

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

آسیب‌شناسی

دوره سیزدهم، شماره هشتم

نام جزوه: آسیب شناسی
نویسنده: هیأت تحریریه موسسه در راه حق
ناشر: موسسه در راه حق
نوبت چاپ: مکرر
تاریخ چاپ: ۱۳۹۷ هـ ش
چاپخانه: سلمان فارسی
نشانی: قم، خیابان آیت الله مرعشی نجفی (ارم)
کوچه ۲۰ - پلاک ۱۰ - موسسه در راه حق
تلفن: ۲-۳۷۷۴۳۲۲۱ (۰۲۵)

www.darrahehaq.com

سامانه پاسخگویی پیامکی: ۱۰۰۰۲۲۲۳۳۳

رایگان

فهرست مطالب

- آسیب شناسی..... ۶
- مهم ترین دوران زندگی..... ۱۰
- هشدار امیرمؤمنان(علیه السلام) درباره جوانی..... ۱۱
- پرهیز از بی خیالی..... ۱۲
- فلسفه گرفتاری‌ها..... ۱۳
- سلامتی جسم و روان..... ۱۵
- توصیه‌های پزشکی..... ۱۷
- توصیه‌های طیب روان..... ۱۸
- زندگی و دنیای بدون مشکل..... ۲۰
- شناخت محیط زندگی..... ۲۱
- زندگی و میدان مین..... ۲۳
- دشمن در کجاست؟..... ۲۵

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۵

آگاهی و تذکر..... ۲۹

تلاش بزرگ، موفقیت بزرگ..... ۳۱

آسیب شناسی

آسیب شناسی شخصیت جوان، بحث بسیار مهمی است؛ حتی از شناخت اصل سرمایه وجود که همان مدت عمر انسان در این دنیا می باشد کمتر نیست. به طوری که اگر قدر نعمت جوانی را ندانیم و خوب از آن استفاده نکنیم، تبدیل به نعمت می شود.^۱

خوب می دانید که همواره شخصیت ما در معرض آسیب ها و آفت های فراوانی قرار دارد و باید بسیار مواظب بود تا زندگی سعادت‌مندانه را تبدیل به زندگی شقاوت‌مندانه نکنیم و از مدت عمر و دوران

۱. شَيْئَانِ لَا يَعْرِفُ فَضْلَهُمَا إِلَّا مَنْ فَقَدَهُمَا: الشَّبَابُ وَالْعَاقِبَةُ؛ دو چیز است که اهمیت آن را نمی فهمند مگر هنگامی که آن‌ها از دست بروند: جوانی و سلامتی. (غررالحکم، ۷۶۴).

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۷

زندگی خود به شکل خوبی بهره بگیریم. عموم انسان ها در هر سن و سالی که باشند همیشه در معرض آفت ها و آسیب ها قرار دارند، اما جوان میزان آسیب پذیری اش بیش تر است.

دنیا گذرگاه عجیبی است و ما که ناخواسته در این دنیا حضور پیدا کرده ایم، خوب است بدانیم که نه آمدن مان به این جهان دست خودمان بوده است و نه رفتن مان. پیدایش ما در این دنیا گذرگاهی بین عدم و وجود جاودانه است. مدت عمر ما در این دنیا بر اساس فلسفه آفرینش، پیمودن مسیر رشد و کمال با اراده و اختیار برای رسیدن به ارتقای روحی و سعادت همیشگی بوده است. باید بدانیم که چگونه با عزم و اراده از این گذرگاه سخت عبور کنیم تا

پیمودن راه همواره با سلامتی و سعادت‌مندی باشد لازم است آگاه باشیم، زیرا آفت‌های گوناگون و تیرهای بلا از هر سو ما را نشانه گرفته اند. البته، آشنایی با این مسائل نباید جوان را مأیوس یا دل زده کند بلکه باید او را با نشاط، هوشیار و بیدار نگه دارد. دنیای عجیبی است. در این دنیای زیبا و رنگارنگ و دل فریب، همه چیز به هم پیوسته و با یکدیگر آمیخته است. خوبی و بدی، زشت و زیبا، سلامتی و بیماری، ارزش و ضد‌ارزش، انسانیت و ضدانسانیت، معنویت و مادیت، حلال و حرام، حق و باطل، خلاصه؛ دنیا معجونی است از امور گوناگون ارزش‌ها و ضد ارزش‌ها، خیلی باید حواسمان جمع

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۹

باشد که در این بازار آشفته گول شیطان را نخوریم^۱ و دست خالی از این دنیا نرویم. شما در این دنیا مشغول تجارت و داد و ستد هستید، چه خوب است مواظب باشی که چه می دهی و چه می گیری، چه به دست می آوری و چه چیزی را از دست می دهی! آیا در آخر کار، سود می کنی یا زیان می بینی؟ بالاخره در پایان کار، در پایان دوره گذشت عمر جوانی و در هنگام خروج از این معرکه دنیا چه چیزی دستت را می گیرد و در مقابل، چه چیزی را از دست می دهی و چه چیزی را دریافت می کنی؟ آیا این دو با هم برابری می کند؟ در پایان چه چیزی

۱. به دنبال شیطان گام برندارید او دشمن آشکار شما است؛ سوره

گریبان گیرت می شود. بهتر است خوب حواست را جمع کنی، عمر می دهی، جوانی می دهی و چه می گیری! ...

بسیار مهم است، توجه داشته باشی همه چیز در این دنیا به هم گره خورده است.^۱

مهم ترین دوران زندگی

جوانی، درخشان ترین دوران زندگی هر انسانی است. در عین حال این دوران آفت های خاص خودش را دارد که بسیار هم ویران کننده است و باز تاب و آثارش بسیار گسترده تر و شکننده تر از دوره های بعدی است. بنابراین، جوان باید توجه

۱. داؤد بالبلاءِ مَحْفُوفَةٌ وَ بِالْغَدْرِ مَعْرُوفَةٌ...؛ نهج البلاغه، خ ۲۲۶.

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۱۱

بیشتری به این مسئله بکند و در زندگی موضوعات و ملاحظات زیادی را مدّ نظر داشته باشد.

هشدار امیرمؤمنان(علیه السلام) درباره جوانی

امیرمؤمنان علی(علیه السلام) خطاب به جوان، تعبیرهای مهم و ظریفی دارند که بسیار با اهمیت است. حضرت در نامه ۳۱ نهج البلاغه دوره جوانی و موقعیت جوان را با سه جمله توصیف می فرمایند:

۱- در تیررس حوادث و گرفتاری‌های هستی؛^۱

۲- هدف بیماری‌ها و امراض گوناگون واقع

می شوی؛^۲

۱. رَمِيَّةَ الْمَصَائِبِ. «همان».

۲. غَرَضِ الْأَشْقَامِ. «همان، نامه ۳۱».

۳- در معرض آسیب‌ها و آماج بلاها قرار می‌گیری.^۱

هر سه تعبیر می‌خواهد موقعیت (Location) جوان را به این آفت‌ها و آسیب‌ها - که برای هرکسی ممکن است پدید آید - روشن سازد و او را به فکر وادارد و به چاره‌اندیشی بکشانند. تا این‌که انسان توجه داشته باشد و از آن ساده نگذرد و با مسائل و رویدادهای زندگی عادی و سطحی برخورد نکند.

پرهیز از بی‌خیالی

انسان در زندگی نباید بی‌خیال باشد، باید روی کارها و انتخاب‌ها و تصمیم‌هایش خوب فکر کند و با مسائل عادی برخورد نکند و از این مطلب که همواره

۱. وَ نَصَبِ آلَافَاتٍ. «همان».

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۱۳

شخصیت او در زندگی در معرض تهدیدها و آسیب‌ها قرار دارد، غافل نباشد.

زیرا اگر غافل و بی‌خیال و یا خیلی خوش‌خیال باشد آفت‌ها او را احاطه خواهند کرد و آسیب دیده و درهم خواهد شکست و سقوط او قریب‌الوقوع خواهد بود.

فلسفه گرفتاری‌ها

بلاها و گرفتاری‌ها در زندگی برای آزمایش و رشد و تعالی انسان است و اگر انسان آمادگی لازم را در خود برای دست‌وپنجه‌نرم کردن و مقابله با سختی‌ها و استقامت و تحمل در برابر آن‌ها به وجود آورد، در زندگی سرافراز، پیروز و سعادت‌مند خواهد گشت و سختی‌ها و دشواری‌ها برای او نردبان ترقی و تکامل

شده و موجب تعالی روح وی خواهد شد، چراکه با اندیشه و بینش صحیح و محاسبه و تدبیر در کار، راه مقابله با آن را خواهد آموخت و مهارت مواجهه با آن را پیدا خواهد کرد. بهترین دوست و محبوب خود را انتخاب و طوری عمل خواهد نمود که در عرصه اجتماع و زندگی پیروز شود. بیشترین موفقیت بزرگان و دانشمندان، در گرو شناخت آفت‌ها و مواجهه شدن با آسیب‌ها بوده است که توانسته‌اند راه مقابله با مشکلات را با آگاهی و حلم و بردباری به دست آورده و همواره در آزمایش‌های سخت و دشوار زندگی، سربلند و سرافراز گردند.

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۱۵

سلامتی جسم و روان

برای ما هم سلامتی جسم اهمیت دارد و هم سلامتی روح. بهتر است بدانیم که همان‌طور که سلامتی جسمی انسان، همواره ممکن است در معرض خطر بیماری و آسیب قرار گیرد، روح ما نیز در معرض آسیب‌ها و آفت‌های روانی فراوانی واقع می‌شود. باید پیشگیری و مقابله با بیماری‌ها را آموخت تا در صورت مشاهده کوچک‌ترین علائم بیماری با آن به مقابله برخاست، در این صورت صدمه و آسیب به حداقل می‌رسد. همچنان‌که خداوند متعال در بدن انسان این امکان را قرار داده است و سیستم و قوای بدنی انسان خودبه‌خود یک سیستم مقابله و یک مکانیسم دفاعی دارد و طوری طراحی گردیده و

عناصری در آن تعبیه شده که به محض ورود کوچک ترین میکروب موذی و محرک خارجی، بلافاصله از خود عکس العمل نشان داده و به دفاع برمی خیزد. گاهی برای مقابله با ویروس های قوی باید توان مقابله را بالا برد و با تزریق واکسن ها (میکروب های ضعیف شده) قدرت و مقاومت بدن را بالا برد و از بروز بیماری پیشگیری کرد. جسم در اثر تمرین و مقابله با آفت و آسیب ها کم کم مقاوم شده و با میکروب ها و ویروس های قوی هم به مبارزه برمی خیزد و سلامتی ارگانیزم بدن را تأمین می کند.

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۱۷

توصیه‌های پزشکی

برای برخورداری از سلامتی جسم باید به توصیه‌های پزشکی عمل کرد و دستورات آنان را برای پیشگیری بیماری و آسیب‌ها به کار بست.

توصیه‌های پزشکی به ما می‌گوید که از وسایل آلوده به میکروب استفاده نکنید و در فضای آلوده به میکرب وارد نشوید و مواظبت نمایید که مبادا در محیط‌های آلوده به میکرب رفت‌وآمد داشته باشید. مواظب دستتان باشید که آلوده نباشد. مواظب باشید چشم، گوش، دهان، شکم و سایر اعضا و جوارح شما آلوده به میکرب نشود، چراکه نفوذ میکرب در بدن شما همان و بیماری و آسیب‌پذیری شما همان،

زیرا اگر آلودگی وسیع باشد و بیماری عمیق شود
خطر مرگ در پیش است.

توصیه‌های طیب روان

بیماری‌های روحی هم همین‌طور است. بنابراین،
برای سلامتی روح و روان باید به توصیه‌های طیب
روح و روان و عالم اخلاق، گوش فراداد و گفته‌ها و
سفارش‌های او را باکمال دقت، رعایت کرد.

طیب روحی، توصیه‌هایی برای پیشگیری و
جلوگیری از آسیب‌های روانی دارد که اگر آن‌ها را
مراعات کنیم، از نظر روحی و روانی سالم و متعادل
خواهیم بود. طیبیان روحی، به ما سفارش کرده‌اند که
در مکان‌ها و فضاهاى آلوده صوتی و تصویری و
جاهایی که به میکرب گناه آغشته شده است،

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۱۹

رفت و آمد نکنیم و در مکان‌هایی که گناه انجام می‌گیرد، توقف نکنیم و با افراد آلوده دامن، مجالست نداشته باشیم. گفته‌اند مواظب باشید زبان شما آلوده به فحش و غیبت و دروغ نشود. چشم شما آلوده به نظربازی به نامحرم و حرام نشود. گوش شما به صدای حرام آلوده نشود. دست شما به طرف ناپاکی‌ها دراز نشود و به گناه آلوده نشود. شکم شما آلوده به لقمه حرام نشود و خلاصه سایر اعضا و جوارح شما در معرض گناه قرار نگیرد، زیرا زمینه آفت‌زدگی و آسیب‌زدگی از همین نقطه‌ها آغاز می‌شود و آسیب آن را فرا خواهد گرفت. فکر شما، ذهن شما، به دنبال گناه نرود و آلوده به میکروب گناه نشود و به ما توصیه شده است که پیشگیری کنید، خودتان را کنترل

کنید و در زندگی با احتیاط قدم بردارید و مواظب آفت‌هایی باشید که همواره شمارا تهدید می‌کنند و آن‌ها را بشناسید.

زندگی و دنیای بدون مشکل

ورود به دنیا وزندگی، بدون مشکل نمی‌شود. اگر کسی دنیا را بشناسد و بداند که دنیا دار بلا و ابتلا و آزمایش است، خودبه‌خود خودش را برای آن آماده می‌کند که با مشکلات و دشواری‌های آن دست‌وپنجه نرم کند و با آن به مقابله برخیزد تا موفق و پیروز شود، ولی اگر خوش‌خیال یا آسوده‌خاطر باشد و بی‌احتیاطی کند و تصور کند که انسان آسیب‌پذیر نیست و هیچ‌گاه در معرض آفت قرار نمی‌گیرد، هیچ‌چیزی او را تهدید نمی‌کند و همه‌چیز به‌خوبی و

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۲۱

خوشی پیش می‌رود و همه چیز باید معمولاً مطابق با برنامه در زندگی جلو رود و در کنار او دشمنی وجود نداشته باشد و عوامل آسیب‌زننده‌ای وجود ندارد و توجهی به عوامل تهدیدکننده نداشته باشد، در زندگی به جای موفقیت و پیروزی، شکست نصیبش خواهد شد.

شناخت محیط زندگی

دنیا، دارِ بلا و آزمایش است و اقتضای دنیا هم همین است که انسان در مسیر رشد با سختی‌ها و دشواری‌هایی روبرو شود و خودش را آماده مبارزه کند تا در زندگی و در مقابله با آفت‌ها پیروز شود. ما در محیطی زندگی می‌کنیم که دورتادور ما پر از آفت‌ها و مواد آسیب‌زا است. عاقلانه این که ما

پدیده‌ای را به عنوان دشمن فرض کنیم. باور کنیم که در معرض حمله دشمن هستیم، دشمنانی هستند که مترصدند به ما حمله کنند. امیرالمؤمنین (علیه السلام) می‌فرماید:

مَنْ نَامَ لَمْ يُنَمَّ عَنْهُ؛

کسی که خوابید [و خوش خیال بود] بداند که دشمن او نخوابیده است و از او غافل نیست.

کسانی هستند که برای ما دائم نقشه می‌کشند و نخوابیده اند، ما بی خیال نباشیم و احتیاط را از دست ندهیم. بی احتیاطی ما سبب نمی‌شود که دشمن دست از سر ما بردارد، ما دشمن‌های متعددی داریم، جدید و قدیم، داخلی و خارجی همه همواره آماده اند که ما

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۲۳

را به انواع و اقسام آفت‌ها و ویروس‌ها مبتلا کنند. ما را به نوعی ویروسی کنند.

زندگی و میدان مین

مواظب باید بود و با احتیاط گام برداشت. ما از زمانی که خودمان را می‌شناسیم خوب است بدانیم که در دنیایی زندگی می‌کنیم و به دنیایی وارد شده‌ایم که پیرامون ما مین‌گذاری شده، دوروبر ما، بالا و پایین، جلو و عقب، همه اطراف ما پر از مین است. مین‌های کوچک و بزرگ، تله‌های ریزودرشت و سنگین و سبک. عبور از این میدان مین، آداب و مقررات خاص خودش را دارد باید آداب و مقررات عبور از مسیر میدان مین را یاد بگیریم. هر کس رعایت نکند با مین‌های کوچک و بزرگ برخورد می‌کند و

جلویش منفجر می‌گردد و در هر لحظه از زمان، بخشی از وجودش آسیب می‌بیند. گاهی چشم او، موقعی گوش او، دست او یا پای وی و زمانی همه وجودش را از بین می‌برد. باید تقوای پیشه کرد و احتیاط کرد.^۱ باید نوع مین‌ها را شناسایی کنیم و ابزار و وسایلی که باعث خنثی شدن مین می‌شود با خود برداریم و خود را به وسایل دفاعی مجهز کنیم و با تجهیزات کامل و اطلاع و آگاهی صحیح گام برداریم و گرنه نابود می‌شویم.

۱. التَّقَى رَيْسُ الْاِخْلَاقِ؛ تقوا اساس اخلاق است؛ نهج البلاغه،

دشمن در کجاست؟

محیط زندگانی پر از خطر است و دشمن در همه جا ایستاده و از همه جا حمله ور می شود: از روبه رو، از پشت سر، از چپ و راست.^۱ تنها هم نیست، با ایل و تبارش به ما حمله می کند.^۲ او و دستیارانش شمارا می بینند از جایی که شما آن ها را نمی بینید.^۳

۱. سوره اعراف، آیه ۱۷: ثُمَّ لَا تَيِّبُهُمْ مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ وَمِنْ خَلْفِهِمْ وَعَنْ أَيْمَانِهِمْ وَعَنْ شَمَائِلِهِمْ... .

۲. سوره اسراء، آیه ۶۴: وَاسْتَفْزِرْ مَنْ اسْتَطَعْتَ مِنْهُمْ بِصَوْتِكَ وَأَجْلِبْ عَلَيْهِم بِخَيْلِكَ وَرَجِلِكَ... .

۳. سوره ۷، آیه ۲۷: انه يريكم هو و قبيله من حيث لاترونهم...؛ ظاهراً خود شیطان نه تنها نامحسوس است، بلکه حمله ها و ضربه هایش نیز نامحسوس است. باید دانست که همان وسوسه ها و شك ها و اندیشه های ناروا و خیال های بد را بر دل آدمی وارد می سازد، به طوری که يك لحظه از آدمی غافل نمی شود.

باید دشمن را شناخت و با انواع و اقسام مین‌ها و دام‌هایی را که کار گذاشته، آشنا شد و وسایل و ابزار و اسلحه‌هایی که می‌تواند مین‌ها را خنثی کند و دشمن را خلع سلاح کند، با خود برداشت و مجهز شد و با عزمی راسخ به مقابله و مبارزه با آن پرداخت^۱ و با احتیاط در زندگی^۲ گام برداشت تا با آگاهی و تفکر و تدبیر و به‌کارگیری درست ابزار و وسایل بتوانیم معبری را برای عبور بازکنیم و از بین

۱. سوره اعراف، آیه ۲۰۰: **وَإِنَّمَا يَنْزِعَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْعٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ.**

۲. سوره مؤمنون، آیه ۹۷: **وَقُلْ رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ وَأَعُوذُ بِكَ رَبِّ أَنْ يَحْضُرُونِ.**

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۲۷

مین‌هایی که دوروبرمان کار گذاشته شده به سلامتی عبور کنیم و از آفات دشمن در امان بمانیم.^۱
اینجا است که باید کاملاً تمرکز کنیم و حواسمان را جمع کنیم. حالا که باور کردی

۱. درباره اسلحه و ابزار و وسایل مقابله بادشمن از خاتم الانبیاء محمد مصطفی (صلی الله علیه وآله) نقل شده است: عن الصادق (علیه السلام) قال رسول الله (صلی الله علیه وآله) لِاصْحَابِهِ أَلَا أُخْبِرُكُمْ بِشَيْءٍ إِنْ أَنْتُمْ فَعَلْتُمُوهُ تَبَاعَدَ الشَّيْطَانُ مِنْكُمْ كَمَا تَبَاعَدَ الْمَشْرِقُ مِنَ الْمَغْرِبِ قَالُوا بَلَى قَالَ (صلی الله علیه وآله): الصَّوْمُ يُسَوِّدُ وَجْهَهُ وَ الصَّدَقَةُ تَكْسِرُ ظَهْرَهُ وَ الْحَبُّ فِي اللَّهِ وَ الْمَوَازِرَةُ عَلَى الْعَمَلِ الصَّالِحِ يَقْطَعَانِ دَابِرَهُ وَ الْاسْتِغْفَارُ يَقْطَعُ وَ تِينَهُ... (سفینة البحار، ج ۲، ص ۶۴ در کلمه صوم).

دشمن داری، دشمن سرسخت و قسم خورده!^۱ که آگاهانه درصدد حمله به شما است و هرروز با شما سروکار دارد و شمارا مورد هدف قرار می دهد، به طوری که او شمارا می بیند و شما او را نمی بینید.^۲

انسان عاقل برای هر قدمی که برمی دارد و هر حرکتی که می کند باید ببیند و برای عبور به علایم راهنمایی زندگی توجه کند. قوانین و مقررات و دستورات را رعایت نماید، چراکه یک بی احتیاطی باعث انفجار می شود و شمارا در جا متوقف می کند.

۱. سوره ص، آیه ۸۲: قَالَ فَبِعِزَّتِكَ لَأُغَوِّيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ إِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمْ الْمُخْلِصِينَ؛ به عظمت و جلالت همه را گمراه می کنم، مگر بندگان مخلصت را.

۲. سوره اعراف، آیه ۲۷: ... إِنَّهُ يَرَاكُمْ هُوَ وَقَبِيلُهُ مِنْ حَيْثُ لَا تَرَوْنَهُمْ....

آگاهی و تذکر

شما به مقررات و علایم خوب توجه کنید تا از این دنیا جان سالم به دربرید. آنجایی که آگاهی نداری، نباید حرکت کنی،^۱ با دقت حرکت کنی و دقیق و محتاطانه قدم برداری. سعی کنی آگاهانه حرکت کنی، تعقل و تفکر کنی و خود را با حدس و گمان و احتمالات به آب و آتش نیندازی. بهتر است بدانی که خیلی دشمن داری، اگر آن‌ها را بخواهی دسته‌بندی کنی به دودسته بزرگ تقسیم می‌شود: داخلی و خارجی؛ یعنی یکی در داخل خودت است و حتی دشمن خارجی هم به کمک آن نفوذ پیدا می‌کند،

۱. قال (علیه السلام) یا کمیل، ما من حركة الا وانت محتاج فیها الی معرفة؛ تحف العقول، ص ۱۷۱ یا ۱۶۵.

دشمن داخلی در درون تو است! اولش خودت هستی،^۱ دشمن و اولین ماده انفجاری خودت هستی،^۲ از همین جا باید شروع کنی! و نفس اماره: ... إن النفس لأمارة بالسوء إلا ما رحم ربي...؛^۳ که همیشه آماده است که ما را به بدی امر کند دشمن خانگی است...
۴.

۱. بَطْنُ الْمَرْءِ عَدُوُّهُ؛ شکم انسان دشمنش است. غررالحکم، ۴۴۲۴، ص ۱۵۱.

۲. اعدى عدوك نفسك التى بين جنبيك (تنبيه الخواطر، ج ۱، ص ۲۵۹، به نقل از میزان الحکمة).

۳. سوره يوسف، آیه ۵۳.

۴. یکی از راه هایی که شیطان در انسان نفوذ می کند از طریق خیال و خاطره است، خاطره هایی که در شبانه روز به دل آدمی راه پیدا می کند و تبدیل به شوق و اراده و منجر به عمل می شود.

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۳۱

تو با دشمن نفس هم خانه ای ندانم چه آزرده از بیگانه‌ای!

تلاش بزرگ، موفقیت بزرگ

پیامبر(صلی‌الله‌علیه‌واله) و اصحاب وی از جهاد و مقابله با کفار برمی‌گشتند، فاتح و خوشحال، پیروز و شادمان از ظفر؛ فرمودند: مرحبا به شما! که جهاد کوچک را به پایان رساندید، ولی جهاد بزرگ‌تر، همان مبارزه با نفس، هنوز باقی است. جهاد با نفس؛ یعنی جنگیدن و مبارزه در سرزمین خودی، مبارزه در محیط شخصیتی خود، این است که گفته‌شده جهاد اکبر. این دشمن خیلی مهم و بزرگ؛ یعنی نفس تو، آشکار و قرین با تو است و همواره خواسته‌هایی دارد که باید به او بگویی نه، نه. از ناحیه او دائم در فشار

هستی. او خواسته‌هایی دارد و همیشه به خاطر خواسته هایش به ما فشار می‌آورد و دائم ما را تحت منگنه قرار می‌دهد. فلان چیز را بگو، فلان چیز را بخور، فلان کار را انجام بده به نفع توست. فلان فیلم را ببین، فلان سی دی را نگاه کن، فلان حرف را بزن، دائم ما را به اشباع و ارضای خواسته‌های نفسانی دل فرامی‌خواند و از هر طریقی شده و به هر شکلی که شده تا آن جا که در خوردن و خوابیدن، لباس پوشیدن و حرف زدن و نگاه کردن و ارضای غرایز، دل بستن و مهر ورزیدن و ... هر کاری که می‌خواهیم بکنیم، هر تصمیمی که می‌خواهیم بگیریم دخالت می‌کند و اوضاع را آشفته می‌سازد تا ما به اطفال و ارضای نامشروع خواسته‌ها، تن دردهیم. این که گفته

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۳۳

می شود: دائم ذکر بگویید، به خدا پناه ببرید، به یاد خدا باشید برای همین است. شیطان حواس ما را پرت می کند تا به نحوی ما را به دام بیندازد و از راه مستقیم به درکند.^۱

بنابراین، زمینه خطر را باید شناسایی کنیم و به زمینه آسیب و عمل آسیب زننده واقف شویم تا خودمان را کنترل کنیم و آسیب نینیم. شناخت خیلی مهم است، چراکه افراد خودی مسیر ما رامین گذاری کرده و راه را خوب می شناسند. باید با انواع و اقسام مین های داخلی آشنا شویم تا بتوانیم آن ها را خنثی کنیم. باید با احتیاط و دقت، همراه کسانی که

۱. إن الشیطان یجری فی ابن آدم مجری الدم؛ شیطان مانند خون در اجزای بدن فرزند آدم در حرکت است.

کارآزموده ترند، باتجربه ترند، آگاه ترند و باایمان ترند حرکت کنیم و از تجربه هایشان استفاده کنیم، بعد قدم برداریم. باید بدانیم که کجاها پا بگذاریم و کجا نگذاریم، از راه های مشکوک نرویم. باکسانی که اطمینان به آن ها نداریم، حرکت نکنیم از غذاها و چیزهایی که ناپاک یا حرام است استفاده نکنیم با آگاهی و دقت و تفکر حرکت کنیم. بنابراین، زمینه ها و بسترهایی که اصولاً همه انسان ها را در کل زندگی و در هر سن و سالی که باشند، تهدید می کنند: چه مرد و چه زن، مُجرب و بی تجربه، جوان و کهن سال، درس خوانده و بی سواد، همه بدون استثنا در معرض این آفت ها و این آسیب ها قرار می گیرند.

دوره سیزدهم، شماره هشتم / ۳۵

بنابراین، لازمه این کار توجه به چند مسئله

است:

۱. به آفت‌های اصلی این روزگار آگاهی پیدا

کنیم، به‌خصوص آن‌هایی را که بیش‌تر متعرض

جوانان می‌شوند و فهرستی از آن‌ها به دست بیاوریم

و ابزار مقابله با آن را بشناسیم؛

۲. پس از شناخت بتوانیم سازوکارهایی برای

پیشگیری و راه‌هایی برای مقابله با آن پیدا کنیم؛

۳. اگر علائمی از عوامل آسیب‌زا را دیدیم و یا

به آن آفت مبتلا شدیم، هر چه سریع‌تر برای درمان

آن اقدام کنیم و توبه کنیم تا سریع درمان شود، چراکه

در جوانی آفت‌ها، آسان زدوده می‌شوند تا در

کهن‌سالی؛

۴. راه های موفقیت و تقویت عناصر مثبت در زندگی خودمان را بشناسیم و در مسیر سعادت و پیروزی با اتکال به خدا گام برداریم.

پایان