم و تمام صحن،

پشت سر من نماز می خوانند، مردم در برابر من تعظیم می کنند. گاهی در برابر این مقاماتی که خدا به من داده، یک ذره هوا مرا برمی دارد. همان وقت می آیم در خانه کتک می خورم، هوایم بیرون می رود! این چوب الهی است، این باید باشد^{۲۳}.

.....

سید احمد خوانساری و زن بداخلاق....

همسر مرحوم «آیت الله سید احمد خوانساری» به کلاس درس ایشان که مرجع تقلید بودند، می آمد و جلوی چشم طلبه ها با کفش به سر ایشان می کوبید که چرا فلان کار را کردی؟ یکی از علما نقل می کرد که در اندرونی خانه «آیت الله سید احمد خوانساری» مشغول صحبت کردن بودیم که همسرشان وارد اتاق شد و بخاطر اینکه بلند صحبت کرده ایم، دو دستی چنان محکم بر سر آقا کوبید که عمامه شان افتاد. «آیت الله خوانساری» عمامه را برداشتند و مرتب کردند و چیزی نگفتند. خانم بیرون رفت و آقا بحث را ادامه دادند.

عده ای به ایشان می گفتند این زن بد اخلاق را طلاق بدهید. ولی آیت الله خوانساری می گفتند: همه به من می گویند مرجع تقلید جهان اسلام، ولی بالاخره باید یکی باشه که به سر من بزند. این گونه افراد از این اتفاقات در زندگی خود به عنوان فرصت استفاده می کردند. با این ادله که اگر من در خانه تحقیر می شوم، از این تهدید برای فرصت سازی باید استفاده کنم. چرا که خدا این همسر را برای من خلق کرده تا غرور بیرونی پیدا نکنم. من که عزت بیرونی دارم، باید ذلت درونی داشته باشم. همسر لوط و نوح(ع)، همسر آسیه همان ذلت درونی بودند.^{۲۴}

...

نذر ایه الله بروجردی برای کنترل خشم خود..

مرحوم آیه الله آقای بروجردی مرجع وقت جهان تشیع (ره) در آن زمانی که در شهرستان بروجرد بودند نذر کردند که اگر خشم و عصبانیت خود را کنترل نکنند و به افراد تندی نمایند یکسال

²³ <https://www.isna.ir/news/97020402092>

²⁴ <http://hawzahnews.com/detail/News/393119>

روژه بگیرند.

یک روز هنگام مباحثه علمی با یکی از شاگردان خود به خاطر این که آن شاگرد مطالب غیرمنطقی و بی ارتباط با موضوع بحث می گفت طاقت نیاوردند و نسبت به او تندی نمودند. و در این جا بود که نذر آقای بروجردی شکسته

شد. بعد یک سال روژه گرفتند تا نذر خود را اداء کنند.^{۲۵}

...

ایه الله سید ابوالحسن اصفهانی شب جمعه یک گونی کاغذ به دجله انداخت...

از ایشان پرسیدند این چیست که به اب دجله رها می کنید؟ فرمود نامه های فحش و ناسزا است که برای من می فرستند و من انها را جمع کرده به اب می اندازم!

کاشف الغطا و کسی که به او تف کرد..

سید فقیری بین دو نماز خدمت مرحوم کاشف الغطاء آمد و ازو خواست که محل خمس به او کمکی بکند ولی کاشف الغطا گفت که متاسفانه چیزی الان در اختیار ندارد او هم به محاسن مرحوم کاشف الغطا تف کرد. مرحوم کاشف الغطا بین دو نماز دامن لباس خود را گرفت و در جمعیت طلب کمک کرد و گفت: هر کس محاسن شیخ را دوست دارد به این سید کمک کند. پول زیادی برای سید جمع شد و به او داد.^{۲۶}

....

عالمی می گفت مادر بداخلاقی داشتم داشتم باش حرف می زدم ...

²⁵ داستانهای از علما و پایگاه اطلاع رسانی آیت الله بروجردی
²⁶ <http://poyeh.parsiblog.com/Category>

یک نفر روحانی می گفت مادرم خیلی با من با عصبانیت برخورد می کرد حتی یکبار داشم باش صحبت می کردم لیوان اب مقابلش را به طرفم پرتاب کرد! ولی من فقط لبخند می زدم. بر اثر صبر درمقابل رفتار او خدا به من عنایات زیادی فرمود.

...

سید هاشم حداد بر اثر صبر بر بداخلاقی مادر زنش

پدر عیال ایشان: حسین أبو عَمَّشَه بسیار به ایشان علاقمند بود، ولی مادر عیال ایشان بر عکس، ایشان را نه تنها دوست نداشت بلکه از انواع و اقسام آزارهای قوی و اذیت‌های فعلی آنچه از دستش می آمد دریغ نمی نمود؛ و زنی قویّ البُنیّه، و بَدیّ اللسان، و از قبیلّه جَنابی های عرب، و زنی شجاع و دلدار بود بطوریکه از ترس وی شبها مردی حقّ نداشت از نزدیک منزل وی عبور کند؛ و برای حفظ عائله و دخترانش تا این حدّ ایستادگی داشت. و احياناً اگر کسی عبور میکرد، خودش به تنهایی می آمد و حساب آن عابر را میرسید.

میفرمودند: در میان اطاق آنها و اطاق ما در این طرف، گونی های برنج عنبربو و حلب های روغن به روی هم چیده بود؛ و نه تنها از آنها به ما نمیدادند، بلکه این مادر زن که نامش نجیبه بود، تعمّد داشت بر اینکه مرا در شدّت و عُسرت ببیند و گوئی کیف میکرد. ما با عیالمان لحاف و تشک نداشتیم، و بعضی اوقات در مواقع سرما نیمی از زیلو را به روی خود بر میگرداندیم.

و با اینکه مرتّباً دنبال کار هم میرفتم ولی کثرت مراجعین از فقرا و مشتریهای بسیار که مرا شناخته بودند و جنس را نسیه می بردند و بعضاً وجه آنها هم نمیدادند و مخارج شاگرد که هر چه میخواست بر میداشت، دیگر پولی برای من باقی نمی گذارد مگر غالباً ۱۰۰ فلس یا ۵۰ فلس که فقط برای نان و نفت و لوله چراغ و أمثالها بود؛ و ماهها می گذشت و ما قادر نبودیم برای عائله خود در این طرف قدری گوشت تهیه کنیم.

و عمده علّت ناراحتی این زن با من قضیه فقر بود که به نظر وی بسیار زشت می نمود؛ و با این وضعی که ملاحظه می نمود و می باید مساعدتی کند، و در نهایت تمکّن و ثروت هم بودند، بر عکس

سعی میکرد تا چیزی از ما را فاسد و خراب کند، تا گرفتاری و شدّت ما افزون گردد^{۲۷}

و از طرفی هم شدّت حالات روحانی و بهره برداری از محضر حضرت آقای قاضی به من اجازه جمع و ذخیره مال و یا ردّ فقیر و محتاج و یا ردّ تقاضای نسیه مشتری و امثالها را نمیداد، و حالم بدینطور بود که خلاف آن برایم میسور نبود.

دستور آیه الله قاضی به صبر و تحمّل در آزارهای مادر زن

عیال من هم تحمّل و صبر میکرد، ولی بالاخره صبر و تحمّلش محدود بود. چندین بار خدمت آقای قاضی عرض کردم: اذیتهای قولی و فعلی امّ الزّوجه به من به حدّ نهایت رسیده است و من حقّاً دیگر تاب صبر و شکیبائی آنرا ندارم، و از شما میخواهم که به من اجازه دهید تا زنم را طلاق بدهم.

مرحوم قاضی فرمودند: از این جریانات گذشته، تو زنت را دوست داری؟! عرض کردم: آری!

فرمودند: آیا زنت هم ترا دوست دارد؟! عرض کردم: آری!

فرمودند: ابداً راه طلاق نداری! برو صبر پیشه کن؛ تربیت تو به دست زنت می باشد. و با این طریق که میگوئی خداوند چنین مقرر فرموده است که: ادب تو به دست زنت باشد. باید تحمّل کنی و بسازی و شکیبائی پیشه گیری!

من هم از دستورات مرحوم آقای قاضی ابداً تخطّی و تجاوز نمی کردم، و آنچه این مادر زن بر مصائب ما می افزود تحمّل می نمودم. تا یک شب تابستان که چون پاسی از شب گذشته بود، از بیرون خسته و فرسوده و گرسنه و تشنه به منزل آمدم که در اطاق بروم، دیدم مادر زنم کنار حوضچه عربی داخل منزل نشسته و از شدّت گرما پاهایش را برهنه نموده و پیوسته دارد از شیر

^{۲۷} کتاب روح مجرد، آیت الله سید محمد حسین طهرانی

آب حیاط بالای حوضچه، آب روی پاهایش میریزد. تا فهمید من از در وارد شدم، شروع کرد به بد گفتن و ناسزا و فحش دادن و همینطور بدین کلمات مرا مخاطب قرار دادن.

من هم داخل اطاق نرفتم؛ یکسره از پله‌های بام، به بام رفتم تا در آنجا بیفتم، دیدم این زن صدای خود را بلند کرد و با صدای بلند بطوریکه نه تنها من بلکه همسایگان می‌شنیدند به من سبّ و شتم و ناسزا گفت، گفت و گفت و همینطور می‌گفت تا حوصله‌ام تمام شد.

بدون آنکه به او پرخاش کنم و یا یک کلمه جواب دهم، از پله‌های بام به زیر آمدم و از در خانه بیرون رفتم و سر به بیابان نهادم. بدون هدفی و مقصودی همینطور دارم در خیابانها میروم، و هیچ متوجّه خودم نیستم که به کجا میروم؟ همینطور دارم میروم.

در این حال ناگهان دیدم من دو تا شدم: یکی سیّد هاشمی است که مادر زن به او تعدّی میکرده و سبّ و شتم می‌نموده است، و یکی من هستم که بسیار عالی و مجرد و محیط می‌باشم و ابداً فحش‌های او به من نرسیده است، و اصولاً به این سیّد هاشم فحش نمیداده است و مرا سبّ و شتم نمی‌نموده است. آن سیّد هاشم سزاوار همه گونه فحش و ناسزا است؛ و این سیّد هاشم که اینک خودم می‌باشم، نه تنها سزاوار فحش نیست، بلکه هر چه هم فحش بدهد و سبّ کند و ناسزا گوید، به من نمیرسد.

علّت حصول اوّل مرتبه تجرّد برای حاج سیّد هاشم حدّاد

در این حال برای من منکشف شد که: این حال بسیار خوب و سرور آفرین و شادی‌زا فقط در اثر تحمّل آن ناسزاها و فحشهایی است که وی به من داده است؛ و اطاعت از فرمان استاد مرحوم قاضی، برای من فتح این باب را نموده است؛ و اگر من اطاعت او را نمی‌کردم و تحمّل اذیت‌های مادر زن را نمی‌نمودم، تا ابد همان سیّد هاشم محزون و غمگین و پریشان و ضعیف و محدود بودم.

الحمد لله که من الان این سیّد هاشم هستم که در مکانی رفیع و مقامی بس ارجمند و گرامی می‌باشم، که گرد خاک تمام غصّه‌ها و غم‌های دنیا بر من نمی‌نشیند، و نمی‌تواند بنشیند.

فوراً از آنجا به خانه بازگشتم، و به روی دست و پای مادرزنم افتادم و می‌بوسیدم و می‌گفتم: مبادا تو خیال کنی من الاّ از آن گفتارت ناراحتم؛ از این پس هر چه می‌خواهی به من بگو که آنها برای من فائده دارد.^{۲۸}!

....

مادری از فرط عصبانیت بچه خود را کشت...

در اخبار آمده بود که مادری بچه خود را بخاطر پاره کردن پارچه نو چادر او کتک زده بود و بعد دید پسر او حرکتی نمی‌کند و متوجه شد پسرش بر اثر ضربات کتک مرده است!

....

مرد عصبانی پسر خود را کشت و دختر خود را به کما فرستاد!

کدخبر 364135: ۱۳۹۶/۱۲/۱۹

حوادث رکنا: مرد عصبانی پس از اینکه متوجه شد پسرش ترقه خریده در یک سناریوی هولناک فرزندش را به قتل رساند و دختر خود را در شهریار به کما فرستاد!

در تحقیقات از مادر خانواده معلوم شد که شوهر خشمگین وی عامل مرگ پسرش و سوء قصد به جان او و دختر 17 ساله شان بوده است.

مادر خانواده در مقابل بازپرس پرونده قرار گرفت و گفت: نیمه شب شده بود اما پدرشان موضوع را رها نمی‌کرد. با شال و دستبند یکبار مصرف دست و پای پسر و دخترمان، هردو را بست. جفت‌شان را زیر کتک گرفت. او حالا دیگر با میله بارفیکس و تبر به جان بچه‌ها افتاده بود. کتک‌زدن‌هایش تمامی نداشت. ساعت‌ها بچه‌ها ناله می‌کردند و او می‌زدشان. پسرمان با بدنی خونین کنج اتاق زیر ضربات وحشیانه پدرش از درد پنجه به دیوار می‌کشید. هربار که به میان‌شان می‌دویدم تا مانع‌اش شوم با مشت و لگد دورم می‌کرد. داشت سپیده می‌زد که به خانه‌مان در اسلامشهر زنگ زدم. شاید پدری برادری بدادمان برسد.

²⁸ کتاب روح مجرد، آیت الله سید محمد حسین طهرانی

وی ادامه داد: وقتی خانواده‌ام از اسلامشهر به خانه ما رسیدند، دیگر صدایی از بچه‌ها در نمی‌آمد. شوهرم فهمید که آنها آمده‌اند تبر و میله خونین را گوشه اتاق انداخت و از خانه گریخت!^{۲۹}

...

مادر خشمگین دخترش را خفه کرد

زن جوان بر اثر عصبانیت روی صورت دخترش بالشت گذاشت و روی آن نشست. او وقتی به خودش آمد که دخترک دیگر نفس نمی‌کشید.

به گزارش **جام‌جم**، ساعت 19 سه‌شنبه، زن جوانی با مراجعه به ماموران پلیس در مشهد مدعی شد دختر شش ساله‌اش را کشته است. او عنوان کرد، امشب عصبانی بودم و دخترم را خفه کردم، حالا هم از کارم پشیمانم و آمدم به کلانتری تا دستگیرم کنید.

ماموران پس از ادعای این زن، راهی خانه او در خیابان جهان‌آرا شده و متوجه شدند که حرف‌های او صحت دارد و خواهرشوهرش پس از اطلاع از ماجرا، دختر شش ساله را به بیمارستان انتقال داده بود، اما تلاش پزشکان برای نجات جان او موثر واقع نشد.

با گزارش موضوع به قاضی علی‌اکبر احمدی‌نژاد، بازپرس جنایی مشهد، او همراه تیمی از ماموران پلیس آگاهی با حضور در محل قتل به تحقیق از زن 26 ساله پرداختند.

زن جوان با اعتراف به قتل دختر شش ساله‌اش گفت: من فرزند طلاق هستم و این باعث شد در زندگی مشکلاتی داشته باشم. البته ارتباط خوبی با نامادری خود داشتم. بعد از ازدواج همراه همسرم به خانه پدرشوهرم آمدم و در طبقه پایین خانه آنها زندگی می‌کردیم. در این مدت سرکوفت‌هایی می‌شنیدم که باعث شد، از نظر روحی با مشکلاتی روبه‌رو شوم. شوهرم هم به من بی‌توجه بود و همین باعث شد به من بگویند، نمی‌توانی شوهرت را کنترل کنی. در وضعیت روحی بدی قرار داشتم.

²⁹ <https://www.rokna.net>

وی ادامه داد: عصر امروز دخترم در حال بازی با پسرعمه‌اش بود. از او خواستم به خانه بیاید و دیگر بازی نکند. بهانه‌گیری کرد که عصبانی شدم و او را ابتدا کتک زده و بعد بالشت را روی صورتش گذاشته و روی آن نشستم. بعد از لحظاتی با صدای جیغ دختر دو ساله‌ام، به خودم آمدم و از روی صورت دخترم بلند شدم. او نفس نمی‌کشید. نمی‌دانستم چه کار کنم. به همین خاطر به

۳۰

کلانتری آمدم و خودم را معرفی کردم.

....

قتل دوست صمیمی بخاطر عصبانیت

به من گفت تو هنوز بچه‌ای و فقط قد کشیده‌ای. من هم عصبانی شدم و با چاقو به او ضربه زدم.» این اظهارات پسر جوانی است که در جریان درگیری با یکی از صمیمی‌ترین دوستانش او را به قتل رساند.

او می‌گوید یک لحظه عصبانیت باعث شد که دست به این کار بزنم و حالا از کاری که کرده‌ام پشیمانم^{۳۱}.

...

آغا محمد خان چشم مردم کرمان را درآورد...

در هنگام محاصره کرمان توسط آغا محمدخان قاجار، زنان کرمانی بر روی برج و باروی شهر آمده و آغا محمدخان را مسخره می‌کردند! و این باعث شد تا آغا محمدخان کینه مردم کرمان را در دل گرفت! بعد از فتح کرمان، آغا محمدخان دستور داد برایم بیست هزار جفت چشم مردم کرمان را بیاورید! و سربازان وارد مردم کرمان شده و چشم مرد و زن و پیر و جوان را در می‌آوردند و برای خان می‌بردند!

...

³⁰ <http://jamejamonline.ir/online/2769281706640284945>

³¹ <http://www.hamshahrionline.ir/details/372117/Society/socialnews>

بخش چهارم:

علل خشم و ممانعت از آثار و عواقب آن

انسانی زمانی عصبانی می شود که یا چیزی خلاف نظر و میل او انجام می شود یا مورد اهانت قرار می گیرد یا حتی از او ضایع می شود و مورد ظلم قرار می گیرد یا تنگناهای مالی و اقتصادی او را عصبانی می کند یا چیزی که باید مال او باشد به دیگری داده می شود یا گرسنه و تشنه می ماند یا آبروی او به خط می افتد و علیه او مطالبی گفته می شود یا منتشر می گردد یا در مساله ای و ماموریتی و فعالیتی شکست می خورد یا نمره مردودی به او می دهند یا از کار اخراج می شود یا همسر او طلاق می گیرد یا ارث او را دیگران می خورند و....

یکی از موارد عصبانیت، خشم نسبت به زیر دستان است.

امام هادی علیه السلام:

الْغَضَبُ عَلَى مَنْ تَمْلِكُ لَوْمٌ؛

بر زیردستان خشمگین شدن نشانه پستی است.^{۳۲}

اینکه صاحب کار به کارگر خود فحش و ناسزا بدهد و مرتب به او خشم بگیرد یا مرد نسبت به همسرش همیشه عصبانی باشد یا نسبت به فرزندانش همیشه با ناراحتی برخورد کند یا رئیس اداره نسبت به زیر دستان خود همیشه با عصبانیت و خشم برخورد کند یا فرماندهان نظامی نسبت به

^{۳۲} بحار الأنوار (ط-بیروت) ج 75، ص 370

پایین تر از خد با ناراحتی و خشم برخورد کنند در روایت مورد مذمت قرار گرفته و طبق فرمایش امام هادی علیه السلام نشانه پستی است! ادمهای بزرگوار این جور نیستند!

انس نقل می کند: ده سال خدمتکاری رسول خدا صلی الله علیه و آله را انجام دادم هرگز ندیدم زانوی او جلوتر از زانوی همنشین او باشد و هر کس با او مصافحه می کرد و دست می داد هیچ گاه آن حضرت نخست دست خود را بیرون نمی کشید تا آن شخص دست خود را کنار بکشد و هر کس با او می ایستاد هرگز ایشان از او جدا نمی شد تا آن که او خود برود و هرگز در موردی نفرمود این کار را چرا انجام دادی؟ یا چرا چنین کردی؟ و من همه عطرها را بوییده ام هیچ بویی بهتر از بوی بدن رسول خدا صلی الله علیه و آله نبوییده ام و هر کس سر خود را نزدیک گوش پیامبر صلی الله علیه و آله می آورد هیچ گاه سر خود را کنار نمی کشید تا او سر خود را کنار برد.^{۳۳}

خشم و تصمیمات نادرست:

انسان باید در حال ار امش تصمیمات خود را بگیرد و در موقع عصبانیت نباید انسان هیچ تصمیمی بگیرد. چه بسا تصمیم او برایش خیلی باعث ضرر و زیان دنیوی و اخروی گردد.

. اگر در حالت عصبانیت و یا تحت فشار تصمیمی بگیرید، بدون شک از آن تصمیم پشیمان خواهید شد و به نادرست بودن آن در آینده پی خواهید برد.

هنگامی که عصبانی هستید رانندگی نکنید. تحقیقات نشان می دهد که افراد عصبانی بیشتر در معرض تصادف قرار دارند، زیرا در هنگام عصبانیت این افراد تمرکزشان بر روی رانندگی نیست و پرخاشگری می کنند. هنگامی که عصبانی هستید پشت فرمان ننشینید زیرا جان خود و انسانهای دیگر را به خطر می اندازید.

اگر در هنگام رانندگی احساس استرس و اضطراب

می کنید بهتر آن است که ماشین را متوقف کنید و راهی برای آرام کردن خود پیدا کنید. وقتی چشمانتان پر از غضب می شوند ممکن است عابری را که از خیابان عبور می کند نبینید و دچار اشتباهی مرگبار شوید.

در هنگام عصبانیت نباید با دیگران مخصوصاً دوستان صحبت کرد چون احتمال دارد مطالبی بر زبان بیاورید که برای شما ضرر داشته باشد.

زن و شوهر....

یکی از حقوق زن نسبت به مرد این است که مرد نباید در خانه عصبانی مزاج و تند خو باشد، بلکه باید خوش اخلاق و گشاده رو باشد.

تذکر این نکته بسیار ضروری به نظر می رسد که خوش اخلاق بودن و خوشرو بودن به این نیست که وقتی همه چیز مطابق میل بود انسان خوش برخورد باشد، بلکه خوش رفتاری زمانی است که وقتی مسأله ای اتفاق می افتد که معمولاً مردان با روبرو شدن با آن عصبانی می شوند، انسان بتواند جلو خشم خود را بگیرد و اخلاق نیکو را پیشه کند. بنابراین آقایان محترم باید توجه داشته باشند عصبانی بودن در منزل و یا داشتن توقع زیادی از اهل منزل و یا امر و نهی کردن بیش از حد در خانه و... مواردی از این قبیل موجب می شود نتوانند به طور کامل به گونه ای که خدا راضی باشد حق همسر و بچه های خود را بپردازد.

افرادی هستند که همسر آنها اغلب عصبانی است که زنهایی که شوهری همیشه عصبانی دارند یا مردانی که زنان همیشه عصبانی دارند.

در این مورد اسلام سفارش به صبر نموده و پاداش های بزرگی برای کسانی که در مقابل اخلاق بد همسر خود صبوری می کنند در نظر گرفته است.

خشم نسبت به بوالدین...

نباید عصبانیت فرزند منجر به این بشود که با خشم با پدر و مادر خود برخورد کند. در روایات هست که اگر والدین به فرزند بدی بکنند باز فرزند باید صبوری کند و حتی نگاه خشمگین به آنها نداشته باشد.

اگر فرزند باعث ناراحتی والدین شود و آنها او را عاق کنند بزرگترین خسارت و ضرر را کرده است و از رحمت الهی دور شده و دیگر راه نجاتی برای او در آخرت نیست.

...

دوتا جوان دعوا کردند چقدر خسارت بیار می آورند...

گاهی دعوی جوان باعث قتل دیگری شده و باعث خسارت زیادی به خانواده اینها شده و پلیس و زندان و دادگاه و پزشک قانونی و.. را تا مدت‌ها درگیر می کند. و در مناطقی از کشور گاهی دعوی دونفر به دعوی صدها نفر تبدیل می شود و باعث اواره شدن دهها خانواده می شود. در ایه قرآن است که هر کسی یک نفر را بکشد گویا همه مردم را کشته است.

...

نادرشاه پسرش را کور..

نادرشاه نسبت به پسرش امامقلی عصبانی شد دستور داد تا او را کور کنند ولی بعد پشیمان شد و به بهانه اینکه چرا درباریان شفاعت نکردند تا مانع کور شدن پسرش شوند، پنجاه نفر از آنها را کور کرد!

...

شاه عباس همه پسرانش را. کور کرد یا کشت..

شاه عباس نسبت به پسرانش عصبانی می شد و دستوری داد تا آنها را کور کنند یا بکشند! برای همین وقتی شاه عباس مرد، پسری نداشت تا جانشین او بشود!

...

جوان رفت خواستگاری بش ندادند اسلحه برداشت....

در اخبار می خوانیم که جوانانی بخاطر اینکه در خواستگاری از دختری که دوش داشته چون جواب منفی از خانواده دختر شنیدند عصبانی شدند و نقشه قتل خانواده دختر و خود دختر را می کشند و دست به جنایت هولناکی می زنند در نهایت دستگیر و اعدام می شوند!

...

شخصی از زنش عصبانی شد و سر زن و بچه خود را برید!..

گاهی عدم کنترل خشم و تصمیمات انی باعث می شود که افرادی خانواده خود را قتل عام می کنند و بعد می فهمند اشتباه کردند و پشیمان می شوند که دیگر سودی ندارد!

...

شخصی به خواجه نصیرنوشت تو سگی....

نقل شده نامه ای دادن دست خواجه نصیر الدین طوسی که خطاب به او نوشته بود ای سگ پسر سگ. خواجه نصیر، در جواب نوشت اینکه به من سگ گفته ای صحیح نیست، زیرا سگ با چهار دست و پا راه می رود و ناخن های دراز دارد، ولی من قامت راست دارم و روی دو پا راه می روم و ناخن هایم پهن است، ناطق هستم و خنده بر لب دارم، پوست بدنم آشکار است، ولی پوست بدن سگ به واسطه پشم بدنش پوشیده شده است.^{۳۴}

قتل بخاطر عصبانیت...

می توان گفت که خیلی از قتل ها بخاطر عدم کنترل خشم است. گاهی یک دعوای جزئی به قتل می انجامد گاهی یک تصادف، یک مساله کوچک باعث درگیری های بزرگ میشود که بخاطر عدم کنترل خشم می باشد.

گاهی مرد به زن سوء ظن پیدا می کند و عصبانی می شود و تصمیم به کشتن او و گاهی کشتن زن و فرزندانش می گیرد و همچنین برعکس ان ! که این بارها اتفاق افتاده است و بعد هم پشیمان می شود!

...

دوچرخه سوار با ایه الله تصادف کرد...

شیخ جواد اقا تهرانی تو کوچه می رفت جوانی با دوچرخه به ایشان زد! اعمامه اقا یک طرف خودش یک طرف! با اینکه جوان مقصر بود ولی شیخ جواد اقا رفت و او را بلند کرد و گفت چیزیت نشده؟...

بخش پنجم:

راههای خاموش کردن آتش خشم

گفتن ذکر شریف «اعوذ بالله من الشيطان الرجيم»

شکی نیست که آتش خشم را شیطان در قلب آدمی، روشن می سازد و اوست که بر افزایش آن پافشاری دارد و لذا برای ریشه کن شدن عصبانیت باید شیطان را از خود دور نماییم که این ذکر شریف در این موضوع بهترین نقش را می تواند ایفاء نماید.

گفتن ذکر شریف «لا حول و لا قوة الا بالله العلی العظيم»

در حدیثی وارد شده که ابلیس به حضرت موسی گفت: از خشم پرهیز و زمانی که خشمگین شدی بگو (لا حول و لا قوة الا بالله العلی العظيم) که در اثر آن خشم تو فرو می نشیند.

فرستان صلوات بر پیامبر (صلی الله علیه و آله) و آل پاک و مطهرش

یکی دیگر از راه های درمان عصبانیت فرستادن ذکر شریف صلوات است که امید است مومنین با این ذکر زیبا و دلنشین بتوانند آتش خشم را فرو نشانده و آسمان دل خود را با آن بهاری نمایند. حب نفس ریشه ی بسیاری از صفات زشت و ناپسند در انسان است، و در واقع چون بذری مسموم می باشد که در زمین قلب آدمی کاشته شده و محصولی ندارد جزء میوه ی تلخ مال دوستی، جاه طلبی، تکبر و غرور و...

سجده

سجده کردن

یکی دیگر از درمان های مؤثر در جهت کنترل عصبانیت آن است که به هنگام عصبانیت، صورت را بر زمین گذاشته و به درگاه خداوند بی همتا سجده نماید و از آن قدرت بی مثال برای فروکش

کردن این آتش شیطانی یاری بجوید.

ابو سعید خدری از پیامبر عزیز اسلام (صلی الله علیه و آله) نقل می کند که حضرت فرمود: غضب جرقه ای است که در قلب انسان قرار می گیرد، آیا نمی بینید که چشمان او سرخ و رگ های او متورم می شود. کسی که چنین حالتی در خود مشاهده کرد، صورتش را بر زمین گذارد (و برای خدا سجده نماید) به یقین هر کس چنین کند و به درگاه خدا پناه برد و از او رفع شیطان و خشم را بخواهد، آرامش می یابد.

تغییر حالت دادن

در روایات دلنشین معصومین (صلوات الله علیهم اجمعین) وارد شده که اگر شخص عصبانی نشسته، بایستد و اگر ایستاده بنشیند و صورت از آن صحنه برگرداند یا دراز بکشد و یا از محل دور شود و خود را به کار دیگری مشغول سازد. این تغییر حالت در فرونشاندن آتش خشم بسیار موثر و مفید است.

اینک به یک نمونه از این روایات حیات بخش اشاره می کنم:

امام صادق (علیه السلام) از پدر بزرگوارش امام باقر (علیه السلام) روایت می کند که در نزد ایشان درباره ی خشم سخن به میان آمد و ایشان فرمود: همانا مرد خشمگین می شود تا جایی که هرگز خشم او فرو نمی نشیند و خشنود نمی گردد و در اثر آن وارد جهنم می گردد، پس هر مردی که در حال ایستاده به خشم آمده بنشیند، زیرا در این صورت به زودی پلیدی شیطان بیرون می رود و اگر نشسته باید بایستد.

تماس بدنی از طریق لمس

این نوع از درمان مربوط به خویشاوندان محرمی است که انسان نسبت به آنها خشمگین شده است، در این روش آمده که بر بدن شخصی که شما از او خشمگینید دست بزنید و بدن او را لمس نمایید که از این طریق خشم شما فروکش می نماید و آرام می گیرید.

ششمین امام همام امام صادق (علیه السلام) در این باره به زیبایی می فرماید: هر مردی که بر خویشاوند خود خشم گرفت، باید به سوی او رود و به او نزدیک شود و با او تماس گیرد، زیرا خویشاوند هنگامی که خویشاوند خود را لمس کند آرامش می یابد.

وضو گرفتن و غسل کردن

شستن دست و صورت و رساندن آب بر بدن در خاموش نمودن آتش خشم موثر است که در این میان وضوء گرفتن و غسل کردن نقش مؤثرتری دارد که در شستشوی عادی چنین تأثیری وجود ندارد.

در روایتی زیبا و دلنشین از پیامبر گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله) وارد شده که حضرت فرمود: (اذا غضب احدکم فلیتوضا و الیغتسل فان الغضب من النار). هنگامی که یکی از شما خشمگین شد پس وضوء بگیرد و غسل کند، زیرا غضب از آتش است.

این دستور مشکل گشا از پیامبر عزیز اسلام (صلی الله علیه و آله) بدین جهت است که خشم آتشی است که از درون انسان بر می خیزد و آثارش در ظاهر انسان نمایان می شود به گونه ای که کمتر عضوی از اعضاء بدن است که تحت تأثیر آن واقع نشود و لذا حرارت این آتش اعضاء بدن را فرا گرفته و آنها را می آزارد. طبیعی است که بهترین چیزی که می تواند حرارت ایجاد شده را پایین آورده و به انسان آرامش بخشد، آب است.

ذکر یونسیه درمان خشم و گرفتاری

ذکر یونسیه "لا اله الا انت سبحانک انی کنت من الظالمین" بهترین درمان برای دردهای لاعلاج روحی است که انسان را گرفتار می کند. در این ذکر پناه به خدا می بریم و او را تسبیح و تقدس می کنیم. و به اشتباهات و خطاهای خود اعتراف می کنیم که هر رنج و گرفتاری که به ما می رسد از خود ماست پس دست ما را بگیر.

طلب آمرزش و استغفار برای خود و دیگران باعث می شود که آتش خشم درون انسان خاموش شود و به معنایی دشمن نیز خلع سلاح می شود.^{۳۵}

³⁵ <http://www.beytoote.com/religious/daru-manavi/prayer-angry1-people.html>

منابع

ابن الطقطقی، الفخری، ص: 49، الفخری فی الآداب السلطانیة و الدول الاسلامیة، تحقیق عبد القادر محمد مایو، بیروت، دار القلم العربی، ط الأولى، 1418 هـ ق/ 1997 م

محمد بن شهر آشوب، مناقب آل أبی طالب، ج 3، ص 319، مؤسسه انتشارات علامه، قم، 1379 هـ ق

¹ امام خمینی، شرح حدیث جنود عقل و جهل

¹ نهج الفصاحة

تصنیف غررالحکم و دررالکلم

¹ معدن الجواهر

کافی (ط-الاسلامیه)

¹ بحار الانوار جلد 42

داستانهایی از علما و پایگاه اطلاع رسانی آیت الله بروجردی

<https://article.tebyan.net>¹

[/http://iqna.ir/fa/news/3652005](http://iqna.ir/fa/news/3652005)

<https://hawzah.net/fa/Article/View/54246>

<http://sajjad.ommolketab.ir>¹

<http://kheimegah.com/hramazan/news/3008>

<http://rowshangar.ir>¹

<https://www.isna.ir/news/97020402092>¹

<http://hawzahnews.com/detail/News/393119>¹

<http://poyeh.parsiblog.com/Category>

<http://jamejamonline.ir/online/2769281706640284945>

¹ <https://www.rokna.net>

<http://www.hamshahrionline.ir/details/372117/Society/socialnews>

<https://hawzah.net/fa/Magazine/View/4693/4730/>

<http://poyeh.parsiblog.com/Category>¹

¹ <http://www.beytoote.com/religious/daru-manavi/prayer-angry1-people.html>

کنترل شهوت

کنترل شهوت در یک مقدمه و هفت بخش ارائه می گردد:

بخش اول: ازدواج پایه اساسی کنترل شهوت

بخش دوم: کنترل نگاه

بخش سوم: رعایت محرم و نامحرم

بخش چهارم: دوری از مجالس گناه:

بخش پنجم: عدم اختلاط در مهمانی ها:

بخش ششم: یاد مرگ

بخش هفتم: بیاد شهدا بیافتیم

بعد از حمد و سپاس خداوند حکیم و درود و صلوات بر آخرین پیامبر حضرت محمد مصطفی و اهل بیت طاهرینش.

در انسان نفس اماره وجود دارد که مرتب آدمی را به گناه تحریک و تشویق می کند! همانگونه که عقل در انسان آدمی را به کارهای خوب توصیه می کند و از کارهای بد نهی می نماید.

در سوره یوسف به مساله نفس اماره که انسان را مرتب به معصیت و گناه امر می کند اشاره می کند

وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ^{۳۶}

و من نفس خود را تبرئه نمی کنم، چرا که نفس آدمی، بدون شک، همواره به بدی امر می کند، مگر آن که پروردگارم رحم کند که همانا پروردگار من آمرزنده ی مهربان است

یکی از فرمان های نفس اماره، امر به شهوت رانی هست.

در هر انسانی میل و نیاز جنسی وجود دارد. و اگر در شخصی نباشد نشان از بیماری و مریضی او دارد.

ولی نیاز جنسی چه در زن و چه در مرد باید فقط و فقط از طریق ازدواج برطرف شود و برطرف کردن نیاز جنسی از غیر از مسیر ازدواج، از نظر خالق یکتا ممنوع و حرام می باشد و مجازاتهای بزرگی برای آن در نظر گرفته شده است مانند شلاق و سنگسار و اعدام در دنیا و مانند اینکه اگر بدون توبه بمیرد در جهنم بصورت الی الابد می ماند و از جهنم هیچوقت خارج نمی شود.

از طرفی کسانی که نیاز جنسی خود را فقط از راه ازدواج برطرف می کنند مورد تشویق قرار گرفته اند و آنها را پاکدامن می نامند.

در اسلام پاکدامنی بسیار با ارزش هست بطوری که جوان پاکدامن ارزشش از شهید کمتر نیست.

عفت در روایات اسلامی

در منابع حدیثی، اهمیت فوق العاده‌ای به «عفت» داده شده است که به بعضی از آنها اشاره می کنیم:

1- امام امیر المؤمنین علیه السلام، عفت را **برترین عبادت** شمرده است: «افضل العبادۃ العفاف»^{۳۷}

2- امام باقر علیه السلام می فرمایند: «ما عبد الله بشیء افضل من عفة بطن و فرج، هیچ عبادتی در پیشگاه خداوند، برتر از عفت در برابر شکم و مسایل جنسی نیست»^{۳۸}

3- در روایت دیگری از آن حضرت - که تفسیری بر روایت سابق است - آمده است که مردی خدمت امام علیه السلام عرض کرد: اعمال و طاعات من ضعیف و روزه ام کم است، ولی امیدوارم که هرگز مال حرامی نخورده ام. امام علیه السلام در پاسخ فرمود: «ای الاجتهاد افضل من عفة بطن و فرج، کدام تلاش در راه اطاعت خدا، برتر از عفت در مقابل شکم و مسایل جنسی است.»^{۳۹}

4- امام علی بن ابیطالب علیه السلام در این رابطه می فرمایند: «إذا اراد الله بعبد خیرا اعف بطنه و فرجه، هنگامی که خداوند خیر و خوبی برای بنده اش بخواهد، به او توفیق می دهد که در برابر شکم و شهوت پرستی عفت پیدا کند.»^{۴۰}

5- در حدیث دیگری که مفضل از امام صادق علیه السلام، در توصیف شیعیان واقعی نقل شده، آن حضرت چنین می فرمایند: «انما شیعة جعفر من عف بطنه و فرجه و اشتد جهاده و عمله لخالقه و رجاء ثوابه و خاف عقابه فاذا رایت اولئک فاولئک شیعة جعفر، پیروان حقیقی جعفر بن

³⁷ اصول کافی، ج 2، ص 79

³⁸ همان

³⁹ همان

⁴⁰ غرر الحکم، شماره 4114.

محمد، کسانی هستند که در برابر شکم پرستی و بی بند و باری جنسی، عفت و (در راه بندگی خدا) تلاش و کوشش فراوان دارند، به ثواب او امیدوارند و از عقاب او بیمناک.

(به همین دلیل، پیوسته، در راه حق حرکت می کنند. هرگاه کسی را با این صفات بینی، آنها پیروان و شیعیان جعفر بن محمد علیه السلام می باشند.)^{۴۱}

6- امیر مؤمنان علی علیه السلام می فرماید: «قدر الرجل علی قدر همته، و صدقه علی قدر مروته، و شجاعته علی قدر انفته و عفته علی قدر غیرته، ارزش هر کس به اندازه همت او و صداقت هر کس به اندازه شخصیت او و شجاعت هر کس به اندازه زهد و بی اعتنایی او به ارزشهای مادی و عفت هر کس به اندازه غیرت اوست.»^{۴۲}

بدیهی است، افراد غیرتمند راضی نمی شوند که کسی نگاه آلوده به نوامیس آنها کند، به همین دلیل، نسبت به نوامیس دیگران نیز حساسند و متعرض آنها نمی شوند.

7- حضرت محمد صلی الله علیه و اله فرمود: «سه چیز است که بر امتم از آن سه بیمناکم» از جمله «شهوة البطن و الفرج، شکم پرستی و شهوت پرستی جنسی»^{۴۳}.

نتیجه

آنچه از آیات و روایات فوق حاصل می شود، این است که: اسلام اهتمام فوق العاده به مساله پرهیزکاری در برابر شهوت شکم و بی بند و باری جنسی دارد تا جایی که آن را نشانه شخصیت، غیرت، ایمان و پیروی از مکتب اهل بیت علیهم السلام معرفی می کند. تاریخ نیز سرچشمه بسیاری از گرفتاری های انسان را از همین دو امر (شهوت شکم و شهوت جنسی) می داند، زیرا شهوت شکم، به انسان اجازه تفکر مشروع را نمی دهد تا به وسیله آن، حقوق انسان ها را رعایت کند و در مسیر عدالت گام بردارد. به همین علت، انسان را به ارتکاب انواع گناهان وا می دارد.

^{۴۱} وسائل الشیعه، ج 11، ص 199

^{۴۲} نهج البلاغه، کلمات قصار، کلمه 47.

^{۴۳} اصول کافی، ج 2، ص 79.

علاوه بر اینها، شهوت شکم، سرچشمه بسیاری از بیماری‌های جسمانی و اخلاقی است تا آنجا که گاهی، شکم به بت خطرناکی مبدل شده و انسان را به پرستش و اطاعت خویش در همه زمینه‌ها وادار می‌سازد.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و اله نیز، در این رابطه، درباره مردم آخر الزمان فرموده است «یاتی علی الناس زمان بطونهم الهتهم و نسائهم قبلتهم و دنائیرهم دینهم، و شرفهم متاعهم، لا یبغی من الایمان الا اسمه و لا من الاسلام الا رسمه و لا من القرآن الا درسه، مساجدهم معموره من البناء و قلوبهم خراب علی الهدی، زمانی بر مردم فرا می‌رسد که شکم‌های آنها بت‌های آنهاست و زن‌های آنها قبله آنهاست و دینارهایشان دینشان و شرفشان متاعشان است، در آن زمان از ایمان جز نامی و از اسلام جز رسمی و از قرآن، جز درسی باقی نمی‌ماند، مساجدشان از نظر ساختمان آباد و دل‌هایشان از نظر هدایت خراب است»^{۴۴}...

در ذیل این حدیث آمده است: «خداوند در چنان شرایطی، آنان را به چند بلا مبتلا می‌کند، جور سلطان و قحطی زمان و ظلم والیان و حاکمان»^{۴۵}

فرق میان ظلم و جور (که در بسیاری از روایات در برابر هم قرار گرفته‌اند) ممکن است از این جهت باشد که واژه جور، در اصل به معنی انحراف از مسیر حق است، بنابراین جور سلطان به انحرافات صاحبان سلطه و فرمانروایان اطلاق می‌شود، در حالی که ظلم به معنی بی‌عدالتی است.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و اله نیز فرموده است: «هر کس از شر شکم و زبان و آلت جنسی خود در امان بماند، از همه بدی‌ها محفوظ مانده است.»^{۴۶}

خوشبختانه اکثر زنان و مردان ایران اسلامی پاکدامن هستند. چه بسیار افرادی هستند که به آنها پیشنهاد گناه از طرف جنس مخالف شد ولی هرگز زیر بار گناه نرفتند و حاضر نشدند با خداوند مهربان مخالفت کنند و او را از خود ناراحت

⁴⁴ بحار الانوار، ج 22، ص 453.

⁴⁵ بحار الانوار، ج 22، ص 453.

⁴⁶ معراج السعادة، ص 310.

نمایند. پس پاک ماندند و خداوند هم در مقابل به آنها جوایز ارزنده ای عنایت کرد. نمونه ان داستان رجب علی خیاط که در جوانی در محلی خلوت، دختری به او پیشنهاد عمل نامشروع داد و لی رجبعلی بخاطر خدا قبول نکرد و پاک ماند و خداوند هم به او کرامات زیادی عنایت فرمود.

اینکه انسان شهوت خود را کنترل کند و فقط از حلال خدا استفاده کند یک مهارت بسیار مهم و سرنوشت ساز است که به ان تقوا گفته می شود. ادم با تقوا بر نفس خود کنترل دارد و نمیگذارد او را به هر جایی بکشاند بلکه ادم با تقوا بر نفس خود سوار شده و نفس را به کارهای خوب وادار می نماید.

. چه بسیار افرادی که این مهارت و هنر را نداشتند یعنی بی تقوا بودند و در نتیجه آلودگی پیدا کردند و از رسیدن به سعادت باز ماندند و نابود شدند.

کنترل شهوت یک مهارت بسیار ضروری است که باید ان را فرا گرفت تا جلو آثار شوم آن گرفته شود.

وقتی به افرادی که بخاطر عدم کنترل شهوت دست به گناهان بزرگی چون زنا و لواط و خودارضایی می زنند و گاهی در این مسیر شیطانی، به قتل و جنایت متوسل می شوند و نه تنها به خود بلکه به جامعه آسیب می رسانند، توجه می کنیم می فهمیم که نتایج رها شدن شهوت چقدر وحشتناک است.

چقدر در خبرها خواندیم که فلان جوان، دختر زیر ده ساله را مورد تجاوز قرار داد و او را به قتل رساند و در نهایت دستگیر و اعدام گردید! حتی افراد متاهلی بودند که دست به این گونه جنایات زدند !

یا افرادی که با محارم خود زنا می کنند

به عنوان مثال دختری می گوید هفت هشت ساله بودم که برادرم مرا به پشت بام برد و در انجا با من عمل جنسی انجام داد!

از جمله نتیجه عدم کنترل شهوت، ارتباط نامشروع با زنان شوهر دار است که گناهی خیلی بزرگ دارد. و در مواردی این ارتباطات به قتل و جنایت منجر شده است.

در خبری آمده بود فلان زن شوهر دار که با مردی ارتباط نامشروع داشت برای از بین بردن موانع شهوانی و شیطانی خود چند فرزند بیگناه خود را کشت ولی در نهایت دستگیر شد و در زندان است منتظر اعدام خود می باشد!

از این گونه اخبار زیاد است و نشان از این می باشد که این افراد جنایتکار نتوانستند شهوت خود را کنترل کنند و این چنین از خوی انسانی پایین رفتند و به حیوان تبدیل شدند!

پس باید انسان همت کند و حتما در کنترل شهوت خود موفق بشود تا دچار ضرر و خسارت دنیوی و اخروی نگردد.

کنترل شهوت

بخش اول: ازدواج پایه اساسی کنترل شهوت

خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید:

«وَلْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ...»^{۴۷}

و کسانی که امکانی برای ازدواج نمی‌یابند، باید پاکدامنی پیشه کنند تا خداوند از فضل خود آنان کسانی که دسترسی به ازدواج ندارند باید پاکدامنی بورزند تا خدا آنها را از فضلش بی‌نیاز گرداند. از این آیه معلوم می‌شود که قدم اول و راه اصلی در کنترل غریزه جنسی، ازدواج است

ازدواج در اول جوانی...

از مهم‌ترین راههای کنترل شهوت که اسلام پیشنهاد داده و بر روی آن خیلی تاکید نموده، ازدواج در اول جوانی و زندگی است. حتی سفارش شده که از سعادت انسان این است که دخترش هنوز عادت نشده ازدواج کند

و امام صادق (ع) فرمودند: روزی رسول اکرم (ص) بالای منبر رفت و پس از حمد و ثنای الهی فرمود: جبرئیل از پیشگاه الهی نزد من آمد و گفت دختران باکره مانند میوه روی درخت اند، موقعی که می‌رسد اگر چیده نشود، آفتاب فاسدش می‌کند و وزش باد آن را پراکنده می‌سازد، همچنین دختران وقتی به حد بلوغ رسیدند و مانند زنان در خویشتن تمایل جنسی احساس کردند، دارویی جز شوهر ندارند و اگر همسر نگیرند از فساد ایمن نیستند، چرا که بشرند و بشر از خطا و لغزش مصون نیست.^{۴۸}

حضرت رسول اکرم (ص) فرموده اند: «يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَ فَلْيَتَزَوَّجْ فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ وَأَخْصَنُ لِلْفَرْجِ وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَلْيُذِمِّنِ الصَّوْمَ فَإِنَّ [الصَّوْمَ] لَهُ وَجَاءَ»^[۴۹]؛ ای جوانان، هر یک

⁴⁷ نور / 33.

فروع کافی ج 5 ص 337⁴⁸

⁴⁹ مکارم اخلاق، ص ۱۹۷

از شما توان ازدواج دارد باید ازدواج بکند، چون ازدواج چشم را بیشتر از هر چیز نگه می دارد و شرمگاه را بیشتر محافظت می کند، و هر که این توان را ندارد به او روزه پیشنهاد می شود، چون روزه قاطع غریزه است

ازدواج روش اهل بیت علیهم السلام^{لیهم السلام} بوده و مجرد زندگی کردن بدون علت خاص مردود و مذموم بوده است.

«وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ»^{۵۰}

خداوند در آیه مذکور دستور داده که: دختران و پسران صالح را به ازدواج هم در بیاورید که اگر فقیر هم باشند خداوند آنها را از فضل و کرم خود بی نیاز می نماید زیرا خداوند زیاد کننده رزق و عالم به همه اسرار و نهان می باشد.

و پیامبرش فرمود:

مَائِنِي فِي الْإِسْلَامِ بِنَاءً أَحَبَّ إِلَيَّ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ، وَأَعَزَّ مِنَ التَّرْوِيجِ؛^{۵۱}

هیچ بنایی در اسلام در نزد خداوند عز و جل همانند ازدواج محبوب و عزیز نیست.

پیامبر اسلام در 25 سالگی از دواج کردند و ازدواج را سنت و روش خود می دانستند و کسانی را که عمدا و بدون علت خاصی، ازدواج نمی کردند جزو امت خود نمی دانستند^{۵۲}. همچنین اهل بیت علیهم السلام نیز ازدواج را ترویج و تشویق می کردند و خود اهل ازدواج بودند. فاطمه زهرا س در نه سالگی با علی ع که در سن 22 سالگی بودند، ازدواج کردند و فرزندانی بدینا آوردند که جهان را به نور خود روشن نمودند. حسن ع و حسین. زینب و ام کلثوم.

نور/32 50

بحار الانوار، ج100، ص222، ح40⁵¹.

3. مستدرک الوسائل، ابواب مقدمات نکاح، باب 1، حدیث 15.

اهل بیت علیهم السلام با مجرد زندگی کردن انسان ها مخالف بودند و گاهی افرادی که نزد اهل بیت علیهم السلام می آمدند و اجازه می خواستند که مجرد بمانند اهل بیت علیهم السلام اجازه نمی دادند.

امام رضا علیه السلام فرمود: زنی به امام باقر علیه السلام گفت: من متبتله هستم! حضرت فرمود: در نزد تو تبتل به چه معنی است؟ گفت: یعنی تصمیم دارم که هیچگاه ازدواج نکنم. امام فرمود: چرا؟ گفت: می خواهم به این وسیله دارای فضیلت بشوم. امام فرمود: از این تصمیم برگرد! زیرا اگر در ازدواج نکردن فضیلتی بود، حضرت فاطمه علیها السلام هم قبل از تو این کار را می کرد! زیرا هیچکس نمی تواند در فضیلتی از فاطمه علیها السلام پیشی بگیرد.^{۵۳}

امام محمد باقر علیه السلام: دوست ندارم که دنیا و آنچه در دنیاست داشته باشم ولی یکشب بی همسر بخوابم.^{۵۴}

رسول خدا صلی الله علیه و آله: دور کعت نماز ازدواج کرده برتر است از هفتاد رکعت نماز فرد مجرد!^{۵۵}

رسول خدا صلی الله علیه و آله: کسیکه ازدواج کرده و خواب است در نزد خدا از مجردیکه روزه بوده و شبها به عبادت مشغول است، برتر است.^{۵۶}

امام رضا علیه السلام: از سفره عروسی بوی بهشت استشمام می شود.^{۵۷}

امام جعفر صادق علیه السلام: مَنْ تَرَكَ التَّزْوِيجَ مَخَافَةَ الْفَقْرِ فَقَدْ أَسَاءَ الظَّنَّ بِاللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ يَقُولُ إِنَّ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِيهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ

هر کس از ترس فقر ازدواج نکند نسبت به لطف خداوند بدگمان شده است. چرا که خداوند می فرماید: اگر آنان فقیر باشند خداوند از فضل و کرم خود بی نیازشان می کند.^{۵۸}

معارف قرآن و اهل بیت علیهم السلام^{۵۳}

همان^{۵۴}

همان^{۵۵}

همان^{۵۶}

همان^{۵۷}

پیامبر اسلام: إِنَّ خَطْبَ إِلَيْكَ رَجُلٌ رَضِيَتْ دِينَهُ وَ خُلِقَهُ فَرْوَجُهُ وَلَا يَمْنَعُكَ فَقْرُهُ

هنگامی که مردی از شما خواستگاری کرد که از دین و اخلاق او راضی بودید به ازدواج با او رضایت دهید. و مبادا فقر او ترا از این رضایت باز دارد^{۵۹}

امام. اِنِّیْ اُرِیدُ اَنْ اَتَزَوَّجَ امْرَأَةً وَاِنْ اَبُوِّیْ اَرَادَا غَیْرَهَا قَالَ تَزَوَّجِ الَّتِیْ هَوِیْتُ وَ دَعِ الَّتِیْ یَهْوٰی اَبُوَاکَ جعفر صادق علیه السلام:

من می خواهم با زنی ازدواج کنم ولی پدر و مادرم مایلند با دیگری ازدواج کنم. امام علیه السلام فرمودند: با زنی که خودت مایل هستی ازدواج کن، و زنی را که پدر و مادرت [بدون رضایت تو] انتخاب کرده اند، رها کن^{۶۰}

امام جعفر صادق علیه السلام: اِنَّ اللّٰهَ عَزَّ وَ جَلَّ یُحِبُّ الْبَیْتَ الَّذِیْ فِیْهِ الْعُرْسُ وَ یُبْغِضُ الْبَیْتَ الَّذِیْ فِیْهِ الطَّلَاقُ وَ مَا مِنْ شَیْءٍ اُبْغَضَ اِلَیَّ اللّٰهَ عَزَّ وَ جَلَّ مِنْ الطَّلَاقِ

همانا خداوند عز و جل خانه ای که در آن عروسی باشد را دوست می دارد و از خانه ای که در آن طلاق است مبغوض است و همانا چیزی مبغوض تر از طلاق نزد خدای عز و جل نیست^{۶۱}

⁵⁸ من لایحضر الفقیه ج 3 ، ص 385 ، ح 4353

مستدرک الوسائل ج 14 ، ص 188 ، ح 16468⁵⁹

کافی (ط-الاسلامیه) ج 5 ، ص 401 - تهذیب الاحکام (تحقیق خراسان) ج 7 ، ص 392 - وسائل الشیعه ج 20 ، ⁶⁰ ص 293

⁶¹ کافی (ط-الاسلامیه) ج 6 ، ص 54 - وسائل الشیعه ج 22 ، ص 7 ، ح 27875

پیامبر اسلام: ما مِنْ شابٍ تزَوَّجَ فِي حَدَاثِهِ سِنَّهُ إِلَّا عَجَّ شَيْطَانُهُ: يَا وَيْلَهُ، يَا وَيْلَهُ! عَصَمَ مِنِّي ثُلْثِي دِينِهِ ، فَلَيْتَ اللَّهَ الْعَبْدُ فِي الثُّلْثِ الْبَاقِي ؛

هر جوانی که در سن کم ازدواج کند ، شیطان فریاد بر می آورد که : وای بر من ، وای بر من! دو سوم دینش را از دستبرد من ، مصون نگه داشت . پس بنده باید برای حفظ یک سوم باقی مانده دینش ، تقوای الهی پیشه سازد^{۶۲}

ازدواج جویبر با دلفا...

جویبر» مرد جوان تازه مسلمانی است که در مدینه مانده تا دینش را نزد پیغمبر درست کند و در « صَفّه ای که کنار مسجد بود، در میان فقرا جا داشت. گاهی نان و گاهی خرما و گاهی هر دو از طرف پیغمبر به او می رسید

:روزی رسول خدا صلی الله علیه و آله او را مورد لطف بیشتری قرار داد و پرسید

«آیا میل ازدواج داری؟»

عرض کرد: «یا رسول الله! بلی اما کی به من دختر می دهد؟ من که نه مال دارم و نه شأن و نه حاصل روایت شریف این است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «اسلام، همه چیز را جبران می کند و اسلام سیاه و سفید ندارد.»^{۶۳}

حضرت او را نزد زیاد بن لبید، - که از اشراف قبیله ای از قبایل اطراف مدینه بود- فرستاد و فرمود: «...» به او بگو پیغمبر مرا فرستاده که دختری را به عقد من درآوری

نوادر (راوندی) ص 12⁶²

⁶³ الحقائق الناضرة فی احکام العترة الطاهرة: 24 / 73

جویر اطاعت کرد و رفت در مجلس زیاد بن لبید چند نفر دیگر هم حضور داشتند و گفت: «پیغمبی از طرف رسول خدا صلی الله علیه و آله برایت دارم، آیا در حضور دیگران بگویم یا». «خصوصی».

زیاد گفت: «زهی شرف از پیغام رسول خدا صلی الله علیه و آله مانعی ندارد در حضور دیگران». «بگویی».

«گفت: «رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: دخترت ذلفا را به عقد من درآوری».

«زیاد، یکه خورد و آنچه در دلش بود گفت: «تو همشأن ما نیستی، چگونه به تو دختر بدهم؟ جویر برخاست که برود، گفت: «به خدا سوگند! آنچه تو می گویی راه و روش اسلام نیست». «آنگاه حرکت کرد».

«دختر از پدرش پرسید: «کی بود؟ و جریان چه بود؟».

زیاد گفت: «جوان فقیری آمده بود و می گفت از پیش پیغمبر صلی الله علیه و آله آمده و او را «فرستاده است که تو را به او تزویج نمایم».

دختر گفت: «پدر! زود دنبالش برو تا رسول خدا صلی الله علیه و آله را ناراحت نکرده است او را». «بیاور».

عجب ایمانی داشت! پرسید آیا مهندس است یا دکتر؟ حقوقش در ماه چقدر است؟ بلکه دین و تقوا را میزان می داند.

زیاد به دنبال جویر رفت و گفت: «برگرد تا من خودم به مدینه بروم و بینم آیا خود رسول خدا صلی الله علیه و آله چنین فرموده است یا نه؟».

به مدینه آمد و جریان را از پیغمبر صلی الله علیه و آله پرسید. پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود

آری من او را فرستاده ام». برگشت و لباس مناسبی برای جویر فراهم کرد، وسایل زندگی اش «را نیز تهیه و خانه ای نیز برایش آماده کرد».

جویر، شب عروسی نگاه به صورت دختر کرد و جمالش را دید در حجله، عدل را رعایت کرد و گفت: «ای خدایی که تو به من نعمت دادی، شکر تو مقدم بر هر چیزی است». و تا صبح، نماز و سجده شکر بجا آورد و فردا نیز به شکرانه این نعمت، روزه گرفت، سه شبانه روز وضعش چنین بود.

روز سوم زیاد خیلی ناراحت بود، خدمت پیغمبر آمد و گفت مثل این که این داماد اقتضای ازدواج ندارد.

«پیغمبر صلی الله علیه و آله کسی را به دنبالش فرستاد و از او پرسید: «مگر میل به زن نداری؟

» گفت: «چرا خیلی هم مایل هستم

». فرمود: «پس چرا از همسرت کناره گرفته ای؟

عرض کرد: «به خاطر شکر این نعمت بزرگ، خواستم سه شبانه روز، شبها به طاعت به سر برم و «روزها روزه بگیرم؛ اما از امشب به سراغش می روم^{۶۴}

بخش دوم: کنترل چشم از مهم ترین عوامل کنترل شهوت

کنترل چشم:

پایه اساسی شهوت انسان از نگاه کردن شروع می شود اگر شخصی بتواند چشم خود را از حرام نگاه دارد حتما در کنترل شهوت موفقیت های بزرگی بدست می آورد. لذا قرآن دستور داده که مرد و زن چشم خود را از حرام دور نگه دارند. در تفاسیر شیعه و سنی ذیل آیه 30 سوره نور، نقل کرده اند که: «روزی در هوای گرم مدینه، زن جوانی در حالی که روسری خود را به پشت گردن انداخته و دور گردن و بناگوش او، پیدا بود، از کوچه ای عبور می کرد، مرد جوانی از انصار، آن حالت را مشاهده کرد و چنان غرق تماشا شد که از خود و اطرافش غافل گردید و به دنبال آن زن حرکت نموده تا این که صورتش به شی ای اصابت کرد و مجروح گردید، هنگامی که به خود آمد، خدمت پیامبر (ص) رفت و جریان را برای او بیان داشت، این جا بود که آیات سوره مبارکه نور در مورد پوشش زنان نازل گردید.

خداوند حکیم در قرآن کریم می فرماید: "قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلَا يَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَى جُيُوبِهِنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ أَوْ أَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوِ التَّابِعِينَ غَيْرِ أُولَى الْإِرْبَةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوِ الطِّفْلِ الَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا عَلَى عَوْرَاتِ النِّسَاءِ وَلَا يَضْرِبْنَ بَأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنْ زِينَتِهِنَّ وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعاً

أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ⁶⁵؛ به مردان باایمان بگو چشمهای خود را [از نگاه به نامحرمان] فرو گیرند و فروج خود را حفظ کنند! این برای آنها پاکیزه تر است. خداوند بر آنچه انجام می دهند آگاه است.

و به زنان باایمان بگو چشمهای خود را [از نگاه هوس آلود] فرو گیرند و شرمگاه خویش را حفظ کنند و زینت خود را جز آن مقدار که ظاهر است، آشکار نکنند و [اطراف] اروسریهای خود را بر سینه خود افکنند [تا گردن و سینه با آن پوشانده شود] و زینت خود را آشکار نسازند، مگر برای شوهرانشان یا پدرانشان یا پدر شوهرانشان یا پسرانشان یا همسرانشان یا برادرانشان یا پسران برادرانشان، یا پسران خواهرانشان، یا زنانشان (زنان هم کیششان) یا بردگانشان (کنیزانشان) یا مردان سفیه که تمایلی به زن ندارند یا کودکانی که از امور جنسی مربوط به زنان آگاه نیستند. و هنگام راه رفتن پاهای خود را به زمین نزنند تا زینت پنهانشان دانسته شود (صدای خلخال که بر پا دارند، به گوش رسد). و ای اهل ایمان! همه به درگاه خدا توبه کنید، باشد که رستگار شوید."

قرآن کریم برای رفع این معضل اجتماعی در آیات شریفه سوره نور، از یک طرف مؤمنان اعم از زنان و مردان را مخاطب قرار داده دستور می دهد که نگاه های خود را کوتاه ساخته و به نامحرم خیره نشوند و از فساد و آلودگی دوری کنند و از سوی دیگر به خانم ها دستور می دهد پوشش مناسب را رعایت کرده و زیورآلات خود را آشکار نسازند. تا حوادث نظیر حادثه ای که آیه در ارتباط با آن نازل شده است، اتفاق نیفتد و جوانان از خود بی خود نشده و دنبال زنان و دختران نامحرم راه نیفتند و امنیت و آرامش خود و دیگران را خدشه دار نسازند.

در سوره احزاب نیز در یک جا به خانم ها دستور می دهد: «در محاورات روزمره حالت عادی داشته و با ناز و کرشمه و طنازی صحبت نکنید و در کوچه و خیابان با بدن های نیمه عریان و لباس های بدن نما، ظاهر نشوید.» چند آیه بعد می فرماید: «با چادر و مقنعه اندام خود را بپوشانید.» تمام این برنامه و تأکیدها برای آن است که: مردم، زن ها را به عنوان افراد عفیف و پاکدامن بشناسند و موجبات آزار و اذیت آنان را فراهم نسازند. و چشم طمع ندوزند. و در نتیجه امنیت و آرامش قشر خانم ها در سایه چادر و رعایت ضوابط شریعت و پوشش اسلامی، تأمین شود.

در ادامه قرآن کریم می فرماید: با این راه و روش، اگر بیمار دلان هوسباز اصلاح نشدند و به آزار و اذیت خانم ها ادامه داده و امنیت و آرامش آنان را تهدید کردند. برخورد شدیدتری با آنان صورت خواهد گرفت: «اگر منافقان و بیمار دلان «شهوة پرست» و کسانی که در شهر، اضطراب و نگرانی به وجود می آورند از اعمال زشت خود دست برندارند، ترا «ای رسول» علیه ایشان می شورانیم، در آن صورت، مدت کمی در مجاورت با تو در این شهر زندگی خواهند کرد و نابود خواهند شد تا آرامش و امنیت در جامعه تأمین شود.

در زمان ما کنترل چشم از اهمیت فوق العاده ای برخوردار است زیرا دیدنی های ممنوع و حرام بسیار بیشتر از زمان قدیم مخصوصا در صدر اسلام است. اگر انسان بتواند چشم خود را از هر حرامی در این زمان بازدارد از مسلمانان زمان های گذشته پاکدامن تر و باتقواتر است. اگرچه بعضی ها می گویند گذشتگان از ما بهتر بودند و باتقواتر و پاکدامن تر بودند ولی باید این نکته را در نظر داشت که در گذشته اسباب گناه کم بود و اصلا قابل مقایسه با زمان فعلی نیست لذا جوانانی که در این زمان گناه نمی کنند و شهوت خود را کنترل می کنند از گذشتگان باتقواتر و بهتر هستند!

حضرت علی - علیه السلام - درباره مواظبت و حفاظت از چشمها فرمود: چیزی در بدن کم سپاستر از چشم نیست، خواسته اش را ندهید که شما را از یاد خدا باز می دارد. **لَيْسَ فِي الْبَدَنِ شَيْءٌ أَقَلَّ شُكْرًا مِنَ الْعَيْنِ فَلَا تُعْطَوْهَا سُؤْلَهَا فَتَسْغَلَكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ**⁶⁶

و روایات فراوانی نیز در این باره وارد شده و آثار بسیار مخرب دنیوی و اخروی نگاه به نامحرم را بیان کرده است. پیامبر اکرم صلی الله علیه وآله فرمود: **"النَّظَرُ سَهْمٌ مَسْمُومٌ مِنْ سِهَامِ إِبْلِيسَ"**⁶⁷ نگاه [به نامحرم] تیر زهر آلودی از تیرهای شیطان است. "و در روایت دیگر فرمود:

⁶⁶ مستدرک الوسائل، ج 14 ص 269 باب 81، ح 12.

⁶⁷ جامع الأخبار، تاج الدین شعیری، انتشارات رضی، قم، 1363، ص 93، فصل 51.

"لِكُلِّ غُضُوٍّ مِنْ بَنِي آدَمَ حَظٌّ مِنَ الزَّنى وَالْعَيْنُ زِنَاهُ النَّظَرُ وَاللِّسَانُ زِنَاهُ الْكَلَامُ وَالْأُذُنَانِ زِنَاهُمَا السَّمْعُ وَالْيَدَانِ زِنَاهُمَا الْبُطْشُ وَالرَّجُلَانِ زِنَاهُمَا الْمَشْيُ"⁶⁸ برای هر عضوی از بنی آدم بهره ای از زناست و زناى چشم، نگاه [آلوده است و زناى زبان، سخن [نابه جا، مانند: غیبت و تهمت و دروغ] است. زناى گوشها، شنیدن [چیزهای حرام مانند: موسیقی و غیبت] است و زناى دستها، غلبه [بر دیگران به ظلم] است و زناى پاها رفتن [به جایی که رفتنش حرام است] می باشد.

امیرالمؤمنین علیه السلام می فرماید: "رُبَّ صَبَابَةٍ غُرِسَتْ مِنْ لَحْظَةٍ"⁶⁹ چه بسا نهال [هوسى] که از نیم نگاه کاشته شده است.

عواقب نگاه به نامحرم

رسول خداصلی الله علیه وآله می فرماید: "وَاشْتَدَّ غَضَبُ اللَّهِ عَلَى امْرَأَةٍ ذَاتِ بَعْلِ مَلَأَتْ عَيْنَهَا مِنْ غَيْرِ زَوْجِهَا أَوْ غَيْرِ مَحْرَمٍ مِنْهَا فَإِنَّهَا إِنْ فَعَلَتْ ذَلِكَ أَحْبَطَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ كُلَّ عَمَلٍ عَمِلَتْهُ فَإِنْ أَوْطَأَتْ فِرَاشَهُ غَيْرَهُ كَانَ حَقًّا عَلَى اللَّهِ أَنْ يُحْرِقَهَا بِالنَّارِ بَعْدَ أَنْ يُعَذِّبَهَا فِي قَبْرِهَا"⁷⁰ و خداوند متعال از زنی که چشم خود را از غیر شوهر یا غیر محرم خود پر کند، خیلی خشمگین می گردد. اگر چنین کند، خداوند تمام کارهای [نیک] او را بی اثر می کند و اگر بیگانه ای را به منزل شوهرش راه دهد، بر خداوند حق است که او را بعد از اینکه در قبرش دچار عذاب کرد، با آتش بسوزاند.

در روایت دیگری می فرماید: "مَنْ مَلَأَ عَيْنَيْهِ مِنْ امْرَأَةٍ حَرَامًا حَشَاهُمَا اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ بِمَسَامِيرٍ مِنْ نَارٍ وَحَشَاهُمَا نَارًا حَتَّى يَقْضَى بَيْنَ النَّاسِ ثُمَّ يُؤْمَرُ بِهِ إِلَى النَّارِ"⁷¹ کسی که دیده خود را از نگاه به زن نامحرم سیراب سازد، خداوند در روز قیامت چشمان او را به وسیله میخهای آتشین و آتش پر می

⁶⁸ مستدرک الوسائل، محدث نوری، مؤسسه آل البيت، قم، 1408 هـ، ج 14، ص 340، باب 12، ح 1.

⁶⁹ غرر الحکم و درر الکلم، ص 260، ح 5549.

⁷⁰ وسائل الشیعه، شیخ حر عاملی، مؤسسه آل البيت، قم، 1409 هـ، ج 20، ص 232، باب 129، ح 25509.

⁷¹ ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، شیخ صدوق، ترجمه ابراهیم محدث، نشر اخلاق، قم، 1379، ص 614.

کند و تا پایان حساب رسی مردم بدین حالت خواهد بود. آن گاه دستور داده می شود که او را به آتش [جهنم] ببرند."

و امیرالمؤمنین علیه السلام در این باره می فرماید: "مَنْ أَطْلَقَ طَرْفَهُ كَثْرَ أَسْفُهُ^{۷۲} هر کس چشم خود را رها کند [و از نگاههای گناه آلود پاسداری ننماید]، تأسف و [ناراحتی] او زیاد خواهد شد." و امام صادق علیه السلام فرمود: "إِيَّاكُمْ وَالنَّظْرَةَ فَإِنَّهَا تَزْرَعُ فِي قَلْبِ صَاحِبِهَا الشَّهْوَةَ وَكَفَى بِهَا لِصَاحِبِهَا فِتْنَةً^{۷۳} از نگاه کردن [به نامحرم] بهره‌زید! زیرا این عمل باعث کاشته شدن بذر شهوت در دل صاحبش می شود و این خود برای به فتنه و گناه انداختن صاحب آن نگاه کافی است."

آثار خودداری از نگاه به نامحرم

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود: "غَضُّوا أَبْصَارَكُمْ تَرَوْنَ الْعَجَائِبَ^{۷۴} چشمهایتان را [هنگام برخورد با نامحرم] فرو بندید تا چیزهای عجیبی را ببینید." یعنی بر اثر گناه نکردن حالت معنوی و ملکوتی پیدا می کنید و حقایقی را می بینید که برایتان شگفت انگیز است. و امیرالمؤمنین علیه السلام فرمود: "مَنْ غَضَّ طَرْفَهُ أَرَّاحَ قَلْبِهِ^{۷۵} هر کس چشم خود را فرو بندد، دل خود را آسوده می کند." و نیز فرمود: "مَنْ عَفَّتْ أَطْرَافُهُ حَسُنَتْ أَوْصَافُهُ^{۷۶} کسی که چشمانش عقیف باشد، اوصاف او نیکو می شود."

و امام صادق علیه السلام فرمود: "مَنْ نَظَرَ إِلَى امْرَأَةٍ فَرَفَعَ بَصَرَهُ إِلَى السَّمَاءِ أَوْ غَمَضَ بَصَرَهُ لَمْ يَرْتَدَّ إِلَيْهِ بَصَرُهُ حَتَّى يُزَوِّجَهُ اللَّهُ مِنَ الْحُورِ الْعِينِ^{۷۷} کسی که نگاهش به زن بیگانه ای بیفتد و [برای اینکه

⁷² الفروع من الکافی، ج 8، ص 22، کتاب الروضة، خطبة الامام أمير المؤمنين عليه السلام.

⁷³ مستدرک الوسائل، ج 14، ص 270، باب 81، ح 9.

مستدرک الوسائل، ج 14، ص 269، باب 81، ح 8.

74

⁷⁵ همان، ص 271، باب 81، ح 12.

⁷⁶ غرر الحکم و درر الکلم، ص 256، ح 5428.

⁷⁷ من لا يحضره الفقيه، شيخ صدوق، انتشارات جامعه مدرسين، قم، 1413 هـ ق، ج 3، ص 473،

گناه نکند،] دیده اش را به طرف آسمان بلند کند یا آن را ببندد، نگاهش به سوی او بر نمی گردد مگر اینکه خداوند زنی از حور العین به او تزویج می کند."

در قیامت از ما درباره نگاه هایی که کردیم سوال می شود!

از نظر قرآن، انسان نسبت به اعضا و جوارح خود مسئول است و باید پاسخگوی چگونگی استفاده از آن باشد: **إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا**؛ به راستی که درباره هر یک از گوش و چشم و قلب سوال می شود (اسراء، آیه 36). البته ممکن است که از صاحبان اعضا درباره عملکرد هر یک از آنها سوال شود؛ یا ممکن است که از خود هر یک از آن اعضا درباره عملکرد خودشان سوال شود؛ زیرا روزی می رسد که زبان بسته می شود و هر یک از اعضا و جوارح خود سخن می گویند و در حقیقت مسئول بوده و از آنها سوال می شود؛ چنانکه خداوند می فرماید:

وَقَالُوا لَجُلُودِهِمْ لِمَ شَهِدْتُمْ عَلَيْنَا قَالُوا أَنْطَقَنَا اللَّهُ الَّذِي أَنْطَقَ كُلَّ شَيْءٍ؛ به پوست بدن خود

می گویند: چرا بر ضد ما شهادت دادید؟ آنها می گویند: همان خدایی که هر چیزی را گویا کرده ما را گویا گردانیده است (فصلت، آیه 21). پس خدایی که تکه گوشتی به نام زبان را به نطق و گویایی در آورده می تواند دیگر اعضا را نیز گویا کند. در این حالت از اعضا به عنوان «مسئول» در قبال عملکرد خودشان و نیز درباره عملکرد صاحب این اعضا که همان فرد انسانی باشد، سوال می شود. پس اگر سائل خدا باشد، مسئول یا خود فرد است یا اعضا و جوارح او؛ چنانکه «مسئول عنه»، نیز یا عملکرد خود آن اعضا است یا عملکرد کلی خود صاحب آن اعضا .

انسان برای کسب حقایق و دستیابی به علم باید از ابزارهای شناختی و قوه ادراکی یعنی قلب و گوش و چشم استفاده کند (اسراء، آیه 36). اما وسوسه های نفسانی و زیاده خواهی نفس و خواهش های آن و همچنین وسوسه های دشمن سوگند خورده ای به نام ابلیس و شیطان نمی گذارد انسان از ابزارهای شنوایی و بینایی و گویایی به درستی استفاده کند. شیطان با وسوسه انسان را

وامی دارد تا برای نظربازی، هیزنگری، چشم چرانی، هرزه نگری و مانند آنها از چشم و قوه بینایی استفاده کند .

ما اجازه نداریم به هر چیزی نگاه کنیم چون از تمام نگاههایی که کردیم از ما سوال می شود و این خیلی سخت است و اکثر ما ها گیر هستیم! مخصوصا در زمان ما با این گوشی ها! با این فضای مجازی ها! با این ماهواره ها! حتی فیلمهای تلویزیون خودمان که گاه فیلمهای نامناسب می گذارند! اگر در کوچه ای عبور کردیم و در خانه ای باز بود و ما عمدا به داخل منزل نگاه کردیم! اگر مهمانی رفتیم و به نامحرم نگاه کردیم! اگر در کوچه خلوت به نامحرمی برخورد کردیم و چشم چرانی کردیم واگر.....

مگر اینکه زرنگی کنیم و قبل از مردن توبه کنیم شاید خداوند توبه پذیر، نگاههای حرامی که کردیم را ببخشد و در قیامت ما را رسوا و معذب نفرماید! استغفرالله ربی و اتوب الیه من کل ذنب و جرم لاسیما من کل نظر الحرام!

چشم انسان مانند دوربین بسیار قوی فیلمبرداری است که همه صحنه ها را علاوه بر نشان دادن به مغز در همان آن، در حافظه ذخیره می کند و بسیاری از خوابها و رؤیاها و حتی تصورات آدمی از جهان به همین تصاویر باز می گردد .

جوانی که از صبح تا شب چشمش بدنبال زیبارویان در گردش است، اگر در خواب جنب و محتلم شود و خوابهای شیطانی ببیند، طبیعی است . و هرگاه روز با خوبان و صالحان هم نشین باشد و توسلات به معصومین علیهم السلام داشته باشد اگر در خواب، امام زمان (عج) و زیارتگاه ببیند، باز طبیعی است .

«روزی حضرت عیسی علیه السلام بایارانش برای دعای طلب باران از شهر خارج شدند . موقع دعا، عیسی علیه السلام گفت: هر که گناهی مرتکب شده برگردد . همه بجز یکنفر بازگشتند . حضرت به او گفت: تو گناهی مرتکب نشده ای؟ گفت: خیر بجز اینکه روزی در حال عبادت بودم که زنی از مقابلم عبور کرد و من ناخواسته بتمشای او مشغول شدم . ناگاه بخود آمدم و بخاطر این کار زشتم، چشم خود را در آوردم و بطرفی که زن رفت بود، پرتاپ کردم !

حضرت فرمود: پس تو دعا کن تا من آمین گویم! او دعا کرد و عیسی علیه السلام آمین گفت و باران آمد.⁽²⁾

یکی از نشانه‌های پاکی چشم، دورماندن چشم از نگاههای شهوانی است. لذا وقتی دختر شعیب علیه السلام نزد موسی علیه السلام آمد و گفت: پدرم تو را به خانه دعوت کرده و مرا فرستاده تا تو را راهنمایی کنم. موسی علیه السلام چند قدمی بدنبال دختر رفت و گفت: ما خاندانی هستیم که پشت سر زن نگاه نمی‌کنیم. پس من جلو می‌روم و تو از پشت سر بیا و هر کجا نیاز به راهنمایی شد، با انداختن سنگ علامت بده!⁽³⁾

اگر چشم را کنترل نکنیم، دل را گرفتار کرده‌ایم و اگر دل گرفتار شد، سر به رسوائیها خواهد زد.

زدست دیده و دل هردو فریاد

هرآنچه دیده بیند دل کند یاد

بسازم خنجری نیشش ز فولاد

زنم بردیده تا دل گردد آزاد

«چه بسیار نگاههای کوتاهی که بدبختی‌های بزرگ و طولانی به ارمغان آورده است. ازدواج‌هایی که با یک نگاه شروع شده و عاقبت در مدت کوتاهی با یک نگاه دیگر به طلاق کشیده می‌شود.»

«گویند مغازه داری به زنانی که از مقابل دکانش رد شده خیره نگاه می‌کرد

و بر زبان لا اله الا الله! جاری می‌کرد. یک نفر برای تذکر به او وارد مغازه‌اش شد و جنسی را خواست. مغازه دارد برای آوردن جنس مدتی در داخل مغازه بود که خانمی از مقابل مغازه‌اش عبور کرد. وقتی مغازه دار جنس مشتری را آورد، مشتری گفت: شما که مشغول آوردن جنس من بودید، یک لا اله الا الله! از مقابل مغازه شما رد شد!!»

چشم برای دیدن حلال

چشم برای نگاههای حلال در اختیار ما به امانت داده شده است نگاه به همسر و والدین و فرزندان و محارم و دوستان و علما و کعبه و قران و اب جاری و عظمت الهی و آیات انفس و افاقی و...

پس عهد ببندیم به حرام نگاه نکنیم. به آنچه برای ما ممنوع است نگاه نکنیم.

اگر می خواهیم چشمان لیاقت نگاه به امام زمان پیدا کند از حرام چشم ببوشیم.

زنها و دخترها هم باید همانند مردها و پسرها مواظب چشمان خود باشند و چشم خود را بر حرام ببندند. در این رابطه روایتی است که:

«روزی خاتم پیامبران (ص)، در جمع مسلمانان سؤال کرد: مرا خبر دهید که بهترین چیز برای زنان کدام است؟ [بسیاری از حاضران جواب‌هایی دادند که مورد تأیید قرار نگرفت تا اینکه] حضرت زهرا علیها السلام عرض کردند: (خَيْرُ لِلنِّسَاءِ أَنْ لَا يَرَيْنَ الرَّجَالَ وَلَا يَرَاهُنَّ الرَّجَالُ) بهترین چیز برای زنان آن است که مردی را نبینند و مردی هم آنان را نبیند .

جواب صحیح فاطمه زهرا (س) پس از ناتوانی حاضران، چنان پیامبر(ص) را به وجد آورد که فرمود:

فاطمه پاره تن من است.»^{۷۸}

مغازه دارها مواظب باشند

جوانی می گفت هر شب شیطونی می شوم وقتی از شغلش سوال شد گفت دست فروشم.

معلوم شد که بخاطر شغلش مرتب به زنها و مردها خیابان نگاه می کند و نگاه به زنها باعث می شود در خواب محتمل و جنب شود

گوهرشاد و جوانی که چشم چرانی کرد..

گوهرشاد خانم (همسر شاهرخ میرزا و عروس امیر تیمور گورکانی) سازنده ی مسجد معروف گوهرشاد مشهد، پیش از ساختن مسجد به دست اندرکاران گفت: از محل آوردن مصالح ساختمانی تا مسجد برای حیوانات باربر ظرفهای آب و علف بگذارید، مبادا حیوانی در حال گرسنگی و تشنگی بار بکشد. از زدن حیوانات پرهیز کنید، ساعات کار باید معین باشد و مزد مطابق زحمت داده شود و...

گوهرشاد خانم، بیشتر وقتها خود جهت هدایت و سرکشی حاضر می شد و دستورات لازم را می دارد. روزی یکی از کارگران به طور ناگهانی چشمانش به صورت او افتاد و در اثر همین نگاه، آتش عشق در وجودش شعله ور گشته و عاشق دلباخته ی او شد؛ اما در این باره نمی توانست چیزی بگوید تا اینکه غم و غصه ی فراوان او را مریض کرد. به خانم گزارش دادند که یکی از کارگران که با مادرش زندگی می کرد مریض شده است. بعد از شنیدن این ماجرا خانم به عیادتش رفت و علت را جویا شد. مادر کارگر جوان گفت: او عاشق شما شده است. خانم با اینکه عروس شاهزاده بود، اما هیچ ناراحت نشد! به مادر جوان گفت: باشد، وقتی من از همسرم جدا شدم با او ازدواج می کنم ولی به شرط اینکه مهریه من را قبل از ازدواج بپردازد و آن این است که چهل شبانه روز در محراب این مسجد نیمه کاره عبادت کند. جوان پذیرفت، چند روز از پی عشق او عبادت کرد؛ ولی با توجه خاص امام رضا (علیه السلام) (حالش تغییر یافت) و از آن پس بخاطر خدا عبادت کرد.

پس از چهل روز، گوهرشاد خانم از حالش جویا شد، جوان به فرستاده ی خانم گفت: به خاطر لذتی که در اطاعت و بندگی خدا یافتم، از لذت نفس شهوانی پرهیز کرده ام. (بخاطر اینکه لذت عبادت را فهمیده ام، دیگر عاشق خدا شده ام)^{۷۹}

احکام نگاه کردن (از رساله امام خمینی)

2433 نگاه کردن مرد به بدن زن نامحرم چه با قصد لذت و چه بدون آن حرام است و نگاه کردن به صورت و دستها اگر به قصد لذت باشد حرام است ولی اگر بدون قصد لذت باشد مانعی ندارد و نیز نگاه کردن زن به بدن مرد نامحرم حرام می باشد و نگاه کردن به صورت و بدن و موی دختر نابالغ اگر به قصد لذت نباشد و به واسطه نگاه کردن هم انسان نترسد که به حرام بیفتد اشکال ندارد، ولی بنابر احتیاط باید جاهایی را که مثل ران و شکم معمولاً می پوشانند نگاه نکند.

2434 اگر انسان بدون قصد لذت به صورت و دستهای زنهای اهل کتاب مثل زنهای یهود و نصارا نگاه کند در صورتی که نترسد که به حرام بیفتد اشکال ندارد.

2435 زن باید بدن و موی خود را از مرد نامحرم بپوشاند بلکه احتیاط واجب آن است که بدن و موی خود را از پسری هم که بالغ نشده ولی خوب و بد را می فهمد و به حدی رسیده که مورد نظر شهوانی است بپوشاند.

2436 نگاه کردن به عورت دیگری حرام است اگر چه از پشت شیشه یا در آئینه یا آب صاف و مانند اینها باشد و احتیاط واجب آن است که به عورت بچه ممیز هم نگاه نکنند. ولی زن و شوهر می توانند به تمام بدن یکدیگر نگاه کنند.

2437 مرد و زنی که با یکدیگر محرمند اگر قصد لذت نداشته باشند می توانند غیر از عورت به تمام بدن یکدیگر نگاه کنند.

2438 مرد نباید با قصد لذت به بدن مرد دیگر نگاه کند و نگاه کردن زن هم به بدن زن دیگر با قصد لذت حرام است.

2439 عکس برداشتن مرد از زن نامحرم حرام نیست، ولی اگر برای عکس برداشتن مجبور شود که حرام دیگری انجام دهد مثلاً دست به بدن او بزند یا نظرش به صورت زینت شده او یا به سایر

بدن او بیافتد، نباید عکس او را بردارد. و اگر زن نامحرمی را بشناسد، در صورتی که آن زن متهتک نباشد نباید به عکس او نگاه کند.

2440 اگر در حال ناچاری زن بخواهد زن دیگر، یا مردی غیر از شوهر خود را تنقیه کند، یا عورت او را آب بکشد باید چیزی در دست کند که دست او به عورت نرسد و همچنین است اگر مرد بخواهد مرد دیگر دیگری، یا زنی غیر زن خود را تنقیه کند یا عورت او را آب بکشد.

2441 اگر مرد برای معالجه زن نامحرم ناچار باشد که او را نگاه کند و دست به بدن او بزند اشکال ندارد، ولی اگر با نگاه کردن بتواند معالجه کند نباید دست به بدن او بزند و اگر با دست زدن بتواند معالجه کند نباید او را نگاه کند.

2442 اگر انسان برای معالجه کسی ناچار شود که به عورت او نگاه کند، بنابر احتیاط واجب باید آئینه را در مقابل گذاشته و در آن نگاه کند ولی اگر چاره‌ای جز نگاه کردن به عورت نباشد اشکال ندارد.

برای کنترل نگاه به نامحرم چه باید کرد؟

اگر از اول جوانی ادم بتواند چشم خودش رو از حرام و نامحرم بپوشونه دیگه نگاه نکردن به حرام براش آسان و راحت میشود ولی اگر عادت به چشم چرانی پیدا کنه خیلی سخته بتواند این عادت رو ترک کنه.

همچنین اگر خدا رو همیشه حاضر و ناظر ببینه و اینکه عالم و جهان محضر خداست اونوقت در محضر خدا معصیت نمی کنه

اگر انسان بداند که وقتی دارد چشم چرانی می کند از انسانیت خودش درمیاد و به حیوان تبدیل میشه این دانستن در کنترل چشم او می تواند موثر واقع گردد.

مردها ناگهان زن شدند!

یکی از کسانی که بر اثر عبادت و ریاضت به چشم برزخی دست یافته بود می گوید من سوار اتوبس بودم. در یکی از ایستگاهها خانم بی حجابی سوار شد. مردها به او چشم چرانی می کردند ناگاه دیدم مردها همه زن شدند!!!! در ایستگاه بعدی آن زن پیاده شد. مردهایی که تبدیل به زن شدند دوباره به مردیت خود برگشتند!^{۸۰}

از جمله کسانی که در کنترل شهوت نقش مهمی دارند دختر خانم ها هستند! می توانیم با اطمینان بگوییم که چنانچه وضع ظاهری دختران و بانوان فریبده نباشد آمار چشم چرانی و شهوت رانی به نحو قابل توجهی کاهش پیدا می کند. در این مورد به داستان زیر توجه فرمایید:

یکی از روحانیون مستقر در دانشگاه می گوید:

در یکی از روزها، ساعت حدود ۵ عصر بود و من مشغول نوشتن یک طرح برای باشگاه پژوهشی

در کمیته ی فرهنگی بودم کاملاً تمرکز گرفته بودم که ناگهان یک دختر خانمی مانتویی با

ظاهری بسیار نامناسب وارد اتاق من شد و سلام کرد

جواب سلامش که دادم بدون مقدمه گفت

حاج اقا ببخشید می توانم به شما اعتماد کنم؟ بچه می گویند راز کسی را فاش نمی کنید

من هم بگونه ای که خیالش را راحت کنم محکم گفتم

«مطمئن باش من در موضع مشورت به هیچ کس خیانت نمی کنم»

همین که خیالش راحت شد چند لحظه ای سکوت کرد و بعد با احتیاط گفت

حاج اقا من یک سؤال شرعی دارم آیا دختران می توانند برای امنیت خود اسلحه همراه «
خودشان داشته باشند؟

شما بودی چی می گفتی؟

من که از تعجب نمی دانستم چه بگویم تمرکز گرفتم و با تامل گفتم

«منظورت را واضح تر بگو»

آن دختر خانم که یک دیگر جرات حرف زدن پیدا کرد بود گفت

حاج اقا راستش را بخواهید من هر روز یک اسلحه رزمی امثال چاقو و ... با خودم دارم ولی می «
»!خواهم یک کلت کمری تهیه کنم

!توی این دانشگاه ما چیزهایی آدم می بیند که در هیچ جای دنیا نمونه ندارد

«گفتم : «آخه چرا؟

گفت : «حاج اقا من بعضی وقتها که تا ساعت ۹ یا ۱۰ شب کلاس دارم وقتی به منزل برگردم
نزدیک ساعت ۱۱ شب می شود برای همین وقتی از دانشگاه به طرف خانه می روم در پیاده رو که
پسرها اذیت می کنند و متلک می گویند وقتی منتظر تاکسی می شوم ماشین ها مدل بالابوق می
زنند و اذیت می کنند ! حاج اقا بخدا شاید وضع ظاهریم به نظر شما بد باشد ولی من اهل خلاف و

«! رابطه های نامشروع نیستم من فقط دلم می خواهد خوش تیپ باشم

من هم بدون مکث گفتم: «خوب از نظر دین هیچ طوری نیست شما اسلحه دفاعی داشته باشید اصلا همه دختران برای دفاع از خود باید نوعی اسلحه حمل نمایند ولی نه هر سلاحی یک نوع» سلاح است که خیلی هم قدرت تخریب و دفاعی بالایی دارد

بنده ی خدا که منتظر موضع مخالف من بود با این حرفهای من داشت شاخ در می آورد برای «همین خیلی زود گفت: «چی؟ چه؟ چه اسلحه ایی مجاز است؟ اسمش چیه؟

من که دیدم بدجوری عجله دارد گفتم: «اگر بگویم قول می دهی یک هفته استفاده کنی اگر» جواب نداد دیگر استفاده نکنی

«! بنده خدا خیلی هیجان زده شده بود گفت: «قول می دم قول می دم ... قول مردونه

گفتم: «اسم آن سلاح بی خطر و بسیار کار آمد چادر است! شما یک هفته استفاده کنید ببینید اگر» «کسی مزاحم شما شد دیگر هیچ وقت به طرفش نروید

با تعجب مثل کسی که ناگهان همه انرژی او کاهش پیدا کرده باشد گفت: «چادر! اخه چادر ...»

«گفتم: «دیگه اخه ندارد یک هفته هم هیچ اتفاقی نمی افتد

. با حالت نیمه ناامیدی تشکر کرد و رفت

و من ماندم و فکر مشغول که ای بابا عجب کاری کردم نکند بنده خدا دیگر هیچ وقت سراغ

چادر نرود نکند از مشورت کردن با روحانی بیزار شود. حضرت وجدان من را سرگرم این فکرها کرده بود که یادم افتاد به حرف امام خمینی عزیز که فرمودند: «ما مامور به وظیفه هستیم نه مامور به نتیجه»!

لذا با خدای خودم خیلی خودمانی گفتم: «خدایا من سعی کردم وظیفه ام را انجام دهم انشاءالله... مورد رضایت تو قرار گرفته باشد بقیه اش هم، هر چه تو صلاح بدانی»

مدت حدود یکی دو ماه از جریان گذشت و من به کلی فراموش کرده بودم تا اینکه روزی یک خانم محجبه به اتاق من آمد سلام کرد گفت: «حاج اقا می شناسی؟»

«من هم هرچه فکر کردم به یاد نیاوردم برای همین گفتم: «بخشید شما را نمی شناسم»

گفت: «من همان دختری هستم که اسلحه به من دادی تا همراه خودم حمل کنم حالا هم که می بینید مثل یک بچه ی خوب، سلاح چادر حمل می کنم هرچند هنوز درست و حسابی چادری نشده ام! ولی مادرم خیلی دعائون کرده چونکه هر روز بخاطر چادر نپوشیدن من در خانه دعوا داشتیم. راستش حاج اقا خانواده ما مخصوصا مادرم چادری هست و اهل مجالس مذهبی ولی من»
«فرزند ناخلف شده بودم که حالا به قول مادرم سر به راه شدم»

من هم که حیرت زده شده بودم گفتم: «خوب برایم تعریف کنید چه شد که چادری بودن را»
«ادامه دادی؟»

مکشی کرد شروع به گفتن جریان کرد: «راستش حاج آقا وقتی از اتاق شما رفتم خیلی درباره حرفهای شما با تردید فکر کردم ولی تصمیم گرفتم امتحان کنم برای همین چند روزی وقت برگشتن از دانشگاه بطوری که همکلاسی ها متوجه نشوند مخفیانه چادر می پوشیدم ولی از وقتی که چادر بر سر می کنم ساعت ۱۰ و یا ۱۱ شب هم که از دانشگاه بر می گردم نه پسری به من

مطلبك می گوید نه ماشین مزاحم بوق می زند اصلا کسی تصور نمی کند که من چادری اهل خلاف باشم راستش را بخواهید بدانید هیچ وقت فکر نمی کردم دخترهای چادری این همه امنیت دارند! و این همه خیالشان از بابت مزاحم های خیابانی راحت است. کم کم جریان چادری پوشیدن من را بچه های کلاس متوجه شدند الان هم مدتها است که دائم با چادر رفت و آمد می کنم و از کسی هم خجالت نمی کشم البته فکر نکنید حالا دیگر بسیجی شده ام ولی قصد ندارم اسلحه ایی که تازه کشفش کرده ام را به این راحتی از دست بدهم. بعضی از دخترای کلاس مطلبك می گویند ولی بیچاره ها خبر ندارند من چه گنجی یافته ام. البته جریان را برای یکی از بچه ها که نقل کردم تمایل پیدا کرده برای فرار از دست مزاحم ها چادر بپوشد ولی خودش می گوید «خانواده اش اصلا اهل چادر و امثال چادر نیستند ولی فکر کنم تصمیم دارد چادر بخرد

راستش را بخواهید من دیگر حرفی برای گفتن نداشتم برای همین فقط به حرفهای او توجه می کردم دلم می خواست زودتر از اتاق برود تا اشکهایم سرازیر شوند

وقتی از اتاق رفت تنها کاری که توانستم انجام بدهم سجده شکر بود⁸¹

بزرگان و کنترل چشم!

شیخ مفید و دو شاگرد بزرگوارش:

سید رضی و سید مرتضی نوجوان بودند که برای درس نزد شیخ مفید آمدند. شیخ فقط روز اول به آنها نگاه کرد و دیگر تا چند سال که به آنها درس می داد صورت آنها را ندید تا اینکه مادرشان

روزی آمد و گفت شیخ! فرزندان من ریش و سیل درآورده اند! وقت ازدواجشان است. شیخ نگاه کرد دید اری اینها بزرگ شده و محاسن دارند.^{۸۲}

و این همان ورع و تقوایی است که انسان را به خدا می رساند و نجات دهنده انسان در دو سرا است

چشم ترس مرحوم قاضی:

خود ایشان می گوید: « چون بیست سال تمام چشمم را کنترل کرده بودم، چشم ترس برای من آمده بود، چنان که هر وقت می خواست نامحرمی وارد شود از دو دقیقه قبل خود به خود چشم هایم بسته می شد و خداوند به من منت گذاشت که چشم من بی اختیار روی هم می آمد و آن مشقت از من رفته بود.^{۸۳} »

حاج شیخ عبد الکریم حائری فرمودند:

آنقدر مراقب چشم خود بودم که حتی اگر در خواب هم نامحرم می دیدم در همان عالم رویاء هم چشمم را می بستم

روحانی که تلویزیون پشت بخاری گذاشته بود:

یکی از علما تلویزیون را پشت بخاری گذاشته بود تا فقط صدای ان را بشنود و تصاویر نامحرم را نبیند!

مرحوم تربتی و در منزل دختری که قرار بود بگیرد:

^{۸۲} داستانهایی از زندگی علماء
^{۸۳} سید علی قاضی و شاگردانش

ایشان در جوانی قرار بود با دختری ازدواج کند که سر نگرفت. ایشان فرمود با اینکه اکثراً از در خانه آن دختر عبور می کردم ولی هرگز به در خانه آن دختر نگاه نکردم!^{۸۴}

چهل سال به خواهر زن نگاه نکرد!

از مرحوم ارباب استاد ایه الله بروجردی و استاد مرحوم نخودکی نقل شده که من با خواهر زنم در یک منزل بودیم به مدت چهل سال. یکبار به خواهر زنم نگاه نکردم!^{۸۵}

❖❖❖ چشم ترس، اثر مراقبه ❖❖❖

آقا سید هاشم حداد می فرمودند: « من در تمام مدت سلوک در خدمت مرحوم آقا (قاضی) نامحرم نمی دیدم، چشمم به زن نامحرم نمی افتاد

.یک روز مادرم به من گفت: عیال تو از خواهرش خیلی زیباتر است

من گفتم: من خواهرش را تا به حال ندیده ام، گفت: چطور ندیده ای در حالی که بیشتر از دو سال است که در اطاق ما می آید و می رود و غالباً بر سر یک سفره غذا می خوریم؟! به رسم اعراب که زنانشان حجاب درستی ندارند و در منزل غالباً همه با هم محشورند؛ در عین عصمت تام و عفت کامل. من گفتم: والله! که یک بار هم چشم من به او نیفتاده است!! و این عدم نظر نه از روی حفظ و خودداری چشم بوده است؛ طبعاً حالشان اینطور بوده است

نظیر این مطلب را مرحوم آیت الله حاج شیخ عباس قوچانی از خودشان نقل کردند؛ البته در یک اربعین یا بیشتر، مرحوم قاضی دستوراتی برای ذکر و ورد و فکر به ایشان داده بودند که از جمله

⁸⁴ نشان از بی نشانها

⁸⁵ خاطرات ایه الله عبدالخالق عبداللهی از شاگردان مرحوم ایه الله ارباب

آثارش این بود که: هر وقت در کوچه و بازار که می رفتم چشمم به زن نامحرمی می افتاد، بدون « .اختیار پلکهایم به روی هم می آمد؛ و این مشهود بود که بدون اراده و اختیار من است

منبع: عطش

آیت الله مرعشی نجفی فرمود: هفتاد سال است که نگاه به نامحرم نکرده ام⁸⁶

امام سجاد (ع) می فرمایند: هر عضوی ، حقی بر انسان دارد و در مورد حق چشم چنین فرمود: حق چشم آن است که ، آن را از نگاههای آلوده و حرام حفظ کنی و از بیهوده نظر کردن به برخی مناظر ، نگاه داری و با آن به دیده عبرت بنگری. حضرت داود(ع) به فرزند خود فرمود: ای فرزند من ، به دنبال شیر حرکت کن ولی پشت سر زن راه مرو که شیطان لعین گفته است: « نگاه کردن کمان قوی من است و تیری است که هرگز به خطا نمی رود»

کلام قدسی حضرت زهرا علیها سلام در مورد نگاه: امیر المومنین علیه السلام فرمودند: شخص کوری اجازه خواست وارد خانه حضرت زهرا علیها سلام شود، آن بزرگوار اجازه نداد، پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند: فاطمه جان، او که تو را نمی بیند. فاطمه علیها السلام عرض کردند: اگر او مرا نمی بیند، من او را میبینم و او بوی مرا استشمام میکند. پیامبر اکرم (ص) فرمودند: شهادت میدهم که تو پاره تن من هستی.

ام سلمه میگوید: در محضر پیامبر (ص) بودم و میمونه نیز آنجا بود، مرد کوری به نام عبدالله بن ام مکتوم وارد شد... پیامبر (ص) به ما امر فرمودند خود را بپوشانیم.

عرض کردیم: یا رسول ا... آیا او نابینا نیست؟ او ما را نمی بیند. رسول اکرم (ص) فرمودند: آیا شما دو نفر نیز نابینا هستید؟ آیا شما هم او را نمی بینید؟

علامه طباطبایی: هر موقع روز فقط با قرآن هستم شب خواب های ملکوتی می بینم. و هر موقع در روز با مردم در ارتباط خوابهای اشفته می بینم!...

تحولی عظیم

علامه طباطبایی می فرمودند: «حدیث: من أخلص لله أربعين صباحاً، فجر الله ينابيع الحكمة من قبله على لسانه: هر کس چهل روز خود را برای خداوند خالص کند، خداوند چشمه های حکمت را از دلش بر زبان وی جاری و روان می کند.» را خواندم و تصمیم گرفتم بدان عمل کنم. پس از آن چله، هر گاه اندیشه و تصور گناهی به ذهنم می آمد، ناخودآگاه و بی فاصله از ذهنم می رفت.⁸⁷

در توضیح مطلب فوق باید گفت در این چهل روز نگاه ناروا نداشته اند. که در روایت است هر کسی نگاه از حرام باز دارد خداوند به او حکمت می دهد. و یکی از مصادیق ادم حکیم انست که فکر گناه در او جا گیر نمی شود.

همچنین در روایت است که چشم بر حرام ببندید تا عجایب ببینید! داستان زیر در این زمینه است:

گفتگو با حضرت ادریس (ع)

علامه طباطبایی فرمود:

«به یاد دارم هنگامی که در نجف اشرف تحت تربیت اخلاقی و عرفانی مرحوم حاج میرزا علی قاضی (ره) بودیم، سحرگاهی بر بالای بام بر سجاده عبادت نشسته بودم. در این موقع نعاسی (خواب سبک) به من دست داد و مشاهده کردم دو نفر در مقابل من نشسته اند. یکی از آنها حضرت ادریس (علی نبینا و آله و علیه السلام) بود و دیگری برادر عزیز و ارجمند خودم آقای حاج سید محمد حسن الهی طباطبایی که فعلاً در تبریز سکونت دارند. حضرت ادریس علیه

السلام با من به مذاکره و سخن مشغول شدند ولی طوری بود که ایشان القاء کلام می نمودند و تکلم و صحبت می کردند، ولی سخنان ایشان به واسطه کلام آقای اخوی استماع می شد... و این اولین انتقالی بود که عالم طبیعت را برای من به جهان ماوراء طبیعت پیوست و رشته ارتباط ما از اینجا شروع شد.^{۸۸}

شهیدی که خواست از رودخانه اب بیاورد

شهید احمدعلی تیری در 29 تیرماه 1345 شمسی در روستای آینه ورزان دماوند به دنیا آمد
احمدعلی تیری در 27/11/1364 در عملیات والفجر 8 منطقه عملیاتی اروند، به آرزویش، که شهادت در راه خدا بود، رسید. یکی از دوستانش، که هنگام شهادت با او بود، می‌گوید: ترکش به پهلویش خورد و به زمین افتاد، از ما خواست که بلندش کنیم، بلند شد و دستش را روی سینه گذاشت و سلام بر ابا عبدالله الحسین علیه السلام داد و به شهادت رسید.
مزار شهید احمدعلی تیری در قطعه 24 بهشت زهرا، کنار بلوار، پنج ردیف بالاتر از مزار شهید دکتر چمران قرار دارد.

شهید احمدعلی تیری در نامه‌ای به یکی از دوستانش می‌نویسد:

به این دو بیت عمل کن:

پیری و جوانی چو شب و روز برآید
ما شب شد و روز آمد و بیدار نگشتیم
بر لوح معاصی خط عذری نکشیدیم
پهلوی کبائر حسنه‌ناتی ننوشتیم

ترک گناه به خاطر خدا

احمد امر به معروف و نهی از منکر را فراموش نمی‌کرد. فقط زمانی برافروخته می‌شد که می‌دید کسی در یک جمعی غیبت می‌کند و پشت سر دیگران صحبت می‌کرد در این شرایط دیگر

ملاحظه بزرگی و کوچکی را نمی کرد با قاطعیت از شخص غیبت کننده می خواست که ادامه ندهد.

من در آن دوران نزدیکترین دوست احمد بودم. ما رازدار هم بودیم. یک بار از احمد پرسیدم که احمد من و تو از بچگی همیشه با هم بودیم اما سوالی از تو دارم نمی دانم چرا در این چند سال اخیر شما این قدر رشد معنوی کردید اما من... لبخندی زد و می خواست بحث را عوض کند اما دوباره سوال را پرسیم بعد از کلی اصرار سرش را بالا آورد و گفت: طاقتش را داری؟! با تعجب گفتم: طاقت چی رو؟! گفت بنشین تا بهت بگم.

نفس عمیقی کشید و گفت یک روز با رفقای محل و بچه های مسجد رفته بودیم دماوند. شما توی آن سفر نبودید همه رفقا مشغول بازی و سرگرمی بودند. یکی از بزرگترها گفت احمد آقا برو این کتری رو آب کن و بیار تا چای درست کنیم. بعد جایی رو نشان داد گفت اون جا رودخانه است برو اون جا آب بیار من هم را افتادم. راه زیادی نبود از لا به لای بوته ها و درخت ها به رودخانه نزدیک شدم تا چشمم به رودخانه افتاد یک دفعه سرم را پایین انداختم و همان جا نشستم! بدنم شروع به لرزیدن کرد نمی دانستم چه کار کنم! همان جا پشت بوته ها مخفی شدم. من می توانستم به راحتی یک گناه بزرگ انجام دهم. در پشت آن بوته ها چندین دختر جوان مشغول شنا کردن بودند. من همان جا خدا را صدا کردم و گفتم: «خدایا کمکم کن الان شیطان من را وسوسه می کند که من نگاه کنم هیچ کس هم متوجه نمی شود اما به خاطر تو از این گناه می گذرم».

بعد کتری خالی را از آن جا برداشتم و از جای دیگر آب آوردم. بچه ها مشغول بازی بودند. من هم شروع به آتش درست کردن بودم خیلی دود توی چشمانم رفت. اشک همین طور از چشمانم جاری بود. یادم افتاد که حاج آقا گفته بود: «هر کس برای خدا گریه کند خداوند او را خیلی دوست خواهد داشت.» من همینطور که اشک می ریختم گفتم از این به بعد برای خدا گریه می کنم. حالم خیلی منقلب بود. از آن امتحان سختی که در کنار رودخانه برایم پیش آمده بود هنوز دگرگون بودم. همین طور که داشتم اشک می ریختم و با خدا مناجات می کردم خیلی با توجه گفتم: «یا الله یا الله...» به محض این که این عبارت را تکرار کردم صدایی شنیدم ناخودآگاه از جایم بلند شدم. از سنگ ریزه ها و تمام کوه ها و درخت ها صدا می آمد. همه می گفتند: «سُبْحُ

قدّوس ربُّنا و رب الملائکة والرُّوح» (پاک و مطهر است پروردگار ما و پروردگار ملائکه و روح) وقتی این صدا را شنیدم ناباورانه به اطراف خودم نگاه کردم دیدم بچه‌ها متوجه نشدند. من در آن غروب با بدنی که از وحشت می‌لرزید به اطراف می‌رفتم از همه ذرات عالم این صدا را می‌شنیدم! احمد بعد از آن کمی سکوت کرد. بعد با صدایی آرام ادامه داد: از آن موقع کم کم درهایی از عالم بالا به روی من باز شد! احمد بلند شد و گفت این را برای تعریف از خودم نگفتم. گفتم تا بدانی انسانی که گناه را ترک کند چه مقامی پیش خدا دارد. بعد گفتم: «تا زنده‌ام برای کسی این ماجرا را تعریف نکن.»

او یکی از شاگردان خاص آیت الله حق شناس بود
عارف وارسته آیت الله حق شناس فرمودند:

در این تهران بگردید ببینید کسی مانند این احمد آقانی پیدا می‌شود یا نه؟!
ایشان در مجلسی که بعد از شهادت احمد علی داشتند بین دو نماز، سخنرانیشان را به این شهید بزرگوار اختصاص داده و با آهی از حسرت که در فراق احمد بود بیان داشتند:
"این شهید را دیشب در عالم رویا دیدم. از احمد پرسیدم چه خبر؟ به من فرمود: تمام مطالبی که (از برزخ و...) می‌گویند حق است. از شب اول قبر و سوال و... اما من را بی حساب و کتاب بردند. رفقا، آیت الله بروجردی حساب و کتاب داشتند. اما من نمی‌دانم این جوان چه کرده بود. چه کرد که به اینجا رسید"⁸⁹.

امام زین العابدین علیه السلام:

«كُلُّ عَيْنٍ سَاهِرَةٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِلَّا ثَلَاثَ عُيُونٍ: عَيْنُ سَهْرَتٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ، وَعَيْنٌ غَضَّتْ عَنْ مَحَارِمِ اللَّهِ، وَعَيْنٌ فَاضَتْ مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ».

⁸⁹ برگرفته از: کتاب عارفانه (زندگی نامه شهید احمدعلی نیری) به کوشش گروه شهید ابراهیم هادی، نشر امینان

تمام چشم‌ها در روز قیامت گریان و چون چشمه روانند مگر سه چشم: چشم بیداری کشیده در راه خدا و چشم فروهشته از حرام‌های الهی و چشم اشک بار از ترس خدا^{۹۰}

امام صادق (علیه السلام)

مَا مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَهُوَ يُصِيبُ حَظًّا مِنَ الزَّانَا فَرْنَا الْعَيْنَيْنِ النَّظْرُ وَزَنَا الْقُبْلَةُ وَزَنَا الْيَدَيْنِ اللَّمْسُ
صَدَقَ الْفَرْجُ ذَلِكَ أَوْ كَذَبَ

کسی نیست که بهره‌ای از زنا به او نرسیده باشد

زناى چشم نگاه به نامحرم است -

زناى زبان، سخن گفتن [به قصد لذت] با نامحرم است -

زنا دهان، بوسیدن نامشروع است -

زناى دست، تماس با بدن نامحرم است -

و تفاوت نمى‌کند شرمگاه وارد عمل شوند یا نه.^{۹۱}

.

استاد فاطمی نیا

به یقینات خود عمل کنید، می‌دانی که غیبت کردن، نگاه به نامحرم کردن حرام است، نکن

بزرگان با انجام همین دستورات به مقامات رسیده‌اند

آیت الله جاودان

نقل است که، زلیخا به حضرت یوسف گفت: چه چشم‌های زیبایی داری

^{۹۰} الکافی: ج ۲ ص ۸۰ ح ۲ / چشم تماشا: ج ۱ ص ۱۴۴

وسائل الشیعه، ج ۲۰، ص ۱۹۱^{۹۱}

حضرت یوسف فرمود: اول چیزی که در خانه قبر زمین می ریزد و نابود می شود این چشمها است.

از نظر علم و تجربه ثابت شده است که یکی از عوامل اصلی و ناخودآگاه تحریک و ترشح غدد و هورمونهای جنسی، نگاه است. نگاه به نامحرم هر چند اگر بدون قصد تلذذ باشد عمل طبیعی و غریزی خود را انجام می دهد و زمینه تحریک شهوت انسان را در زمان نگاه یا بعد از آن ایجاد می کند. تحریک غریزه جنسی به گونه نامشروع نیز آثار شوم و نکبت بار فراوانی بر ابعاد مختلف انسان و جامعه بشری ایجاد می نماید. اسراف، انحراف و هدر رفتن نیروهای فکری، اجتماعی و معنوی انسان، زمینه سازی سردی روابط خانوادگی (شخصی که نگاه خود را کنترل نمی کند با یک همسر ارضا نمی شود)، حالت حسرت و ناکامی، از دست دادن آرامش روانی، میل به گناه (لواط، زنا، استمناء و...) و بالاخره گرایش به گناهان مختلف از جمله آثار سوء نگاه حرام است که در عرصه زندگی فردی، خانوادگی و اجتماع ظاهر می گردد. امام علی علیه السلام می فرماید چشم، پیش قراول دل، جلودار فتنه، دام شیطان و نگاه حرام سبب کاشتن بذر شهوت و نهال گناه (زنا و لواط و استمناء و...) است. [1] نگاه به نامحرم باعث سختی زندگی و زیادی حسرت و افسوس است

:امیرالمومنین علی علیه السلام

«الْعُيُونُ مَصَائِدُ الشَّيْطَانِ»

.چشم ها دامهای شیطان است

نگاه را مهار کن تا به گناه نیفتی، امیر نگاهت باش تا اسیر نگاهت نشوی. وقتی لکه های غفلت و گناه، صفحه سفید دل را تیره می سازد و سنگ معصیت، آینه نجابت را می شکنند، باید هوشیار بود حسرت و اندوه طولانی: امام صادق - علیه السلام - می فرماید: چه بسا نگاه هایی که غصه های طولانی را در پی دارد. به این معنی که چشم قوی ترین ابزار حسی است. یعنی میدان آستانه تحریک چشم از بقیه حواس بیشتر است و بیشترین تحریکات حسی را دریافت می کند و این دل

است که بعد از نگاه به کار می افتد یعنی آنچه را دیده ، می بیند ، دل طلب می کند و چون امکان رسیدن به آنچه دیده شده فراهم نمی شود ؛ افسردگی و رنجوری عاید انسان می شود .

نکات قابل توجه:

نکته اول:

مردان در برابر جنس مخالف، ذاتا جست و جوگرند و چشم مهم ترین ابزار جست و جوست. بعضی از افراد به صورت خود آگاه یا ناخود آگاه به این رفتار تمایل دارند

جامعه ما این روزها با یک ناهنجاری مواجه است، گرفتار یک ضداخلاق است، با یک معضل دست و پنجه نرم می کند و دست به گریبان است با یک بیماری؛ بیماری مزمنی که برآمده از یک عادت نکوهیده درمان نشده است. سرها، گردن ها، صورت ها و چشم هایی که زاویه و جهت دارند، به سوی جنس مخالف و نگاه هایی عمیق و ژرف که ثابت می مانند به روی دیگران به قصد لذت و حظ. به زبان ساده تر، دوختن نگاه آلوده به نوامیس مردم برای کامجویی بصری. گاه عیار و میزان این چشم چرانی ها و نظربازی ها چنان بالا می رود که فغان اعتراض مردم را هم بلند می کند. حتما دیده اید مردانی را که در مترو، اتوبوس و حتی کوچه و خیابان با معترضانی روبه رو می شوند که شاکی اند از نگاه های ناپاکشان و مطرح کننده یک پرسش تاریخی: مگر خودت خواهر و مادر نداری؟ البته زنانی هم هستند که به چشم چرانی عادت کرده اند و همانند مردان چشم چران، با نگاه لذت حرام می برند!

نکته دوم:

تمام زن های دنیا برای خاموش کردن آتش شهوت یک مرد کافی نیستند. (و البته در مورد زنهای چشم چران و شهوت ران! هم همین مطلب درست است!) و برای همینه مردی که به عرضه چشم چرانی مبتلا شد و هر کدوم از این خانم ها رو که نگاه کرد، یک تصویر ذهنی از اونها در ذهن خودش به وجود آورد و یک نیازی رو توی ذهن خودش ایجاد کرد که: ای کاش این خانم مال من بود، این باعث میشه که اون آتیش شهوتش روشن و روشن تر و بزرگ و بزرگ تر بشه. و چونکه نمی تونه به اون خانم دسترسی پیدا کنه، یک حس حسرت و یک حس خود کم بینی سراغ انسان میاد. چرا؟ چونکه میگه: ای کاش این مال من بود، ولی خب نیست. انگار من یک مشکلی دارم که این خانم مال من نیست. پس چرا این مال من نیست؟ چرا من به اندازه کافی خوب نیستم که این خانم مال من باشه؟ و اون خانم رد میشه و نفر بعدی میاد. و دوباره این ایده

تقویت میشه که حالا این چرا مال من نیست؟ کاش این خانم مال من بود. و این بازی های روانی که شهوت توی ذهن انسان ایجاد می کنه، فردی که به چشم چرانی مبتلا هست رو بسیار بسیار داغون می کنه. کاری که فرد باید بکنه اینه که بیاد پیش خودش بگه: خب اگر حتی همه اینها رو هم فرض کنیم که به فرض محال تموم این خانم ها هم مال من بودن، آیا اتیش شهوت من بازم خاموش میشد؟ باور کنید نمیشد. مگر پادشاهانی نبودن که حرمسراهایی پر از زن داشتن. آیا با داشتن این حرمسراها، هیچوقت اتیش شهوتشون خاموش شد؟ (میگند خسرو پرویز وقتی مرد چهار هزار دختر باکره در حرمسراش بودند!) و یا اینکه بیشتر و بیشتر دیوانه تر میشدن و می گفتن: زن های بیشتری رو اضافه کنید. دقیقاً مثل همون مثالی که بخواید تشنگی رو با آب شور برطرف کنید. دقیقاً همین داستان شهوت و چشم چرانی هست. یعنی اصلاً اون حسرت خیلی مکاره. میاد میگه: کاش این خانم مال تو بود. اگه این خانم مال تو بود، مشکلاتت برطرف میشد و حالت خوب میشد. ولی در صورتی که اینطور نیست. دیگه نمیاد بگه: این خانم و اگر حتی صدها خانم دیگه هم اگر الان در اختیار تو بودن، باز هم حال تو خوب نمیشد. باز هم تو در آتیش شهوت می سوختی. این قسمتش رو نمیاد بگه. بیماری چشم چرانی اینطور میاد با آدم صحبت می کنه. میاد و میگه: فقط ای کاش که تو این خانم رو داشتی. و حالا که این خانم رو نداری و این خانم مال تو نیست، پس چقدر تو زبونی. پس تو چقدر کم ارزشی که اون خانم مال تو نیست. و این گفتگوهای روانی هست که شیطان از طریق عارضه چشم چرانی به فرد تزریق می کنه. و فرد روز به روز در حس حقارت و تنهایی خودش عمیق و عمیق تر میشه. پس اولین کار اینه که ما بیایم و نگرشمون رو عوض کنیم و بدونیم که داشتن یا نداشتن هر کدوم از این خانم ها هیچ فرقی به حال ما نخواهد کرد و حال ما رو خوب نخواهد کرد. فقط پرهیز و کنترل شهوت حال انسان رو خوب می کنه.. این نیست که همش من بگم: اینو نگاه کنم، اونو نگاه کنم. اندام این خانمو نگاه کنم، اندام اون خانمو نگاه کنم و پیام بگم: من با نگاه کردن حالم خوب میشه. پیام بگم: خدا چشم رو برای دیدن داده. در صورتی که خدا چشم رو برای شهوترانی به انسان نداده. خدا چشم رو به انسان داده که ما هر چیزی که درون اون می بینیم، جلوه خداوند بینیم. و هر خانمی که می بینیم یک مخلوق خداوند در نظرش بگیریم. یک موجود الهی. و این کار به این راحتی نیست. پس قدم اول این شد که این جمله رو روزانه هزار بار با خودمون تکرار کنیم: تمام زن های دنیا برای فرونشاندن آتش شهوت یک مرد کافی نیستند. و جا انداختن این تفکر توی مغز انسان واقعا

می دونید چه اثری داره؟ اینکه یک بار بزرگی از نگرانی و تشویش و اضطراب و حسرت از دوش انسان بر زمین گذاشته میشه. و چقدر انرژی ذهنی و انرژی روانی ذخیره میشه. و واقعاً انرژی روانی انسان اینجوری دیگه تخلیه نمیشه. چونکه فردی که دچار عارضه و اعتیاد چشم چرانی هست، دائماً در حال از دست دادن انرژی مغزی و انرژی ذهنیه. توی دانشگاه که میره، به جای اینکه تمرکز روی درس باشه، تمرکز روی نگاه کردن به انواع و اقسام دانشجوهای دیگه هست. تیپ و اندام همه رو بررسی می کنه. کسی این رو به عنوان یک عارضه نگاه نمی کنه. یعنی قبول کردن اینکه چشم چرانی یک بیماری هست، خودش یک پروژه ایه که به فرد ثابت کنه که بابا این یک معضله، این یک بیماریه. یعنی در شاخه بیماری های روانشناسی همونطوری که گفتم: زیر مجموعه بیماری های پارافیلیا هست که تحریک جنسی از طریق غیر طبیعی. من خودم از روزی که این دانش و آگاهی رو پیدا کردم که هر چی آدم کمتر به دیگران نگاه کنه، کمتر انرژی روحانش خالی میشه، شروع کردم به کنترل کردن خودم که زیاد مردم رو نگاه نکنم. چه به خانم ها و چه به آقایون. یادمه یکبار اوایلش بود و خیلی سخته دیگه. چون ما عادت داریم که حداقل اطرافیان خودمون رو توی جامعه که هستیم حداقل یک نگاه بندازیم و بینیم کی کجاست و... بعد سوار مترو شدم و یک خانمی اومد نشست کنار من. و پیش خودم گفتم: من می خوام که این تمرینو انجام بدم. و اون مسیر مترویی که می خواستم برم، بیست تا بیست و پنج دقیقه توی مترو بود و من تازه این تمرین رو شروع کرده بودم. پیش خودم گفتم: بینم چطور می تونم؟ آیا می تونم جلوی اون نفسم رو که هی می خواد نگاه کنه بگیرم؟ حالا فرقی نمی کنه خانم بود یا آقا. فقط می خواستم اینو تمرین کنم. حالا به خانم اومد و نشست کنار من. گفتم من سعی می کنم توی این بیست و پنج دقیقه نگاه نکنم که این کیه کنار من نشسته. بینم اصلاً کیه. که من شناسمش. منظورم اینه که حتی اگر یکی از آشنای خودم باشه شناسمش، بینم که شناسم. و نشستم نشستم نشستم و شاید بگم: توی این دو سه دقیقه اول نفس می گفتم: بابا به نگاه بنداز بینم کیه این؟ شاید همکلاسیت باشه. می دونید نفس اینکارو می کنه. و من این کارو نکردم. گذشت گذشت... پنج دقیقه گذشت. کم کم نفس و اون چشم دست و پا شو زد و تقلا کرد که ای بابا به نگاه بنداز. طوری که نیست. به نظر حلاله. و من نگاه نکردم. و وقتی که من نگاه نکردم، پنج دقیقه که گذشت کم کم حواسم به چیز دیگه ای پرت شد و رفتم تو گوشیم و به کم خوابیدم و چشامو بستم. اصلاً کل این داستان یادم رفت. اینکه من می خواستم همچین کاری بکنم، از ذهنم رفت. و

چندین ایستگاه بعد نمی دونم که اون خانم زودتر پیاده شد یا من پیاده شدم، واقعاً متوجه نشدم چه اتفاقی افتاد. و این خاطره برام خیلی خوب بود. چون یادمه که همون شب برای یک از دوستانم تعریف کردم و برای همینه که توی ذهنم مونده. که چقدر تجربه قشنگی بود و الان اون تجربه موند برای من. همین الان هم من هر روز سوار تاکسی میشم، میرم، میام. امکان نداره. خیلی وقته که این اتفاق برای من نیفتاده. که وقتی توی یک ماشین، توی تاکسی، توی این ون ها سوار میشم و یکی میشینه کنارم، امکان نداره که من نگاه کنم بینم این کیه؟ تنها توجیهی که نفس می تونه بیاره اینه: بابا خب شاید آشنا باشه و این بی احترامی باشه که شما نگاه نکنی. ولی این احتمالش یک در میلیونه که شما بری توی خودروی عمومی مثل تاکسی یا مترو یا هر چیزی؛ یکی از آشنای خودت رو بینی و نگاه نکنی و بی احترامی بشه. و حالا اگر که اون اتفاق هم بیفته و اون فرد هم آشنای خودت باشه، بشینه کنارت خب اون به شما میگه. حالا اون که این تمرین رو نداره! این ترین رو انجام بدید. و باور کنید که امکان داره. وقتی که جلو میرید، هر چه که بیشتر پیش میرید، می بینید که امکان پذیره. و انسان روز به روز قوی و قوی تر میشه؛ تا جایی که این تبدیل میشه به یک عادت. که دیگه اصلاً توی کوچه و خیابون دیگه نگاه نمی کنی کی کنارت نشسته. وقتی که فکرشو می کنی شاید خیلی غیر قابل باور باشه و کسی باور نکنه. ولی اگر روش تمرین کنید مطمئن باشید که موفق میشید. نمونه اش اینه که من این کارو کردم و دارم تجربمو به اشتراک می گذارم. میشه. و بعدش دیگه خیلی راحت و ناخودآگاه این اتفاق می افته. دیگه اگه بخوای نگاه کنی، باید یه تغییری رو در خودت به وجود بیاری بخوای نگاه کنی به اون کسی که بالای سرت نشسته. واقعاً زیباست. واقعاً زیباست درگیر نکردن نگاهمون با هر کسی توی جامعه. و برای تمرین عملی می خواستم تجربه خودم رو بگم. کسانی که از این سطح بگیر تا اونجایی که مبتلا به عارضه چشم چرانی هستن. ما می تونیم این تمرین رو انجام بدیم. و دلیلی که من اصلاً این تمرینو شروع کردم توی مالزی این بود: خیلی خوشم اومده بود از اینکه مردم اونجا به همدیگه نگاه نمی کردن. و تا مدت ها ذهن من درگیر این بود که آخه چرا اینها به همدیگه نگاه نمیکنن؟ مردها به همدیگه نگاه نمی کنن، زن ها به همدیگه نگاه نمی کنن. قبلاً هم گفته بودم. چرا آخه؟ اینها مگه ذهنشون کجاست؟ مگه میشه آدم به اطرافیانش نگاه نکنه و این دغدغه ذهنیم بود تا اینکه یک روز تصمیم گرفتم و این داستانی که براتون گفتم، اتفاق افتاد. و من می گفتم: توی این مسیری که دارم میرم، هر کسی بشینه کنارم، نگاه نمی کنم که کیه کنارم. و نمی خوام تشخیص

بدم که بینم زنه یا مرده نشسته کنارم. اصلاً دوست ندارم بدونم. و این تمرین جواب داد و تا به امروز برکتش برام مونده. و واقعاً حس خوبیه. تجربش کنید. اگه تجربش کنید، متوجه خواهید شد که چقدر لذتبخشه. پس توی این مقاله در مورد چشم چرانی بیشتر توضیح دادیم و گفتیم: اولین تمرین این هستش که نگرش خودمون رو عوض کنیم و این جمله رو بارها و بارها تکرار کنیم: تمام زن های دنیا برای فرو نشاندن آتش شهوت یک مرد کافی نیستند. و یک نمونه از تجربه خودم گفتم که این اتفاق چطور افتاد و سعی کردم تمرین کردم که یاد بگیرم چطور توی جامعه به کسی نگاه نکنم. به کسی که کنار دستم می شینه نگاه نکنم. به کسی که روبروی من میشینه. نگاه نکنم. و این تجربه برکت های بسیار زیادی رو برای من داشته^{۹۲}

نکته سوم:

دوماه پیش به « امام زمان » قول دادم

سلام من دختری بیست سالم نمیدونم از کی کجا ایقدا ایمانم کم شد شاید از وقتی. بود که دیپلم گرفتم دوستی با جنس مخالف شروع کردم اونم واسه تفریح. پارسال تبلت خریدم اینترنت پر سرعتم که بود. نمیدونم چی شد ک یکی از این سایتای لعنتی رسیدم شروع کردم به دیدن این مزخرفات هرچی تنها تر میشدم بیشتر سمتش میرفتم بعد هر بار دیدن، خودم را سرزنش میکردم که چرا من باید این کارو بکنم. شاید بیست باری گفتم نمیبینم شب قدر انقد گریه کردم از خدا اهل بیت طلب بخشش کردم اما فایده نداشت ماهی ی بارو سراغش میرفتم. تا اینکه دوماه پیش به « امام زمان » قول دادم. باورتون نمیشه هر بار که میخام سراغش برم اول به خودم میگم حواست باشه به امام زمان قول دادی. همین الان شیطان رفته بود تو جلد ک برم سراغ این نجسات اما یکی بهم گفت ب امامت قول دادی ها امدم سرچ کردم بینم گناهایش چیه وقتی نظرات خوندم انگاری اب سرد پاشیدن روی شعله آتیش هم پشیمون شدم همم خوش حال ک امام زمان هنوز منو میبینه کمکم میکنه. واسه ترکش بهتر ب کسی ک خیلی دوشش داری قول بدی سر قولت بمونی همین کافیه باور داشته باش ک میتونی. خدا پای تمام ارزو هات خاسته هاتو امضا کنه یاعلی،

نکته چهارم:

نوشته شده توسط سعید

سلام

من هم سال ها به دیدن فیلم های پورنو معتاد بودم ، اما الان خدا رو شکر حدود 1 سال هست که به لطف خدا کنار گذاشتم

روش خودم رو هم میگم ، مطمئنم هر کسی به این روش عمل کنه و پایبند باشه حتما موفق
(:میشه)

و به طور خلاصه، باید مانند معتادی که برای ترک، اولین قدم برای او حذف ماده مخدر است ، شما هم راه های دسترسی به این ماده مخدر خطرناک را با حذف فیلترشکن، واتس آپ و ماهواره برای خود ببندید و مطمئن باشید که پس از مدت کوتاهی سختی کشیدن از نداشتن این ابزارها (مانند معتادی که پس از ترک مواد مدتی بدن دردو... میگیرد) ، به زندگی جدید عادت خواهید کرد و دریچه ی جدید از زندگی به دور از شهوات و گناه های اینچینی به روی شما باز خواهد شد...

برای تمامی شما دوستان از خداوند بزرگ و امام حسین (ع) در این ماه محرم طلب مغفرت و موفقیت در ترک این گناه دارم.
...التماس دعا

نکته پنجم:

خوبه گاهی باخودتان فکر کنید که دیدن این کسافت کاری که اینا میکنند چی بهتون میرسه چشمهای خودتونو حرام نکنید این چشم باید امام زمان ببیند خدا لعنت کند اونایی که این فیلم ها رو درست میکنندیه ذکر هست بهتون میگم انشا... که خدا کمکتون کنه {لا حول ولا قوة الا بالله العلی العظیم وصلى الله على محمد واله الطيبين} این ذکر رو روزانه خیلی تکرار کنید خیلی مؤثر

نکته ششم:

نوشته شده توسط نا شناس

سلام خدمت دوستان عزیز

من متأسفانه مدت 20 سال دچار این سوء رفتار (دیدن فیلم مستهجن) بودم یعنی دقیقاً و قتی که به سن بلوغ رسیدم خدا را گواه میگیرم این مطالب را فقط و فقط برای این دارم ابراز میکنم که دوستان جوانتر من ناآگاهانه خودشان را دچار این مرض نکنن و اگر وارد شدن زودتر رهایی پیداکنن در سنین بلوغ بدلیل دیدن این عکسها و نداشتن راهی برای ارضاء دچار خودارضایی شدم. به مرور قوه حافظه ام تحلیل رفت و الان بعضی وقتها فکر میکنم آلتزایمر گرفتم. بعد از ازدواج دچار انزال زودرس بودم و نمی توانستم لذت کافی از عمل زناشویی با همسرم ببرم. پاهام بسیار سست و ضعیف شده که کاملاً حس میکنم به این رفتار مربوطه. به مرور تعداد دفعات خودارضایی افزایش پیدا میکنه. در مجموع توصیه من اینه که با توکل به خدا و استغفار خودتون را از شر این کار راحت کنید ضمناً لازمه اش هم پر کار بودن شما و نداشتن وقت بیکاریه چون زود برمیگرده وقتتون را با ورزش پر کنید

درخواست درمان چشم چرانی

باسلام من آقایی 28ساله هستم که دوساله ازدواج کردم، ب شدت ب چشم چرانی مبتلا

شدم، چندبار سعی کردم ترک کنم ولی نتونستم، خیلی

راه کار امتحان کردم از مذهبی بگیرید تا چیزای دیگه ولی موفق نشدم، یا لاقلاً چند روزی بیشتر نتونستم انجام ندم، خواستم کمکم کنید، تشکر

من از تناسب اندام همسرم راضی نیستم، همین دلیلی شده تا به خودم اجازه بدم که چشم چرانی کنم و کار خودمو توجیه کنم

ممنون میشم کمکم کنید⁹³

بازم درخواست درمان چشم چرانی

من یه مشکلی که دارم اینه که هروقت میریم بیرون باشوهرم خیلی به دخترا و خانما نگاه میکنه و میگه نگاه

مانتوی اون خانمو یا چطور ساپورت پوشیدن یا ارایششونو نگاه کن. خیلی دقت میکنه حتی به رنگ مو کفش، من همش فکر میکنم چقد من ضعف

دارم که اون بقیه رو انقد نگاه میکنن. بااین حال خودم از محبت و رابطه ی جنسی براش کم نمیزارم ولی اون همش بقیه رو نگاه میکنه بعضی وقتا یه

دختر از دور میاد میگه نگاه چقد لاغره چی پوشیده موهاشو همش جلو بقیه میخاد جلب توجه کنه. درضمن خیلی به من دروغ میگه با اینکه

بارها باهاش صحبت کردم که هرچی هست بیابه من بگو من دشمنی که نیستم ولی اون دروغ میگه انگار عادت کرده. بعضی وقتا خسته میشم

ازش دلم میخاد کنارش نباشم. درضمن من توشهر شوهرم زندگی میکنم اونجا غریبم جز شوهرم کسیو ندارم. یه بچه 7 ماهه داریم^{۹۴}

نکته هفتم:

علامه طباطبایی می فرماید: از مقابله «یغضوا من ابصارهم» و «یحفظوا فروجهم» در آیه ۳۰ سوره نور به دست می آید که وظیفه هر کسی آن است تا عورت خویش را حفظ کند و آن را از (دیگری بپوشاند تا قابل دیدن و نگاه کردن نباشد).^{۹۵}

امام صادق (ع) درباره این آیه می فرماید: هر چیزی که در قرآن درباره حفظ فرج آمده، مراد (حفظ آن از زنا است مگر در این آیه (نور) که مقصود حفظ آن عورت از نگاه دیگران است).^{۹۶}

نکته هشتم:

^{۹۴} <http://www.hamsaranekhoob.ir/index.php/component/tags/tag/133-2017-04-10-09-22-05>

^{۹۵} المیزان، ج ۱۵، ص ۱۱۱

^{۹۶} کافی، ج ۱، ص ۳۵، حدیث ۱

جناب شیخ رجبعلی خیاط ذکر «یا خیر حَبِیبٍ وَّ مَحْبُوبٍ صَلِّ عَلَی مُحَمَّدٍ وَّ آلِهِ» را بعد از دیدن نامحرم موثر و کارساز می دانستند و بارها این ذکر را به اطرافیان توصیه می کردند تا از وسوسه شیطان در امان باشند، می گفتند

چشمت به نامحرم می افتد، اگر خوشت نیاید که مریضی! پس اگر خوشت آمد فوراً چشمت را ببند و سرت را پایین بینداز و بگو: یا خیر حبیب...؛ یعنی خدایا من تو را می خواهم، اینها چیه، این...ها دوست داشتنی نیستند، هر چه نپاید، دل بستگی نشاید

نکته نهم:

«نعم صارِفُ الشَّهَوَاتِ غَضُّ الْإِبْصَارِ؛⁹⁷ چشم پوشی از نگاه بهترین عامل بازداری از شهوت است»؛ علی (ع) نیز فرمود

از علی (ع) سؤال شد که چگونه می توان از حرام چشم فرو بست؟ در پاسخ فرمود: «بِالْخُمُودِ تَحْتَ سُلْطَانِ الْمُطَّلَعِ عَلَی سِتْرِكَ؛ با اطاعت و فرمان برداری از سلطانی که مطلع بر اعمال مخفی توست⁹⁸ از بهترین راه های چشم از حرام حاضر و ناظر دانستن ناظر آگاهی است که بر همه اعمال آشکار و نهان ما احاطه دارد و از سر ضمیر، مطلع است و هم اوست که فردای قیامت حسابرسی و حاکم است.

خداوند در قرآن می فرماید: «تَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ؛ خدا از خیانت چشم ها آگاه است.»

علی (ع) فرمود: «إِذَا رَأَى أَحَدُكُمْ إِمْرَأَةً تَعْجِبُهُ فَلَیَّاتُ أَهْلِهِ، فَإِنَّ عِنْدَ أَهْلِهِ مِثْلَ مَا أَرَى وَ لَا یَجْعَلَنَّ لِلشَّیْطَانِ إِلَى قَلْبِهِ سَبِيلًا وَ لَیَصْرَفْ بَصَرَهُ عَنْهَا؛ هر گاه یکی از شما زنی را دید که (جمال ...) او شما را به تعجب واداشت (و جذب کرد) پس نزد همسرش آید که همان را در او می یابد و نباید (با نگاه و ادامه آن) برای شیطان بر خود راهی قرار دهد و باید چشم خود را از آن برگرداند.»

⁹⁷ محمدي ري شهري، میزان الحکمه، قم، دفتر تبلیغات اسلامی، ج 1، ص 72.
⁹⁸ میزان الحکمه، همان، ج 10، ص 81، ج 20300 و ترجمه المیزان، ج 13، ص 6326

«فَإِنْ لَمْ تَكُنْ لَهُ زَوْجَةً فليصل ركعتين و يحمد الله كثيرا و يصلی علی النبی و آله
ثم يسأل الله من فضله فَإِنَّهُ يبيحه له برأفته ما يغنيه؛ پس اگر همسری برای او نبود دو
ركعت نماز گذارد و فراوان خدا را ستایش كند و بر نبی و آلش صلوات بفرستد آن گاه از فضل
الهی درخواست كند (كه همسری نصیب او نماید) پس خداوند با مهربانی خود چیزی را برای او
مباح می كند كه بی نیازش كند.»⁹⁹

نکته دهم:

بزرگی می گفت: همسرم به من گفت تو در کوچه و خیابان به ناموس دیگران نگاه و نظر نمی
کنی!، گفتم: از کجا می دانی، گفت: چون هیچ گاه نامحرم به من نگاه و نظر نمی کند

در این مورد داستانی است كه :

امام صادق - علیه السلام - فرمود: در زمان حضرت موسی - علیه السلام - مردی با زنی زنا كرد وقتی به خانه
خویش آمد، مردی را با زن خود دید، آن مرد را نزد حضرت موسی آورد و از او شكایت كرد. در آن لحظه
جبرئیل بر آن حضرت نازل شد و گفت: هر كس به ناموس دیگران تجاوز كند به ناموس اش تجاوز كند. حضرت
موسی به آن دو فرمود: با عفت باشید تا ناموستان محفوظ بماند¹⁰⁰

نکته یازدهم:

:حضرت عیسی (علیه السلام) در باره نگاه می فرمایند

لَا تَكُونَنَّ حَدِيدَ النَّظَرِ إِلَى مَا لَيْسَ لَكَ فَإِنَّهُ لَنْ يَرُى فَرُجُكَ مَا حَفِظْتَ عَيْنَكَ فَإِنْ قَدَرْتَ أَنْ لَا تَنْظُرَ إِلَى ثَوْبِ الْمَرْأَةِ الَّتِي لَا
«تَحِلُّ لَكَ فَافْعَلْ»^[2]

؛ «نباید به چیزی كه بر تو روا نیست، خیره نگاه كنی؛ زیرا تا وقتی كه چشمت را حفظ كنی هرگز دچار زناکاری نمی شوی و اگر توانستی به لباس
«زنی كه نامحرم است نگاه نكنی، نگاه نكن»¹⁰¹.

نکته دوازدهم:

⁹⁹ منتخب میزان الحکمه، ج 1، ص 505، ح 6146.

¹⁰⁰ فروع کافی، ج 5، ص 553.

¹⁰¹ ورام ابن ابی فراس، مجموعه ورام (تنبيه الخواطر)، ج 1، ص 62.

بیان یک داستان

مردی، چهل سال بر فراز مناره مسجدی اذان می گفت. در یکی از روزها وقتی در اذان به جمله حی علی الفلاح رسید، چشمش به دختری مسیحی افتاد که از کنار مسجد عبور می کرد. با این نگاه هوس آلود و شیطانی قلبش مشغول شد و عقل از سرش پرید. اذان را رها کرد و برای خواستگاری دختر به منزلش رفت، دختر گفت اگر بخواهی با من ازدواج کنی، باید از اعتقاد و دینت دست برداری. مرد قبول کرد و از دین اسلام دست برداشت. دختر به او گفت: حال که چنین کردی، پدرم در طبقه پایین خانه است برو و مرا خواستگاری کن. مرد که شیطان بر او تسلط یافته بود، با عجله پلکان را پایین رفت. در راه از بالا به زیر افتاد و مُرد؛ از بهره شیطانی ناکام و از خدا جدا شد¹⁰²

←← حدیثی از رسول اکرم

رسول اکرم (صلی الله علیه و آله وسلم) فرمود: خداوند می فرماید: «ای فرزند آدم ...! و اگر چشمت بخواهد تو را به حرام وادار کند، من پلک ها را در اختیار تو قرار داده ام؛ پس آن ها را فرو بند.»^{۱۰۳}

عاقبت چشم چرانی

ها مؤذن مسجد بود و در بالای مناره مسجد اذان می در شهری سه برادر بودند، که یکی از آن گفت. این برادر، پس از چند سال فوت کرد و برادر دوم مؤذن شد. او هم حدود ده سال به مؤذنی گوئی پرداخت تا این که برادر دوم هم فوت کرد. پس از آن مردم نزد برادرش رفتند تا او به اذان بپردازد اما وی از پذیرفتن اجتناب کرد. اصرار کردند و به او پیشنهاد کردند که پول زیادی به وی بخواهند داد ولی باز او از پذیرفتن اجتناب کرد. وقتی با اصرار زیاد مردم روبرو شد به آنان گفت: کنید به من بدهید، باز هم من اذان گفتن را بد نمی دانم ولی اگر صد برابر پولی را که پیشنهاد می نخواهم پذیرفت زیرا این کار باعث شد دو برادر من بی ایمان از دنیا بروند؛ و داستان را این طور نقل کرد: وقتی لحظات آخر عمر برادر بزرگترم رسید، خواستم بر بالینش سوره یس تلاوت کنم

¹⁰² صدیق عریان، یوسف، تکالیف گوش و چشم و زبان از دیدگاه اخلاق اسلامی، گیلان، دانشگاه گیلان.
¹⁰³ صدیق عریان، یوسف، تکالیف گوش و چشم و زبان از دیدگاه اخلاق اسلامی، گیلان، دانشگاه گیلان.

که با اعتراض، فریاد و نهیب او مواجه شدم. او می گفت: قرآن چیست؟ چرا برایم قرآن می خوانی؟

و برادر دومم هم به این صورت در هنگام مرگش به من اعتراض کرد

از خداوند کمک خواستم که علت این امر را برایم روشن گرداند زیرا آنان مؤذن بودند و این کار را از آنان انتظار نمی رفت. یک شب خداوند بر من منت نهاد و در عالم رؤیا برادر بزرگترم را در حال عذاب دیدم، به طرفش رفتم و گفتم: تو را رها نمی کنم تا به من بگوئی چرا بی ایمان از دنیا رفتی. خداوند برای آن که ماجرا را به بفهماند، زبان او را گویا کرد و او گفت: ما هرگاه که بالای مناره مسجد می رفتیم، به خانه های مردم نگاه می کردیم و به محارم مردم چشم می دوختیم و های مسجد، صفحه خلاصه چشم چرانی باعث عذاب ما در آخرت شد... (داستانها و حکایت ۱۲۶ / به نقل از کتاب ایمان، جلد ۱، ص ۲۰)

نکته سیزدهم:

یکی از مهم ترین برنامه صهیونیست ها علیه مسلمانان، ایجاد فساد بین اقشار مختلف

بخصوص جوانان است. آقای مرداک کسی است که حداقل ۶۰ شبکه تلویزیونی به ۱۳ زبان مختلف از جمله مؤسسه تلویزیونی فاکس و شبکه معروف فاکس نیوز، ۱۳۰ روزنامه و مجله معتبر مانند دلی تلگراف، وال استریت ژورنال، تایمز، نیویورک پست، پرتیراژترین مجله انگلستان که یم مجله جنسی و مملو از تصاویر زنان برهنه، عمده ترین سهامدار کمپانی عظیم «نیوز کورپریشن» و ... را به راه انداخته است

مقاله ای نوشته که: رابرت مرداک: بدحجابی باید از طریق بازیگران در جامعه ایران تزیق شود : جزییات بیشتر

در مقاله رابرت مرداک آمده است که برای نابودی ایران باید در خصوص کلمه ی مقدسی به نام خانواده هزینه کرد و من قصد دارم تا موضوع مادر را در دستور کار خود قرار دهم و در ایران مادر خانواده همه چیز را مدیریت می کند و اگر مادر را به لجن بکشیم تمام این جامعه به لجن کشیده خواهد شد. ۱۰۴

اری این صهیونیست ها برای از بین بردن قدرت اسلام دنبال اشاعه فساد و بی حجابی و بی عفتی بین مسلمانان هستند.

بعد می بینیم همین یهودیان در چرخشی ۱۸۰ درجه، برای مردم خود، حجاب و عفاف و پاکدامنی را تجویز می کنند.

به بک نمونه از اهمیت دادن دشمنان ما به عفاف و پاکدامنی اشاره می کنم:

به گزارش خبرنگار مشرق، کریاس جوئل یک روستای یهودی نشین است که اجرای تفکیک جنسی در کلیه اماکن عمومی آن و نیز رعایت شئون اخلاقی و رفتاری الزامی است. این روستا در 80 کیلومتری شمال شهر نیویورک واقع است و شامل قانون اساسی آمریکا نمی باشد. به هنگام ورود به این روستا، بر روی تابلوی خیرمقدم آن به بازدیدکنندگان این چنین نوشته شده است:

به کریاس جوئل خوش آمدید

اجتماعی سنتی دارای عفت ها و ارزش ها

بر اساس سنن و رسوم مذهبی خود، از شما خواهشمندیم تا به هنگام بازدید از اجتماع ما به گونه ای عقیف لباس پوشیده و رفتار کنید. این امر شامل موارد زیر می شود:

پوشیدن دامن یا شلوار بلند، پوشیده بودن سینه ها، پوشیدن لباس های آستین دار حداقل تا آرنج، استفاده از الفاظ مناسب، رعایت تفکیک جنسیتی در تمام اماکن عمومی.

از احترام شما به ارزش های ما سپاسگزاریم و از بازدید خود لذت ببرید!

در این روستا زنان در سنین جوانی ازدواج کرده و برای تربیت فرزندان خود در روستا باقی می مانند. ساکنان این روستا به دلیل قوانین مذهبی خود دست به کنترل جمعیت نمی زنند. به همین دلیل زاد و ولد در این روستا زیاد بوده و وجود کودکان زیاد، میانگین سنی افراد روستا را به 12 سال کاهش داده است. به طور متوسط تعداد اعضای یک خانواده در این روستا 6 نفر است. از این رو، مادران این خانواده ها به خاطر داشتن کودکان خردسال به ندرت خارج از منزل کار می کنند. چنانچه اشاره شد ساکنین و بازدیدکنندگان این روستا موظف به رعایت قوانین آن می باشند. همانطور که در تصاویر زیر پیداست این بازدیدکنندگان جوان به دلیل عدم رعایت قوانین این روستا، یعنی پوشیدن شلوارک، بازدید شده و مورد مواخذه قرار گرفته اند.

همچنین بر اساس قوانین این روستا، زنان اجازه حضور در محوطه دانشگاه را ندارند: «به دستور هیئت مدیره، زنان مجاز به حضور در محوطه دانشگاه نیستند.»^{۱۰۵}

نکته چهاردهم:

اولین قدم انحرافات

اولین گام انحراف عملی: چشم چرانی و نگاه به نامحرم، گذرگاه ورود به منجلاب انحرافات و فساد جنسی است.

نگاه های آلوده، تخم شهوت را در دل بارور ساخته، صاحبش را به فتنه، انحراف و گناه مبتلا می کند.

حضرت امام صادق - علیه السلام - فرمود: چشم چرانی، تخم شهوت را در دل می کارد و چنین کاری برای نگاه کننده کافی است که منشأ فتنه گردد.

نگاه کردن به ناموس دیگران، خواست شیطان است. چشمی که تیرهای آلوده نگاه را به نامحرمان پرتاب می کند، محل کمین شیطان است. شیطان از کمان چشم های او ناموس دیگران را نشانه می گیرد.

"النَّظَرُ بَعْدَ النَّظَرِ تَزْرِعُ فِي الْقَلْبِ الشَّهْوَةَ وَ كَفَى بِهَا لِصَاحِبِهَا فِتْنًا" [106].

¹⁰⁵ <https://www.mashregnews.ir/news/62194>

¹⁰⁶ روضة المتقين، ج ۹، ص ۴۳۴

بخش سوم: رعایت محرم و نامحرم

اسلام عزیز مرزهایی را برای زن و مرد بعنوان محرم و نامحرم معین کرده است که رعایت آنها نقش مهمی در کنترل شهوت دارد.

محارم کسانی هستند که می توانند بدون حجاب در مقابل انسان ظاهر شوند و نگاه بدون شهوت به آنها مجاز است برخلاف نامحرمان که نمی توانند بدون حجاب ظاهر شوند و نگاه ما به آنان بغیر از صورت و دستها تا میچ، جایز نیست.

:محرم بودن و نامحرم بودن را با دو اثر می توان شناخت

۱. اثر اول: انسان نمی تواند با محارم ازدواج کند، اما با هر نامحرمی می تواند ازدواج کند

اثر دوم: مرد نمی تواند بیش از گردی صورت و دستها تا میچ را از نامحرمان زن ببیند، اما می تواند به موها و قسمت محدودی از پاها و دستها و بدن محارم که معمولاً در میان محارم پوشانده نمی شود، نگاه کند

نکته: این دو اثر همیشه جاری است مگر در مورد خواهر زن، که در عین اینکه نامحرم است، نمی توان قبل از طلاق یا وفات و پایان دوران عدّه طلاق یا وفات خواهرش با او ازدواج کرد

برای اینکه با محارم آشنا شویم ابتدا محارم نسبی (خونی) و سپس محارم سببی (به واسطه ازدواج) و در نهایت محارم رضاعی (به واسطه شیر خوردن) ذکر می شود

محارم نسبی (خونی) *

• محارم نسبت به مردان -

• مادر، مادر بزرگ پدری و مادری هر چه بالاتر روند

• دختر خود انسان و دخترِ پسر یا دخترِ دختر انسان (نوه‌ها و نتیجه‌ها هر چه پایین‌تر روند)

• خواهر یعنی دختری که مادر او یا پدر او یا هر دوی آنان با مرد مزبور یکی باشد.

• اولاد و نوه‌ها و نتیجه‌های خواهر هر چه پایین‌تر روند.

• اولاد و نوه‌ها و نتیجه‌های برادر هر چه پایین‌تر روند .

عمّه خود شخص و عمّه پدر و مادر و نیز عمّه مادر بزرگ‌ها و پدر بزرگ‌ها (دختر عمّه و اولاد او محرم نیستند)

خاله خود شخص و خاله پدر و مادر و نیز خاله مادر بزرگ‌ها و پدر بزرگ‌ها (دختر خاله و اولاد او محرم نیستند)

نکته: عمه‌ی عمّه و خاله‌ی خاله اگر عمّه یا خاله پدر یا مادر انسان هم باشند محرمند و الا محرم نیستند

• محارم نسبت به زنان -

• پدر و پدر بزرگ پدری و مادری هر چه بالاتر روند

• پسر خود انسان و پسرِ پسر یا پسرِ دختر انسان (نوه‌ها و نتیجه‌ها هر چه پایین‌تر روند)

• برادر؛ یعنی هر مردی که پدر او یا مادر او یا هر دوی آنان با دختر مزبور یکی باشد

اولاد و نوه‌ها و نتیجه‌های برادر هر چه پایین‌تر روند

اولاد و نوه‌ها و نتیجه‌های خواهر هر چه پایین‌تر روند

عموی خود شخص و عموی پدر و مادر و نیز عموی مادر بزرگ‌ها و پدر بزرگ‌ها (پسر عمو و اولاد او مَحرم نیستند)

دایی خود شخص و دایی پدر و مادر و نیز دایی مادر بزرگ‌ها و پدر بزرگ‌ها (پسر دایی و اولاد او مَحرم نیستند)

نکته: دایی دایی و عموی عمو اگر دایی یا عموی پدر یا مادر انسان هم باشند مَحرمند و الا مَحرم نیستند

محارم سببی *

محارم سببی کسانی هستند که به واسطه عقد ازدواج صحیح دائم یا موقت به یکدیگر محرم می‌شوند. چنانکه معلوم است هیچ فرقی از جهت ایجاد محرمیت بین ازدواج دائم و موقت، وجود ندارد.

محارم سببی نسبت به مردان -

به محض جاری شدن صیغه عقد ازدواج دائم یا موقت، مادر و مادر بزرگ‌های عروس هر چه بالاتر روند، نسبت به داماد مَحرم ابدی می‌شوند. یعنی حتی بعد از مرگ یا طلاق عروس هم مَحرم باقی می‌مانند

اگر مرد با زنی ازدواج کند که از شوهر سابق خود دختر دارد، با صرف عقد کردن، این دختر بر شوهر دوم مَحرم نمی‌شود، بلکه محرمیت بین این دختر و شوهر دوم مادرش، بعد از وقوع نزدیکی بین آن زن و شوهر حاصل می‌شود

محارم سببی نسبت به زنان -

بعد از جاری شدن صیغه عقد ازدواج دائم یا موقت، پدر شوهر و پدر بزرگ‌های شوهر هر چه بالاتر روند برای همیشه به عروس محرم می‌شوند؛ یعنی حتی بعد از مرگ شوهر یا طلاق گرفتن عروس، این محرمیت باقی می‌ماند.

اگر زن با مردی ازدواج کند که از زن سابق خود پسر دارد، به محض اجرای صیغه عقد دائم یا موقت، محرمیت ابدی بین زن بابا و پسر حاصل می‌شود و نیازی به وقوع نزدیکی نیست.

نکته: با توجه به آنچه گفته شد، برادر شوهر برای عروس و خواهر زن برای داماد، محرم نیستند و باید حدود نامحرمی بین آنان رعایت شود.

محارم رضاعی (به واسطه شیر خوردن)*

اگر زنی که از ولادت فرزند شرعی خود شیر پیدا کرده، با رعایت شرایط مخصوصی که در نوشتاری جداگانه توضیح داده خواهد شد، بچه‌ای را شیر کامل دهد، محرمیت‌هایی بین آن بچه و اشخاص دیگر حاصل می‌شود که آن‌ها را بیان می‌کنیم.

هرگاه زنی کودکی را با شرایط کامل شیر دهد، آن زن به حکم مادر او و محرم است و آن مرد که شیر این زن مربوط به بچه‌های اوست، به حکم پدر او و محرم اوست.

پدر آن مرد به حکم پدر بزرگ پدری و مادرش به حکم مادر بزرگ پدری و برادر مرد به حکم عمو و خواهرش عمه او و در نتیجه محرم هستند. فرزندان مرد هم برادر و خواهر او (شیر خورده) محسوب می‌شوند، همچنین پدر آن زن که بچه را شیر داده به حکم پدر بزرگ مادری و مادرش مادر بزرگ مادری و برادرش دایی و خواهرش خاله رضاعی آن بچه می‌شوند؛ همچنین دختری را که زنی شیر داده بر شوهر همان زن حرام است (به شرط این که با آن زن نزدیکی کرده باشد). همچنین انسان نمی‌تواند با مادر رضاعی زن خود ازدواج کند زیرا به حکم مادر زن او است.

همچنین بچه‌های زنی که شیر می‌دهد به شیر خورده محرم می‌شوند، چه الآن موجود باشند یا بعداً به دنیا بیایند.

فرزندان زنی که بچه‌ای شیر دهد، فرزندان پدر بچه شیر خورده محسوب می‌شوند، بنابراین پدر آن بچه (شیر خورده) نمی‌تواند با دخترهایی که از آن زن به دنیا آمده‌اند ازدواج کند.

اگر انسان با زنی که دختری را شیر کامل داده ازدواج کند و با آن زن نزدیکی نماید، دیگر نمی‌تواند با آن دختر ازدواج کند.

اگر انسان با دختری ازدواج کند، دیگر نمی‌تواند با زنی که آن دختر را شیر کامل داده ازدواج نماید.

انسان نمی‌تواند با دختری که مادر یا مادر بزرگ انسان او را شیر کامل داده ازدواج کند؛ و نیز اگر زن پدر انسان از شیر مربوط به پدر او دختری را شیر داده باشد، انسان نمی‌تواند با آن دختر ازدواج نماید.

بیان قاعده کلی*

در واقع شیر دادن به یک نوزاد با رعایت همه شرایط باعث می‌شود که فقط بچه شیر خورده (نه فامیل‌های او) مثل بچه واقعی آن زن به همه کسانی که بچه واقعی او محرم هستند، محرم باشد؛ (البته در این میان استثناهای هم وجود دارد که گفته خواهد شد) به دیگر سخن هیچ فرقی از لحاظ محرم و نامحرم بودن بین بچه‌های واقعی و رضاعی (شیر خورده) یک زن وجود ندارد. (مگر موارد خاص، که گفته خواهد شد)

موارد استثنا شده و خاص از محرمیت در شیرخواره*

اگر زنی بچه‌ای را با شرایط شرعی شیر دهد، شوهر آن زن که صاحب شیر است به خواهرهای 1.

آن بچه محرم نمی شود؛ همچنین خویشان شوهر به خواهر و برادر آن بچه و سایر فامیل های آن بچه محرم نمی شوند

اگر زنی بچه ای را شیر دهد، به برادرهای آن بچه محرم نمی شود؛ و نیز خویشان آن زن به 2. برادر و خواهر بچه ای که شیر خورده محرم نمی شوند

می توان گفت که محرمیت های گفته شده در بالا فقط بین همین بچه ی شیر خورده و افراد گفته شده در بالا ایجاد می شود و ربطی به دیگر خواهرها و برادرها و فامیل های آن بچه ندارد و بین (خواهرها و برادرها و فامیل های آن بچه و افراد گفته شده هیچ محرمیتی حاصل نمی شود

نکته بسیار مهم *

در برخی از موارد شیر دادن به برخی از بچه ها باعث محرم شدن زن و شوهر به هم می شوند و آن زن و شوهر باید از هم جدا شوند؛ به همین علت این موارد را ذکر می کنیم تا این مشکل (که هیچ راه حل ندارد) برای کسی پیش نیاید

الف: اگر زنی بچه ی دختر خود را شیر دهد، آن دختر به شوهر خود حرام می شود و زن و شوهر باید از هم جدا شوند، نه به این معنا که باید از هم طلاق بگیرند بلکه به این معنا که دیگر نمی توانند زندگی مشترک زناشویی داشته باشند

همچنین اگر مادر عروس، بچه ای را که شوهر آن عروس از زن دیگرش دارد شیر دهد آن زن و شوهر به هم محرم می شوند و باید به زندگی زناشویی خود پایان دهند. (ولی اگر زنی بچه پسر خود را شیر دهد، زن پسرش که مادر آن طفل شیرخوار است بر شوهر خود حرام نمی شود.)

ب: اگر زن پدر دختری، بچه شوهر آن دختر یا بچه آن دختر را از شیر مربوط به آن پدر شیر دهد، آن دختر به شوهر خود حرام می شود، چه بچه از همان دختر یا از زن دیگر شوهر او باشد. مثلاً اگر دختری به نام فاطمه با مردی به نام هاشم ازدواج کند و هاشم از فاطمه یا زن دیگر یا زن قبلی خود فرزندی به نام حسین یا زینب داشته باشد و زن پدر فاطمه یعنی مادر خوانده فاطمه

حسین یا زینب را شیر دهد، فاطمه و هاشم باید به زندگی زناشویی خود پایان دهند و بدون طلاق از هم جدا شوند

چنانچه گفته شد در این موارد لازم نیست از هم طلاق بگیرند بلکه زن و شوهری آنان تا ابد حرام است و دیگر نمی‌توانند مانند زن و شوهرهای دیگر با هم زندگی کنند، به این معنی که نزدیکی آنها در حکم زنا با محارم است

ارث و صله رحم در میان فامیل‌های رضاعی (ایجاد شده با شیر خوردن)*

کسانی که به واسطه شیر خوردن، خویشی پیدا می‌کنند مستحب است یکدیگر را احترام نمایند، ولی از یکدیگر ارث نمی‌برند و حق‌های خویشی که انسان با خویشان خود دارد مثل صله رحم برای آنان واجب نیست

نکات قابل تأمل*

1. اگر هنگام ازدواج دختر و پسر، شبهه‌ای در مورد محرمیت آنان با شیر خوردن وجود داشته باشد، قبل از عقد باید حل شود تا خدای نکرده به علت بی‌احتیاطی دو نفر محرم با هم ازدواج نکنند.
2. مستحب است زن‌ها هر بچه‌ای را شیر ندهند، زیرا ممکن است فراموش شود که به چه کسانی شیر داده‌اند و بعداً دو نفر محرم با یکدیگر ازدواج نمایند^{۱۰۷}

بنابراین گرفتن دوست پسر و دوست دختر حرام و از گناهان بزرگ است. زیر دوست دختر و دوست پسر جزو محارم نیستند و اگر هم باشند نمی توان از آنها لذت جنسی برد!

همچنین در دوران نامزدی اگر عقد ازدواج یا صیغه محرمیت خوانده نشود باز دختر و پسر بهم نامحرمند و نمی توانند به هم دست بزنند یا رابطه عاشقانه و جنسی برقرار نمایند!

دوست دختر نگیرید

سوره ۵: المائدۀ - جزء ۶

الْيَوْمَ أَحْلَلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ وَطَعَامُ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ حِلٌّ لَكُمْ وَطَعَامُكُمْ حِلٌّ لَهُمْ
وَالْمُحْصَنَاتُ مِنَ الْهُنَاتِ وَالْمُحْصَنَاتُ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ إِذَا
آتَيْتُمُوهُنَّ أَجُورَهُنَّ مُحْصِنِينَ غَيْرَ مُسَافِحِينَ وَلَا مُتَّخِذِي أَخْدَانٍ وَمَنْ يَكْفُرْ بِالْإِيمَانِ
فَقَدْ حَبِطَ عَمَلُهُ وَهُوَ فِي الْآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ

امروز چیزهای پاکیزه برای شما حلال شده و طعام کسانی که اهل کتابند برای شما حلال و طعام شما برای آنان حلال است و [بر شما حلال است ازدواج با] زنان پاکدامن از مسلمان و زنان پاکدامن از کسانی که پیش از شما کتاب [آسمانی] به آنان داده شده به شرط آنکه مهرهایشان را به ایشان بدهید در حالی که خود پاکدامن باشید نه زناکار و نه آنکه زنان را در پنهانی دوست خود بگیرید و هر کس در ایمان خود شک کند قطعاً عملش تباه شده و در آخرت از زیانکاران است.

دوست پسر نداشته باشید

سوره ۴: النساء - جزء ۵

وَمَنْ لَّمْ يَسْتَطِعْ مِنْكُمْ طَوْلاً أَنْ يَنْكِحَ الْمُحْصَنَاتِ الْهُنَاتِ فَمِنْ مَّا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ مِّنْ
فَتَيَاتِكُمُ الْهُنَاتِ وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِإِيمَانِكُمْ بَعْضُكُمْ مِّنْ بَعْضٍ فَاذْكُرُوهُنَّ بِأَذْنِ أَهْلِهِنَّ
وَأَتُوهُنَّ أَجُورَهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ مُحْصَنَاتٍ غَيْرَ مُسَافِحَاتٍ وَلَا مُتَّخِذَاتِ أَخْدَانٍ فَإِذَا

أُخْصِنَ فَإِنْ أَتَيْنَ بِفَاحِشَةٍ فَعَلَيْهِنَّ نِصْفُ مَا عَلَى الْمُحْصَنَاتِ مِنَ الْعَذَابِ ذَلِكَ لِمَنْ خَشِيَ الْعَنَتَ مِنْكُمْ وَأَنْ تَصْبِرُوا خَيْرٌ لَّكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ

و هر کس از شما از نظر مالی نمی تواند زنان [آزاد] پاکدامن با ایمان را به همسری [خود] درآورد پس با دختران جوانسال با ایمان شما که مالک آنان هستید [ازدواج کند] و خدا به ایمان شما داناتر است [همه] از یکدیگرید پس آنان را با اجازه خانواده شان به همسری [خود] درآورید و مهرشان را به طور پسندیده به آنان بدهید [به شرط آنکه] پاکدامن باشند نه زناکار و دوست گیران پنهانی نباشند پس چون به ازدواج [شما] درآمدند اگر مرتکب فحشا شدند پس بر آنان نیمی از عذاب [=مجازات] زنان آزاد است این [پیشنهاد زناشویی با کنیزان] برای کسی از شماست که از آرایش گناه بیم دارد و صبر کردن برای شما بهتر است و خداوند آمرزنده مهربان است.

اختلاط با نامحرم باعث اینهمه فساد!

راستی راه درمان این همه فساد و ابتذال و ناهنجاری و ولنگاری که در اجتماع ما مشاهده می شود، چیست؟

پیامبر گرامی اسلام (صلی الله علیه وآله) در کلامی حکیمانه و برخاسته از منطق وحی، فرمودند: **بَاعِدُوا بَيْنَ أَنْفَاسِ الرِّجَالِ وَالنِّسَاءِ فَإِنَّهُ إِذَا كَانَتِ الْمَعَايِنَةُ وَاللِّقَاءُ كَانِ الدَّاءُ الَّذِي لَا دَوَاءَ لَهُ**^{۱۰۸}

بین مردان و زنان (نامحرم) فاصله و جدایی بیندازید (تا کمتر با یکدیگر برخورد داشته باشند) زیرا هنگامی که مردان و زنان با هم تماس داشته باشند و رو در رو باشند. یکدیگر قرار گیرند، جامعه به دردی مبتلا خواهد شد که درمان نخواهد داشت.

انسان وقتی به خاطر خدا از لذت های زود گذر چشم می پوشد و شهوت خود را مهار می کند ، خداوند در عوض برایش خوشی ها و لذت های کامل تری را نصیب می گرداند

حضرت علی علیه السلام :

اختلاط و گفتگو مردان با زنان نامحرم سبب نزول بلا و بدبختی خواهد شد، و دل ها را منحرف می سازد.

خلوت با نامحرم عامل گناه

مؤمن نباید با نامحرم در جای خلوت اجتماع کند، چرا که دور از چشم مردم، زمینه لغزش و انحراف فراوان است .

پیامبر - صلی الله علیه و آله - فرمود : آن که به خدا و روز جزا ایمان دارد نباید در جایی خوابد که صدای نفس زن نامحرم شنیده می شود . **مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلَا يَبِيتُ فِي مَوْضِعٍ تَسْمَعُ نَفْسُ امْرَأَةٍ لَيْسَتْ لَهُ بِمَحْرَمٍ**^{۱۰۹} اگر مرد و زن نامحرم در محل خلوتی باشند که کسی در آنجا نباشد در حالی که دیگری هم نتواند وارد شود چنانچه بترسند که به حرام بیفتند، باید از آنجا بیرون بروند^{۱۱۰} .

امیرمؤمنان علی - علیه السلام - فرمود : هیچ مردی با زنی (نامحرم) خلوت نکند. اگر مردی با زن بیگانه ای خلوت کند، سوئی آن دو شیطان است . **لَا يَخْلُوا بِامْرَأَةٍ رَجُلٌ، فَمَا مِنْ رَجُلٍ خَلَا بِامْرَأَةٍ إِلَّا كَانَ الشَّيْطَانُ ثَالِثَهُمَا**^{۱۱۱}

امیر مؤمنان علی - علیه السلام - برای گریز از خطر آلوده شدن و رهایی از دام شیطان هنگام رو به

^{۱۰۹} - بحارالانوار، ج ۱۰۱، ص ۵۰.

رساله توضیح المسائل امام خمینی (ره)، مسأله ۲۴۵۲.

^{۱۱۰}

^{۱۱۱} - مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۶۵.

رو شدن با نامحرم، این گونه رهنمود می دهد :

اگر یکی از شما زنی را دید و خوشش آمد، چشم از او برداشته، نزد همسر خود رود که آنچه او دیده است، همسرش نیز دارد و مواظب باشد که شیطان را بر دل خویش راه ندهد و آن که متأهل نیست، دو رکعت نماز بخواند و خدا را زیاد سپاس گوید و صلوات بر پیامبر و خاندانش فرستد، آنگاه از فضل خدا بخواهد و خدا نیز با رحمت خویش او را از راه مباح بی نیاز می گرداند¹¹²

نجات از افتادن در پرتگاه گناه

دختری 19 ساله هستم. پیش از آن که گرفتار دام شیطان شوم، خواندن سرگذشت دختران و پسران فریب خورده، بسیار مرا ناراحت می کرد و نسبت به آنها احساس ترحم می کردم؛ و آنها را افرادی لایق نصیحت می دانستم.

در تمام دوران تحصیل هیچ نقطه ضعیفی از نظر مسایل اخلاقی نداشتم. از داشتن دوست پسر و کارهایی از این گونه، اصلاً خوشم نمی آمد؛ و همیشه سعی می کردم دوستانم را که زمینه چنین انحرافات داشتند، راهنمایی نمایم. اما گرفتار بلایی شدم؛ و فهمیدم همه کسانی که دچار انحراف و اشتباه شده اند، ذاتاً بی بند و بار نبوده اند؛ بلکه اغلب آنها هم مثل من، بیش از حد به خودشان اطمینان داشته اند - و اتفاقاً از همین نقطه ضعف بزرگ، ضربه خورده اند.

ماجرای آن وقتی شروع شد که دیپلم گرفتم، و در کنکور دانشگاه قبول نشدم. تصمیم گرفتم شغلی پیدا کنم. خانواده ام با این امر موافقت کردند؛ تنها مادرم به خاطر دغدغه هایی که نسبت به محیط کار آینده من داشت، با اشتغال من موافق نبود و می گفت: «دخترم! کار را می خواهی چه کار؟ بنشین درس بخوان و سال دیگر در کنکور شرکت کن، الان وضع طوری نیست که یک دختر جوان بتواند در هر محیطی کار کند.» ولی من به خاطر اعتماد بیش از اندازه به خودم،

¹¹² تفسیر نورالثقلین، ج 3، ص 586.

تصمیم گرفتم حتماً شغلی پیدا کنم - تا به اصطلاح، متکی به خودم باشم و در آینده روی پای خودم بایستم. از آن زمان در جستجوی کار برآمدم؛ بالاخره روزی در صفحه آگهی روزنامه ای، چشمم به یک آگهی افتاد. تماس گرفتم؛ قرار شد برای مذاکره به محل شرکت بروم. برغم نصیحت‌های مادرم که سعی می کرد مرا از این کار باز دارد، رفتم. چون حقوق خوبی می دادند، پیگیری کردم و پس از مدت کوتاهی مشغول کار شدم.

چند روز بعد، اسامی دانشگاه آزاد اعلام شد و من قبول شده بودم؛ قبولی دانشگاه فرصتی به مادرم داد تا بار دیگر خطراتی را که در محیط کار مردانه می تواند در کمین یک دختر جوان باشد، به من گوشزد نماید. ولی من استقلال و حضور در اجتماع را برای یک دختر، مساوی با داشتن شغل می دانستم؛ و از طرفی مطمئن بودم که قادر هستم روابط اجتماعی خود را با دیگران به گونه ای سالم، تنظیم کنم. به نصایح مادرم توجه نکردم و به محل کار خود رفتم - تا وارد دنیای جدیدی که به استقبال آمده بود، شوم.

پس از مشغول شدن به کار، سعی کردم مواظب برخوردها و رفتارهای دیگران نسبت به خودم باشم. در این میان، یکی از همکارانم که جوانی همسن و سال خودم بود و در شرکت او را «آقا فرشاد» صدا می زدند، هر از چند گاهی سعی می کرد به شکلی سر صحبت را با من باز کند. در ابتدا، به سردی با او برخورد می کردم؛ ولی بعدها که مقداری رویم باز شد، به سئوالات او کامل تر جواب می دادم. کار به جایی رسید که راجع به محل زندگی، موقعیت و وضعیت خانوادگی، اسم کوچک، تحصیلات و سایر اطلاعات شخصی ام پرسش کرد؛ و من هم ناخواسته جواب می دادم.

کم کم احساس کردم فرشاد همه افکار مرا به خود مشغول کرده است. شبها به سخنانی که بین ما رد و بدل شده بود، می اندیشیدم و از این که در برخی صحبتها پا را از حد معمول فراتر گذاشته بودم، خود را سرزنش می کردم.

در آن زمان، یکی از همکارانم که به او «زیباخانم» می گفتند، و دارای شوهر و فرزند بود، به شکلهای مختلف به من نزدیک شد و شروع به صحبت می کرد؛ و در بیشتر صحبت‌هایش، بدون این که دلیل خاصی عنوان کند، راجع به «فرشاد» حرف می زد - و از منش و اخلاق و صفات نیک او

سخن می گفت.

رفته رفته احساس کردم فرشاد در دلم جا باز کرده و هر چه می خواستم فکرم را متوجه او نکنم، نمی توانستم یا کمتر موفق می شدم. او هم هر چه پیش می رفت، خودش را بیشتر به من نزدیک می کرد. دیگر شوخی های لفظی بین ما امری طبیعی شده بود. روزی نبود که چیزی برای خوردن همراه خود به شرکت نیارود؛ و همیشه هم مرا دعوت می کرد تا با او همراه شوم. من هم که دیگر به دوستی با او بی میل نبودم، می پذیرفتم. ولی شبها که به محاسبه می نشستم، خود را ملامت می کردم؛ و می دانستم که رفتن به سمت او، خواست شیطان است - ولی دلم آلت دست شیطان گشته بود. و در این بین، زیباخانم هم مرتب با الفاظ شیطانی، آتش بیار معرکه عشق دروغین ما بود. یک روز، زیباخانم به من پیشنهاد کرد که برای خرید بیرون برویم؛ من هم به شرط پذیرفتن مادرم، قبول کردم. مادرم وقتی فهمید وی، شوهر و فرزندان دار است، جای نگرانی ندید و پذیرفت. فردای آن روز وقتی به شرکت رسیدم، مستقیم پیش زیباخانم رفتم و گفتم: امروز آماده ام تا با هم به بازار برویم. اما او با بهانه کردن گرفتاری زیاد کاری، به من پیشنهاد کرد با فرشاد بیرون بروم - و گفت: این مساله را با فرشاد در میان گذاشتم، او هم پذیرفت! من اول جا خوردم و رنگ پرید؛ ولی زود به خودم مسلط شدم. زیباخانم هم شروع کرد به تعریف لذتهای تفریح و گردش با یک دوست پسر، آن قدر گفت تا بالاخره راضی شدم!

ساعتی بعد، من و فرشاد در پشت میز رستورانی، گل می گفتیم و گل می شنیدیم. حالا دیگر من به تمام معنا دوست دختر یک پسر شده بودم - که به جز نام و نام خانوادگی، هیچ چیز از او نمی دانستم. غذایمان تمام شد. اما یک دفعه هوا بارانی شد و باران شروع به باریدن کرد. گویی تمام حوادث دست به دست هم داده بودند که من تا مرز سقوط پیش روم. فرشاد از فرصت استفاده کرده گفت: بهتر است در این هوای بارانی، به منزلشان که در همان نزدیکی بود، برویم؛ تا باران بند بیاید. ابتدا زیر بار نرفتم؛ ولی طبق معمول، شیطان وسوسه ام کرد و با این توجیه که رفتن به خانه آنها از ماندن در زیر باران بهتر است، پذیرفتم.

وقتی به خانه شان رسیدیم، متوجه شدم هیچ کس در منزل نیست. خیلی ترسیدم، به فرشاد گفتم: باید زودتر به خانه بروم، چون به مادرم گفتم زود بر می گردم. او وحشت زدگی مرا از چهره ام

دریافته بود، مرا آرام نمود و قول داد به محض بند آمدن باران، خودش مرا تا نزدیکی منزلمان می‌رساند. بعد هم شروع به پذیرایی کرد.

پس از چند دقیقه، به یکی از اتاقها رفت. من در این فاصله کوتاه، ناگهان به خود آمدم و خود را نهیب زدم؛ که تو در یک خانه خلوت، با یک جوان غریبه چه می‌کنی؟ در همین فکر بودم که یک دفعه دیدم مشتی مجله جلوی من روی زمین ریخته شد. از روی جلدشان حدس زد که محتوی چیست، عکس‌های مستهجن روی جلد، از عکسهای مبتذل تر درون آن خبر می‌داد. با حالتی نگران، سرم را بالا آوردم و به صورت فرشاد نگاه کردم. لبخندی - که شیطان در پس آن نهان شده بود - بر گونه‌های فرشاد نقش بست. با همان حالت شیطنت آمیز گفت: تا تو نگاهی به اینها بیندازی، من هم قهوه درست می‌کنم.

ترس و اضطراب همه وجودم را لبریز کرد، دیگر یک لحظه هم نمی‌توانستم آن محیط سنگین را تحمل کنم. با روی گشاده به پیشنهاد او پاسخ مثبت دادم؛ تا با خیال راحت به کارش بپردازد. به محض این که او به آشپزخانه رفت تا قهوه درست کند، فوری از خانه بیروم رفتم و خودم را به خیابان رساندم؛ و خوشحال بودم که از یک دام شیطانی گریخته‌ام.

آن شب حالم بد شد. مادرم چون از قبل نگران من بود، سعی کرد بفهمد چه اتفاقی افتاده است. ولی چون تب داشتم، متقاعد شد که بیماری من منشأ جسمی دارد و اتفاق خاصی روی نداده است. تا نیمه‌های شب، بیدار بودم و خوابم نمی‌برد و دایم در فکر آن اتفاق بودم. صبح، دیروقت از خواب بیدار شدم. دیگر دلم نمی‌خواست به آن شرکت لعنتی برگردم. بنابراین بیماریم را بهانه کردم و چند روز در خانه ماندم.

پس از گذشت چند روز، برای تسویه حساب به شرکت رفتم؛ دلم می‌خواست چشمم به چشم آن زیبانام زشت باطن و آن جوان نامرد نیفتد راستش از دیدن آنها هراس داشتم. خوشبختانه وقتی وارد شرکت شدم، آنها نبودند. هنگام خروج، از نگهبان شرکت، سراغ آنها را گرفتم. گفت: پیش از ظهر، به فاصله چند دقیقه از همدیگر، از شرکت خارج شدند. با توجه به شنیده‌ها، حدس زدم چه برنامه‌ای باید باشد. پس به طرف همان رستوران لعنتی، به راه افتادم وقتی به آنجا رسیدم، از پشت باجه تلفنی که جلوی رستوران بود، تمام فضای رستوران را از زیر نگاهم گذراندم. پشت

همان میز. فرشاد و زیباخانم روبروی هم نشسته بودند؛ صدای خنده شان به بیرون نمی رسید، ولی نیش هایشان تا بناگوش باز بود.

در راه بازگشت به خانه با خود می اندیشیدم که چه شد در این ورطه هولناک انحراف افتادم؟ آیا بی توجهی به نصیحتها و تذکرات بزرگترها و بخصوص والدین منشا این سقوط بود؟ آیا اطمینان و اعتماد بیش از حد به خودم بود؟ آیا عدم شناخت کافی از محیط های کاری بود؟ آیا ظاهربینی و اعتماد به ظاهر آراسته و موقر زشت سیرتان آلوده اجتماع بود؟

همه این عوامل دست به دست هم دادند و مرا تا مروز سقوط بردند، ولی خداوند مرا حفظ کرد. پاسخ به این سؤال که به پاس کدام فضیلت، خداوند رحیم مرا از آستانه ورود به یک رسوایی بزرگ نجات داد، اندکی سخت بود با کمی تأمل دریافتم که چشمان همیشه نگران مادر و دعاهای یر او، باران رحمت خداوندی را بر من نازل کرد تا پیوسته شکرگزار نعمت بزرگی چون مادر و کانون پرمحبتی مانند محیط امن خانه و خانواده باشم.

آری، دوستان من! شما که می خواهید عفیف و پاک زندگی کنید، هوشیار باشید. اهریمنان و شیطان صفتان آلوده، در این دنیای وانفسا، همه جا در کمین عفت و پاکدامنی شما نشسته اند، تا با اندک غفلتی هستی تان را تباه کنند، و برای همیشه لکه ننگی بر دامن شما بگذارند.

کنترل صدا و گفتار

یکی از محرک های جنسی نزد مردان، صدای محرک زنان می باشد. اسلام با توجه به جذبه های خاص زنان در این زمینه، از آنان خواسته است در مقابل مردان نامحرم صدای خویش را نازک و رقیق ننموده، محترمانه صحبت نمایند

(¹¹³) فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقُلْنَ قَوْلًا مَعْرُوفًا...»؛ «

به ناز سخن نگویید تا آن که در دلش بیماری است، طمع ورزد و گفتاری شایسته گویند

در شرع مقدس اسلام شنیدن صدای زن، حرام نشده بلکه آنچه حرام شده است، نازک کردن صدا و با عشوه صحبت کردن زنان است که باعث تحریک مردان شود و هم چنین سخنانی که دارای مضمون محرک باشد، لذا برای حفظ عفت و پاک دامن زنی و عدم ایجاد ریه و لذت در مرد، کاستن سخن بین دو نامحرم توصیه شده است

وَنَهَى أَنْ يَتَكَلَّمَ الْمَرْأَةُ عِنْدَ غَيْرِ زَوْجِهَا أَوْ غَيْرِ ذِي مَحَرَمٍ مِنْهَا أَكْثَرَ مِنْ خَمْسِ كَلِمَاتٍ مِمَّا لَا بُدَّ...
(¹¹⁴) لَهَا مِنْهُ؛

رسول اکرم صلی الله علیه و آله نهی [مکروه] فرموده که زن نزد مردی که شوهر یا محرم او نباشد، بیش از پنج کلمه در موردی که ناچار است سخن بگوید

صحبت دو نامحرم بدون این که خودشان متوجه باشند، کم کم در وجود طرفین ایجاد تمایل و جذبه می نماید. به همین دلیل هم صحبتی مرد و زن نامحرم از کمین گاه های شیطان شمرده شده است (¹¹⁵) و دستورهای اسلام که مبتنی بر از بین بردن هرگونه فساد است، سعی در مهار و کنترل زمینه های اولی می باشد

وسایل ارتباطی پیشرفته امروزی کنترل این موارد را بسی سخت و دشوار ساخته است؛ هرچند خود این ابزار به خودی خود مزایایی را در بردارد، ولی زمینه ی فساد برخی را فراهم می آورد یکی از خطراتی که افراد را در جامعه امروزی از این طریق تهدید می نماید، وسایل ارتباطی

¹¹³ احزاب، آیه ۳۲.

¹¹⁴ شیخ صدوق، همان، ص ۶.

¹¹⁵ میرزا حسین النوری الطبرسی، مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۷۳

پیشرفته از قبیل تلفن، موبایل، اینترنت (چت کردن و...) می باشد، که گاه به طور شدید مورد (116) غفلت خانواده ها واقع می گردد

برخی به گمان امنیت محیط خانه و اعتماد به جوان و غفلت از وسایل فریبنده ی امروزی دچار مشکلات فراوانی می گردند. چه بسا دخترانی که از طریق مزاحم های تلفنی کارشان به رسوایی انجامیده (117) و افرادی که از طریق ارتباطات ماهواره ای و اینترنتی (از قبیل تصویرپرداز کامپیوتری) (118) دامانشان به فحشا آلوده شده است

دین مبین اسلام برای پرهیز از مبتلا شدن به چنین عواقب وخیمی صحبت با نامحرم را در غیر ضرورت منع نموده و در صورت ضرورت نیز به حداقل صحبت، آن هم به شرط آلوده نشدن به گناه و یا احتمال لذت، محدود نموده است، (119) لذا جوانان در محیط جامعه و دانشگاه باید از (120) حریم دل خود محافظت نموده، از گفت و گوهای احساسی و غیر ضروری پرهیز نمایند

ابوبصیر می گوید: به زنی درس روخوانی قرآن می دادم، کمی با او شوخی کردم. وقتی خدمت امام باقر علیه السلام رسیدم، به من فرمود: چه چیزی به زن گفتی؟ رنگم پرید و خجالت کشیدم. (121) بعد فرمود: دیگر به طرف آن زن نرو و به او درس مده

خداوند برای برحذر داشتن از پیش آمد چنین حوادثی به عذاب های سنگین تهدید نموده تا هم چون بازدارنده ای قوی از چنین رخدادهایی پیش گیری نماید

¹¹⁶ لایلا طاهر، «نگاهی به پدیده دوستیابی اینترنتی»، ضمیمه جام جم، ص ۱۲، مورخ ۱۳۸۲/۴/۱۹

¹¹⁷ حمود اکبری، برای ریحانه، ص ۴۴-۴۵.

¹¹⁸ وب گم webcam:

¹¹⁹ سید مسعود معصومی، احکام روابط زن و مرد و مسائل اجتماعی آنان، ص ۱۰۳-۱۰۹.

¹²⁰ دانشگاه و کلاس های مختلط»، کیهان، ص ۱۰، مورخ ۱۳۸۳/۱/۲۵.

¹²¹ وسایل الشیعه، ج ۲۰، ص ۱۹۸، حدیث ۲۵۴۱۹

بیان هر کلمه که انسان را به شهوت رانی سوق دهد، همراه با هزار سال توقف در جهنم خواهد بود،^(۱۲۲) چرا که تباه شدن دنیا و آخرت را با هم به همراه دارد

توجه به این مطالب، بیان شیوای مولا علی علیه السلام را به ذهن تداعی می کند: « خصلت های نیک زنان، خصلت های بد مردان است: تکبر و ترس و بخل ». ^(۱۲۳) تکبر یعنی در مقابل نامحرم با قاطعیت و وقار صحبت کنند و از حرف زدن با عشو و تبسم که دیگران را تحریک می کند، پرهیز نمایند. ترس بدین معنا که از تنها بودن با نامحرم پرهیز نموده و از آنچه موجب بدنامی خود و خانواده شان می شود، دوری نمایند. بخل یعنی در حفظ اموال همسر و سواس به خرج داده و قانع باشند.

نگه داری اصل حریم بین زن و مرد، همراه با حفظ معنویات یکی از مهم ترین عوامل مصونیت از انحرافات جنسی است^{۱۲۴}

کنترل محرک های بویایی

حيوانات نقش اساسی دارد. حيوان ماده با حس بویایی یکی از حواسی است که در جذب جنسی ترشح بوهای خاص موجب جذب حیوان نر می گردد. در انسان نیز حس بویایی در تحریکات جنس مؤثر است؛ هر چند تأثیر آن به حدّ سایر موجودات نمی رسد.

ویژگی های خاص زنان موجب می گردد تا استفاده از بوهای خوش در آن ها دارای خصوصیتی ویژه گشته و بر جذابیت آنان بیفزاید، لذا استفاده از عطرها و بوهای خوش در زنان احکام متفاوتی می یابد.

¹²² همان، حدیث ۲۵۴۱۸

¹²³ ابن ابی الحدید، شرح نهج البلاغة، ج ۱۹، ص ۶۵

¹²⁴ /http://hadana.ir/

زینت و خودآرایی زنان و استفاده از بوی خوش برای همسران در اسلام توصیه شده و ترک زینت نهی شده،^(۱۲۵) ولی در مقابل، زینت زن برای نامحرمان منع شده تا آن جا که رفتار زن نباید به گونه ای باشد که زینت های پنهان او فهمیده شود.^(۱۲۶) از این امر روشن می شود که زنان از هر گونه رفتار محرک در جامعه نهی شده اند؛ که از جمله ی آنها ایجاد تحریک از طریق حس بویایی است.

چه بسا زنی که خود را خوش بو ساخته است، در مردی ایجاد تحریک جنسی نموده و او را دچار هیجانات روحی کرده است. ایجاد تحریک از این طریق چنانچه با قصد نامشروع صورت پذیرفته باشد حکم زنا دارد؛ هم چنان که هر عضوی بهره ای از زنا دارد.^(۱۲۷) حضرت مسیح علیه السلام فرموده است:

أَيُّمَا امْرَأَةٍ اسْتَعْطَرَتْ وَ خَرَجَتْ لِيُوجِدَ رِيحُهَا فَهِيَ زَانِيَةٌ وَ كُلُّ عَيْنٍ زَانِيَةٌ؛

زنی که عطر زده، از خانه خارج شود تا بوی او استشمام شود، این زن شبیه زناکاران خواهد بود و^(۱۲۸) هر چشم که او را بنگرد نیز زناکار است

استعمال عطریات برای زنان به صورت معمولی چنانچه ایجاد تحریک نکند، اشکالی ندارد،^(۱۲۹) ولی در این باره دقت نظر زنان، به خصوص هنگام برخورد با جوانان قابل تأمل است. بیشتر بخوانید: راهکارهای کنترل

کنترل لمس و تماس

^{۱۲۵} محمد مجدی ری شهری. میزان الحکمه، ج ۴، ص ۳۱۷. (باب الزینة)

^{۱۲۶} نور، آیه ۳۱

^{۱۲۷} محمد مجدی ری شهری، میزان الحکمه، ج ۴، ص ۲۴۱-۲۴۲.

^{۱۲۸} همان، ص ۲۴۲.

^{۱۲۹} سید مسعود معصومی، ص ۸۶.

برخوردهای روزمره ناگزیر از تماس بدنی می باشد، لذا برخی تماس ها در اسلام جایز شمرده شده تا افراد به زحمت نیفتند. این تماس ها محدود به افرادی است که با انسان محرم بوده و روابط بیشتری بین آن ها حاکم است، البته این تماس ها به شرطی جایز است که احتمال واقع شدن گناه در آن نباشد و گرنه تماسی که در آن احتمال لغزش باشد، حتی بین محارم در اسلام منع شده است تا آن جا که تماس بدنی مادر و دختر چنانچه همراه با شهوت باشد، نوعی زنا محسوب می گردد. حضرت علی علیه السلام در این رابطه فرموده است: «مُبَاشَرَةُ الْمَرْأَةِ ابْتِغَاءَ إِذَا بَلَغَتْ سِتَّ سِنِينَ شُعْبَةٌ (130) مِنْ الزَّوْنِ». «تماس است

توصیه ی اسلام مبنی بر این که دو مرد یا دو زن در یک بستر قرار نگیرند از همین باب است و هم چنین قرار گرفتن پدری با دخترش یا مادری با پسرش منع شده و در صورت ناچاری به ایجاد حائل توصیه گردیده است. همگی این موارد حکایت از ایجاد تحریک جنسی از طریق لمس و (131) تماس است

برخوردهای بدنی در محارم در صورت تحریک جنسی منع شده است، ولی در افرادی که نسبت محرمیت ندارند، هر گونه تماس بدنی منع شده است و حتی دست دادن که در برخی عرف ها به صورت سنت درآمده است، ممنوع شده و حرام گردیده است. در صورتی که فرد در جامعه ای قرار بگیرد که ناچار به دست دادن با نامحرم باشد، از پشت (132) پوشش و بدون فشار دادن دست مجاز دانسته شده است

امام جعفر صادق علیه السلام فرمود

لَا يَحِلُّ لِلرَّجُلِ أَنْ يُصَافِحَ الْمَرْأَةَ إِلَّا امْرَأَةً يَحْرِمُ عَلَيْهِ أَنْ يَتَزَوَّجَهَا؛ أُخْتُ أَوْ بِنْتُ أَوْ عَمَّةٌ أَوْ خَالَهٌ أَوْ ابْنَةُ أُخْتٍ أَوْ نَحْوَهَا، فَأَمَّا الْمَرْأَةُ الَّتِي يَحِلُّ لَهَا أَنْ يَتَزَوَّجَهَا، فَلَا يُصَافِحُهَا إِلَّا مِنْ وَرَاءِ ثَوْبٍ، وَلَا يَغْمِزُ (133) كَفَّهَا

¹³⁰ محمد باقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۲۳، ص ۹۶، حدیث ۵۲.

¹³¹ محمد باقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۱۰، ص ۱۱۰

¹³² بحارالانوار، ج ۱۰۱، ص ۳۷، حدیث ۲۷

¹³³ اصول کافی، ج ۵، ص ۵۲۵.

تماس با نامحرم، زمینه ساز بسیاری از انحرافات جنسی می باشد و خود نیز نوعی انحراف محسوب می شود و چنانچه نسبت به این امر توجه کافی صورت نگیرد، کم کم از حد لمس فراتر رفته و به مرحله نوازش و بالاتر گسترش می یابد؛ چنان که امام محمد باقر و امام جعفر صادق علیه السلام فرمودند:

مَا مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَهُوَ يُصِيبُ حَظًّا مِنَ الزَّنى فَرَنِ الْعَيْنِ النَّظْرُ، وَزَنِ الْقَمِ الْقُبْلَةُ، وَزَنِ الْيَدَيْنِ (134) اللَّهُمَّ صَدِّقَ الْفَرْجِ ذَلِكَ أَوْ كَذَبْ؛

هر کسی بهره ای از زنا دارد، زیرا زناى چشم نگاه کردن است و زناى دهان بوسیدن و زناى دو دست لمس کردن می باشد. خواه عورت آن را به مرحله عمل در آورد یا ردّ کند.

برای کنترل این تماس ها، سعی در عدم برخورد با نامحرمان از یک طرف و پوشش کافی مرد و زن و به خصوص زنان از طرف دیگر می تواند مؤثر واقع شود. بهترین راه آن اشباع غریزه از طریق ازدواج شرعی و حلال می باشد که تماس با همسر نه تنها مذموم و نکوهیده نیست بلکه دارای اجر و ثواب (135) نیز می باشد. تماس جنسی در برخی آیات قرآن به تماس تعبیر آمده است.

(136) لَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِنْ طَلَقْتُمُ النِّسَاءَ مَا لَمْ تَمْسُوهُنَّ...؛ «

... زنان را مادامی که با آنان نزدیکی نکرده، طلاق گوئید، بر شما گناهی نیست» (137)

134 وسائل الشیعه، ج ۲۰، ص ۱۹۱، حدیث ۲۵۳۹۶.

135 حمد صادقی اردستانی، اسلام و مسائل جنسی و زناشویی، ص ۱۱۳-۱۱۵.

136 بقره، آیه ۲۳۶.

137 <http://hadana.ir>

اهمیت حجاب در آیینه روایات

پیامبر اکرم (ص) فرموده‌اند: هر که عاشق شد و عفت پیشه کرد و در همین حال از دنیا رفت، اجر شهید را دارد^{۱۳۸}

دعای پیامبر نور و رحمت (ص): پروردگارا، زنانی که خود را پوشیده نگه می‌دارند، مشمول رحمت و غفران خود بگردان^{۱۳۹}

امام علی (علیه السلام) فرموده‌اند: پاداش رزمنده شهید در راه خداوند، بالاتر از پاداش انسان پاک‌دامنی نیست که توان انجام گناه را دارد ولی خود را آلوده نمی‌سازد. انسان پاک‌دامن، نزدیک است که فرشته‌ای از فرشتگان الهی گردد^{۱۴۰}

پیامبر اکرم (ص) فرموده‌اند: بهترین زنان شما، زنی است که برای شوهرش، آرایش و خودنمایی کند، اما خود را از نامحرمان بیوشاند^{۱۴۱}

حضرت محمد (ص) فرموده‌اند: هر خانمی که خود را معطر و خوشبو کند (عطر بزند) و سپس از خانه خارج شود، همواره مورد لعنت خدا و ملائکه فرار خواهد گرفت، تا وقتی که به خانه برگردد، هرچند برگشتنش به خانه طول بکشد^{۱۴۲}

¹³⁸ کنز العمال، ح ۷۰۰۰

¹³⁹ مستدرک الوسائل، ج ۳، ص ۲۴۴

¹⁴⁰ نهج البلاغه، حکمت ۴۷۴

¹⁴¹ بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۳۵

¹⁴² فروع کافی جلد ۵ صفحه ۱۶۳، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال صفحه ۵۵۹

امام علی (علیه السلام) فرموده‌اند: پیوسته امت مسلمان به راه خیر قدم می‌نهند، تا زمانی که از فرهنگ و آداب و رسوم (مانند پوشیدن لباس و غذا خوردن و ...) از کافران تقلید نکنند؛ و اگر در آداب از بیگانگان پیروی کردند، خداوند قادر، آنان را ذلیل می‌گرداند^{۱۴۳}

()

امام صادق (علیه السلام) فرموده‌اند: خداوند به یکی از پیامبران وحی کرد که به مومنان بگو که در لباس، خوراک و آداب و رسوم، دشمنان خدا را سرمشق قرار ندهید که اگر چنین کنید، شما هم مثل آنان، دشمنان خدا محسوب می‌گردید

(بهشت جوانان صفحه ۴۷۷، وسائل الشیعه جلد ۳ صفحه ۲۷۹)

رسول خدا (ص) فرموده‌اند: زن در نزد نامحرم، باید چهار لباس داشته باشد: ۱- چادر ۲- مقنعه ۳- پیراهن ۴- شلوار

(تفسیر نور الثقلین، ج ۳، ص ۶۲۴)

حضرت محمد (ص) فرموده‌اند: کسی که با زن نامحرمی دست بدهد، در روز قیامت در حالی می‌آید که دست‌هایش به گردنش بسته شده است. آن گاه دستور می‌رسد او را به جهنم ببرید. (در صورتی که توبه نکرده باشد)

(ثواب الاعمال و عقاب الاعمال صفحه ۶۰۷)

امام علی (علیه السلام) فرموده‌اند: من و پیامبر در یک روز ابری و بارانی در بقیع نشسته بودیم - ۳۰ - که زنی سوار بر الاغ از آن جا گذشت و دست الاغش در گودالی فرو رفت و زن به زمین افتاد. پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) رویش را برگرداند. حاضران عرض کردند: ای رسول خدا، آن زن شلوار به پا دارد. پیامبر سه بار فرمود: خدایا، زنان شلوار پوش را بیامرزد. ای مردم، شلوار بپوشید

که شلوار، پوشاترین جامه‌های شماس‌ت و زنان خود را در موقعی که بیرون می‌آیند با شلوار حفظ کنید.^{۱۴۴}

دختر ۶ ساله حضرت اباعبدالله الحسین (علیه السلام) در مجلس یزید، با آستین خود، روی خود را گرفته بود و اشک می‌ریخت. یزید پرسید چرا گریه می‌کنی؟ فرمود: چگونه گریه نکند کسی که پوشش و نقابی برای او نیست که صورت خود را از تو و حضار مجلسست پوشاند.^{۱۴۵}

حضرت رسول اکرم (ص) فرموده‌اند: یکی از گروهی که وارد جهنم می‌شوند، زنان بدحجابی هستند که برای فتنه و فریب مردان، خود را آرایش و زینت می‌کنند.^{۱۴۶}

رسول خدا (ص) از حضرت جبرئیل (ع) سوال نمود که آیا فرشتگان خنده و گریه دارند؟ جبرئیل فرمود: بله. (یکی از آنجاهایی که فرشتگان می‌خندند) زمانی است که زن بی‌حجابی و بدحجابی می‌میرد، و بستگان او را در قبر می‌گذارند و روی آن زن را با خشت و خاک می‌پوشانند تا بدنش دیده نشود. فرشتگان می‌خندند و می‌گویند: تا وقتی که جوان بود و با دیدنش هر کسی را تحریک می‌کرد و به گناه می‌انداخت (پدر و برادر و شوهرش و... از خود غیرت نشان ندادند) و او را نپوشاندند، ولی اکنون که مرده و همه از دیدنش نفرت دارند او را می‌پوشانند.^{۱۴۷}

از رسول خدا (صلی الله علیه و آله) پرسیدند: آیا در تنهایی می‌توانیم کشف عورت کنیم؟ حضرت جواب دادند: خداوند بیش از مردم سزاوار است که از او شرم شود.^{۱۴۸}

¹⁴⁴ تنبيه الخواطر: ۲ / ۷۸، منتخب میزان الحکمه: ۱۳۰

¹⁴⁵ ترجمه نفس المهموم، ص ۲۲۱

¹⁴⁶ کنز العمال، ج ۱۶، ص ۳۸۳

¹⁴⁷ <http://hejabeislami.parsiblog.com/Archive>

¹⁴⁸ سنن ابن ماجه

رسول خدا (صلی الله علیه واله) فرمودند: هلاکت زنان امت من در دو چیز است: «طلا و لباس نازک»^{۱۴۹} ().

حضرت علی (ع) فرمودند: بر شما باد بر پوشیدن لباس ضخیم؛ چرا که هر کس لباسش نازک باشد، دینش نازک است.

اسماء دختر ابوبکر و خواهر عایشه به خانه پیغمبر اکرم (ص) آمد در حالی که جامه‌های نازک و بدن نما پوشیده بود. رسول اکرم (ص) روی خویشرا از وی برگرداند و فرمود: ای اسماء همین که زن به حد بلوغ رسید سزاوار نیست چیزی از بدن او دیده شود مگر از مچ دست به پایین و صورتش.^{۱۵۰}

رسول خدا (ص) وضعیت دوران ما را از قبل پیش بینی می کنند: در آخر امت من، مرد نماهایی هستند که سوار بر وسایل نقلیه خود، بر در مساجد پیاده می شوند. زنان اینان، پوشیده‌هایی برهنه‌اند که موهایشان برآمده است. این‌ها زنان نفرین شده‌اند.^{۱۵۱}

رسول خدا (ص) می فرماید: برای زن جایز نیست مچ پایش را برای مرد نامحرم آشکار سازد و اگر مرتکب چنین عملی شد اول اینکه: خداوند سبحان همیشه او را لعنت می کند. دوم اینکه: دچار خشم و غضب خداوند بزرگ می شود. سوم اینکه: فرشتگان الهی هم او را لعنت می کنند. چهارم: عذاب دردناکی برای او در روز قیامت آماده شده است. هر زنی که به خداوند سبحان و روز قیامت ایمان دارد زینتش را برای غیر شوهرش آشکار نمی کند و همچنین موی سر و مچ پای خود را نمایان نمی سازد و هر زنی که این کارها را برای غیر شوهرش انجام دهد دین خود را فاسد کرده و خداوند را نسبت به خود خشمگین کرده است.^{۱۵۲}

¹⁴⁹ شیخ مفید، امالی

¹⁵⁰ (الدرالمنثور ج 5)

¹⁵¹ المحاسن، ج 1

¹⁵² <http://hejabeislami.parsiblog.com/Archive>

رسول خدا (صلی الله علیه واله) فرمودند: 1- زر و زیور خود را در منظر و دیدگاه غیر شوهر مگذار و در غیاب شوهر خود را خوشبو مکن و مچ پا را نشان مده اگر چنین کنید دیتان را تباه و خدا را به خشم آورده اید^{۱۵۳}

پیامبر اکرم (ص) زنان را از پوشیدن لباس های توجه برانگیز بر حذر می داشتند^{۱۵۴}

امام صادق (ع) به یکی از خواهران محمد بن ابی عمیر فرمود: وقتی که به دیدار برادرت رفتی لباسهای رنگارنگ و تحریک آمیز بر تن نکن^{۱۵۵}

رسول حق (ص) به حولا فرمود: روسری خود را که جلب نظر می کند نشان مده اگر چنین کنی دیتان را تباه و خدا را به خشم آورده ای^{۱۵۶}

1. رعایت حجاب در محضر ائمه حتی از سوی زنانی که حجاب بر آنها واجب

نبود

حبابه والیه از زنان دانشمند بود که از زمان امیرالمؤمنین علی علیه السلام فعالیت علمی داشته است. در زمان امام سجاد علیه السلام در اثر دعایی که ایشان برایش کرد، جوانی اش را بازیافت و طول عمری استثنایی پیدا کرد. او در زمان امام صادق علیه السلام بانوی بسیار مسنی بود. طبق آیه قرآن، رعایت حجاب حداکثری بر زنان مسن واجب نیست اما با این حال، این بانوی بسیار مسن در محضر امام صادق علیه السلام با حجاب کامل حاضر می شد و سؤال هایش را از ایشان می پرسید.

روزی در منزل امام صادق علیه السلام از بیماری خود سخن گفت. امام علیه السلام ابتدا برایش دعا کردند، آنگاه فرمودند: حالا به اتاق زنانه برو تا خانم ها نگاه کنند ببینند بدنت خوب شده یا خیر (فَقَالَ ادْخُلِي دَارَ النِّسَاءِ حَتَّى تَنْظُرِينَ إِلَى جَسَدِكَ)، حبابه به اتاق زنانه رفت و لباسش را کنار زد و

همان 153

همان 154

همان 155

همان 156

2. حریم اتاق زنانه و مردانه در منزل ائمه علیهم السلام

در منزل ائمه یک اتاق به دارالرجال معروف بود که ملاقات‌های ائمه با مردان یا اسکان مهمانانشان در آن اتاق انجام می‌شد و اتاق (یا اتاق‌های) دیگری وجود داشت که به دارالنساء معروف بود و زنان اهل بیت در آن جا بودند. گاه پیش می‌آمد که در دارالرجال مثلاً مجلسی مانند مجلس مرثیه‌خوانی منعقد و لازم می‌شد که زنان اهل بیت نیز در آن مجلس شرکت کنند. در چنین موقعیتی، پرده‌ای وجود داشت که زنان اهل بیت علیهم السلام در ورای آن پرده مستقر می‌شدند و مرثیه‌خوانی را می‌شنیدند .

سفیان عبدی شاعر اهل بیت علیهم السلام به منزل امام صادق علیه السلام آمده بود و مرثیه می‌خواند. وقتی مرثیه او به جاهای حساس و جان‌گداز رسید، حضرت فرمودند دخترم را صدا بزنید تا بیاید و بشنود که بر سر اجدادش چه مصیبت‌هایی آمده است! دختر امام علیه السلام آمد و پشت پرده نشست (فَجَاءَتْ فَقَعَدَتْ خَلْفَ السُّرِّ) و مرثیه را که شنید صیحه زد و...¹⁵⁸

چنین گزارش‌هایی از مجالس مرثیه‌خوانی در منزل امام صادق علیه السلام کم نیست؛ عبدالله بن غالب نیز روایت کرده است که وقتی مرثیه‌اش به بیت‌های حساس رسیده بود، صدای گریه زنان از پشت پرده به گوش رسیده است.¹⁵⁹

چنین تصویری از خانه امام صادق علیه السلام در منابع دیگر هم گزارش شده است. ابوهارون مکفوف نیز وقتی ماجرای معروف مرثیه‌خوانی خودش را نقل می‌کند، تصریح می‌کند که همسران و دختران امام صادق علیه السلام در پشت پرده‌ای نشسته بودند که صدای گریه‌شان برخاست

¹⁵⁷ بحار الانوار؛ ج 47 ص 121

¹⁵⁸ الکافی، ج 15، ص: 496

¹⁵⁹ کامل الزیارات ص 105

(فَصَاحَتْ بِأَكْبَهُ مِنْ وَرَاءِ السُّتْرِ وَابْتَأَهُ).^{۱۶۰}

مردی از سرزمین فارس که در سامرا به محضر امام حسن عسکری علیه السلام رسید و از حضرت اجازه گرفت که ملازم ایشان شود، گزارش کرده است که وقتی برای خرید مایحتاج منزل امام علیه السلام از بیت خارج می شدم و دوباره به بیت برمی گشتم، هرگاه امام علیه السلام در اتاق مردانه (دارالرجال) بودند، بدون نیاز به اذن به خدمتشان شرفیاب می شدم^{۱۶۱}.

3. فرهنگ پرده نشینی و پوشیدگی در بین یاران اهل بیت علیهم

السلاملیهم السلام

برخی واقعه ها اهمیت حقوقی دارند و لازم است که شاهدانی آن واقعه ها را مشاهده کنند (تحمل شهادت) و بعداً در محکمه شهادت بدهند که آن واقعه را مشاهده کرده اند (ادای شهادت). یکی از این واقعه ها، اقرار است که گاه لازم می شود کسانی اقرار کردن شخص اقرارکننده را مشاهده کنند و برای شهادت دادن آمادگی داشته باشند. حال اگر اقرارکننده زن باشد و مردی بخواهد اقرار کردن او را مشاهده کند، این مشکل به وجود می آید که آیا شاهدان مرد برای شناسایی زن اقرارکننده می توانند به چهره او نگاه کنند؟

محمد بن حسن صفار که بزرگ دانشمندان و حدیث شناسان قمی بود، خود با این مشکل مواجه شده بود. به امام عسکری علیه السلام نوشت که: مردی می خواهد اقرار زنی را که به او محرم نیست بشنود (تحمل شهادت) تا بعداً در هنگام لزوم، شهادت بدهد که این اقرار را شنیده است. حال اگر زن در ورای پرده و صورتش هم پوشیده باشد ولی صدایش قابل شنیدن باشد و 2 شاهد عادل هم شهادت بدهند که این زن فلان کس است که اقرار می کند، آیا شنیدن اقرارش و شهادت دادن در آینده جایز است یا آن که جایز نیست و حتماً باید صورت خود را بگشاید تا شنونده با چشم او را

¹⁶⁰ ابن قولویه، کامل الزیارات، ص 105 و 106

¹⁶¹ کافی ج 1 ص 514

شناسائی کند؟ امام علیه السلام در جواب نوشتند «نقاب بیافکند و با نقاب نزد شهود حاضر شود»

۱۶۲

این فرهنگ خودبه خود به وجود نیامده بود بلکه بر اثر توصیه ها و رفتارهای اهل بیت علیهم السلام به وجود آمده بود. یکی از جلوه های رفتاری آموزنده اهل بیت علیهم السلام در روایت عبدالرحمان بن حجاج بازتاب یافته است. عبدالرحمان در میانه پرسش و پاسخ مفصلی که با امام صادق علیه السلام داشت، درباره مسائل نوزادی که به ناچار باید در موسم حج به همراهشان می بردند، سؤال کرد. حضرت علیه السلام فرمودند: «به مادرش بگویید با حمیده (همسر امام صادق علیه السلام) دیداری داشته باشد و از او بپرسد که با آن نوزاد چه بکنند؟» عبدالرحمان در ادامه روایت، گزارش کاملی از ملاقات آن مادر با جناب حمیده نقل کرده و سوال های او و پاسخ های حمیده را گزارش کرده است ^{۱۶۳}.

4. پوشاندن مو حتی از خواجهگان

برادر دعبل خزاعی از امام رضا علیه السلام و ایشان از جدشان امام حسین علیه السلام روایت کرده اند که روزی غلام خواجه ای به خانه مان وارد شد. خواهرم سکینه (دختر امام علی علیه السلام) با دیدن او موهای خود را پوشاند. شخصی به ایشان گفت: نیازی به حجاب نیست چون او خواجه است. حضرت سکینه گفت: باشد به هر حال مرد است... (فَقَالَتْ: هُوَ رَجُلٌ مُنْعَ مِنْ شَهْوَتِهِ!) ^{۱۶۴}

5. خشم و غضب امیرالمؤمنین علیه السلام از اختلاط زنان و مردان در بازار و

معابر کوفه

وقتی امیرالمؤمنین علیه السلام شنیدند که زنان کوفه در معابر شهری به مردان برخورد می کنند، این

¹⁶² من لایحضر ج 3 ص 67

¹⁶³ کافی ج 4 ص 301

¹⁶⁴ وسائل الشیعه، ج 20، ص: 227

وضعیت را برنتافتند و غیرتمندانه بر مردان شهر اعتراض کردند و فرمودند: «شنیده‌ام زنانتان در معابر به مردان برمی‌خورند! خجالت نمی‌کشید؟!» (یا أهل العراق، نبئت أن نساء کم یدافعن الرجال فی الطريق، أما تستحون؟) در نقل دیگری نیز آمده است که فرمودند: خجالت نمی‌کشید و غیرت نمی‌ورزید از این که زنانتان به بازارها می‌روند و مردان کافری به آنان تنه می‌زنند؟! (أما تستحيون ولا تغارون نساءكم یخرجن إلی الأسواق ویزاحمن العلوج) ^{۱۶۵}

6. ممنوعیت نگاه به سر و بدن زن در انگاره ذهنی اصحاب ائمه علیهم السلام

نگاه به مو و بدن زن در فرهنگ پیروان ائمه علیهم السلام امر ممنوعی قلمداد می‌شد. در قرآن کریم یکی از زنانی که ازدواج با آنها حرام معرفی شده، دختری است که مادرش بیوه بوده و به عقد مردی درآمده است و حالا این دختر فرزندخوانده (ربیه) این مرد شده است. ازدواج این مرد با ربیه خودش به شرطی حرام است که این مرد با مادر این ربیه علاوه بر عقد نکاح، آمیزش نیز کرده باشد؛ این ممنوعیت یک حکم واضح قرآنی بوده که مسلمانان با آن آشنا بودند .

نکته‌ای که این حکم شرعی را به مسأله این یادداشت مرتبط می‌کند، آن است که برخی شاگردان ائمه می‌خواستند بدانند اگر مردی با مادر ربیه نکاح کرده ولی فقط به موها یا بدن او نگاه کرده باشد، باز هم ازدواج با چنین ربیه‌ای حرام می‌شود؟! (برای مثال ن ک: النوادر، أشعری، ص: 100).

وقوع چنین پرسش‌هایی نشانه آن است که در فرهنگ شاگردان ائمه علیهم السلام نگاه کردن به موی زنان نامحرم نه تنها امر شایع و فراگیری نبوده بلکه امری در وزن و وزان آمیزش جنسی بوده است. در فرهنگ شاگردان ائمه و روات بزرگوار شیعه (نه عوام کوچک و بازار) «نگاه به موی زن»

آنقدر با «جماع» هم وزن بود که گمان کرده بودند در برخی احکام (مانند حرام شدن ربیبه)، نگاه به موی زن ممکن است مانند جماع با او باشد.^{۱۶۶}

بخش چهارم: دوری از مجالس گناه:

یکی از علل و عوامل انحرافات جنسی و به طور کل انحرافات اخلاقی، محیط آلوده و محرک‌های شهوانی است. محیط از طریق وارد نمودن عناصر محرک در گرایش‌های انحرافی، منجر به طغیان غریزه جنسی در جوان می‌شود. مسایلی از قبیل بدحجابی، روابط ناسالم و آزاد دختر و پسر، برخی از سریال‌های تلویزیونی و فیلم‌های خارجی و هم چنین استفاده نادرست از اینترنت در تحریک شهوت و غریزه جنسی جوان مؤثر است شاید برای برخی از نوجوانان یادآوری و تذکر مسایل دینی و اخلاقی چیزی بیهوده و غیر ضروری تلقی شود، زیرا آن‌ها نه در فکر سلامت خویش هستند و نه مسایل اخلاقی و دینی را می‌پذیرند، اما برای شما که روحیه مذهبی قوی دارید و همین مسأله باعث شد تا نگران آینده‌تان باشید، گفتن این مسایل مهم و ضروری است. اگر واقعاً می‌خواهید از جوانی‌تان به خوبی استفاده کنید و در راه درست و سالم گام بردارید، سعی کنید از محیط‌های آلوده و دیدن عوامل تحریک کننده، جداً پرهیز نمایید. ششم: روزه گرفتن. همیشه با وضو بودن. به شکم نخوابیدن. شب غذاهای تحریک کننده نخوردن ...و

با سلام و احترام

بخونید شاید تاثیری مثبت برای شما داشته باشد. البته امیدوارم آزرده خاطر هم نشید. من ۲۶ سال سن دارم و پسری مجردم. راستش باورتون بشه یا نشه، بیشتر از ۲۰ ساله که شدیداً میل جنسی بالا دارم؛ از زمانی که حافظم یاری می‌کنه این میل در من قلیان میکرد. سالهای سال هست که عاقل شدم و عمل زشت خودارضایی رو کنار گذاشتم؛ راستش ورزش رزمی کار میکنم؛ ساز تار و سه تار به دست میگیرم به صورت حرفه ای؛ در آستانه ی تحصیل کارشناسی ارشد دانشگاه ملی هم هستم؛ اما متأسفانه گاهی از شدت شهوت و فشار

خیلی زجر میکشم و گاهی تنها در اتاق از روی فشار روی زمین می افتم (واقعا می افتم). در تمام عمرم با دختر نبودم؛ نه گشت و گزار و نه تلفن چه رسد به رابطه جنسی. چند بار پیشنهاد دوستی بهم دادن اما نپذیرفتم. با وجود اینکه خیلی از خویشاوندان و همسایه ها تجربه های دوستی و عملی شون رو به عنوان افتخاراتشون! تعریف میکنند برام، اما در چنین محیطی سعی کردم بر خلاف جهت همه شنا کنم و تاثیر منفی دیگران رو نپذیرم. خیلی برام سخت هست؛ خیلی فشار روم هست اما متأسفانه توان مالی ازدواج ندارم چون شغل ثابت ندارم.

گاهی فشار درد و خفقان رو غروب ها روی سینم احساس میکنم. گاهی به ناچار با پخش موسیقی سنتی نمازم رو میخونم تا حواسم سراغ شهوت نره. باور تون میشه؟ سرنماز!

اما خودمو نمیازم. بهم میگن دوست دختر داشته باش میگم من دختری رو که حاضر به دوستی با من باشه نمیخواهم! ضمن اینکه از نظر قرآن شریف، این کار مردود هست. میگن صیغه کن؛ میگم توی قرآن شریف همچین چیزی ندیدم جز اینکه: *آنانکه توان ازدواج ندارند با تاکید عفت پیشه کنند تا حضرت پروردگار آنان را غنی سازند.* به هر حال انسان در زندگی آزمایش میشه. نباید انتظار داشته باشیم همیشه همه چیز وفق مراد باشه.

شما آقا یا خانم گرامی اگر سختی من رو دارین بدونین که تنها نیستید و بدونید که اینطور هم میشه زندگی شرافتمندانه کرد.

در پناه حضرت عزیز حق^{۱۶۷}

ابو بصیر اسدی می گوید: از امام صادق (ع) شنیدم که فرمود: روز قیامت خداوند با سه کس سخن نمی گوید و به آنان نگاه نمی کند [۲] و آنان را پاک نمی گرداند و عذاب دردناکی خواهد داشت: کسی که موی سفید خود را بکند، و کسی که با خود نکاح کند (استمنا)، و مردی که خود را در اختیار همجنس گرایان قرار دهد.

در ۱۳۹۵/۳/۱۷ - ۳:۱۴ ISA ارسال شده توسط پیوند ثابت

عزیزم تصاویر نامناسب رو شما نمیاری شما تنها یادت می افته و بعدش بهت القا می کنن
این کاری که شما در مقابل این وسوسه می کنید بر می گرده به عمل خودتان

کنترل شهوت سخت هست ولی کنترل ذهن به مراتب بسیار سختتر

در واقع اول کنترل شهوت و بعد اگر تلاش کنید خداوند کنترل ذهن را هم می دهد

من خودم شهوتم رو کنترل می کردم ولی ذهنم رو هر کاری می کردم نمی شد که نمی شد

نمی دونم یه بار ناراحت بودم که چیکار کنم چون وقتی تصویر نامناسب به ذهنت بیاد و نتونی
جلوش رو بگیری این باعث میشه که هم احتلام شبانت زیاد بشه و هم دفعات بیشتری تحریک و
اذیت بشی شاید می شد من سه روز پشت سر هم تو خواب محتلم میشدم و این برای جوانانی که
کم رو هم هستند سخت هست

یه چند سال قبل همینطور که نشسته بودم و همینطور نمی تونستم افکارم رو کنترل کنم یهو یادم
افتاد که روزه کشنده شهوت هست طبق روایات

درست پنجم ماه رجب بود عهد کردم که برای کاهش شهوت ۴۰ روز روزه بگیرم و ثوابشو به
امام زمان (عج) هدیه بدم البته تو این بین تولد هر امامی هم بود اون روز ثوابش می رفت به همان
امای که تولدشه و ما بقی رو اینطور عهد کرده بودم که برا امام دوازدهم باشه
باور کنید پنج روز از روزه گرفتمم گذشته بود انگار یه چیزیم شده بود که باعث میشد که من نمی
تونستم تصاویر نامناسب رو بیارم تو ذهنم در صورتی که هدف من هم کنترل ذهن نبود بلکه کم
شدن شهوتم بود

همونطور که این دوستان گفتند عوض تصاویر نامناسب نا خداگاه سر از طبیعتی زیبا با اب زلال
که جاری هست در می اوردی نمی دونم چقد به خاطر این اشک ریختم چون اصلا ادم متحول
میشه و به راحتی یه چیزایی رو درک می کنه

اصلا از پنجم به بعد چقدر من راحت شدم ۴۰ روز روزه گرفته بودم که تو این ۴۰ روز یکم از شهوتم کم بشه که ابزار کنترل شهوت رو بدست اوردم و خیلی چیزای دیگه

یادمه چهلیم که شد درست نیمه شعبان بود روز تولد امام مهدی (عج) چهلیم خیلی گریه کردم و شکر کردم و اینکه از اول من امام زمانی نبودم
روزه گرفتن سخته مخصوصا اگر بتونی به عهدی که بستی پایبند بمونی چون اگر بشکنی باید کفاره هم بدی

یادمه چقد وسوسه می شدم که ولش کن ولی چون دیدم که شکستش گناهه و کفاره هم داره موهام سیخ سیخ شدند و اراده لازم رو بدست اوردم

ذکر لا حول و لا قوه الا بالله علی العظیم

این دوستمون گفت که همیشه تصویر نامناسب بیارم منم یاد همون روزای خودم افتادم روزایی که واقعا جنگیدم به مراتب خودم دیدم و فهمیدم که چرا مقابله با نفس حکم جهاد اکبر رو دارد

بعد از این دیگه احتلام شبانه تو یک ماه به یه بار کاهش یافت اصلا بعضی چیزا رو همیشه گفت یعنی تفاوتهای قبل کنترل ذهن و بعدش رو

همیشه به خاطر این موضوع شاگردم چون دیگه تصاویر نامناسب حتی تو خواب هم نمی بینی

من خیلی دوست داشتم که به دوستانم کمک کنم این تجربه من هست

توسل به اهل بیت (ع) چه ها که با ادم نمیده یعنی یه تعداد معینی روزه یا نماز بخونی و تقدیم کنی به ساحت مقدس امام زمان و ازش حاجت بخوای هر چند هیچ امیدی هم نداشته باشی

تو این چند سال من چه ادم عوضی بودم ولی توبه از ته دل با ادم چه می کنه و بعد از این هم از خدا خودش و پیامبر و اهل بیتش رو می خوام و همینطور که همیشه ما رو تو راهی که خودش می پسندد ثابت قدم نگه داره چرا که مقابله با شبهه هایی که دشمنان ایجاد می کنند اگر به دنبال جواب شبهه نری تو رو از مسیر منحرف خواهند کرد و بعدش پشیمانی به دنبال خواهد داشت راه رفتن و صحبت کردن و نگاهاتون امام زمانی میشه همیشه خدا رو به یاد دارید
حتی خوابای خوبی هم می بینید

منم مثل شما مجردم و الانم شرایط ازدواج رو ندارم ولی به لطف خدا و پیامبر و اهل بیتش
توانستم نفسم رو مهار کنم و خدا رو بیش از پیش شاكرم

تلگرام و وایبر و واتس اپ و ... همگی کار رو برای شما سخت خواهند کرد
نماز اول وقت باشد و بدانید در نماز چی می گین تاثیرش رو خواهید دید
و نهج البلاغه رو خیلی دوست دارم
نمی دانم بالاخره امام خواهیم دید یا نه
اللهم عجل لولیک الفرج

به امید وضعی بهتر برای مردمان و جوانان ایران زمین

زیبایی های قدرت خداوند متعال رو با سرکوب نفس مشاهده می کنید اگر صبر کنید
قرآن خواندن هم یادتان نرود خواندن معانی قرآن و تفکر در آیات قرآن چراغ هدایت روشنی
هست برای همه انسانها

دوست دارم جوانان ایران زمین همه باهم در مقابل نفس بایستیم مطمئناً مدتی سرکوب می کنیم و
بعدش دست ما از اینجا کوتاه می شود و همه سختی ها تمام می شود و آنچه که خواهد ماند همین
: مخالفت ها در برابر نفس خواهد ماند چرا که

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا

وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا

که به یقین رستگار شد کسی که نفس را (در کمالات اعتقادی و اخلاقی) رشد داد
و (از پلیدی های فکری و نفسانی) پاکیزه داشت. (شمس ۹ و ۱۰ و ۱۶۸)

توسط زینب سادات در ۶/۶/۱۳۹۵ - ۴۹:۱۵

سلام

من یه دختر ۲۳ ساله از یک خانواده کاملاً مذهبی هستم. خیلی سال پیش متأسفانه بدلیل فشار زیاد
و نیاز جنسی این گناه رو انجام دادم اما بعدش انقدر پشیمون شدم که تا چند روز کارم گریه و

خودخوری بود تا اینکه دوباره این احساس نیاز برگشت و من فهمیدم اگر ادامه بدم درگیر دامی میشم که ازش همیشه بیرون اومد. من فرزند شهیدم و یکی از دوستای خوبم که اونم همین مشکلو داشت بهم گفت توبه کن و گرنه هر دفعه قباحات این گناه واست کمتر میشه. و به روح پدرت قسم بخور که نتونی بشکنی. و واقعا اینکارو کردم و با اینکه مجردم و ۸ سال از اون موضوع گذشته حتی یک بارم این گناهو نکردم و هر بار وسوسه میشم احساس میکنم روح پدرم شاهد منه و خجالت میکشم. این یک روش خوبیه و حتی کسایکه درگیر این مساله هستن میتونن به ائمه اطهار قول بدن و عهدشونو حفظ کنن. قبول دارم سخته. واقعا هر چی میگذره در صورتیکه این نیاز رفع نشه فشار بیشتری به انسان میاره. ولی لذت گناه نکردن واقعا خیلی زیاده. از نظر من بیشتر از گناه کردن لذت داره. ضمنا یک راه خوب که کمک کننده س. دوش اب سرد و وضو و دو رکعت نمازه که خیلی در این مواقع کمک میکنه. امیدوارم عزیزان همه در راه شکست شیطان (:) موفق باشن. سخته. ولی میشه

بخش پنجم: عدم اختلاط در مهمانی ها:

یکی از مهم ترین عوامل ارتباط نامشروع مخصوصا بین فامیل و دوستان، مهمانی های مختلط است.

اینکه مرد متوجه می شود زنش با فلان فامیل شوهر ارتباط پیامکی و غیره دارد چون مرتب در

مهمانی ها در یکجا باهم بودند و بهم علاقه شیطانی پیدا کرده اند!

خانمی حدود چهل ساله متاهل می گوید مدتی است به فلان مرد از فامیلان علاقه پیدا کرده ام و

این علاقه طوری است که شبانه روز به فکر او هستم و او از علاقه من خبر ندارد و این علاقه باعث

شده دیگر توجهی به شوهر و فرزندان و زندگیم ندارم!

یا زن می گوید مدتی است با برادر شوهرم ارتباط پیامکی و عاشقانه دارم! حالا شوهرم فهمیده و

داره زندگیم از هم می پاشد!

آری اگر در مهمانی ها اطاق خانم ها رو جدا از آقایان می کردند این ارتباطات پیش می

آمد! مخصوصا در عروسی ها! که دیگر همه مرزهای حرام را بهم می ریزند و انتظار هم دارند

مشکلی پیش نیاید.

روش حضرت امام (رض) در مورد مهمانی ها و حدود ارتباط با نامحرم

«از مسائلی که حضرت امام بیشتر به آن توجه داشتند، محدود بودن ارتباط بین زن و مرد بود. یادم هست ده سال

بیشتر نداشتم و با برادرها و پسرخاله ام قایم باشک بازی می کردیم. حجاب هم داشتیم؛ اما یک روز امام مرا

صدا کردند و گفتند: شما هیچ تفاوتی با خواهرتان ندارید؛ مگر او با پسرها بازی می کند که شما با پسرها بازی

می کنید؟» (عاطفه اشراقی، نوه امام)^(۱۶۹)

«امام در ارتباط با نامحرم خیلی سخت گیرند. الان پسرهای من و حاج احمد آقا 15، 16 ساله اند و اگر یک

روز ما برای نهار به منزل آقا دعوت شویم، پسرها حق آمدن ندارند و یا اگر هم بیایند، مثلا ما خانه خانم می

نشینیم و سفره می اندازیم و آنها منزل احمد آقا؛ آن هم برای اینکه پسرها و دخترهای اهل فامیل و خانه با هم غذا نخورند. نه فقط سر سفره، بلکه حتی به همدیگر سلام هم نکنند؛ چون واجب نیست، به هر حال آقا این نوع مهمانی رفتن خانمها و آقایان نامحرم و با هم دور سفره نشستن را حرام می دانند» (زهره مصطفوی)^{۱۷۰}

«من 15 ساله بودم که مرحوم آقای اشراقی داماد ما شده بودند. یک روز ما منزل ایشان دعوت داشتیم. همین جور که من و امام با هم وارد شدیم، دیدم آقای اشراقی دارند به استقبال می آیند؛ ما در یک باغچه ای داشتیم حرکت می کردیم. من به امام گفتم: سلام بکنم آقا؟ گفتند: واجب نیست. من هم رویم نشد که سلام نکنم و از داخل باغچه رد شدم که با آقای اشراقی روبه رو نشوم!» (زهره مصطفوی)^(۱۷۱)

«امام مقید بودند که ما از بچگی حجاب شرعی مان را حفظ کنیم. در منزل، حق انجام هیچ گونه معاصی، از جمله غیبت، دروغ، بی احترامی به بزرگتر، و توهین به مسلمانان را نداشتیم. خصوصا روی معصیت توهین به مسلمان، حساسیت زیادی داشتند.» (فریده مصطفوی)^(۱۷۲)

همان 170

همان 171

همان 172

بخش ششم: یاد مرگ

عامل دیگری که در غلبه بر شهوت و کنترل و تعدیل غریزه جنسی نقش مهمی دارد، یاد مرگ و قیامت است. امام علی (ع) می فرماید: «ای بندگان خدا! بر حذر باشید از مرگ و از سختی های آن. وقتی نفستان خواست شما را درباره شهوات به تباهی بکشاند زیاد به یاد مرگ باشید، زیرا برای موعظه، یاد مرگ کافی است.»

رسول خدا (ص) اصحاب خود را درباره مرگ بسیار سفارش می کرد و می فرمود: «زیاد مرگ را یاد کنید، زیرا یاد مرگ، شکننده لذات نفسانی و حایل میان تو و شهوات است.»^{۱۷۳}

توسط یوسف ۱۷ در ۲۲/۶/۱۳۹۵ - ۴۳:۲

سلام.. من ۱۷ سالمه و حدود ۵ ساله این گناهو ب مقدار زیاد انجام دادم و هر راهی ک میگین رو رفتم ولی تو همشون بعد ی مدت بر میگشتم ب طوری ک بیشترین مدت ترکم ۱۴ روزم نشد... ولی از وقتی در باب قیامت و شب اول قبر و جهنم و همچنین امام زمان تحقیق کردم دیگه اصلا نمیتونم برم سراغش انگار ی چیز تو وجودم میگه اتش جهنم داغ تره

بخش هفتم: بیاد شهدا بیافتیم

یاد شهدای عزیزمان می تواند انسان را از گناهان دور نماید. اینکه انانان همه لذتها را کنار گذاشتند و جان خود را فدای دین و کشور کردند باعث می شود که به پستی و پوچی لذت‌های شهوانی شیطانی متوجه و متذکر بشویم.

...آی شهدا دلای ما تنگه براتون

یکی از راویان دفاع مقدس می گفت هر کی می خواد شهید شه بره گناه کنه... ما تعجب کردیم... اما بعدش گفت نه مثل آدمای عادی بلکه مثل شهدا گناه کنید

این روایتو آوردم تا بدونیم شهدا چه جوری گناه می کردن تا ما هم مثل اونا گناه کنیم تا شاید... شهید شیم

خواندن بخشی از یادداشت های یک شهید شانزده ساله به نقل از وبلاگ یاد لاله ها شاید برای لحظاتی ما را به فکر فرو برد که کجاییم و چه می کنیم: راوی که یکی از بچه های تفحص شهدا بوده، می نویسد: در تفحص شهدا، دفترچه یادداشت یک شهید شانزده ساله پیدا شد که گناهان هر روزش را در آن یادداشت کرده بود.

گناهان یک روز او عبارت بودند از:

اول: سجده نماز ظهر طولانی نبود.

دوم: زیاد خندیدم.

سوم: هنگام فوتبال شوت خوبی زدم که از خودم خوشم آمد.

راوی در سطر آخر افزوده بود که: دارم فکر می کنم چقدر از یک پسر شانزده
ساله کوچکترم...!

مهارت کنترل مخارج

از مهم ترین مسائل هر خانواده ای مسائل اقتصادی هست. اینکه همیشه وضعشان خوب باشد و هیچوقت دچار فقر و بی پولی نشوند از آرزوهای بیشتر مردم می باشد.

اسلام راه حلی در این مورد پیشنهاد کرده و آن میانه روی در خرج زندگی می باشد.

وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا¹⁷⁴

و آنان هستند که هنگام انفاق (به مسکینان) اسراف نکرده و بخل هم نورزند، بلکه احسان آنها در حد میانه و اعتدال باشد.

«امام صادق (ع): خوردن و آشامیدن و پوشیدن و ازدواج و سوار مرکب شدن اگر با میانه روی باشد، حلال و الا حرام است چون خدادار سوره انعام آیه 141 فرموده است: اسراف نکنید که خدا مسرفین را دوست ندارد.»

. امام باقر (ع): سه چیز نجات دهنده انسان است: ترس از خدا در آشکار و نهان. میانه روی در خرج در هنگام غنا و فقر. سخن به عدل در خوشنودی و غضب.

امام معصوم ضمانت کرده هر کسی که اعتدال در هزینه زندگی داشته باشد فقیر نشود....

«دو دختر مسلمان فرانسوی که به ایران آمده بودند و در بعضی از مراسمات جشنها شرکت کرده بودند، اظهار داشتند: شما که انقلاب کرده اید، همه چیزتان خوب است غیر از مراسم عروستیان! که

خیلی اسراف می کنید درحالیکه می توانید هزینه این جشنهارا صرف خرید وسایل زندگی عروس و داماد نمائید.»

آری در بسیاری از مهمانی های ما ایرانی ها اسراف صورت می گیرد و مواد غذایی فراوانی دور ریخته می شود. و برکت مهمانی را تبدیل به نامبارکی می کند. چرا باید برای یک مهمانی، انواع غذاها طبخ گردد و هزینه فراوانی صرف گردد؟

چشم و هم چشمی عامل اسراف!

«یکی از علل اسراف و تبذیر (ریخت و پاش) چشم و همچشمی های ناسالم است. مثلاً فلان شخص در عروسی فرزندش چقدر خرج کرد من باید دو برابر او یا مثل او خرج کنم..»

همچنین تجمل گرایی نیز از علل اسراف و تبذیر می باشد. تقلید از فرهنگ غرب و توجه بیش از حد به زخارف و زبرج دنیا که مانع توجه به خدا است، باعث می شود پولهای کلانی در مصارف غیر لازم و غیر واجب صرف گردد.

اسراف در مقابل اعتدال و میانه روی است و اسراف در اسلام حرام است

اسراف در روایات

1- عن ابی عبد الله (ع): «ادنی الاسراف هراقه فضل الاناء و ابتذال ثوب الصون والقاء النوی».^{۱۷۵}

امام صادق (ع) می فرماید: «کمترین اسراف ریختن اضافی آب، پوشیدن لباس آبرو در منزل و انداختن هسته خرما است.

2- قال الصادق (ع): «ان لله ملكاً یكتب سرف الوضوء کما یكتب عدوانه».^{۱۷۶}

امام صادق (ع) می‌فرماید: همانا خدا فرشته‌ای دارد که اسراف در وضو را می‌نویسد چنانکه اسم دشمنانش را می‌نویسد.

3- عن عبدالله بن عمر مرّ رسول الله (ص) بسعد و هو يتوضأ فقال لا يسرف يا سعد قال افي الوضوء سرف قال نعم و ان كنت على نهر جار»^{۱۷۷}

رسول اکرم (ص) در مسیر با سعد برخورد کردند که داشت وضو می‌گرفت حضرت به او فرمودند: ای سعد اسراف نکن. سعد گفت: یا رسول الله آیا در وضوء هم اسراف است. حضرت فرمودند: آری اگر چه در کنار نهر جاری باشی.

4- قال علی (ع) «ان السرف امر يبغضه الله... حتى صب فضل شراك»^{۱۷۸}

علی (ع) در ضمن حدیثی می‌فرماید: «اسراف چیزی است که خدا مبغوض می‌دارد حتی دور ریختن اضافه آب».

«رسول خدا (ص): از علامتهای اسراف آنستکه آنچه درشان او نیست می‌خورد و آنچه در شأن او نیست می‌پوشد و آنچه در شأن او نیست می‌خرد»

«امام صادق (ع): کمترین حد اسراف آنستکه اضافه آب را دور بریزی و یا لباس مخصوص بیرون را در خانه بپوشی و یا لباس تمیز را در محل کثیف بپوشی!»

اعتدال در بخشندگی

19- وسایل ج 1 ص 340.

20- تفسیر صافی ج 3 ص 187.

21- فروع کافی ج 4 ص 52.

در آیه 29 اسراء خداوند حکیم تأکید می کند نه بخل نه اسراف؛ می فرماید: «دست خود را بر

«!وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ» گردن خویش بسته قرار مده

این تعبیر، کنایه لطیفی است از این که دست دهنده داشته باش و همچون بخیلان که گویی

!دستهایشان به گردنشان با غل و زنجیر بسته است و قادر به کمک و انفاق نیستند، مباش

از سویی دیگر، دست خود را فوق العاده گشاده مدار و بذل و بخشش بی حساب مکن که

وَلَا تَبْسُطْهَا) سبب شود از کار بمانی، و مورد ملامت این و آن قرار گیری و از مردم جدا شوی

!كُلِّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا

همان گونه که «بسته بودن دست به گردن» کنایه از بخل است، گشودن دستها به طور کامل آن

استفاده می شود، کنایه از بذل و بخشش بی حساب «وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ» چنان که از جمله

است.

به معنی نشستن است کنایه از توقّف و از کار افتادن «قعود» که از مادّه «تقعد» و جمله

می باشد.

اشاره به این است که گاه بذل و بخشش زیاد نه تنها انسان را از فعّالیت و «ملوم» تعبیر به

ضروریات زندگی باز می دارد، بلکه زبان ملامت سرزنش کنندگان را به روی او می گشاید

(بر وزن قصر) در اصل معنی برهنه ساختن است؛ به همین «حسر» از مادّه «محسور»

به جنگجویی می گویند که زره در تن و کلاه خود بر سر نداشته باشد «حاسر» جهت

به حیواناتی که بر اثر کثرت راه رفتن خسته و وامانده می شوند،

اطلاق شده است، گویی تمام گوشت تن آنها یا تمام قدرت و «حاسر» و «حسیر» کلمه

! نیرویشان کنار می رود و برهنه می شوند

و بعداً، این مفهوم توسعه یافته، به هر شخص خسته و وامانده که از رسیدن به مقصد عاجز

گفته می شده است «حاسر» یا «محسور» است

به هر حال، هرگاه انفاق و بخشش از حد بگذرد و تمام توان و نیروی انسان جذب آن گردد،

طبیعی است که انسان از ادامه کار و فعّالیت و سامان دادن به زندگی خود وامی ماند و طبعاً ارتباط

و پیوند او با مردم نیز قطع خواهد شد

در بعضی از روایات که در شأن نزول این آیه نقل شده، این مطلب به وضوح دیده می شود

:در روایتی می خوانیم

در خانه بود، سؤال کننده ای بر در خانه آمد، چون چیزی برای (صلی الله علیه و آله) پیامبر

پیراهن خود را به او داد، (صلی الله علیه و آله) بخشش آماده نبود، و او تقاضای پیراهن کرد، پیامبر

! و همین امر سبب شد که آن روز نتواند برای نماز به مسجد برود

خواب مانده یا (صلی الله علیه و آله) این پیش آمد زبان کفار را باز کرد و گفتند : محمد

! مشغول سرگرمی است و نمازش را به دست فراموشی سپرده است

و به این ترتیب، این کار هم ملامت و شماتت دشمن، و هم انقطاع از دوست را در پی داشت، و

هشدار داد که (صلی الله علیه و آله) مصداق «ملوم و محسور» شد؛ آیه فوق نازل گردید و به پیامبر

این کار تکرار نشود

.در مورد تضادی که ظاهراً این دستور با مسأله «ایثار» دارد در آینده بحث خواهیم کرد

آنچه را در بیت المال داشت به (صلی الله علیه و آله) بعضی نیز نقل کرده اند که گاهی پیامبر

نیازمند می داد به گونه ای که اگر بعداً نیازمندی به سراغ او می آمد، چیزی در بساط نداشت و

صلی الله علیه) شرمنده می شد، و چه بسا شخص نیازمند، زبان به ملامت می گشود و خاطر پیامبر

را آزرده می ساخت، لذا دستور داده شد که نه همه آنچه را در بیت المال دارد انفاق کند و (وآله

نه همه را نگاهدارد، تا این گونه مشکلات پیش نیاید^{۱۷۹}

حضرت امام علی (علیه السلام): بخشنده باش اما زیاده روی نکن، در زندگی حسابگر باش اما سخت گیر مباش

از زیاده روی پرهیز و میانه روی پیشه کن . امروز به فکر فردایت باش . از مال به قدر نیازت نگهدار و آنچه افزون آید ، پیشاپیش برای روزی که بدان نیازمند گردی ، روانه دار . آیا امید آن داری که خداوندت پاداش متواضعان دهد ، در حالی که ، در نزد او از متکبران هستی . آیا در حالی که ، خود در ناز و نعمت فرو رفته ای و آن را از ناتوانان و بیوه زنان دریغ می داری ، طمع در آن بسته ای که ثواب صدقه دهند گانت دهند ؟ آدمی به آنچه پیشاپیش فرستاده ، پاداش بیند و بر سر آن رود که از پیش روانه داشته . والسلام

و نیز حضرت امام علی (علیه السلام) فرموده اند: آنکه میانه روی کند تهیدست نمی شود

یک اقای بود که همیشه بیش از درامدش، خرج داشت لذا معمولاً طلبکارها سراغش می آمدند و گاه شکایتش می کردند و دادگاه او را احضار می گرد

یک روز از او پرسیدم چرا میری قرض می کنی بعد نمی توانی پس بدی؟

گفت من از درمغازه ها رد میشم اهن ربایی داخل مغازه ها هست مرا داخل مغازه می کشاند و منم پارچه و وسایل و... قرض می اورم و....

مصرف به اندازه نیاز

یک بار که خدمت امام بودیم، از من خواستند پاکت دارویشان را به ایشان بدهم. داخل پاکت دارویی بود که باید به پایشان می مالیدند. شاید کسی باور نکند، بعد از مصرف دارو امام یک دستمال کاغذی را

¹⁷⁹ تفسیر نمونه از ایه الله مکارم شیرازی

به چهار تکه تقسیم کردند و با یک قسمت از آن، چربی پایشان را پاک کردند و سه قسمت دیگر را داخل پاکت گذاشتند تا برای دفعات بعد بتوانند از آن استفاده کنند. به امام گفتم: اگر برنامه زندگی این گونه است، پس ما همه جهنمی هستیم! چون ما واقعاً این رعایت ها را به خصوص در مورد دستمال کاغذی نمی کنیم. آقا فرمودند: «شما این طور نباشید؛ ولی باید رعایت کنید».[9]

امام همیشه می فرمودند که تلفن برای کارهای ضروری است و از تلفن کردن برای کارهای غیر ضروری خودداری کنید. همیشه به حدّ احتیاج چراغ منزل را روشن نگه دارید. امام خودشان در تاریکی به نماز می ایستادند. اگر چراغی اضافی روشن بود، به شدت ناراحت می شدند؛ گویی عذاب گناهان را به چشم خویش می دیدند..»[10]

در پاریس من بارها ناظر وضو گرفتن امام بوده ام و دیده ام که ایشان در فاصله به جا آوردن اعمال وضو شیر آب را می بندند و در موقع لزوم دوباره باز می کنند تا مبادا آب اضافی از شیر خارج شود. گاهی می دیدم که اگر آقا آب می خوردند، باقیمانده آب لیوان را خالی نمی کردند؛ بلکه کاغذی روی آن می گذاشتند تا بعداً از آن استفاده کنند. برای امام ماندن و گرم شدن آب مسأله ای نبود.[11]

روزی امام فرمودند: «عینک مرا بدهید؛ می خواهم مطالعه کنم». وقتی عینک ایشان را از روی میز برداشتم، دیدم مقداری گرد و غبار روی شیشه های آن نشسته است. یک دستمال از جعبه دستمال کاغذی روی میز برداشته و عینک را تمیز کردم و به امام دادم. ایشان عینک را به چشمشان زدند. من بی توجه قصد داشتم آن دستمال را میچاله کرده و دور بیندازم که امام متوجه شدند و فرمودند: «آقای انصاری اگر شما برای آن دستمال مورد مصرف ندارید، به من بدهید. این دستمال هنوز جای مصرف دارد و نباید دور انداخته شود». به نظر من ایشان دایم المراقبه بودند که مبادا مسئولیتی که داشتند سبب بسط و توسعه در زندگی شان شود و اقدامی انجام دهند که تشریفات تلقی شود.[12]

3. پرهیز از مصرف بی رویه و اسراف

امام نسبت به اسراف خیلی حساس بودند؛ مثلاً اگر شیر آبی چکه می کرد، تحمل نمی کردند و با زنگی که نزدیک ایشان بود، خبر می کردند که بیایید این شیر را درست کنید که آب هدر نرود.[13]

یک روز در آشپزخانه ظرف می شستم و شیر آب را باز کرده بودم. آقا آمدند و گفتند: «چرا این قدر شیر آب باز است؟» در حالی که شیر خیلی کم باز بود. با این که من خیلی ملاحظه می کردم، باز ایشان به ما تذکر می دادند. گاهی کاهو برای ایشان می بردم که برگ های دور آن را کنده بودم. آقا سفارش می کردند: «مبادا اینها را دور بریزید». عرض می کردم: آقا! خاطر جمع باشید! ما با اینها سالاد درست

می کنیم. آقا وقتی برای کاری از اتاق بیرون می آمدند، اول تلویزیون را خاموش می کردند و بعد از برگشتن دوباره روشن می کردند. خیلی ملاحظه می کردند که اسراف نشود. [14]

آقای شیخ محمد فرقانی که از جمله ملازمین امام در غیاب حاج شیخ عبدالعلی قرهی بود، در نجف برایم نقل کرد: زمانی که آقای شیخ عبدالعلی به ایران رفته بود و من افتخار ملازمت امام را داشتم. امام به من توصیه فرموده بود که چنانچه کسی با من بعد از نماز مغرب و عشا کار ضروری دارد، می توانی او را قبل از آمدنم، به بیرونی هدایت کنی. اتفاقاً یک شب بعد از مراجعت امام از نماز جماعت در بیرونی نشسته بودم که کسی آمد و کاری فوری با آقا داشت. من طبق دستور قبلی به اندرون رفتم؛ چون اتاق آقا را تاریک دیدم، برگشتم؛ ولی هنوز چند گامی برنداشته بودم که امام مرا مورد خطاب قرار داده فرمودند: «کاری داری؟» عرض کردم: بلی؛ ولی چون چراغ اتاق را خاموش دیدم؛ خیال کردم حضرتعالی در خواب هستید و یا در حال استراحت می باشید. امام در پاسخ فرمودند: «خیر، چون کاری نداشتم، چراغ اتاق را خاموش کردم». [15]

امام همیشه مقید بودند که نمازها را به جماعت بخوانند و لذا، ظهرها و شب ها در جماعت فیضیه شرکت می کردند. یکی از روزها که برای نماز تشریف آورده بودند چون وقت نماز نرسیده بود، در یکی از حجره ها جلوس فرمودند. یکی از طلاب در حالی که چراغ اتاق را روشن گذاشته بود، از اتاق بیرون آمد که در خدمت امام باشد. امام به او فرمودند: «چرا چراغ برق را روشن گذاشتید؟» یکی از آقایان گفت: می گویند در روشنی اسراف نیست. امام پاسخ دادند: «بی خود می گویند». [16]

4: خوراک قانعانه

مشهدی حسین که یکی از خدمت گزاران امام در نجف بود، نقل می کرد که در ماه رمضان عده ای در بیرونی امام بودند و غذا همان غذای گذشته بود و فرقی نکرده بود. روزی آقای حاج شیخ عبدالعلی قرهی به من گفت: این همه آدم که در بیرونی هستند، افطار و سحری می خواهند و این مقدار گوشت که شما تهیه می کنید، خیلی کم است. بیشتر بگیرید. من هم بنا به گفته او، آن روز بیشتر گوشت گرفتم. هر شب می بایست خدمت امام می رسیدم و صورت حساب را ارائه می دادم. آن شب آقا با تعجب پرسیدند: «چطور شد که گوشت بیشتر از گذشته گرفتی؟» گفتم: آقای شیخ دستور دادند. امام با احترامی که نسبت به ایشان داشتند، فرمودند: «همان تعداد که همیشه می گرفتی بگیر! آقای حاج شیخ هم اگر می خواهند، غذایشان را جدا کنند». [17]

بعد از مراجعت امام از کویت به عراق که مسئولان عراقی امام را در صفوان برای کسب اجازه از بغداد برای ورود مجدد ایشان نگه داشته بودند، دو نفر از همراهان امام به بهانه گرفتن شام به بصره رفتند و به نجف تلفن زده و قضایا را به اطلاع دوستان رساندند. سپس قدری غذا خریده و بازگشتند. شام عبارت بود از غذای گرم رستوران و مقداری هم پنیر و خربزه. امام شروع به خوردن نان و پنیر کردند. البته ایشان بعد از صبحانه دیگر چیزی نخورده بودند. لذا، خیلی برای ما ناگوار بود که غذای گرم بخوریم و امام فقط به نان و پنیر اکتفا کنند. احمد آقا به من گفت: «امام نان و پنیر و خربزه می خورند».[18]

دوستان مورد اعتماد من برایم نقل کردند که روزی امام برای گرفتن وضو به حیاط می روند. خانمی که برای کمک به امور منزل امام در آن جا کار می کرد، مشغول شستن ظرف برنج بود. امام متوجه چربی بیش از اندازه ته دیگ می شوند و به آن خانم می گویند: «چرا روغن زیاد مصرف کرده اید؟» وی می گوید: من عادت دارم و با روغن کم نمی توانم برنج طبخ کنم. به خاطر این موضوع امام به او می گویند: «این ها بیت المال است و باید به اندازه مصرف شود».[19]

5. قناعت به غذاهای ساده

ناهار امام یک غذای ایرانی به اسم آبگوشت بود و این همان غذایی بود که در آن روز ظهر، دیگران هم از آن استفاده می کردند. آیت الله خمینی بر سر سفره ای که به غیر از ایشان همسر، پسر، عروس و نوه هایشان بودند، نشسته و بعد از به زبان آوردن نام خدا مقدار کمی غذا خوردند. مدت ناهار خوردن ایشان دقیقاً هفت دقیقه و چهل ثانیه بود و بعد بلافاصله به اتاق کارشان رفتند. من دو سال پیش یک بار موفق شدم ناهار خوردن «پاپ» را هم به چشم بینم. مجموعه غذاهایی که برای ایشان تدارک دیده بودند، بر روی میزی به طول دوازده متر و به عرض دو و نیم متر چیده شده بود. هیچ نوع غذای ایتالیایی نبود که بر روی این میز نباشد و آن وقت حضرت پاپ بر سر این میز به تنهایی ناهار خود را میل کردند. مدت ناهار خوردن ایشان یک ساعت و پنجاه دقیقه بود و بعد باقی غذای ایشان، آن طور که من فهمیدم، به کلی معدوم می شد.[20]

من خاطره ای از همسر امام در نوفل لوشاتو هنگام تهیه یکی از مصاحبه هایم با امام دارم. ایشان برای امام ماست و پنیر آوردند. و من از او پرسیدم: آیا ایشان فقط همین غذا را میل می کنند؟ و او پاسخ داد: بله. امام هر روز از همین غذای ساده دوبار می خورند.[21]

عده ای از ایران برای زیارت امام در دهه عاشورا به فرانسه آمده بودند. از آن جا که امام خود ساده می - زیستند، اطرافیان ایشان نیز در زندگی خود رعایت سادگی را می کردند؛ برای مثال، غذای آن ها در نوفل لوشاتو، نان و پنیر و گوجه فرنگی و تخم مرغ و گاهی اوقات هم اشکنه بود.^[22]

زیرنویس:

برداشت هایی از سیره امام خمینی، ج 2، ص 96؛ به نقل: از حجة الاسلام والمسلمین رسولی محلاتی

همان، ص 83؛ به نقل از: عاطفه اشراقی. ^[10] همان، ص 81؛ به نقل از: فریده مصطفوی. ^[9]

همان، ص 114؛ به نقل از: حجة. ^[12] همان، ص 108؛ به نقل از: مرضیه حدیده چی. ^[11]

^[14] همان، ص 107؛ به نقل از: سید رحیم میریان. ^[13] الاسلام والمسلمین انصاری کرمانی

همان، ص 110؛ به نقل از: سید مجتبی رودباری. ^[15] همان، ص 106؛ به نقل از: ربابه بافقی

همان، ص. ^[17] همان، ص 112؛ به نقل از: حجة الاسلام والمسلمین محمدرضا ناصری. ^[16]

همان، ص 117 - 118؛ به نقل از: حجة الاسلام. ^[18] 103 - 104؛ به نقل از: آیت الله خاتم یزدی

همان، ص 116 - 117؛ به نقل از: آیت الله حسین نوری. ^[19] والمسلمین سید محمدرضا مهری

همان، ص. ^[21] همان، ص 98 - 99؛ به نقل از: خبرنگار یک روزنامه فرانسوی. ^[20] همدانی

99؛ به نقل از: مالارد خبرنگار فرانسوی. (احتمالاً این زن، خانم دباغ بوده اند که با ایشان مصاحبه شده

همان؛ به نقل از: مرضیه حدیده چی. ^[22] است)

- کنترل شکم

اسلام در زمینه خوردن، توصیه به کم خوری کرده و از پر خوری نهی نموده است. البته مراد از کم خوری یعنی باندازه ای که بدن نیاز به غذا دارد، انسان غذا بخورد ولی بیش از آن ممنوع می باشد چون هم باعث هزینه بیشتری می شود و هم باعث زحمت برای معده و اندامهای هضم کننده و جذب کننده غذا می گردد و هم باعث نیاز بیشتر جامعه به تولید و واردات و تهیه مواد غذایی می شود و هم به اقتصاد جامعه اسلامی ضرر وارد می گردد.

امام صادق علیه السلام

در آن چه بدن را سالم نگه می دارد اسراف نیست... بلکه اسراف در چیزهایی است که مال را تلف کند و به بدن زیان رساند. بحارالانوار 75 /

حضرت علی علیه السلام نیز می فرماید: «مَنْ اقْتَصَرَ فِي أَكْلِهِ كَثُرَتْ صِحَّتُهُ وَ صَلَحَتْ فِكْرَتُهُ؛ هر که اندازه خورد، سلامتی اش فزونی یابد و اندیشه اش به درستی گراید

روایت مهمی از امام صادق علیه السلام است که فرمود معده را سه قسمت بکن. یک قسمت برای غذا. یک قسمت برای آب و یک قسمت برای هوا بگذار

از جمله اموری که موجب زیاد شدن شهوت جنسی می گردد، پر خوری می باشد، چرا که انرژی بدن انباشته شده و در صورت عدم تبدیل آن به انرژی های دیگر موجب طغیان شهوت می گردد⁽¹⁸⁰⁾

¹⁸⁰ محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمه، ج ۶، ص ۱۱۷ (باب الاکل)

امام صادق علیه السلام مضرترین چیز برای قلب مؤمن را پرخوری بیان می دارد، چرا که موجب قساوت قلب و طغیان شهوت می گردد. از همین رو پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله برای کاهش شهوت جنسی در جوانان، ایشان را به روزه گرفتن توصیه فرمود

رابطه ی پرخوری با شهوت جنسی را از کنار هم قرار گرفتن آن ها در روایات نیز می توان دریافت؛ آن جا که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله وارد شدن مسلمانان به آتش را بیشتر از طریق شکم و عورت بیان می نمایند.^(۱۸۱) بیشتر بخوانید: جوانان حتماً بخوانند

جاذبه ی غذا خوردن و لذت جنسی از کشش های قوی نفسانی هستند که انسان را در معرض خطر قرار می دهند و توصیه های اسلام مبنی بر عفت و وزیدن در این امر نشان دهنده ی اهمیت اراده انسانی در کنترل آن دو می باشد. چنانچه غذا خوردن در حد نیاز باشد سلامتی جسم و جان را در پی دارد^(۱۸۲) و کم خوردن در اسلام^(۱۸۳) توصیه شده است، چرا که انسان هم چون حیوان نمی باشد که تمام همتش در پر کردن شکم باشد

توانایی کنترل جنسی با کیفیت و مقدار خوراک مرتبط می باشد و رمز موفقیت عبادت و بندگی به این دو برمی گردد. به همین خاطر است که امام محمد باقر علیه السلام هیچ عبادتی را برتر از نگه داری شکم و عورت نمی داند.^(۱۸۴)

میان روی در خوردن غذا از طرفی و رعایت حلال و حرام بودن آن از طرف دیگر، از اموری است که باید مورد توجه قرار گیرد. تحریم برخی خوردنی ها به دلیل اثرات نامطلوب جسمی و روانی است که بر روی افراد می گذارد؛ به خصوص مسئله می خوارگی و مستی جوانان که موجبات فساد را فراهم می آورد. برخی تصور می کنند با خوردن مشروبات الکلی حالت خوشی به آن ها دست می دهد، حال آن که این مشروبات نه تنها محرک نیست، بلکه تخدیر کننده می باشد و اعمال ارادی را دچار اختلال کرده، ظاهراً زندگی در نظر آن ها

¹⁸¹ همان، ص ۳۶۱

¹⁸² همان، ص ۱۱۷

¹⁸³ نهج البلاغه، خطبه ۱۵۳.

¹⁸⁴ محمد مهدی ری شهری، میزان الحکمه، ج ۶، ص ۳۶۱، (باب العفه).

خوش جلوه می نماید، زیرا با رخوتِ دستگاهِ تفکر، مغز قادر به تفسیر پیام ها نبوده و کنترل اعمال از دست انسان خارج می شود و حواس انسان از کار افتاده، در نتیجه غم و رنج ناشی از انعکاس حواس را در نمی یابد.⁽¹⁸⁵⁾

دستورات غذایی اسلام در باره حفظ سلامتی

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ^(بقره ، آیه 169)

یعنی ای مردم غذای حلال و پاکیزه زمین را بخورید و از گامهای شیطان پیروی نکنید که او دشمن آشکار شماست .

كُلُوا وَاشْرَبُوا مِنْ رِزْقِ اللَّهِ وَلَا تَعْتُوا فِي الْأَرْضِ مُفْسِدِينَ^(بقره ، آیه 60)

یعنی از روزی خدا بخورید و بنوشید ولی در زمین فساد نکنید .

اسلام فقط دین آخرت نیست بلکه دین دنیا هم است و برای همه مراحل یک زندگی سالم و سعادتمند توصیه هایی دارد

اسلام توجه و اهمیت زیادی به مسأله صحت و سلامتی بدن انسان می دهد تا جایی که روایت شده از پیامبر (صلی الله علیه و آله) که فرمودند: همانا صحت و سلامتی بدن ، باعث شاد بودن ملائکه و موجب خشنودی پروردگار می گردد و موجب ثبات سنت و روش پیامبر می شود (آیین جاویدان ، ص 322)

همچنین از پیامبر روایت شده که فرمودند : در زندگی خیری نیست مگر اینکه همراه صحت و سلامتی باشد (اولین دانشگاه و آخرین پیامبر، ج 2، ص 382 به نقل از نهج الفصاحه)

روایاتی که درباره آداب سلامتی وجود دارد ، با آخرین یافته های علوم پزشکی هم خوانی دارد.

یکی از مهمترین عوامل سلامتی رعایت نکات درست غذا خوردن است.

غذا خوردن از نیازهای ضروری انسان می باشد. گویند که آدمی اگر سه هفته غذا نخورد

می میرد و اگر دوهفته آب نخورد می میرد!

¹⁸⁵ پاک نژاد، اولین دانشگاه و آخرین پیامبر، ج ۷، ص ۱۹۷ و ص ۱۷۴-۱۷۵.

غذا علاوه بر سیر کردن انسان، چنانچه با رعایت دستورات سلامتی همراه باشد، باعث سلامتی و نشاط و طول عمر آدمی است.

بزرگان دین گفته‌اند که معده ریشه دردها است. یعنی با عدم رعایت غذا خوردن به دردها و بیماری‌های مختلفی دچار می‌شویم و با کنترل معده از بسیاری از دردها نجات پیدا می‌کنیم. از جمله رسیدگی به معده آن است که تا گرسنه نشده‌ایم، نخوریم. هنوز سیر نشده دست از غذا بکشیم. بین غذا مایعات ننوشیم. غذا را با تأمل بخوریم.

ضررهای پر خوری

زیاده روی در خوردن نیز آثار بدی برای جسم و روح انسان ایجاد می‌کند.

1- ضررهای جسمی

گفته شده که زیاد خوردن باعث بوجود آمدن پیری در صورت و از بین رفتن شادابی پوست می‌شود

«حضرت عیسی (ع) در حال سفر به شهری رسید. در محلی مشاهده کرد که زن و مردی باهم نزاع می‌کنند. عیسی (ع) علت نزاعشان را پرسید. مرد گفت: این همسر من است که از اخلاقش راضی هستم ولی می‌خواهم او را طلاق دهم. زیرا آب صورتش رفته است و صورتش شادابی و طراوت ندارد! عیسی (ع) به زن گفت: می‌دانی چرا اینگونه شده‌ای؟ گفت: نمی‌دانم. عیسی (ع) گفت: شما وقتی غذا می‌خورید پُر می‌خورید و هنگامیکه معده پر از غذا شود، بخار معده باعث از بین رفتن آب و رنگ صورت می‌شود. شما باید قبل از سیر شدن دست از غذا بکشید تا عیت برطرف شود. زن اینگونه کرد و عیش برطرف شد.» (علل الشرایع / 497؛ بحار الانوار، 14 / 32.)

«پیامبر (ص): با سیری غذا خوردن موجب برص است» (بحار، ج 66. - امالی صدوق / 543)

کم خوری و به میزان نیاز بدن خوردن از مهمترین علل حفظ سلامتی می باشد دراین رابطه امام علی (علیه السلام) فرمودند:

خوراکت را کم کن تا بیماری تو کم گردد.

(غررالحکم، ج 1، ص 114)

رسول گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله) فرمودند:

محبوبترین شما در پیشگاه خدا آنکس است که کم خوراکتر و سبکتر باشد.

(کنز العمال، ج 15، ص 261)

امام صادق (علیه السلام) فرمودند:

هرگاه مردم در خوراک خود میانه رو باشند، بدن هایشان پایدار و محکم است.

(سفینه البحار، ج 2، ص 79)

امام کاظم (علیه السلام) فرمودند:

تدبیر غذایی و رژیم خوراکی این نیست که اصلاً چیزی نخوری و لکن رژیم این است که چیزی بخوری اما سبک.

وسائل الشیعه، ج 17، ص 183

پر خوری

از پر خوری بپرهیزید تا تندرست بمانید

امام علی (علیه السلام) فرمودند:

یا کمیل! شکمت را از خوراک پر مکن، برای آب هم جا بگذار و برای هوا هم قرار بده، تا اشتها داری دست از خوراک بردار، اگر این کارها را انجام دادی خوراک بر تو گوارا گردد، همانا تندرستی با کم خوردن و کم نوشیدن است.

تحف العقول، ص 66

حضرت امام رضا(ع) نیز در مورد اهمیت تغذیه و تأثیر نحوه آن بر سلامت بدن می‌فرمایند: ■
همانا بدن مانند زمین بستر پاک و طاهر است. وقتی آن زمین را آباد کردی و آبیاری نمودی، البته آب به آن میزان که نیاز دارد نه بیش تر که آن زمین را تباه کند و نه کمتر که زمین تشنه بماند. مسلماً آن زمین آباد می‌ماند و زراعت آن زیاد می‌شود و محصول آن خوب و پاکیزه می‌گردد، اما اگر از عمران و آبادانی آن زمین غفلت ورزیدی آن زمین فاسد می‌گردد و علف و گیاهی در آن نمی‌روید. پس بدن هم مانند این زمین است که باید در غذا دادن و آب دادن به آن تدبیر نمود. وقتی بدن را با غذا و آشامیدنی‌های گوارا تغذیه و مراقبت کردی، سالم می‌ماند و همه اعضای آن وظایف خود را به خوبی انجام می‌دهند. (طب الامام رضا(ع) 3/ و بحار الانوار، 62/ 310).

اشتها به غذا

از خوردن غذایی که بدان اشتها ندارید، پرهیزید

رسول گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله) فرمودند:

بر حذر باش از آنکه، بخوری آنچه را اشتها نداری که باعث حماقت و نادانی می‌گردد.

(لئالی الاخبار، ش 2)

سیر بودن دائمی

از همیشه سیر بودن پرهیزید

امام علی (علیه السلام) فرمودند:

از همیشه سیر بودن و بسیار خوردن پرهیزید که این کار بیماری ها و رنج ها را بر می انگیزاند.

(غررالحکم، ج 51، ص 151)

استثناء در پرخوری

امام صادق ع فرمود افراد مسن شب با شکم پر بخوابند که برای خوابشان مفید است. (مکارم الاخلاق ص 81)

2- ضررهای روحی پرخوری

«ابوجحیفه در حالیکه آروغ می زد، خدمت پیامبر (ص) آمد. حضرت فرمود: آروغ نزن که هر که در دنیا سیرتر است، در آخرت گرسنه تر می باشد.» (بحارالانوار 332/63)

«امام باقر (ع): هیچ چیز باندازه شکم پُر نزد خدا مبعوض نیست.» (بحارالانوار 334/63)

پرخوری و هوشیاری

رسول گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله) فرمودند:

پرخوری موجب از بین رفتن و نابودی هوشیاری و زیرکی است.

(مستطرف، ج 1، ص 180)

هاورن الرشید طبیبی مسیحی داشت که مهارت او در طب معروف بوده است روزی این طبیب به یکی از دانشمندان مسلمان گفت: «من در کتاب آسمانی شما چیزی از طب نمی یابم در حالی که دانش مفید بر دو گونه است: علم ادیان و علم ابدان». او در پاسخش چنین گفت: «خداوند همه دستورات طبی را در نصف آیه از کتاب خویش آورده است: (کلوا و اشربوا ولا تسرفوا)، و پیامبر ما نیز طب را در این دستور خویش خلاصه کرده است: (المعدة بيت الادواء و الحمیة رأس کل

دواء و اعط کل بدن ما عددته) یعنی معده خانه همه بیماری‌ها است و امساک سر آمد همه داروها است و آنچه بدنت را عادت داده‌ای (از عادات صحیح و مناسب) آن را از او دریغ مدار. طیب مسیحی هنگامی این سخن را شنید گفت: «ما ترک کتابکم و لا نیبکم لجالینوس طبّا!» یعنی قرآن شما و پیامبرتان برای جالینوس (طیب معروف) طبی باقی نگذاشته است (شیخ طبرسی، تفسیر مجمع البیان، 4/ 639).

فایده‌های باطنی کم خوری: در احادیث پیامبر (ص) و اهل بیت (ع) روایات بسیاری در مورد فواید معنوی کم خوری از جمله صفای اندیشه، نورانیت دل، رهایی از دام شیطان، بهره‌گیری از علم و حکمت و درک ملکوت هستی و استفاده بهتر از عبادات و در نهایت قرب و نزدیکی به خداوند متعال مطرح شده است. (تنبیه الخواطر، 2/ 119؛ عده الداعی، 166؛ بحار الانوار، 78/ 453، ح 21).

در روایتی از امام علی (ع) نقل شده:

غذاهای رنگارنگ، شکم را بزرگ و سرین را سست می‌کند (کافی، 6/ 317، ح 8).

تأثیرات امور معنوی در سلامتی

یقیناً غذا در روحيات انسان اثر مثبت و منفی می‌گذارد. اگر از غذای پاکیزه و حلال و طیب استفاده شود اثر مثبت و اگر از غذای نجس و آلوده و حرام استفاده شود، اثر منفی بر معنویات انسان می‌گذارد. همچنین روزه گرفتن، با طهارت غذا خوردن، ذکر الهی بر زبان جاری نمودن، به فقرا کمک کردن در سلامتی انسان نقش‌های کلیدی بازی می‌نمایند.

به داستانی در این زمینه توجه فرمائید:

غذای نجس

«مرحوم آخوند ملاعلی معصومی همدانی به خانه یکی از محترمین جهت صرف غذا دعوت شد. سر سفره میزبان متوجه شد که مرحوم آخوند از خورش موجود در سفره نمی‌خورد. از آنجا که مرد پارسایی بود متوجه می‌شود که احتمالاً اشکالی شرعی در تهیه این خورش است. ابتدا از

خانواده خود سؤال می کند و می بیند که اشکال از این ناحیه نیست . سپس سراغ قصاب می رود، قصاب می گوید که این گوشت را از شخصی خریده است و خود ذبح ننموده است . به ناچار سراغ فروشنده گوشت به قصاب می رود و مسئله را از او می پرسد . او ابتدا وجود هر گونه شبهه های را انکار می کند

اما وقتی با اصرار مواجه می شود می گوید ما گوسفند چاقی داشتیم که آن را در صحرا به جایی بسته بودیم . بعد از چند ساعت که سراغ او رفتیم دیدیم که حیوان از بس جست و خیز کرده طناب به گلوش پیچیده شده و او را خفه کرده است . چون متحمل ضرر زیادی می شدیم تصمیم گرفتیم که سر او را بریده و به قصاب بفروشیم .

میزبان وقتی ماجرا را می شنود خدمت مرحوم آخوند رسیده و از ایشان می پرسد: آقا شما چطور شد که از خورش نخوردید؟

مرحوم آخوند می فرماید: من دیدم که در ظرف خورشت نجاست وجود دارد .» همچو سلمان، ص 96.

امام صادق(ع) در بیان حکمت حرمت خون می فرماید :
این که خداوند خون را حرام کرده به خاطر آن است که سبب جنون و سنگدلی و کمبود رأفت و مهربانی می شود... تا آنجا که ممکن است فرد، فرزند و یا پدر و مادرش را به قتل برساند! (وسائل الشیعه، 3/ 100 و مستدرک، 16/ 163).

به حدیثی از امام صادق(ع) در مورد تقسیم بندی مواد غذایی اشاره نمود که می فرمایند: «آنچه از زمین بیرون می آید و خوردن آن برای انسان روا و حلال است سه گونه خوراکی است: گونه اول دانه های گیاهی از گندم، جو، برنج، نخود، کنجد، و دیگر دانه های روغنی و سایر دانه ها را شامل می شود. هر دانه ای که بتواند خوراک انسان شود و به او نیرو بخشد خوردنش حلال است. و هر آنچه در آن زیانی برای بدن وجود داشته باشد خوردنش حرام است جز در حال ضرورت. گونه دوم میوه هایی است که از زمین به دست می آید و برای انسان خاصیت غذایی دارد.

گونه سوم انواع تره بار، سبزی ها و رستنی های دیگر که خوردن آنها خاصیتی برای آدمی دارد... و خوردن آنها حلال است اما خوردن گونه هایی که برای آدمی زیان بخش است، مثل گیاهان سمی و خرزهره حرام است. اما آنچه از گوشت جانوران که خوردن آنها حلال دانسته شده، گوشت گاو، گوسفند، شتر، پرندگان و گوشت جانوران وحشی که دندان تیز و چنگال درنده ندارند. آنچه از تخم پرندگان خوردنشان حلال است، تخم هایی است که شکل دو سر آن با یکدیگر تفاوت داشته باشند. (بیضی شکل باشد). از شکار دریایی، خوردن گوشت ماهی هایی حلال است که سطح بدن آنها را فلس هایی پوشانده باشد. آنچه از نوشیدن آنها حلال است، آن است که زیاد عقل را دگرگون نسازد و آنچه زیاد این چنین باشد، نوشیدن اندک آن نیز حرام است. (بحار الانوار، 66/320).

اهمیت غذای حلال

مسئله خوردن غذای حلال هم بر سلامتی جسمی و هم روحی انسان بسیار مؤثر است. بطوری که خوردن غذای حرام انسان را به جایی می کشاند که حتی حاضر می شود برای رسیدن به لذات دنیا پیامبری راه بکشد.

آثار حرام خوردن

رسول گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله) فرمودند:

هر که لقمه ای از حرام بخورد، تا چهل شب نمازش مقبول نگردد و تا چهل روز دعایش مستجاب نشود و هر گوشتی که از حرام بروید، آتش به آن سزاوارتر باشد.

(بحار الانوار، ج 66، ص 314)

و قال ص إذا وقعت اللقمة من حرام فی جوف العبد لعنه کل ملک فی السماوات و فی الأرض و ما دامت اللقمة فی جوفه لا ينظر الله إليه و من أكل اللقمة من الحرام فقد باء بغضب من الله فإن تاب تاب الله عليه و إن مات فالنار أولى به (مکارم الاخلاق ص 82)

و فرمود هرگاه لقمه حرمی در دل انسان قرار گیرد تا زمانی که این لقمه در دلش است ملک آسمان و زمین لعنتش کنند. و خدا به او نظر لطف نمی کند و هر که لقمه حرامی بخورد به غضب الهی دچار می شود ولی اگر توبه کند خدا توبه اش را می پذیرد و اگر بدون توبه بمیرد به آتش سزاوارتر است.

چهار کلمه نوشته شده بر در سوم بهشت

علامه اربلی «ره» در کشف الغمه از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت می کند که وقتی به آسمان رفتم و خواستم بهشت و دوزخ را بینم، جبرئیل مرا به سوی بهشت برد و هشت در بهشت را دیدم که بر هر یک چهار کلمه نوشته شده بود که هر کلمه ای از دنیا و آنچه در دنیا هست، **بهتر است** . به شرط عمل . که بر درب سوم نوشته بود: **لا اله الا الله محمد رسول الله و علی ولی الله** . انّ لكل شیء حيلة وحيلة الصحة فی الدنيا اربع خصال . **قله الکلام و قله المنام و قله المشی و قله الطعام** . هر که در دنیا سلامتی می خواهد چهار مطلب را رعایت کند . کم حرفی . کم خوابی . کم راه رفتن . کم خوری .
(بحار الانوار 144/8)

منظور از خوردن غذای حرام یکی از این سه چیز است:

1- پول غذا از راه نامشروع مثل دزدی، قاچاق، کلاهبرداری، رشوه و ربا و امثال آن تهیه شده باشد.

2- خود غذا خوردنش حرام باشد مثلاً گوشت گوسفند ذبح نشده را می خورد

3- خمس و زکات پولش را نداده باشد و با پولی که به آن خمس و زکات تعلق گرفته غذا تهیه کند..

پرهیز و روزه

یکی از راههای سلامتی کنترل شدید کیفیت خوردن است .

«رسول خدا صلی الله علیه و آله : معده، خانه دردهاست و پرهیز، ریشه درمانهاست.»^۱ عوالی الثالی
30/2

«رسول خدا صلی الله علیه و آله : روزه بگیرید تا سالم بمانید و زکات بدن‌ها، روزه است.»^۲
بحار الانوار 255/93

«رسول خدا صلی الله علیه و آله : بر شما باد به روزه گرفتن! زیرا روزه خون رگها را رقیق می‌کند و
زواید بدن را از بین می‌برد.»^۳ مکارم الاخلاق/150

آداب خوردن و آشامیدن

«رسول خدا (ص): معده، خانه دردهاست و پرهیز، ریشه درمانهاست.»⁸²

«رسول خدا (ص): روزه بگیرید تا سالم بمانید و زکات بدن‌ها، روزه است.»⁸³

«رسول خدا (ص): بر شما باد به روزه گرفتن! زیرا روزه خون رگها را رقیق می‌کند و زواید
بدن را از بین می‌برد.»⁸⁴

«امیر مؤمنان علی (ع) خطاب به امام حسن (ع): اگر می‌خواهی که سالم بمانی و از پزشک بی
نیاز شوی، چهار امر را رعایت کن!

اول: اگر به غذا میل نداری نخور! دوم: هنوز سیر نشده‌ای، از غذا دست بکش! سوم: غذا را
کاملاً در دهان جویده نما! چهارم: قبل از خواب، غذای حاجت کن!»⁸⁵

«امام ششم (ع): بدنتان را مانند خوک‌هایی که برای ذبح، چاق می‌کنند، چاق ننمائید!»⁸⁶

«امام ششم (ع): از روغن در سن پیری خودداری کنید.»⁸⁷

«امام ششم (ع): هرگاه به سن پنجاه سالگی رسیدید، شبها روغن نخورید.»⁸⁸

«رسول خدا(ص): مؤمن در یک شکم چیزی می خورد و کافر در هفت شکم چیزی می خورد!» 89

«ابو جحیفه در حالی خدمت پیامبر(ص) آمد که آروغ می زد! حضرت فرمود: آروغ نزن که هر که در دنیا سیرتر است، در قیامت گرسنه تر می باشد! ابو جحیفه از آن بعد تا رحلتش غذای سیر نخورد.» 90

«آمده است: حضرت عیسی(ع) به شهری رسید. زن و مردی که باهم نزاع داشتند، نزد او آمدند. حضرت عَلیّت نزاعشان را پرسید. مرد گفت: این همسر من است و من از او راضی هستم. اما چون صورتش بی طراوت شده و کهنه بنظر می رسد، می خواهم از او جدا شوم! حضرت به زن فرمود: می خواهی صورتت با طراوت گردد؟ گفت: آری! حضرت فرمود: هر گاه غذا می خوری، سیر مخور! زیرا غذای زیاد در معده بجوش می آید و آب صورت را می برد!

آن زن چنین کرد و رویش با طراوت شد.» 91

«رسول خدا(ص): با سیری غذا خوردن، موجب مرض برص و پسی می شود.» 112

«امام پنجم(ع): هیچ چیز باندازه شکم پُر نزد خدا مبعوض نیست!» 113

«امام ششم(ع): خداوند تبارک و تعالی پُر خوری را دشمن می دارد.» 114

«امام ششم(ع): هیچگاه در حال راه رفتن غذا نخور مگر مجبور باشی!» 125

«رسول خدا(ص): غذا خوردن در بازار و در حال راه رفتن از پستی ست!» 128

«رسول خدا(ص): هر که از حلال بخورد، ملکی بر بالای سرش بایستد و برایش استغفار کند تا از غذا دست بکشد.» 129

«علی(ع): نان را گرامی بدارید که خداوند عزّ و جلّ آنرا از برکات آسمانها فرستاده است. پرسیدند: چگونه گرامی داشته شود؟ فرمود: وقتی نان بر سفره نهادند، منتظر غذای دیگر نمانید و با آن به چشم بی اعتنایی ننگرید!» 130

اهمیت شام

«امام هفتم (ع): شام را اگر چه تکه‌ای نان خشک باشد، ترک نکنید که باعث قوّت بدن وقوّت جماع می‌شود.» 94

«رسول خدا (ص): شام را ولو با خوردن خرما یا اندکی، ترک نکنید. بد رستیکه من می‌ترسم امّتم بخاطر ترک کردن شام زود پیر شوند! زیرا شام برای پیر و جوان، قوّت آور است.» 95

«امام ششم (ع): نخوردن شام، پیری می‌آورد و سزاوار است که افراد مسّن با شکم پُر بخوابند.» 96

«امام ششم (ع): برای افراد مسّن خوب نیست که با شکم خالی بخوابند. و اگر با شکم پُر بخوابند، برایشان بهتر است.» 97

«امام رضا (ع): هرگاه شخصی پا به سن گذاشت، شام خوردن را ترک نکند. زیرا خوردن شام باعث خواب آرام و خوشبو شدن دهان می‌گردد.» 98

«امام ششم (ع): کسیکه شام نخورد، رگی از بدنش می‌خشکد که دیگر خوب نمی‌شود.» 99

«امام ششم (ع): شام از غذای روز نافع تر است.» 102

صبحانه

«شخصی خدمت امام ششم (ع) آمد و از درد و زخم معده شکوه کرد. امام فرمود: صبحانه و شام بخور! ولی در بین این دو چیزی نخور! که خدا در توصیف غذا خوردن اهل بهشت می‌فرماید: لهم رزقهم فیها بُکرَةً و عشیّاً یعنی: صبح و شام به رزق الهی مشغولند.» 93

«امام ششم (ع): هرگاه نماز صبح را خواندی، نان بخور تا بوی دهانت خوش و حرارت آرام شود و دندانهایت محکم و لثه ات سفت و روزیت جذب و اخلاقت خوب گردد.» 100

آداب سفره

«رسول خدا (ص): هر کسی که هنگام غذا خوردن، با خانواده اش سر سفره بنشیند و در اول غذا بسم الله و بعد از غذا الحمد لله بگوید، قبل از اینکه سفره جمع شود، خداوند آنها را می آمرزد.» 103

«علی (ع): هر که می خواهد خیر در خانه اش زیاد شود، با وضو غذا بخورد. و فرمود: وقت غذا خوردن، خدا را زیاد یاد نمائید و موقع خوردن غذا، صداهای بی معنا از خود در نیاورید! زیرا غذا نعمتی از نعمتهای خداوند است که باید شکرش بجا آورده شود.» 104

«رسول خدا (ص): وضو قبل از غذا، فقر را از بین می برد. وضو بعد از غذا، غم و اندوه را زائل می کند.» 105

«نقل شده که: رسول خدا (ص) دید شخصی با دست چپ غذای خورد. به او فرمود: با دست راست بخور!»

آن شخص بدروغ عرض کرد: نمی توانم با دست راستم بخورم!
از آن بعد هیچگاه نتوانست با دست راستش غذا بخورد. گاهی لقمه را با دست راست بلند می کرد که بدهان بگذارد، نمی توانست.» 107

«امام ششم (ع): خوب نیست که انسان با دست چپ غذا بخورد و یا آب بیاشامد.» 106
«امام ششم (ع): از زمانیکه حضرت محمد (ص) به پیامبری مبعوث شد، احدی ندید که او تکیه کرده غذا بخورد.» 108

«امام ششم (ع): غذای داغ برکت ندارد.» 109
«علی (ع) خطاب به کمیل: ای کمیل! هرگاه خواستی غذا بخوری آنرا طول بده تا کسانی که با تو بر سر سفره اند، سیر شوند و غیر از تو، دیگران هم از نعمت الهی استفاده برند.
ای کمیل! هرگاه از خوردن فارغ شدی، خدا را حمد کن و بلند بگو تا دیگران هم خدا را حمد نمایند و اجر تو زیادتر گردد.»

ای کمیل! معده ات را از غذا پُر نکن! و محلی از آنرا برای آب و محلی را برای نفس کشیدن بگذار!» 110

«رسول خدا (ص): چون سفره انداخته میشود، فرشتگان بر دور آن حلقه می‌زنند. اگر بنده بسم الله گفت، فرشتگان می‌گویند: خدا برکت بر شما و غذایتان بفرستد و به شیطان می‌گویند: ای فاسق! بیرون برو که تو بر اینها تسلطی نداری!

و هنگامیکه بعد از غذا، الحمد لله گفت، ملائکه گویند: اینان مردمی هستند که خدا به آنان نعمت داده و آنها هم شکر پروردگارشان را ادا کردند.

ولی اگر در اول غذا نام خدا را بر زبان جاری نکرد، فرشتگان به شیطان گویند: ای فاسق! بیا وبا ایشان هم غذا شو! و اگر بعد از غذا حمد الهی نگفت، گویند که اینها مردمی هستند که خدا به آنها نعمت داد ولی شکر او را فراموش نمودند!» 116

«عبدالله ارجائی گوید: در خدمت امام صادق (ع) بودم و دیدم که بعد از غذا، آنچه بر زمین افتاده را بر می‌دارد حتی 'کنجد و مانند آنرا' گفتم: فدایت شوم! اینها راهم برمی‌دارید؟ فرمود: اینها روزی توسست و برای دیگران نگذار که شفای هردردی در آن است.» 117

«از یاسر و نادر، غلامان امام رضا (ع) نقل شده که: آن حضرت به خدام خود می‌فرمود: من اگر در وقت غذا خوردن هم بالای سر شما بایستم، تا از غذا فارغ نشده‌اید، بلند نشوید! و بسیار اتفاق می‌افتاد که یکی از ما را می‌طلبید و چون به حضرت می‌گفتند: مشغول خوردن است! می‌فرمود: او را رها کنید تا غذایش تمام شود.» 118

«امام ششم (ع): ما غذا را با نمک شروع و با سرکه ختم می‌کنیم.» 119
«آمده است که: هنگامیکه غذایی را نزد رسول خدا (ص) می‌گذاشتند، می‌فرمود: خدایا! برای این غذا توفیق شکر آنرا عنایت کن و این نعمت را به نعمتهای بهشت، متصل فرما!

و در وقت خوردن می‌فرمود: بنام خدا. خدایا! روزی خود را بر ما مبارک کن و عوض آنرا به عهده خود بگیر.» 121

«امام سجّاد (ع) بعد از غذا می‌فرمود: الحمد لله الذی اطعمنا و سقانا و کفانا و ایدنا و آوانا و انعم علینا و افضل. الحمد لله الذی یطعم و لا یطعم.» 122

«سلمان فارسی بعد از غذا می‌گفت: اللهم اکثرت و اطیبت فزِدْ و اشبع و ارویت فَهَنِّئْهُ. خدایا بما خوب و زیاد نعمت دادی باز هم بیافزا! سیروسیراب کردی پس آنرا گوارا قرار بده.» 123

«رسول خدا (ص): کسی که تکه نانی را بیند و آنرا بخورد، برایش هفتصد ثواب است و اگر تکه نان کثیفی را بردارد و بشوید و آنرا کناری بگذارد، هفتاد ثواب دارد.» 133

«آمده است که: امام سجاد (ع) خرمایی را بر زمین دید که غلام حضرت آنرا برداشت. امام به او فرمود: آنرا نگهدار تا بعد، از تو بگیرم. بعد از تجدید وضو، امام به غلام فرمود که خرمارایا اورا! عرض کرد: آنرا خوردم! امام به او فرمود: تو بخاطر خدا آزادی و می توانی بروی!

به امام گفتند: بخاطر یک خرما اورا آزاد می کنی؟ امام فرمود: چون آن خرما را برداشت و خورد، اهل بهشت شد و من بدم می آید که یک نفر بهشتی را بعنوان غلام داشته باشم!» 134

«امام رضا (ع): با چوب انار و ریحان، خلال نکنید!» 136

«امام ششم (ع): از آداب خلال آنست که زبان را در دهان بگردانی و هر چه یافتی بخوری، سپس خلال نمائی و هر چه از لای دندان های بیرون آمد، بیرون بریزی.»

«رسول خدا (ص): سه لقمه نان و نمک قبل از غذا، انسان را از هفتاد و دو مرض که از جمله آنها دیوانگی و جذام و پسی است، نجات می دهد.» 141

«مستحبات غذا خوردن: هر دو دست را قبل از غذا بشوید، بعد از غذا نیز دو دست را شسته با دستمال پاک کند، میزبان قبل از همه شروع کند و بعد از همه دست بکشد، در اول غذا بسم الله بگوید و اگر چند نوع غذا است برای هر یک، نام خدا را بگوید.

با دست راست بخورد، هر کسی از غذای جلو خود بخورد، لقمه را کوچک بردارد، سر سفره زیاد بنشیند و خوردن غذا را طول بدهد، غذا را خوب بجود، بعد از غذا خداوند عالمیان را حمد کند، خلال کند، آنچه بیرون سفره ریخته، جمع کند و بخورد و اگر در بیابان غذا می خورد، مستحب است آنچه ریخته برای پرندگان بگذارد، در اول روز و اول شب غذا بخورد و در بین روز و در بین شب غذا نخورد، بعد از خوردن غذا به پشت بخوابد و پای راست را روی پای چپ بیاورد، در اول و آخر غذا نمک بخورد، میوه را قبل از استفاده بشوید.» 146

«مکروهات غذا خوردن: در حال سیری خوردن، پُر خوردن، در موقع صرف غذا بصورت دیگران نگاه کردن، خوردن غذای داغ، فوت کردن به غذا و آشامیدن، بعد از گذاشته شدن

نان در سفره منتظر چیز دیگر شدن، پاره کردن نان با کارد، گذاشتن نان را زیر ظرف غذا، پاک کردن کامل گوشت استخوان بطوریکه چیزی در آن نماند، پوست کردن میوه، دور انداختن میوه پیش از اینکه کاملاً آنرا بخورد.» 147

منابع:

پیامبر—80 و 81 اخلاق زن و شوهر—82 تا 94 حلیه المتقین—95 تا 114
بحارج 66_115 حلیه المتقین—
116 تا 132 مکارم الاخلاق—133 تا 142 بحارج 66_142 تا 145
بحارج 62_146 تا 149 توضیح المسائل مراجع

کنترل زبان

به همان نسبت که برکات زبان و آثار سازنده آن زیاد است، آفات و گناهانی که به وسیله آن انجام می گیرد و آثار مخربِی که در فرد و جامعه دارد بسیار زیاد می باشد.

حضرت رسول اکرم(ص) فرمودند: بهترین اعمال نزد خداوند حفظ زبان است. بیشترین گناهان فرزند آدم از زبان اوست. هر که مردم از زبان او بترسند، از اهل جهنم است .

گاهی فردی حرفی زده که بخاطر آن حرف شخصی کشته شده یا حتی افراد زیادی کشته شده یا حتی شهری به آتش کشیده شده و یا مملکتی دچار خسارت شده است.

گویند وقتی اغامحمدخان قاجار کرمان رو محاصره کرده بود بعضی زنان کرمانی از بالای برج و باروی شهر به او طعنه می کردند که تو زنی هستی و مرد نیستی و...

اغا محمدخان هم وقتی شهر رو فتح کرد گفت بیست هزار چشم از مردم کرمان برایم بیاورید!

شیخ رجب علی خیاط می گوید درعالم رویا دیدم در برزخ عالمی را در چاهی زندانی کرده بودند چهل سال یکبار اجازه می دادند بالا بیاید و نفسی بکشد دوباره ته چاه می رفت. جرمش این بود که حرفی زده بود بر اثر حرف او یک نفر کشته شده بود.

مهارت کنترل زبان باعث میشود یچوقت با زبانمان حرفی نزنیم که بعدا دچار خسارت بشویم یا به دیگران خسارت وارد کنیم.

سید سکوت؟

سالها پیش مرد راز آلودی تک و تنها در کوه خضرِ قم زندگی می کرد و معروف به سید سکوت بود. حکایات غریبی از وی بر سرِ زبان هاست و اجمالاً اینکه بسیاری به او و کراماتش معتقد بودند و گاه و بی گاه به زیارتش می رفتند.

از جمله کسانی که توفیق زیارت این مرد خدا را داشته، حاج سید رضا بهاءالدینی است. از ایشان نقل شده است:

من سیزده ساله بودم، سیدی در کوه خضر می نشست که به او می گفتند سید سکوت. بیست سال بود که «حرف نمی زد. من با بعضی بچه ها رفته بودیم کوه خضر و او را دیدیم. شخصی از روستائی آمد، گفت: مریض داریم، او را دعا کنید. سید با حرکات دست و اشاره به او تفهیم کرد که مریض خوب شد، بعد معلوم شد که مریض خوب شده است! همچنین مثل اینکه فهمیده بود ما بچه ها گرسنه هستیم؛ با اشاره دست به ما بچه ها فهماند که در فلان منطقه پائین کوه دارند اطعام می کنند، بروید بخورید. ما [هم] رفتیم پائین به همان مکانی که آدرس داده بود. دیدیم در یک باغی آتش پخته اند و به مردم می دهند! بزرگان هم به «او سر می زدند.

یکبار از آقای بهاءالدینی پرسیدند: آقا، راز این سید چه بود؟ ایشان با دست اشاره به دهان اش کرد و گفت: جلوی آتش را گرفته بود (یا: در آتش را بسته بود)

قرآن کریم می فرماید:

« يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيداً ⁽¹⁾ .

ای مؤمنین! تقوا پیشه کنید و سخن استوار و درست بگوئید.

در روایت است:

«هر موقع پیامبر صلی الله علیه و آله می خواستند سخنرانی کنند در ابتدای سخنرانی این آیه را تلاوت می فرمود». ⁽²⁾

سخن سدید

سخن سدید و استوار چه گونه سخنی است؟

سخنی است که در آن دروغ، غیبت، سخن چینی نباشد. در آن تمسخر و تحقیر و ناسزا نباشد. براساس گمان و شک نباشد. کشف اسرار مردم نباشد. حمایت از کفار و منافقین نباشد. و...

انسان با زبانش می تواند بهترین سخنهارا بگوید و با زبانش ایجاد محبت و صمیمیت کند. افرادی را هدایت نماید. علم بیاموزد. نصیحت کند. با خدا راز و نیاز نماید و دهها کار مفید انجام دهد.

ومی تواند با زبانش به کارهای زشت سفارش کند. ایجاد دشمنی نماید. اسرار دیگران را فاش کند. به دیگران ناسزا و دشنام بگوید و دهها گناه انجام دهد.

حق زبان □

اما حق زبانت بر تو آنست که از فحشا و منکرات دورش نگهداری و به گفتن کلمات خوب و نافع عادتش دهی و وادارش کنی که با ادب و خوب سخن گوید و از زیاد گفتن و بیخود چرخیدن در دهان منعی نمائی تا سکوت را رعایت کند مگر در جائی که نیاز به تکلم باشد و نفعی برای دنیا و آخرت داشته باشد و نگزاری سخنی که فائده و نفعی ندارد و جز ضرر و زیان حاصلی در آن متصور نیست؛ از دهان تو خارج شود بعد از آنکه عقل و نقل بر مضر بودن و بد بودن آن دلالت دارد؛ زیرا که زینت عاقل به عقلش در خوبی گفتار و درست سخن گفتن است و حول و قوه ای نیست مگر به حول و قوه خداوند بزرگ. □ □ □

متن عربی: □ ♦ □ ♦ □

و اما حق اللسان فاکرامه عن الخنی و تعویده علی الخیر و حمله علی الادب و اجمامه إلا لموضع الحاجة و المنفعة للدين و الدنيا و اعفائه عن الفضول الشنعة القليلة الفائدة التي لا يؤمن ضررها مع قلة عائدتها و بعد شاهد العقل و الدلیل علیه و تزین العاقل بعقله حسن سيرته فی لسانه و لا قوة الا بالله العلی العظيم. □ □

برگرفته از کتاب رساله حقوق امام سجاد علیه اسلام □

گناهان زبان زیاد است ولی ما به چندتای آن که بین مردم متداول است اشاره می‌کنیم.

1. سوره احزاب، آیه 70.

2. المیزان ذیل آیه مذکور

غیت

آیات و روایات این گناه کبیره را بسیار مذمت نموده است. از جمله فرموده است:

وَلَا يَغْتَبِ بَعْضُكُم بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ⁽¹⁾

نباید غیت همدیگر را بکنید آیا دوست دارید گوشت برادر مرده خود را در حالی که بدتان می‌آید بخورید؟

وقوله تعالی: «إِنَّ الَّذِينَ يُحِبُّونَ أَنْ تَشِيعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ آمَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ»⁽²⁾

آنان که در بین مؤمنین فساد اشاعه می‌دهند عذاب دردناک برایشان مهیاست!

که خداوند عذاب دردناک را، برای اشاعه دهنده گناه در بین مؤمنین ذکر کرده است. که یکی از موارد اشاعه گناه، غیت مؤمنین است.

وآیه: وِلْ لِكُلِّ هَمْزَةٍ لَمْزَةٌ

یعنی وای بر هر مسخره کننده هرزه زبان!

که یکی از مصادیق آیه افراد غیت کننده است.

غیبت یعنی انسان پشت سر دیگران صحبتی بکند بطوری که اگر خودش بود ناراحت می شد. خواه این صحبت درباره خصوصیات بد اخلاقی او باشد یا درباره عیوب جسمانی اش باشد یا در مورد خانواده و دوستان و فامیلش باشد.

روایات زیادی است از جمله:

پیامبر خدا ص فرمود:

غیبت از زنا بزرگتر است⁽³⁾

بعد پیامبر علت آن را چنین دانسته که اگر کسی نعوذا بالله زنا کرد با توبه پاک می شود ولی در غیبت تا غیبت شده راضی نشود غیبت کننده بخشیده نمی شود.

باز حضرت در روایت دیگری فرمودند گناه یکدرهم ربامعادل 36 زنا است و گناه غیبت از ربابالاست⁽⁴⁾.

1-حجرات 12

2-النور: 19

3-مکاسب محرمة

4-همان

زیرا مسئله آبروی مؤمن در نزد خدا بسیار بزرگ است.

درسختی دیگر فرمودند:

هر که غیبت زن یا مردی را بکند تا چهل شبانه روز نماز و روزه اش قبول نمی شود.⁽¹⁾

درسختی دیگر فرمودند:

هر که غیبت مؤمنی را به عیبی که در او است بکند خدایین آندو را در بهشت جمع نمی کند و اگر او را به عیبی که در او نیست غیبت کند یعنی به او تهمت هم بزند در این صورت غیبت کننده در جهنم ابدی می ماند.⁽²⁾

یک روایت تکان دهنده ای از پیامبر اسلام ص است که حضرت فرمودند: دروغ گفته کسی که بگوید من حلال زاده‌ام! آنوقت غیبت مردم را بکند. از غیبت پرهیزید که خورشت سگهای جهنم است.⁽³⁾

درسختی دیگر فرمودند:

هر که حرکت کند تا غیبت مسلمانی را بکند در جهنم قدم برمی دارد اگر چه فعلاً نمی فهماند.⁽⁴⁾

درسختی دیگر فرمودند:

غیبت کننده اگر توبه کند آخرین شخصی است که به بهشت می رود و اگر نکند اولین شخصی است که وارد جهنم میشود.⁽⁵⁾

درسختی دیگر فرمودند:

غیبت بر هر مسلمانی حرام بوده و اعمال خوب را می خورد همانطور که آتش هیزمها را می خورد.⁽⁶⁾

یعنی زحماتی کشیدیم و کارهای خوب انجام دادیم اما بایک غیبت از بین می رود.

درسختی دیگر فرمودند:

روز قیامت شخص را در دادگاه الهی حاضر کرده و نامه عملش را بدستش می دهند می بیند عمل خوب ندارد. اعتراض می کند که خدایا! من کارهای خوب زیاد کردم پس کجا هستند؟ جواب می آید به کسانی که غیبتشان را کردی دادیم!

شخص دیگری را در دادگاه الهی حاضر کرده و نامه عملش را بدستش

1-همان

2-همان

3-همان

4-همان

5-همان

6-گناهان کبیره 261

می دهند می بیند عمل خوب زیاد دارد. اعتراض می کند که خدایا! من این کارهای خوب را نکردم؟ جواب می آید اینها اعمال کسانی است که که غیبت تور را نمودند که ثوابهای آنها را بتو دادیم.

روایت تکان دهنده دیگری است که: نزدیکترین مرحله کفر آنست که باگوش خود کلمه ای را بشنوی و درحافظه بگذاری تا روزی علیه مؤمن استفاده کنی!⁽¹⁾

البته بعضی از جاها غیبت لازم است مثل روشنگری مخصوصا در فتنه های سیاسی و مواردی که نظام اسلامی در خطر است باید ماهیت دشمن افشا شود و برای روشنگری مردم لازم است که چهره سران فتنه در داخل و خارج روشن شود.

باز در روایت است که: امام علی ع فرمود کسی که هرچه از عیبهای مرد با چشم می بیند یا با گوش می شنود نقل می کند و آبروی شخص را می برد جزو کسانی است که خدا درباره او فرموده: «آنان که در بین مؤمنین فساد اشاعه می دهند عذاب دردناک برایشان مهیاست!»⁽²⁾

1- گناهان کبیره 260

2- همان

سخن چینی

«وَيَقْطَعُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيُفْسِدُونَ فِي الْأَرْضِ رَضِيَ أُولَئِكَ لَهُمُ اللَّعْنَةُ وَلَهُمْ سُوءُ الدَّارِ»⁽¹⁾

کسانی که اتصال بین مردم را بهم می زنند و در زمین فساد می کنند، لعنت خدا بر آنها باد و سرای آخرت برایشان بد سرایی است.

سخن چینی یعنی حرف دیگران را برای طرف مقابل می برد بصورتی که باعث اختلاف و دشمنی بین افراد می شود.

امام صادق ع فرمود: بزرگترین سحر، سخن چینی است که بواسطه آن بین دوستان جدایی می اندازد و بجای صفا و یکرنگی، دشمنی قرار می دهد و بسبب آن گاه خونها ریخته می شود و خانه ها خراب می گردد و حرمت ها ریخته می شود و سخن چین بدترین فرد کره زمین است.⁽²⁾

آقا رسول الله فرمود: در معراج دیدم زنی بود که سرش مانند خوک و بدنش مانند الاغ بود و عذابهای فراوانی بر او وجود داشت که کار این زن، سخن چینی بوده است.⁽³⁾

در آیه شریفه «هَمَّازٌ مِّثْلُ بَنِمِيمٍ عَتَلْتُ بَعْدَ ذَلِكَ زَيْمًا»، شهید ثانی می فرماید یعنی کسی که راز دیگران را نگه نمی دارد و سخن چینی می کند حرامزاده است!⁽⁴⁾

داستانی درباره سخن چینی

گویند شخصی برای خرید غلام به بازار رفت و دید که غلامی در میان بردگان وجود دارد که از جهت هیکل و قیافه خوب است ولی ارزان است! علت ارزانی او را پرسید گفتند این غلام معتاد به سخن چینی است. این شخص غلام را خرید و به خانه اش آورد. غلام کارش خوب بود تا اینکه به زن اربابش گفت ارباب تو را دوست ندارد! اگر می خواهی بتو علاقه مند شود مویی از زیر گلایش در هنگام خواب بچین و بمن بده تا کاری کنم عاشقت شود! از آن طرف نزد ارباب رفته گفت خانم می خواهد شمارا بکشد و با دیگری ازدواج کند امشب مواظب باش. وقتی خانم شب آمد تا موی گلوی شوهرش را بکند

1-رعد 25

2-گناهان کبیره 272

3-گناهان کبیره 272

4-همان

شوهر مچش را گرفت و او را کشت! غلام سریع نزد خویشان زن رفت و گفت چه نشسته اید که دختر شمارا کشتند! بعد سریع نزد فامیل ارباب رفت و گفت طایفه زن می خواهند ارباب را بکشند. بر اثر سخن چینی غلام، فامیل های زن و مرد باهم به جنگ پرداختند و عده ای کشته شدند! ⁽¹⁾

1-گناهان کبیره 275

ناسزاگوئی و توهین

یکی از گناهان زبان، فحش و ناسزا است. عده‌ای از انسانها به عادت زشت ناسزاگویی عادت کرده اند. گاهی عادت دارند که به همسر و فرزندانشان ناسزا بگویند. گاهی عادت دارند به زیر دستان خود اهانت کنند. و گاهی پارا فراتر گذاشته و به مقدسات و ارزشهای مردم ناسزا و اهانت می کنند.

ناسزا عبارتست از کلمات توهین آمیز مثلا اورا حیوان خطاب کند. یا به او فاسق و خبیث و کافر و منافق و امثال آن بگوید.

پیامبر خدا ص فرمود چهار نفرند که اهل جهنم از آنها در عذابند از جمله کسی که در دنیا دشنام دهنده بوده است.⁽¹⁾

عوامل ناسزا گویی

1 - عادت

2 - عصبانیت

3 - شوخی

4 - مقابله به مثل

5 - مسائل سیاسی و حزبی

6 - مسائل اقتصادی

7 - تربیت نادرست

درمان ناسزاگویی

1 - سکوت

اگر انسان سکوت کند و تا ضرورت نشود حرف نزنند از بسیاری از گناهان زبان در امان می ماند.

رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هرگاه دیدید که مؤمن خاموش و باوقار است، به او نزدیک شوید که او به حکمت دست پیدا کرده است»⁽²⁾.

2 - تربیت صحیح از دوران کودکی

والدین باید مواظبت کنند که خود ناسزا نگویند و فرزندانشان هم ناسزا نگویند.

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

1- مستدرک الوسائل

2. ارشادالقلوب 104/1

«فرزندان خود را احترام کنید و ادب خوب به آنها بیاموزید.»⁽¹⁾

3 - رعایت ادب نسبت به دیگران

زبان گس که نام خلق بگفتار زشت کشت دوری گزین که از همه بدنام تراست

دشنام در آئینه احادیث

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«کسی که به پدر و مادرش دشنام دهد، ملعون است! پرسیدند که مگر کسی به پدر و مادرش دشنام می دهد؟ فرمود: شخصی به پدر دیگران فحش می دهد، آنها هم به پدر و مادر او فحش می دهند»⁽²⁾.

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«فحش دادن به مؤمن مثل نزدیک شدن به مرگ است.»⁽³⁾

امام علی علیه السلام فرمود:

«از کلام زشت و ناروا دوری کنید که باعث می شود که پستان و رذلان بشما نزدیک شده و افراد بزرگوار از شما بگریزند.»⁽⁴⁾

امام صادق علیه السلام شنید که مسلمانی به غلامش فحش داد . به این خاطر امام با او قطع رابطه کردند .⁽⁵⁾

امام صادق علیه السلام فرمود:

«فحش دادن ظلم است و ظالم در آتش جهنم است.»⁽⁶⁾

انواع فحش

1 - ناسزا به ناموس .

2 - خطاب کردن به اسم حیوان .

3 - به وسیله کاریکاتور و نقاشی اهانت کردن .

4 - با اشاره توهین کردن و ...

با گس مکن ای برادر من

هر بد به خود نمی پسندی

دشنام مده به مادر من

گر مادر خویش دوست داری

2. میزان الحکمه - فتح القدیر 151/2

3. میزان الحکمه .

4. میزان الحکمه .

5. میزان الحکمه .

6. میزان الحکمه 2377/3

تهمت

اتهام خلاف به دیگران زدن حرام است مخصوصا تهمت اگر جنسی باشد مثلا تهمت زنا یا لواط بزنند.

«إِنَّ الَّذِينَ يَرْمُونَ الْمُحْصَنَاتِ الْغَافِلَاتِ الْمُؤْمِنَاتِ لُعِنُوا فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ» (23)
يَوْمَ تَشْهَدُ عَلَيْهِمْ أَلْسِنَتُهُمْ وَأَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ»⁽¹⁾

آنان که به زنان مؤمنه پاکدامن بی خبر از گناه، تهمت می زنند در دنیا و آخرت ملعون و برای آنان عذاب دردناکی است روزی که دست و پا و زبانشان علیه آنها در مورد کارهایشان شهادت می دهند.

آقا رسول الله ص فرمود: هر که به مرد یا زن پاکدامن تهمت زنا بزند همه کارهای خوبش از بین می رود و در قیامت در حالی که هفتاد هزار فرشته از جلو و پشت سر او را شلاق می زنند وارد دوزخ می شود.⁽²⁾

نباید به مردان و زنان مؤمن تهمت بزنیم والا مصداق اشاعه کنندگان فحشاء محسوب می شویم.

حتی در اسلام اجازه تهمت به کفار را نداده‌اند. که در روایت است یکی از یاران امام صادق ع به غلامش که کافر بود گفت ای پسر زن زناکار! حضرت ناراحت شد و به او اعتراض کرد. او جواب داد مادرش کافر است. حضرت فرمود هر ملتی که طبق رسم خود ازدواج کند فرزندان‌شان حلال زاده هستند و کفار هم اگر طبق سنتشان ازدواج کنند فرزندان‌شان حلال زاده هستند. از من دور شو! و او را از خود راندند.⁽³⁾

در روایت است که کسی که به یک فرد مسلمان تهمت بزند ایمانش از بین می‌رود مانند حل شدن نمک در آب!⁽⁴⁾

1- نور 22

2- وسائل، کتاب حدود

3- کافی باب البذاء

4- گناهان کبیره 352

عیب جوئی

یکی از گناهان کبیره، عیج‌جوئی است. یعنی انسان کنج‌کاو باشد که نقاط ضعف و خلائف‌های دیگران را پیدا کند و کشف کند تا در نزد دیگران بازگو کند.

اگر فقط بدمبال پیدا کردن عیب دیگران باشد گناه عیج‌جوئی برایش نوشته می‌شود و اگر علاوه بر آن، این مطلب را برای دیگران نقل کند گناه غیبت هم به آن اضافه می‌شود.

اینهائی که عادت به تجسس در عیبه‌های مردم و بازگو کردن این عیبه‌ها برای دیگران دارند، اگر نسبت به عیبه‌های خود تأمل کنند، متوجه می‌شوند که خود دارای عیوب متعدد بوده و باید خود را مداوا کنند.

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«به دنبال لغزشهای مؤمنین نباشید که هر که به دنبال این مطلب باشد، خداوند سبحان عیبهای او را آشکار کند»⁽¹⁾

مرد باید که عیب خود ببیند بر ره زور و غیبه ننشیند

تو اگر عیب خود همی دانی نه ای عامی بل جهانبانی⁽²⁾

یکی از صفات خداوند سبحان ستار العیوب بودن است و ما که بنده اویم باید از خالق بیاموزیم و عیب دیگران را بپوشیم و ظاهر نکنیم .

حضرت عیسی علیه السلام وقتی دید که حواریون از بوی متعفن مرداری سخن می گویند فرمود:
«چه دندانهای سفیدی دارد!»⁽³⁾

و با این سخن فهماندند که فقط عیوب افراد را نبینید و خوبیهای او را هم نگاه کنید. » .

عیبجوئی مکن ز خلق خدا که بود کار مردم جاهل

عیب خود بین چو مرد روشن بین تا شود تیرگی ز دل زائل

ای که غفلت فرا گرفته تورا گوش کن پند ناصح کامل

گفت احمد خوشا بحال کسی که چو مردان پاک و روشندل

هست دائم به عیب خود مشغول لیکن از عیب دیگران غافل

امیر المؤمنین علی علیه السلام فرمود:

«از عیب جویان دوری کنید که دوستانشان هم از آنها در امان

1. میزان الحکمه .

2. سنائی .

3. کشف الریبه 11

نیستند .⁽¹⁾

پوشاندن عیوب دیگران

انسانهای کریم و بزرگوار اگر از عیوب دیگران هم مطلع شوند، آن را نادیده گیرند و وظیفه خود دانند که عیبهای دیگران را بپوشند و آبروی دیگران را حفظ کنند .

خداوند سبحان در قرآن کریم در سوره حجرات دستور داده که:

« وَلَا تَجَسَّسُوا »⁽²⁾ .

یعنی در جستجوی عیب دیگران نباشید .

زعیب کسان برنگوید بسی⁽³⁾

چو عیب تن خویش داند کسی

امام صادق علیه السلام می فرماید:

«در عیب رفیقت تعجیل نکن شاید خدا او را بیامرزد و بر عیبهای خود ایمن نباش شاید به خاطر آن عذاب شوی»⁽⁴⁾ .

که توای دوست عیب خوددانی

مکن عیب کسان تا می توانی

و گرینی پوشان بهترای یار

مده بر عیب کس نادیده اقرار

خدا را شد سزای عیب پاکی

که توهم عیب داری عیناکی

و گر گوید کسی گو زین سخن بس !

مکن مدح خود و عیب دگر کس

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«بعضی از شما خار را در چشم دیگران می بیند ولی استخوان را در چشم خودش نمی بیند!»⁽⁵⁾.

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر که عیب برادرش را بپوشاند، گویا دختر زنده بگوری را زنده کرده است!»⁽⁶⁾.

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

هر که عیب برادرش را ببیند ولی آنرا بپوشاند، خدا در قیامت عیش را بپوشاند»⁽⁷⁾.

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«به دنبال عیوب مؤمنین نباشید که هر که این گونه باشد، خدا به دنبال عیش باشد و هر که خدا به دنبال عیش باشد، رسوا می شود اگر چه در

1. میزان الحکمة .

2. سوره حجرات، آیه 12 .

3. فردوسی .

4. میزان الحکمة 3/3208

5. میزان الحکمة 3/2205

6. میزان الحکمة 3/2207

7. میزان الحکمة 3/2207

دل خانه‌اش باشد!»⁽¹⁾.

امیر مؤمنان علی علیه‌السلام فرمود:

«کسی که از عیب خود مطلع نباشد، ازبزرگترین گناهان است.»

1. میزان الحکمه 390/1

دروغ‌گویی

زشتی دروغ‌گویی در قرآن و حدیث

قرآن کریم می‌فرماید:

«إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي مَنْ هُوَ مُسْرِفٌ كَذَّابٌ»⁽¹⁾.

بدرستی که خدا هدایت نمی‌کند کسی که اسراف‌کننده و بسیار دروغگو است.

دروغ گفتن چون خلاف طینت پاک آدمی است و باعث انحراف به سوی بدیها می‌شود بسیار مورد نکوهش و مذمت قرار گرفته است.

در روایت است که پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله فرمود:

«إِيَّاكُمْ وَالْكَذِبَ فَإِنَّ الْكَذِبَ فَجْوَرٌ يَهْدِي إِلَى النَّارِ»⁽²⁾.

بر حذر باشید از دروغ زیرا گناهی است که انسان را به آتش جهنم می‌کشاند.

قرآن کریم می‌فرماید:

«وَاللَّهُ يَشْهَدُ إِنَّهُمْ لَكَاذِبُونَ»⁽³⁾.

بدرستی که خدا شهادت می دهد که منافقین دروغگویند .

انواع دروغ

انواع دروغ به شرح زیر است:

1 - دروغ بر خداوند، پیامبر و امامان:

دروغ بر خداوند و پیامبر صلی الله علیه و آله و امامان علیه السلام که در راس دروغ ها قرار دارد وزشتی آن از همه بیشتر است و این نوع دروغ، روزه را باطل می کند.

قرآن کریم در این باره فرمود:

« وَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّنِ افْتَرَى عَلَى اللَّهِ كَذِباً »⁽⁴⁾.

چه کسی ظالم تر است از کسی که بر خدا از روی دروغ افترا می بندد .

2 - شهادت دروغ:

پیامبر صلی الله علیه و آله در این باره فرمود:

1 . سوره غافر، آیه 28.

2 . وسائل 250/12

3 . سوره حشر، آیه 11 .

4 . سوره انعام، آیه 21 .

«شاهد الزور كعابد الوثن»⁽¹⁾.

کسی که شهادت دروغ بدهد، مثل عبادت کننده بت است .

امام صادق ع فرمود: کسی که شهادت دروغ بدهد هنوز از جایش حرکت نکرده برایش آتش دوزخ واجب می شود.⁽²⁾

3 - قسم دروغ :

پیامبر صلی الله علیه و آله می فرماید:

«چند دسته هستند که روز قیامت، خدا با آنان سخن نمی گوید از جمله آنها کسی که سوگند دروغ برای فروش کالا یش می خورد»⁽³⁾.

حواریون از حضرت عیسی ع درخواست نصیحت کردند. فرمود موسی ع گفته است که قسم دروغ نخورید ولی من به شما امر می کنم که نه قسم دروغ بخورید و نه قسم راست بخورید.⁽⁴⁾

امام صادق ع فرمود: کسیکه عالمانه قسم دروغ بخورد آشکارا با خدا جنگیده است.⁽⁵⁾

4 - دروغ در وعده:

رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«من کان یؤمن بالله والیوم الآخر فلیفِ وعده»⁽⁶⁾.

کسی که به خدا و روز جزا ایمان دارد باید به وعده اش وفا کند .

5 - شوخی های دروغ :

امام حسین علیه السلام فرمود:

«اتقوا کذب الصغیر منه والکبیر فی کل جدّ وهزل».

پرهیزید از دروغ چه بزرگ آن چه کوچک آن در هر شوخی که باشد.⁽⁷⁾

نقل کردن و نوشتن و گوش دادن به دروغ که منشاء بسیاری از شایعات همین نقل نمودن دروغ است .

6 - خواب ورؤیاهای دروغ :

بعضی از افراد خوابهایی که ندیده‌اند را نقل می‌کنند که این نوع دروغ هم بسیار مذمت شده است.

آقا رسول الله ص فرمود: بزرگترین دروغها سه نوع دروغ است. دروغ

1 . جامع السعادات 255/2

2- کافی باب الایمان

3 . جامع السعادات 255/2

4 . کافی 434/7

5- کافی کتاب الایمان

6 .

7 . وسائل 250/12

بستن به من به اینکه چیزی را که من نگفته‌ام را به من نسبت دهد. دومی دروغ در خواب ورؤیا که چیزی را که ندیده نقل کند. سوم فردی را به غیر پدرش نسبت دهند.⁽¹⁾

7 - گوش دادن به دروغ :

همانطور که دروغ گفتن حرام است، ثبت و نوشتن و خواندن و گوش دادن دروغ بصورت آگاهانه حرام است.

شرمندگی دروغگو لاف زن

گویند: شخصی قبل از ظهر هر روز کنار درخانه خود فرش پهن کرده و می نشست و قلیان می کشید . بعضی از اهل محل نیز به نزد او آمده و با او می نشستند و بخوردن چای و قهوه مشغول می شدند .

آن مرد یکی از روزها در حالی که دست بر سیل خود می کشید گفت: دیشب جای شماها خالی بود . عیالم برای ما ته چین پلو پخته بود آنقدر این غذا چرب بود که نتوانستم همه اش را بخورم لذا قدری را گذاشتم برای امروز صبح به عنوان صبحانه خوردم آنقدر این غذا چرب بود که سیل ما را چرب کرده است!

در این میان یکی از بچه های کوچک او دویده و گفت: آقا جان، آقا جان ! آن دُنبه ای که امروز صبح سیلت را با آن چرب کردی گربه آمد و آنرا برد !!

آثار زشت دروغ

1 - سرچشمه نفاق است .

2 - اساس ایمان را خراب می کند.

امام پنجم علیه السلام فرمود:

«انّ الکذب هو خراب الایمان»⁽²⁾.

دروغ یعنی نابود کردن ایمان است .

3 - دروغ انسان را به کفر می کشاند .

4 - دروغ باعث بی اعتباری دروغگو است .

امیر مؤمنان علی علیه السلام فرمود:

«من عرف بالكذب قلّت الثقة به»⁽³⁾.

کسی که معروف به دروغ گویی شود اطمینان به او کم می شود .

1-بحار 42/15

2. الکافی 339/2

3. غررالحکم 220/

ریشه های دروغ گویی

1 - احساس حقارت و خود کم بینی.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود:

«لا یکذب الکاذب الا من مهانة نفسه»⁽¹⁾.

دروغگو، دروغ نمی گوید مگر به خاطر آن که در خود احساس پستی می نماید .

2 - ترس از جریمه و مجازات .

3 - دورویی و نفاق

قرآن کریم می فرماید:

« وَاللّٰهُ يَشْهَدُ إِنَّهُمْ لَكَاذِبُونَ »⁽²⁾.

بدرستی که خدا شهادت می دهد که منافقین دروغگویند .

4 - فشار زیاد از طرف پدر و مادر به فرزند و از طرف رؤسا و فرماندهان به زیر دستان .

5 - دروغ پدر و مادر و مرییان باعث عادت کودک به دروغ می شود .

6 - شوخی دروغ برای خوشحال کردن دیگران .

امام پنجم علیه السلام درباره دروغ فرمود:

«خداوند سبحان برای کارهای بد، قفلهایی قرار داده که کلید آن قفلها دروغ است و دروغ گفتن از شراب خوردن بدتر است»⁽³⁾.

امام باقر علیه السلام از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت می کند:

«اقل الناس مروءة من كان كاذبا»⁽⁴⁾.

کم مروت ترین مردم کسی است که دروغگو باشد .

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در رابطه با سوگند دروغ می فرماید:

«کسی که به خدا قسم می خورد اگر به اندازه پرپشه ای در آن دروغ وارد کند نقطه سیاهی در قلبش پیدا می شود که تا روز قیامت می ماند»⁽⁵⁾.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر گاه مؤمن بی عذر دروغ گوید هفتاد هزار فرشته به او لعنت نمایند و چون از قبر در آید بدبو بود و بوی او به عرش رسد و حاملان عرش او را لعنت کنند»⁽⁶⁾.

1 . مستدرک الوسائل 84/9

2 . سوره حشر، آیه 11 .

3. الكافي 339/2

4. مستدرک الوسائل 87/9

5. بحار 263/69

6. جامع الاخبار 148

حضرت عیسی علیه السلام فرمود:

«کسی که دروغش زیاد شد نورش می رود»⁽¹⁾.

امام ششم علیه السلام فرمود:

«بدرستی که دروغگو دروغ می گوید و به خاطر آن خداوند سبحان او را از نماز شب محروم می کند و هر گاه از نماز شب محروم شد رزق حلال بر او حرام می شود»⁽²⁾.

امیر مؤمنان علی علیه السلام فرمود:

«راست گفتن، امانت و دروغ گفتن، خیانت است»⁽³⁾.

شاعر گوید:

میان کبایر دروغ است آه	چه از شرک بگذشت کمتر گناه
که باشد رخت درد و گیتی سیاه	مگردان زبانت بگرد دروغ

1. الكافي 341/2

2. علل الشرايع 362/2

مسخره کردن

نکوهش مسخره کردن در قرآن و حدیث

قرآن کریم می‌فرماید:

« يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ⁽¹⁾ »

ای مؤمنان! نباید گروهی از شما گروهی دیگر را مسخره کند، بسا که اینان بهتر از آنان باشند و نیز نباید زنانی زنان دیگر را مسخره نمایند، بسا اینها بهتر از آنان باشند و از یکدیگر عیب مجوید و به همدیگر لقب‌های ناپسند ندهید، بسیار بد است که پس از ایمان نام‌های کفرآمیز بگذارید و کسانی که توبه نکرده‌اند خود ستمکارند.

در این آیه به بعضی از بیماریهای روحی که بعضی دچارند و باعث اختلال در جامعه مسلمین و ایجاد دشمنی بین مسلمانان می‌شود اشاره کرده است.

بیماری مسخره کردن دیگران، خطاب کردن دیگران به نامهای زشت.

بسیاری از دشمنی‌هایی که بین افراد ایجاد می‌شود به دلیل گناهان فوق است. وقتی شخصی یا گروهی را مسخره کردند باعث عکس العمل طرف مقابل می‌شود. اگر دیگران رابه نامهای زشت، صدا زدند باعث ناراحتی افراد و ایجاد دشمنی می‌شود. اگر به کارهای دیگران با عینک تیره بدگمانی نگاه کنند، دشمنانشان فراوان و دوستانشان کم می‌شوند. و اگر به دنبال بردن آبروی دیگران از راه غیبت و فاش کردن عیوب آنها باشند، برادری و صمیمیت و مهربانی رخت بر بسته و جای آن، نفاق و دشمنی و تفرقه حاصل می‌شود.

1. سوره حجرات، آیه 11.

مسخره کردن دیگران

از گناهان زبان، مسخره واستهزاء دیگران است.

مسخره کردن از این جهت ناپسند است که باعث توهین به دیگران می شود.

ریشه های مسخرگی

1 - دشمنی و کینه

2 - تکبر

3 - تحقیر کردن

4 - شوخی و مزاح

5 - سفاهت و نادانی

امیرالمؤمنین علی علیه السلام می فرماید:

«مسخرگی، تفریح سفیهان و کار نادانان است»⁽¹⁾.

6 - حقارت نفس و خود کم بینی

امام صادق علیه السلام می فرماید:

«ذلیل ترین مردم شخصی است که به مردم توهین می نماید»⁽²⁾.

گاهی مسخره کردن در مورد مسایل اعتقادی است. همان طور که عده ای از اقوام گذشته،

پیامبران خدا را مسخره می کردند.

گاهی مسخره کردن در مورد مسایل مالی است . مانند مسخره کردن بعضی از مردان و زنان پولدار، فقیران و افراد بی بضاعت را

و گاهی افراد بی دین، نماز گزاران را مسخره می کنند که در آخر سوره مطففین به این مسئله اشاره کرده و فرموده است :

«إِنَّ الَّذِينَ أَجْرَمُوا كَانُوا مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا يَضْحَكُونَ»²⁹، وَإِذَا مَرُّوا بِهِمْ يَتَغَامَزُونَ»³⁰، وَإِذَا انْقَلَبُوا إِلَى أَهْلِهِمْ انْقَلَبُوا فَكِهِينَ»³¹، وَإِذَا رَأَوْهُمْ قَالُوا إِنَّ هَؤُلَاءِ لَضَالُّونَ»³²، وَمَا أُرْسِلُوا عَلَيْهِمْ حَافِظِينَ»³³، فَالْيَوْمَ الَّذِينَ آمَنُوا مِنَ الْكُفَّارِ يَضْحَكُونَ»

در قیامت مؤمنین این افراد بی نماز را مسخره خواهند کرد .

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرماید:

«کسی که مؤمنی را ذلیل کند و یا به خاطر فقرش او را تحقیر نماید،

1. نهج البلاغه

2. معانی الاخبار/196

خداوند سبحان او را در کنار پل جهنم رسوا می سازد»⁽¹⁾.

1. مسند امام رضا علیه السلام 261/1

اذیت کردن مؤمن با زبان و سخن

«وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بَغَيْرِ مَا اكْتَسَبُوا فَقَدْ احْتَمَلُوا بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُّبِينًا» (58)⁽¹⁾

افرادی که زنها و مردهای مؤمن را بناحق اذیت می کنند مستحق عذاب بهتان و مجازات ظاهر و نمایان هستند.

مؤمن آنقدر نزد خدا مقام دارد که هر که او را خوشحال کند خدا را خوشحال کرده و هر که او را اذیت کند خدا را به غضب در آورده است لذا آقا امام صادق ع فرمود: خداوند فرموده است اعلام جنگ با من کرده کسی که بنده مؤمن مرا اذیت کند و از خشمم آسوده باشد کسی که بنده مؤمن مرا اکرام کند.⁽²⁾

یکی از راههای اذیت کردن مؤمن این است که با زبان به او نیش و کنایه بزنند و او را ناراحت کنند.

آقا رسول الله ص فرمود هر که مؤمنی را ناراحت کند. بعد از آن اگر همه دنیا را به او بدهد نمی تواند جبران شکستن دل او را بکند.⁽³⁾

و فرمود: هر که مؤمنی را به ناحق اذیت کند گویا مکه و بیت المعمور را ده بار خراب کرده و هزار فرشته مقرب را کشته است.⁽⁴⁾

به پیامبر ص گفتند فلان زن همیشه روزها روزه و شبها را به عبادت می گذراند ولی با زبانش همسایه ها را اذیت می کند. فرمود در او خیری نیست او اهل جهنم است!⁽⁵⁾

همچنین اذیت کردن همسر با زبان از گناهان بزرگ است و گاهی همین گناه باعث می شود شب اول قبر دچار فشار قبر شود.

2- گناهان کبیره 288- کافی

3- همان

4- مستدرک اب حج باب 135

5- مستدرک اب حج باب 72

سخن بدون عمل

نکوهش سخن بدون عمل در قرآن و حدیث

قرآن کریم می فرماید:

« يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ * كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ »⁽¹⁾.

ای مؤمنین! حرفهایی که به آن عمل نمی کنید نزنید! که خدا از این حرف شما خشمناک می شود.

انطباق قول و عمل

بعضی از مسلمانان قولهایی می دهند و حرفهایی می زنند و در مرحله عمل، درجا زده و بقولشان عمل نمی کنند. مثلاً عده‌ای از مسلمانان در صدر اسلام، می گفتند اگر دوباره جنگی در بگیرد فرار نمی کنیم! ولی در جنگ بعدی باز فرار نمودند.

یا قبل از آمدن حکم جهاد، عده‌ای گفتند اگر بدانیم، بهترین عمل چیست آنرا انجام می دهیم! وقتی حکم جهاد نازل شد و خداوند سبحان فرمود که: بهترین عمل، ایمان خالص و جهاد است، به قولشان عمل نکردند و از شرکت در جهاد شانه خالی نمودند.

و این یک عیب بزرگ برای عده‌ای از افراد است که ادعایی کرده ولی اعتمادی به آنها نیست زیرا احتمال عمل نکردن به حرفشان است. در حالی که باید قول و عمل باهم انطباق داشته باشد.

رطب خورده منع رطب کی کند؟

زنی کودکش را نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آورد تا حضرت او را از خوردن خرما که برایش مضر بود، باز دارد ولی پیامبر به روز دیگر محوّل کرد و روز بعد کودک را از خوردن نهی فرمود و گفت: دیروز نگفتم زیرا خود خرما خورده بودم و کسی که خود خرما خورده چگونه می خواهد دیگران را

1. سوره صف، آیات 2 - 3.

از خوردن آن نهی کند؟

این داستان درباره اهمیت انطباق قول با عمل است .

یا پزشکانی هستند که خود سیگار می کشند ولی بیماران خود را از کشیدن سیگار نهی می نمایند؟
یا واعظانی که مردم را به دوری از دنیا دعوت می کنند ولی خدای نکرده خود یا منسوبین به آنها دنیاطلب هستند .

گویند شخصی کنار جالیز خیاری ایستاده بود و مردم را از خوردن خیار نهی می کرد ولی خود می خورد.

از او پرسیدند: چرا خودت می خوری؟

گفت: من برای خنک بودنش می خورم نه برای حرام بودنش !

اول خودت بخوان

همچنین نقل شده مردی به یک نفر روحانی گفت: زنم نماز نمی خواند !

روحانی گفت: او را به بهشت بشارت بده، شاید بخواند !

گفت: بشارت دادم ولی نمی خواند .

روحانی گفت: او را از جهنم بترسان !

گفت: ترساندم ولی نمی خواند .

روحانی گفت: حرفش چیست؟

گفت: می گوید اول خودت بخوان تا من هم بخوانم !

روحانی گفت: راست می گوید !.

عمل نکردن به نذرهای مصداق آیه مذکور می باشد .

عالم بی عمل

در روایات، عالم بدون عمل به درخت بدون فایده و میوه تشبیه شده است . و معمولاً مردم از آدمی که به حرفش عمل نمی کند بدشان می آید .

پس آدمی که سر حرفش نمی ماند و به سخنی که می گوید عمل نمی کند، هم مبعوض خالق است و هم مبعوض مخلوق .

مراد از عمل کردن به سخن، سخن درستی است که می گوید نه سخنان نادرست و بی پایه که اصلاً نباید به آنها عمل کند .

فاش کردن سرّ

نکوهش افشای سرّ در قرآن و حدیث

قرآن کریم می فرماید:

« يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَخُونُوا اللَّهَ وَالرَّسُولَ وَتَخُونُوا أَمَانَاتِكُمْ وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ » ⁽¹⁾ .

«ای مؤمنین! به خدا و رسول و پیمانهایتان خیانت ننمائید!»

امام صادق علیه السلام فرمود:

«کسی که اسرار ما را فاش کند، گویا ما را به قتل رسانده است»⁽²⁾.

امام صادق علیه السلام در تفسیر آیه «پیامبران را به ناحق می کشند» فرمود:

«بخدا سوگند! پیامبران را با شمشیر نکشتند، بلکه اسرار آنان را فاش کردند و آنها کشته شدند»⁽³⁾.

افشای اسرار

از گناهان زبان فاش کردن سرّ است در حالی که حفظ اسرار دیگران از خصوصیات خوب است.

در سخنان بزرگان دین، از اسرار مؤمن به عورت تعبیر شده است. یعنی همان طور که حفظ عورت از نگاه دیگران واجب و لازم است، حفظ اسرار مؤمن نیز لازم می باشد.

انواع اسرار

1- اسرار خانوادگی

2- اسرار نظامی

3- اسرار اقتصادی

4- اسرار علمی

5- اسرار سیاسی

2. میزان الحکمة - الکافی 371/2

3. میزان الحکمة - البرهان فی تفسیر القرآن 677/1

6 - اسرار مذهبی و دینی

7 - اسرار فرهنگی

رازها و اسرار نظامی و سیاسی از بقیه مهم تر بوده و گاهی افشاء آنان باعث از بین رفتن جان صدها نفر و شکست حکومتی خواهد شد. لذا در این موارد جرم افشا کننده بسیار بزرگ است.

افشای خبر حمله به دشمن

در یکی از جنگهای صدر اسلام، وقتی که سپاه اسلام برای یورش به مشرکین مکه آماده می شد و رسول خدا صلی الله علیه و آله دستور داده بود تا خبر این حمله محرمانه بماند، یکی از مسلمانان خبر این حمله را به ابوسفیان اطلاع داد.

در این مورد این آیه نازل شد:

« يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَخُونُوا اللَّهَ وَالرَّسُولَ وَتَخُونُوا أَمَانَاتِكُمْ وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ »⁽¹⁾.

«ای مؤمنین! به خدا و رسول و پیمانهایتان خیانت ننمائید!»

حافظین اسرار

وقتی قیس بن مسهر، سفیر امام حسین علیه السلام به نزد مردم کوفه آمد، توسط مأمورین دشمن محاصره شد، نامه امام را پاره کرد و خورد. وقتی او را دستگیر کردند، برای این که اسرار امام را فاش کند، او را شکنجه کردند ولی او لب به سخن نگشود و عاقبت او را به شهادت رساندند.

در دوران قبل از انقلاب وقتی که ساواک افراد انقلابی را دستگیر می کرد عده زیادی از آنها هرگز لب به کشف اسرار مبارزان باز نمی کردند.

در دفاع مقدس نیز وقتی رزمنده‌ای اسیر می‌شد هرچه به وسیله صدامیان شکنجه می‌شد حاضر به گفتن اسرار نظامی برای آنان نمی‌شد. و عده‌ای به خاطر این استقامت، به شهادت رسیدند.

1. سوره انفال، آیه 27.

خوانندگی

«وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَشْتَرِي لَهْوَ الْحَدِيثِ لِيُضِلَّ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَيَتَّخِذَهَا هُزُوًا أُولَٰئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ مُّهِينٌ» (6)⁽¹⁾

بعضی از مردم سخن باطلی که باعث انحراف از مسیر الهی بشود را می‌فروشند و راه الهی را مسخره می‌کنند برای اینها عذاب خوارکننده است.

یکی از گناهان زبان، غناء است. غناء یعنی خوانندگی حرام.

ملاک و معیار تشخیص خوانندگی حرام از حلال این است که خوانندگی حرام باعث تحریک شهوت می‌شود. ولی خوانندگی حلال باعث تحریک شهوت و ایجاد مفسده نمی‌گردد. چه زن خوانندگی کند و چه مرد اگر طوری بخواند یا اشعاری بخواند که باعث تحریک شهوت شود. حتی اگر زن قرآن را طوری بخواند که باعث تحریک شود حرام است.

در آیه شریفه مذکور به فروش سخن باطل اشاره کرد. زیرا می‌بینیم بعضی از افراد برای گوش دادن صدای حرام چقدر پولها خرج می‌کنند. کنسرت فلان خواننده چقدر برای او درآمد دارد! و علاقه‌مندان به این خواننده‌ها برای شنیدن سخن باطل و لغو پولهای زیادی صرف می‌کنند. و این علامت انحراف از مسیر الهی است.

آیه دیگر در این مورد: و اجتنبوا قول الزور⁽²⁾

از سخن باطل دوری کنید.

ابابصیر می گوید از امام صادق ع درباره معنای قول زور پرسیدم. حضرت فرمود مراد غنا است. یعنی نزدیک سخن باطل که غناء است نشوید.⁽³⁾

حضرت صادق ع فرمود: گوش دادن به غناء باعث رویش نفاق در دل می شود همانطور که آب باعث رویش سبزه می گردد.⁽⁴⁾

امام صادق ع فرمود: خانه ای که در آن غناء خوانده شود از مصیبت ناگهانی ایمن نیست و دعا در این خانه مستجاب نمی گردد و فرشته

1- لقمان 6

2- حج 31

3- کافی، امالی شیخ طوسی، معانی الاخبار

4- کافی

رحمت وارد آن خانه نمی گردد.⁽¹⁾

پیامبر خدا ص فرمود: خواننده غناء، در قیامت در حالی که کور و لال و کر است محشور می شود.⁽²⁾

بنابراین کسی که خدا به او زبان داده نباید با زبانش سخن باطل بگوید بلکه زبان و صدای زیبایش را در کارهای مفید و حلال صرف کند مانند خوانندگانی که بدون اینکه غناء در صدایشان باشد با زیبایی اشعار مفید می خوانند یا قاریانی که صدای زیبایشان را در قرآن کریم استفاده می کنند یا مداحانی که صدای خوب خود را در راه اشاعه فرهنگ اهل بیت استفاده می نمایند.

از حکیمی پرسیدند که چرا استماع تو از نطق تو زیادت است؟

گفت: زیرا که مرا دو گوش داده اند و یک زبان ،
یعنی دو چندان که می گویی
می شنوی ...

کم گوی و به جز مصلحت خویش مگوی
چیزی که نپرسند ، تو از پیش مگوی
از آغاز دو گوش و یک زبانت دادند
یعنی که دو بشنو و یکی پیش مگوی ...

آیت الله مجتهدی:

حرفهایی که فایده ندارد نزن ، خداوند می فرماید : هیچ کلامی از دهان شما بیرون نمی آید ، مگر
اینکه نگهبانی آماده است و آن را ثبت و ضبط می کند.

امام خمینی (ره):

قیامت بعضیها زبانیشان آنقدر دراز می شود که اهل محشر از روی زبان آنها راه می روند. اینها کسانی هستند که در دنیا با زبانیشان آبروی مردم را می بردند.

26 سال تمرین سکوت؟؟

آیت الله سید محمد حسینی همدانی صاحب تفسیر «انوار درخشان» می فرمود: « در مدرسه قوام حجره داشتم، مطلع شدم مرحوم آقای قاضی تبریزی در گوشه تنگ مدرسه حجره کوچکی اختیار کرده و من از این کار تعجب کردم، بعد معلوم شد ایشان به علت تنگ بودن منزلشان و نیز کثرت عیال و اولاد، فراغت بال برای تهجد و عبادت و خلوت نداشتند؛ در طول دوران تحصیل در مدرسه قوام، شبی را ندیدم که مرحوم قاضی به آرامش و خواب و استراحت بگذارند و شبی را بدون ناله و گریه به سر بیاورد. در این مدت نزدیکی با مرحوم قاضی، حالات و جریاناتی از ایشان می دیدم که در عمرم جز در مرحوم نائینی و اصفهانی، در شخص دیگری ندیده بودم. او را چنین یافتم که در تمام رفتار و اخلاق اجتماعی و خانوادگی و تحصیلی خود غیر از همه کسانی بود که من از نزدیک در درس آنها و یا در کنار آنان تحصیل می کردم. مخصوصاً او را دائم السکوت و الصمت می یافتم. احیاناً از دادن پاسخ نیز طفره می رفت و گاهی احساس می کردم که برای او پاسخ دادن بسیار سخت است تا اینکه تصادفاً به نکته ای برخوردم که بسیار توجه مرا جلب کرد و آن هم این بود که داخل دهان مرحوم قاضی کبود رنگ بود، از استاد پرسیدم علت چیست؟

ایشان مدت‌ها پاسخ نداد بعدها که خیلی اصرار کردم و عرض کردم که به جهت تعلیم می پرسم و قصد دیگری ندارم، باز به من چیزی نفرمود تا اینکه روزی در جلسه خلوتی فرمودند: آقا سید محمد! برای طی مسیر طولانی سیر و سلوک، سختی های فراوانی را باید تحمل کرد و از مطالب زیادی نیز باید گذشت؛ آقا سید محمد! من در آغاز این راه در دوران جوانی برای اینکه جلوی

افسار گسیختگی زبانم را بگیرم و توانائی بازدارى آن را داشته باشم 26 سال ریگ در دهان گذارده بودم که از صحبت و سخن فرسایى خوددارى کنم، اینها اثرات آن دوران است !

منبع: عطش

آیت الله جوادی آملی:

ملا صدرا می گوید: من می دیدم بعضی ها که حرف می زنند از دهان آنها آتش بیرون می آید.

حضرت علی علیه اسلام:

دوام عبادت، دلیل دست یافتن به خوشبختی است.

میزان الحکمه، ج 5، ص 303

امام علی (ع):

از زمین خوردن کسی شاد مشو، که نمی دانی گردش روزگار برای تو چه در آستین دارد.

امیرالمومنین علی علیه السلام:

إِحْبَسِ لِسَانَكَ قَبْلَ أَنْ يُطِيلَ حَبْسَكَ وَ يُرْدِيَ نَفْسَكَ فَلَا شَيْءَ أَوْلَى بِطَوْلِ سَجْنٍ مِنْ لِسَانٍ يَعْدِلُ
عَنِ الصَّوَابِ وَيَتَسَرَّعُ إِلَى الْجَوَابِ

پیش از آن که زبانت تو را به زندان طولانی و هلاکت درافکند، او را زندانی کن، زیرا هیچ چیز به اندازه زبانی که از جاده صواب منحرف می شود و به جواب دادن می شتابد، سزاوار زندانی شدن دراز مدت نیست.

غُررالحکم، ج 2، ص 223، ح 2437

نابود شدن اعمال بر اثر غیبت^[۱]

پیامبر صلی الله علیه و آله:

يُؤْتَى بِأَحَدٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ يُوقَفُ بَيْنَ يَدَيِ اللَّهِ وَ يُدْفَعُ إِلَيْهِ كِتَابُهُ فَلَا يَرَى حَسَنَاتِهِ فَيَقُولُ: إِلَهِي لَيْسَ هَذَا كِتَابِي فَأَنِّي لَا أَرَى فِيهَا طَاعَتِي! فَيَقَالُ لَهُ: إِنَّ رَبَّكَ لَا يَضِلُّ وَ لَا يَنْسِي ذَهَبَ عَمَلِكَ بِاِغْتِيَابِ النَّاسِ ثُمَّ يُؤْتَى بِآخَرَ وَ يُدْفَعُ إِلَيْهِ كِتَابُهُ فَيَرَى فِيهِ طَاعَاتٍ كَثِيرَةً فَيَقُولُ: إِلَهِي مَا هَذَا كِتَابِي فَأَنِّي مَا عَمِلْتُ هَذِهِ الطَّاعَاتِ فَيَقَالُ: لَأَنَّ فُلَانًا اِغْتَابَكَ فَدُفِعَتْ حَسَنَاتُهُ إِلَيْكَ؛

روز قیامت فردی را می آورند و او را در پیشگاه خداوند نگه می دارند و کارنامه اش را به او می دهند، اما حسنات خود را در آن نمی بیند. عرض می کند: الهی! این کارنامه من نیست! زیرا من در آن طاعات خود را نمی بینم! به او گفته می شود: پروردگار تو نه خطا می کند و نه فراموش. عمل تو به سبب غیبت کردن از مردم بر باد رفت. سپس مرد دیگری را می آورند و کارنامه اش را به او می دهند. در آن طاعت بسیاری را مشاهده می کند. عرض می کند: الهی! این کارنامه من نیست! زیرا من این طاعات را بجا نیاورده ام! گفته می شود: فلانی از تو غیبت کرد، حسنات او به تو داده شد.