

## روش دست یابی به آرزوهای مثبت در ادبیات دینی

حسن معارف وند<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی و سطح سه حوزه

### چکیده

در این مقاله به دنبال بررسی روش های دست یابی به آرزوهای مثبت در ادبیات دینی هستیم ، هدف از این تحقیق آن است که با تحلیل روش های دست یابی به آرزوهای مثبت، رویکرد آیات و روایات را به این مسأله روشن کند تا بتوان آموزه های کاربردی و تربیتی لازم را از آن استخراج نمود. این تحقیق از نوع توصیفی تحلیلی است و برای جمع آوری اطلاعات از روش کتابخانه ای و نرم افزارهای علمی استفاده شده است. آرزوها عامل حرکت بشر و جامعه هستند و به همین دلیل مهم است که ما به شناخت هر چه بیشتر آرزوها بپردازیم؛ آرزوها به دو قسم منفی و مثبت تقسیم می شوند، که هر یک همانند درختی هستند که ریشه، ساقه، میوه هایی و آفاتی دارند، ما در این مقاله به دنبال روش های دست یابی به آرزوهای مثبت در ادبیات دینی هستیم از جمله روش های دست یابی به آرزوهای مثبت که در ادبیات دینی به آن ها اشاره شده شامل؛ کمک خواستن از خداوند، خوش بینی و نیت نیکو، معرفت و عشق، عمل نیکو سعی و تلاش، استقامت و ثبات، حلم، توکل، برنامه ریزی، نظارت و مراقبه، ارزیابی و مواخذه می باشد.

**واژه های کلیدی:** آرزو، آرزوهای مثبت، روش، ادبیات دینی

## مقدمه:

آرزو یک نعمت است که خداوند حکیم در درون ما انسان ها به ودیعه نهاده است ، و ما برای اینکه از این موهبت الهی درست استفاده کنیم باید ببینیم که خالق حکیم در این مورد چه توصیه هایی دارد ، برای همین منظور به سراغ آیات قرآن و روایات حضرات معصومین علیهم السلام میرویم و در کنار سفره آنها می نشینیم . چرا که خداوند کریم خالق انسان ها است ، و تنها او حق دارد و می تواند روش استفاده از نعمت ها و استعداد های آدمی را بیان کند و اهل بیت علیهم السلام نیز از طرف او ما را به راه درست دعوت می کنند.

آرزو نیروی محرکه انسان است و آدمی با آرزو زنده است هر کسی را شوق و آرزوی وصالی در سر است.

اگر آرزو نبود خیلی از اتفاقات در عالم خارج رخ نمی داد ، آرزوها در حقیقت خواسته های درونی افراد هستند و ریشه در بینش و تعلقات افراد دارند ، افرادی که نیت و باطنی پلید دارند آرزوهای پلیدی را در سر می پروراند و در مقابل افرادی که صالح هستند ، آرزوی اصلاح خویش و جامعه را در سر می پروراند .

یک آرزو اگر در مسیر درست قرار گیرد، و برای رسیدن به آن از مراحل و روش درست استفاده گردد و با انگیزه ای الهی جریان یابد ، باعث تغییر و تحول در فرد و کل جامعه می گردد، اولیاء الهی و صالحان از جمله افرادی هستند که باعث تغییر و تحول در کل جهان شدند چرا که آرزوهای آنها در مسیر اهداف الهی و رضای او بود .

آرزو همچون درختی است که دارای ریشه ، میوه و آفاتی می باشد ، هر آرزویی دارای ریشه و بستر رشد هست ، این طور نیست که ما خیال کنیم که آرزو ناگهانی و بی علت شکل می گیرد و هیچ تاثیری ندارد ، هر آرزویی از جایی شروع می شود و عواملی باعث شکل گیری و رشد آن می شوند اگر درست هدایت شود و مراحل دست یابی به آرزوها به درستی طی شود، ثمرات مطلوبی را به بار می آورد. و اگر روش رسیدن به آرزوها درست نباشد و در مسیر اشتباه قرار گیرد باعث هلاکت شخص و افراد دیگر و کل جامعه می شود. ما در این مقاله روش ها و مراحل رسیدن به آرزو های مثبت می پردازیم.

## مفهوم شناسی:

صاحب کتاب معاریف المعاریف آرزو را چنین تعریف می کند : «آرزو: چشمداشت ، آرمان ، میل دل بدانچه دست یابی به آن آسان نباشد ؛ به عربی امل گویند . این خصلت مانند دیگر خویها که خداوند در نهاد بشر قرار داده در اصل ستوده و سودمند ، و از جمله نیروهای محرکه استعداد های درونی و بالقوه آدمی است»<sup>۱</sup>

شیخ طوسی در مورد معنای معنای «امل ، طمع و رجا» چنین می فرماید:

«الرجاء تعلق النفس بمجىء الخیر علی جهة الظن ، و مثله الامل و الطمع»<sup>۲</sup>

«رجا به این معناست که نفس انسان ، گمان به تحقق خیر داشته باشد و امل و طمع نیز چنین معنایی دارند»

<sup>۱</sup> -حسینی دشتی ، سید مصطفی ، معاریف المعاریف : دائرة المعارف جامع اسلامی جلد اول ص ۴۷

<sup>۲</sup> -طوسی ، محمد بن حسن ، التبیان فی التفسیر القرآن ، ج ۶، ص ۱۷

در روانشناسی معانی متعددی برای آرزو بیان شده است، از جمله آن تعاریف تعریف ساده زیر می باشد: «آرزو عبارت است از خواستن چیزی»<sup>۳</sup>

ادبیات دینی: ادبیات دینی به آثار مکتوبی اطلاق می گردد که بیانگر دیدگاه و آراء، و منعکس کننده مضامین کتب الهی و تاریخ پیامبران باشند، ادبیات دینی شامل قرآن و تمام روایات و کتب مذهبی برگرفته از این دو منبع می باشد.<sup>۴</sup>

روش: به معنای «در پیش گرفتن راه» است، «روش» عبارت است از فرآیند عقلانی یا غیرعقلانی ذهن برای دست یابی به شناخت یا توصیف واقعیت. به واسطه روش می توان از طریق عقل یا غیر آن واقعیت ها را شناخت و مدلل کرد و از لغزش برکنار ماند.

در معنایی کلی تر، روش هرگونه ابزار مناسب برای رسیدن به مقصود است. روش ممکن است به مجموعه طرقی که انسان را به کشف مجهولات هدایت می کند، مجموعه قواعدی که هنگام بررسی و پژوهش به کار می روند و مجموعه ابزار و فنونی که آدمی را از مجهولات به معلومات راهبری می کند اطلاق شود<sup>۵</sup>

### روش دست یابی به آرزوهای مثبت در ادبیات دینی:

هنگامی که انسان، هدف نهایی زندگی و برترین آرزوها را تشخیص داد، همه ی خواسته ها و آرمان های او در جهت رسیدن به این هدف قرار می گیرد؛ زیرا می داند هر خواسته ای که در جهت این آرزوی بزرگ است، درست و حق است، و هر چه در جهت خلاف آن است، نادرست و باطل است. درمقابل، تشخیص ندادن هدف زندگی، نیازهای حقیقی و آرزوهای درست، اهمیت ندادن به زندگی جاوید، کسالت، بی صبری، اشتغال به کارهای بیهوده و سرگرمی های زینبار، آلودگی های اخلاقی و عملی، متکی نبودن بر استعدادهای خدادادی و تکیه بر غیر خداوند متعال در زندگی و نیازز همه مهم تر طی نکردن مراحل صحیح و عدم داشتن میزانی که ما را به این مراحل و روش ها آگاه کند آفت رسیدن به آرزوهاست، مراحل رسیدن به آرزوهای مثبت در ادبیات دینی به شرح زیر می باشد

#### ۱- کمک جستن از خدا؛

واضح است که در هر کار مهمی باید از خالق جهان هستی کمک جست چرا که او توانا بر هر کاری است، اصلا خود او ما را صدا زده که من را بخوانید و به من روی بیاورید. وما باید اورا اجابت کنیم؛ «وَ إِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ

<sup>۳</sup> -خداپناهی محمد کریم، انگیزش و هیجان چاپ ۱۹، ناشر سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاهها (سمت)

<sup>۴</sup> -شریفی، محمد حسین، آیین زندگی، ص ۷۸

<sup>۵</sup> . باقر ساروخانی، روش های تحقیق در علوم اجتماعی (تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی،

الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ»؛ "پس هرگاه بنده ای از من سؤال کند ، پس همانا من نزدیک هستم و اجابت می کنم خواسته دعا کننده را هنگامی از من درخواست کند. پس باید که من را اجابت کنید و جواب من را بدهید و به من ایمان آورید شاید که ارشاد شوید".

امام علی علیه السلام می فرماید: «اللهم انّ الآمالَ مَنُوطَةٌ بِكَرَمِكَ، فَلَا تَقْطَعْ عَلَانِهَا بِسَخَطِكَ»؛ بار خدایا آرزوها به کرم تو بسته است. پس با خشم و ناخشنودی ات از من ، بندهای آنها را قطع مکن.

همان حضرت در کلامی دیگر چه زیبا می فرماید:

(إِلَهِي إِنْ كَانَ صَغَرَ فِي جَنْبِ طَاعَتِكَ عَمَلِي فَقَدْ كَبُرَ فِي جَنْبِ رَجَائِكَ أَمَلِي، إِلَهِي كَيْفَ أَنْقَلِبُ بِالْخَبِيَةِ مِنْ عِنْدِكَ مَحْرُومًا وَ كُلُّ ظَنِّي بِجُودِكَ أَنْ تُقَلِّبَنِي بِالنَّجَاءِ مَرْحُومًا، إِلَهِي لَمْ أَسْلُطْ عَلَى حُسْنِ ظَنِّي بِكَ قُتُوطُ الْأَيْسِينَ، فَلَا تُبْطِلْ صِدْقَ رَجَائِي مِنْ بَيْنِ الْأَمَلِينَ)<sup>۸</sup>: معبود من اگر عمل من در کنار طاعت از تو ناچیز است ، اما آرزوی فراوان به لطف امید بخش تو بسته ام. معبود من چگونه از درگاه تو محروم بازگردم ، در حالی که همه گمانم به بخشندگی تو آن است که مرا مورد مهر خویش قرار دهی و کامیاب ، بازم گردانی. معبود من نا امیدی نا امیدان را بر گمان نیکم به تو چیره نگردانیده ام . پس ، از میان امیدواران ، بر امید نیک مهر بطلان مزین [نامید بر مگردان]

چقدر زیبا امام درس کمک جستن از پروردگار را در آمال و در زندگی را در غالب دعا به ما آموزش می دهد.

## ۲- خوش بینی و نیت نیکو؛

توجه به نیت نیکو باعث میشود انسان به آرزوی خویش دست یابد، هر چند این مطلب یک بعد روان شناسی دارد ، که به انسان انرژی مثبت می دهد ولی در روایات ما هم فراوان توصیه شده که نیت نیکو داشته باشید<sup>۹</sup>، یا نیت حتی مهم تر از عمل است<sup>۱۰</sup> و یا روایاتی که توجه داده ما را به خوش بینی و پرهیز از بدبینی<sup>۱۱</sup> همه اشاره به این مطلب دارد که نیت انسان ها

<sup>۶</sup> -بقره ۱۸۶- پس هرگاه بنده ای از من سؤال کرد ، پس همانا من نزدیک هستم و اجابت می کنم خواسته دعا کننده را هنگامی از من درخواست کند. پس باید که من را اجابت کنید و جواب من را بدهید و به من ایمان آورید شاید که ارشاد شوید.

<sup>۷</sup> - معتزلی، ابن ابی الحدید، شرح نهج البلاغه ج ۲۰ ص ۳۴۸ ح ۹۹۵

<sup>۸</sup> -ابن مشهدی-محمد بن جعفر- المزار الکبیر ص ۱۵۱ - ترجمه: معبود من اگر عمل من در کنار طاعت از تو ناچیز است ، اما آرزوی فراوان به لطف امید بخش تو بسته ام.

معبود من چگونه از درگاه تو محروم بازگردم ، در حالی که همه گمانم به بخشندگی تو آن است که مرا مورد مهر خویش قرار دهی و کامیاب ، بازم گردانی. معبود من نا امیدی نا امیدان را بر گمان نیکم به تو چیره نگردانیده ام . پس ، از میان امیدواران ، بر امید نیک مهر بطلان مزین [نامید بر مگردان]

<sup>۹</sup> -کلینی- اصول کافی- ج ۱ ص ۶۱

<sup>۱۰</sup> -پاینده ابوالقاسم- نهج الفصاحه ص ۷۸۸

عاملی مهم در حرکت دادن اوست، و شاید این شعور و آگاهی در تمام کائنات وجود دارد که صاحب نیت نیک را به اهدافش میرسانند البته به اذن خداوند متعال چرا که آسمان و زمین و آنچه در آن دو است همه سرباز خداوند متعال هستند» وَ لِلَّهِ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَ كَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا<sup>۱۲</sup>.

"و از آن خداست لشکرهای آسمانها و زمین، و خدا دانا و حکیم است."

و همچنین افرادی که نیت ناپسند دارند در نیمه راه ناکام میشوند. امام علی علیه السلام میفرماید: (جَمِيلُ النَّيَّةِ سَبَبٌ لِبُلُوغِ الْأَمْنِيَّةِ)<sup>۱۳</sup>

نیت زیبا سبب رسیدن به آرزوست. و همچنین آن حضرت میفرماید: (مَنْ أَخْلَصَ بَلَّغَ الْأَمَالَ)<sup>۱۴</sup>

هر که خلوص داشته باشد به آرزوها می رسد.

### ۳- عشق و معرفت:

برای رسیدن به هر هدفی باید در ابتدا به آن هدف ایمان و علاقه داشت، علاقه انرژی انسان را مضاعف می کند، سر اینکه در آیان قرآن ابتدا بحث از ایمان شده و سپس به احکام پرداخته همین است؛ (إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ.....)<sup>۱۵</sup>

"همانا کسانی که ایمان آورده اند و عمل صالح انجام داده اند و زکات دادن برای آنهاست پاداش نزد پروردگار"

در ابتدای هر کاری نیاز به یک انرژی هست و آن انرژی همان عشق و علاقه است البته این عشق و علاقه نیاز به معرفت دارد چراکه تا معرفت حاصل نشود عشقی در انسان به وجود نمی آید پس معرفت به هدف پیش از عشق و علاقه برای حرکت انسان به سوی آرزوها ضروری است، انسان باید آگاه باشد به هدفش و بالاتر از آن معرفت داشته باشد و نیک بشناسد که هدفش چیست چرا این هدف و آرزو را برای خود انتخاب کرده است، مراحل و راه رسیدن به این هدف و آرزو چیست و مضرات و منافع آن چیست. و گر نه آن انرژی و محرک لازم برای حرکت را بدست نخواهد آورد و اگر هم حرکتی در او ایجاد شود در نیمه راه متوقف می شود، و کارش نا تمام و بیهوده رها می شود، پس ما باید در ابتدا شناخت کافی به آرزوهای خویش داشته باشیم تا راه را اشتباه نرویم و نسبت به آن انگیزه و عشق کافی پیدا کنیم.

<sup>۱۱</sup> -حرانی، ابن شعبه-تحف العقول ص ۵۷۳

<sup>۱۲</sup> -سوره فتح ۴۸آیه ۴- و از آن خداست لشکرهای آسمانها و زمین، و خدا دانا و حکیم است

<sup>۱۳</sup> -تمیمی آمدی غررالحکم: ج ۴۷۶۶، عیون الحکم و المواعظ: ص ۲۲۱ ح ۴۲۹۴- نیت زیبا سبب رسیدن به آرزوست.

<sup>۱۴</sup> -تمیمی آمدی غررالحکم: ج ۷۶۷۵، عیون الحکم و المواعظ: ص ۴۵۱ ح ۸۰۴۳- هر که خلوص داشته باشد به آرزوها می رسد.

<sup>۱۵</sup> -سوره البقره ۲ آیه ۲۷۷- همانا کسانی که ایمان آورده اند و عمل صالح انجام داده اند و زکات دادن برای آنهاست پاداش نزد

## ۴-عمل نیکو:

بدیهی هست که صرف نیت خوب داشتن بدون اقدام انسان را به جایی نمی رساند، بلکه آدمی باید دست به اقدام بزند تا به نتیجه مطلوب دست پیدا کند ، خداوند متعال در آیات فراوانی ایمان و عمل صالح را با هم قرار داده: «إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ»<sup>۱۶</sup>

"همانا انسان در زیان است مگر کسانی که ایمان آورده و عمل صالح انجام دهند"

خداوند متعال با این چینش میخواهد بگوید صرف نیت و ایمان کافی نیست بلکه باید انسان این نیت زیبا را به شکل عمل نیکو درآورد.

در احادیث هم به این نکته اشاره شده است؛

الامام علی علیه السلام : (مَنْ أَحْسَنَ عَمَلَهُ بَلَغَ أَمَلُهُ)؛ هر که کردارش را نیکو کند ، به آرزویش میرسد.  
عنه علیه السلام: (مَنْ حَسَنَ عَمَلَهُ بَلَغَ مِنْ اللَّهِ أَمَلُهُ)؛ هر که کردارش نیک باشد؛ خداوند او را به آرزویش میرساند.

## ۵- سعی و تلاش

از دیگر آیاتی که دلالت دارد بر این نکته این آیه است «وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى»<sup>۱۷</sup>

"و برای انسان جز سعی او نیست" راغب گوید ؛ کلمه سعی به معنای راه رفتن تند و سریع است ، اما نه به حدی که دویدن بر آن صدق کند، ولی در مطلق جد و جهد در هر کاری چه خیر و چه شر نیز استعمال میشود؛<sup>۱۸</sup> از آن جمله در قرآن آمده: «وَسَعَى فِي خَرَابِهَا»<sup>۱۹</sup> سعی از جنس عمل است، ولی با عمل فرق دارد ؛ سعی نسبت سرمایه و استعداد خدادای به تلاش و پشتکار است . میزان تلاشی که من میکنم با توجه به استعداد و دارایی ها سنجیده می شود ، خداوند متعال به اندازه ای که به ما داده از ما میخواهد نه بیشتر؛ «لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا»<sup>۲۰</sup> که البته استعمالش در جد و کوشش در هر کار استعمال لغوی نیست ، بلکه استعاره ای است.

علامه طباطبایی (ره) در مورد آیه «وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى» می فرماید:

<sup>۱۶</sup> -العصر ۲ و ۳

<sup>۱۷</sup> -تمیمی آمدی -غررالحکم:ج۸۲۸۷، هر که کردارش را نیکو کند ، به آرزویش میرسد

<sup>۱۸</sup> - همان مدرک-ج۸۲۸۳- هر که کردارش نیک باشد؛ خداوند او را به آرزویش میرساند

<sup>۱۹</sup> -سوره نجم ۵۳ آیه ۳۹

<sup>۲۰</sup> -راغب اصفهانی حسین بن محمد- مفردات راغب ماده سعی

<sup>۲۱</sup> -سوره بقره آیه ۲ آیه ۱۱۴- و در ویران ساختن مساجد کوشید.

<sup>۲۲</sup> -بقره، ۲ آیه ۲۸۶ - خداوند هیچ کس را جز به میزان ظرفیتش تکلیف نمیکند.

«لام در "للانسان" ملکیت حقیقی را می‌رساند نه مجازی را چون عمل انسان همیشه با او است بر خلاف لوازم انسان از قبیل لباس یا فرش یا خانه چون با نابود شدن این‌ها انسان همچنان باقی است پس معنای آیه چنین شد که: هیچ انسانی هیچ چیزی را به ملکیت واقعی مالک نیست، تا اثر آن ملکیت یا خیر است یا شر یا نفع است یا ضرر عایدش شود، مگر آن عملی را که کرده و جد و جدی که نموده، تنها آن را داراست، و اما آنچه را که دیگران کرده اند اثر خیر یا شرش عاید انسان نمی‌شود»<sup>۲۳</sup>

#### ۶- استقامت و ثبات:

طبیعی است که برای رسیدن به هر هدفی باید استقامت و صبر داشته باشیم تا به هدف برسیم، مردان راه اینقدر شکست را تحمل می‌کنند تا اینکه راه درست را پیدا می‌کنند، گاهی اوقات ما انسان‌ها به اشتباه برای این که زودتر به هدف برسیم راه صد شبه را می‌خواهیم در یک شب طی کنیم و این چیز نیست محال و خیالیست بیهوده و متأسفانه خیلی از ما آدمها شروع می‌کنیم به افزودن حجم و پرداختن به کمیت و رها کردن کیفیت که این خود آغاز شکست است، افرادی که در کاری مهارت آموختن از اندک شروع کردند، و سپس کم کم بر حجم کار افزودند، تا به آن ورزیدگی و نتایج رسیدند. برای مثال هیچگاه به یک وزنه بردار مبتدی وزنه صد کیلویی را نمی‌دهند، بلکه از وزنه‌های کوچک شروع می‌کنند و سپس و به مرور زمان وزنه را می‌افزایند تا شخص فرصت تمرین داشت باشد و عضلات خود را قوی کند، از این دست اعمال که ما می‌خواهیم یک شبه به مقصد برسیم زیاد در جامعه وجود دارد، و عیب بزرگ این افراد عدم ثبات و استقامت است در احادیث به این نکته اشاره شده است:

از حضرت علی علیه السلام روایت شده است: (قَلِيلٌ يَدُومُ خَيْرٌ مِنْ كَثِيرٍ يَنْقَطِعُ)<sup>۲۴</sup> صبر و تحمل کلید رسیدن به موفقیت است خیلی افراد از اندک شروع کردند تا پر بار و ماهر شدند، قطره قطره جمع شود وانگهی دریا شود.

#### ۷- حلم

برای رسیدن به اهداف گاهی اوقات علاوه بر تلاش و پشتکار نیاز به حلم و بردباری است. در ادعیه شریفه فراوان سفارش به حلم شده؛ امام علی علیه السلام میفرماید: (وَاقْسِمِ لِي حِلْمًا تَسُدُّ بِهِ بَابَ الْجَهْدِ وَ عِلْمًا تَفْرَجُ بِهِ الْجَهَالَاتِ)<sup>۲۵</sup> خدایا به من حلم عطا کن که در سختی و مشقت را ببندد.

برای روشن تر شدن مطلب به ذکر مثالی میپردازیم؛ فرض کنید شخصی با عجله و با سرعت از محلی که پر از تله و خطر است عبور میکند، این شخص علی‌رغم اینکه علم به خطرات مسیر دارد ممکن است به خاطر عجله و دست‌پاچی بلغزد و در خطر و هلاکت افتد، و در مقابل شخصی حتی بدون اطلاع از خطرات راه ولی با توجه و خونسردی و حلم و بردباری می‌تواند به سلامت این مسیر را طی کند. چون این شخص قبل از هر قدمی دقت و حلم کافی را با خود دارد.

<sup>۲۳</sup> - علامه طباطبائی، محمدحسین - تفسیر المیزان ج ۱۹ ص ۷۵

<sup>۲۴</sup> - تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد - غررالحکم و دررالکلم ج ۴ ص ۴۹۷ ح ۶۷۲۸ مقدار کمی که ادامه پیدا کند بهتر از زیادیس که قطع شود.

<sup>۲۵</sup> - سماهیجی عبدالله ابن صالح - الصحیفة العلویة و التحفة المرتضیة - ترجمه رسولی ص ۳۱۱ - خدایا به من حلم عطا کن که در سختی و مشقت را ببندد

## ۸- توکل

وکل: (بر وزن فلس) واگذار کردن. همچنین وکول «وَكَلَ إِلَيْهِ الْأَمْرَ كُلًّا وَوَكَّلُوا: فَوَّضَهُ إِلَيْهِ» وکیل بمعنی موکول کسی است که کار باو واگذار شده است. فیض الاسلام در شرح صحیفه سجادیه در مورد توکل اینچنین می فرماید:

«کسیکه در همه کارها بخدا اطمینان خالص داشته باشد، بحول و قوه و توفیق و اعانت و یاری او اعتماد دارد نه بقدرت و علم خود و نه باسباب و وسائط، و معنی توکل به خدا همین است، و تمسک باسباب منافات با توکل به خدا ندارد، زیرا معنی توکل چشم پوشیدن از اسباب نیست بلکه اعتماد نداشتن بآن است پس اگر کسی روزی بطلبد خداوند او را از اسباب مشروعه مانند تجارت و زراعت روزی می دهد ولی اعتماد تاجر و زارع بعمل خوشان نیست بلکه اعتمادشان به خدا است و باینکه رزق و روزی با خداست اگر بخواهد روزی تاجر و زارع از تجارت و زراعت می دهد و اگر بخواهد از غیر این دو راه می رساند پس تمسک به تجارت و زراعت از حد و مرز توکل و اعتماد بخدا بیرون نمیباشد، خلاصه قلب مؤمن با توکل متوجه به خدای تعالی است و توجه او باسباب و وسائط از روی آنست که جهان عالم اسباب است و خداوند متعال نخواست که کارها بی اسباب انجام گیرد».<sup>۲۷</sup>

همانطور که ملاحظه کردید مفهوم توکل به معنای این نیست که بدون هیچ اقدام و حرکتی کارها را بخدا واگذار کنیم بلکه توکل به معنای آن است که بعد از سعی و حرکت و برنامه ریزی و اقدام نتیجه را به او واگذار کنیم.

## ۹- برنامه ریزی

برای رسیدن به هر هدفی برنامه ریزی کردن و تعیین مراحل خیلی مهم است، این موضوع در لسان روایات با لفظ تقدیر و تقدیر معیشت بارها به کار رفته است.

امام سجاد علیه السلام در صحیفه سجادیه میفرمایند؛ بار خدایا بر محمد و آل او درد فرست، و مرا از اسراف و زیاده روی (در صرف مال) باز دار، و به بخشیدن و میانه روی در زندگی مستقیم ساز که اعوجاج و کجی در آن راه نداشته باشد و از حد تجاوز ننمایم و روش نیکو در معیشت و زندگی (صرف مال به اندازه توانایی) را بمن بیاموز (در دل من انداز طوری که شایسته است رفتار کنم، حضرت باقر علیه السلام فرموده: علامت و نشانه مؤمن سه چیز است: حسن تقدیر و نیک اندازه گرفتن در معیشت، و شکیبائی بر مصیبت و سختی، و آموختن احکام دین) و مرا به لطف خود از بی جا خرج کردن باز دار - (گفته اند اسراف زیاده روی در صرف مال است در آنچه شایسته است، و تبذیر زیاده روی در صرف مال است در آنچه پسندیده نیست) و...<sup>۲۸</sup>

در برنامه ریزی معمولاً شرط هایی برا خود قرار می دهیم تا به اهداف برسیم، در علم اخلاق به این شروط مشارطه گویند، سالک قبل از حرکت یک سری شرط و شروطی میگذارد و بعد اقدام میکند این واضح هست که برای رسیدن به هر آرزویی یک دستور عمل خاص است که نباید از آن تخطی کرد. و الا به نتیجه نهایی نخواهیم رسید.

در ادامه به بررسی مرحله دوم یعنی مراقبه می پردازیم.

<sup>۲۶</sup> - قرشی - قاموس قرآن، ماده وکل

<sup>۲۷</sup> - فیض الاسلام اصفهانی علی نقی - الصحیفه السجادیة ترجمه و شرح فیض الاسلام ص ۱۹۸ دعای بیست و نهم

<sup>۲۸</sup> - فیض الاسلام اصفهانی علی نقی - الصحیفه السجادیة ترجمه و شرح فیض الاسلام ص ۲۰۲ دعای سی ام



## ۱۰- نظارت و مراقبه:

علمای علم اخلاق برای رسیدن به اهداف خود سه مرحله را قرار داده اند که عبارت هستند از مشارطه ، مراقبه و مؤاخذه البته مراحل مختلفی در مباحث دیگه ای ذکر شده که در تمام آنها نیز مراقبت و نظارت عنصر کلیدی است ، در کشاورزی نیز زارع ابتدا دانه ایی می کارد و سپس در مرحله بعدی از آن دانه مراقبت و آبیاری میکند و علف های هرز مزاحم را از جلوی آن گیاه کنار میزند تا آن گیاه به مرحله نهایی و میوه دهی برسد این سه مرحله کاشت ، داشت و برداشت نام دارند، در یک سیستم هم سه مرحله ورودی ، پردازش و خروجی وجود دارد . که خیلی از نظام های جهان همین رویکرد سیستمی را اجرا میکنند. به طور مثال در مدرسه ایی ابتدا استعداد یابی می کنند ، و سپس متناسب با استعداد خوراک روحی و جسمی به دانش آموزان می دهند و تا مرحله نهایی و شکوفایی استعداد این شخص را هدایت می کنند تا به خروجی دلخواه خود دست یابند.

در کتاب درآمدی بر روانشناسی آرزوها با رویکرد اسلامی در مورد نظارت بر خود، این مطلب ذکر شده: ( در آموزه های اسلامی ، همواره افراد ترغیب می شوند به وقایع پیرامونی هوشیار باشند و مرتباً بر رفتار خود نظارت کنند. توجه دادن افراد به موضوع نا پایداری عمر به منظور کوتاه کردن آرزوها نمونه ای از این ترغیب هاست . در روایتی از حضرت علی علیه السلام آمده است: )  
فَاعْمَلْ عَمَلْ رَجُلٍ لَيْسَ يَأْمُلُ مِنَ الْأَيَّامِ إِلَّا يَوْمَهُ الَّذِي أَصْبَحَ فِيهِ وَ لَيْلَتِهِ. ترغیب به هشیاری و نظارت گری بر خود را از روایت دیگر آن حضرت بهتر می توان برداشت کرد: «زِدْ مِنْ طَوْلِ أَمَلِكِ فِي قِصْرِ أَجَلِكَ وَ لَا تَغْرُتْكَ صِحَّةُ جِسْمِكَ وَ سَلَامَةُ أَمْسِكَ فَإِنَّ مُدَّةَ الْعُمُرِ قَلِيلَةٌ وَ سَلَامَةُ الْجِسْمِ مُسْتَحِيلَةٌ»<sup>۲۹</sup> لکن راه حق این گونه مراقب حالات خود هستند و با خدای خود چنین نجوا می کنند (رَبِّ وَمَا أَطْوَلَ أَمَلِي فِي قِصْرِ أَجَلِي وَأَقْصَرَ أَجَلِي فِي بُعْدِ أَمَلِي)<sup>۳۰</sup>

درخصوص اهمیت نظارت به سراغ استاد علی صفایی حائری می رویم تا ببینیم ایشان چطور به این مهم نگاه کرده اند:  
«تو با بلوغ ، به عقل و سنجش و به آزادی و به مسئولیت و تکلیف می رسی. مسئولیت اول تو ، نظارت و کنترل بر کارها و حالت هایی است که از تو سر می زنند.

بلوغ و آزادی و عقل و سنجش ، نظارت و حسابرسی می خواهد. نظارت بر کارها و حالت ها و برخوردها ، نظارت بر هدف ها و راه ها و پیشنهادهای و روش ها. آیا می خواهی به خاطر سختی از این نظارت و سنجش چشم بپوشی و دست بکشی و مثل حیواناتی زندگی کنی ، که این نیرو و توانایی را ندارند؟ خداوند آدم هایی را از حیوانات پست تر می داند ؛ چون حیوانات این

<sup>۲۹</sup> -کلینی - کافی، ۴۵۳: ۱۳۸۸- مانند کسی عمل نما که از ایام جز روزی که صبح را در آن شب رسانده امید زنده بودن ندارد.

<sup>۳۰</sup> -تمیمی آمدی غررالحکم و دررالکلم ۱۳۶۶: ۱۵۹، ح ۳۰۳۳- به اندازه ی کوتاهی عمرت آرزویت را طولانی نما و مبدا صحت جسمانی و سلامت روزگارت تو را بفریبد که مدت عمر کوتاه است و سلامت جسمانی دست خوش دگرگونی

<sup>۳۱</sup> -رفیعی هنر، حمید - در آمدی بر روان شناسی آرزوها با رویکرد اسلامی ص ۱۲۶

<sup>۳۲</sup> -کلینی ۱۳۸۸: ۵۷۷- خدای من ، چقدر آرزویم طولانی است در این عمر کوتاهم و چقدر عمرم کوتاه است در این درازی

نیرو را نداشته اند، ولی آدمی داشته و بکار نگرفته یا خراب کرده و از کار انداخته است. درست مثل کسی که در شب تاریک و در راه پر پیچ خمی، چراغ و فرمان ماشین خود را خراب کند و یا به کار نگیرد...<sup>۳۲</sup>

میبینید که چقدر نظارت و مراقبت مهم و حیاتی است. چرا که هر حرکتی در عالم منشأ یک سری تغییرات می شود.

#### ۱۱- ارزیابی و مؤاخذه

گام بعدی همان بازخورد گیری و خود ارزیابی است، بررسی این نکته که آیا خروجی کار ما با اون هدفی که دنبالش بودیم چقدر همخوانی و نزدیکی دارد. اگر خروجی کار ما اصلاً درست نیست و با اهداف و آرزوهای ما نمی خواند، باید به مؤاخذه و اصلاح خود بپردازیم. اگر ما به اهداف و شرط و شروط خود نزدیک نشده ایم و نتوانسته ایم به آمال خود نزدیک شویم، باید ببینیم ایراد کار از کجاست در صورت نیاز اصلاح و یا حتی به مؤاخذه خود بپردازیم.

و در این راه نباید هیچ گونه سستی و تخفیفی قائل شویم چرا که جای هیچ توجیه غیر موجهی نیست. به خاطر این است که در احادیث ما بسیار بر این نکته تأکید شده که انسان مؤمن باید در پایان هر شبی یک محاسبه و خود ارزیابی داشته باشد؛ اگر اعمالش نیک و شایسته است خدا را شکر کند و اگر گناه و خطایی از او سرزده است توبه و استغفار کند. امام علی علیه السلام می فرماید: «أَلَا فَحَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا»<sup>۳۳</sup> آگاه باشید که حساب کنید خودتان را قبل از آنکه به حسابتان برسند.

و نیز در روایات و آیات فراوانی بر این نکته تأکید شده است.

در آیات فراوانی هم به این نکته اشاره شده مانند؛

«وَلْتَنْتَظِرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ»<sup>۳۴</sup> و هر کسی باید بنگرد که چه چیزی برای آخرت خود میفرستد".

#### نتایج:

۱. آرزوهای مثبت جنبه عملیاتی دارد، و می توان آنها را آموخت و به کار بست، آرزوهای مثبت باعث تغییر و تحول در کل جامعه می شود. برای رسیدن به آرزوهای مثبت باید با استعانت از پروردگار و نیتی پاک و معرفت و محبت و عمل و حلم گام برداشت و با طرح و برنامه، نظارت، ارزیابی، پشتکار، سعی و توکل و به سرمقصد رسید.
۲. آدمی با داشتن الگویی از اولیای الهی می تواند آنها را میزان قرار داده و آرزوهای ناصحیح خود را صحیح کند. خداوند کریم با ذکر داستان اولیاء و پیامبران بزرگ که در مکتب توحید تربیت یافته اند درس های زیادی برای رشد و تعالی به ما می دهد آرزوهای اولیای الهی سر منشأ تغییرات مثبتی در عالم هستند و باعث خیر و برکت و نیز جنبه آموزشی و تربیتی برای احاد افراد جامعه دارد. اولیای الهی به عنوان میزانی می توانند به ما درست آرزو کردن و درست اقدام کردن در جهت آن آرزوها را آموزش دهند. آرزوهای آنها باعث رشد و پویایی جامعه می باشد. و نیز ذکر داستان افراد تربیت یافته در مکتب کفرد قرآن انسان را به تامل و خود داری از روش زندگی این افراد و می دارد.

<sup>۳۳</sup> -استاد علی صفایی حائری - نامه های بلوغ صص ۱۶۰ الی ۱۶۲

<sup>۳۴</sup> - منهاج البراهه فی شرح نهج البلاغه جلد ۱۳ ص ۵۲

<sup>۳۵</sup> -حشر ۵۹ آیه ۱۸ - و هر کسی باید بنگرد که چه چیزی برای سرای آخرت خویش می فرستد.

۳. آرزوهای ناصحیح و دنیوی همچون سرابی (نابود شونده) هستند و جز سختی و مشقت برای انسان ارمغانی ندارند.
۴. انسان های آگاه و خردمند به هیچ وجه خود را اسیر آرزوهای پست و دنیوی نمی کنند ، چرا که آنها به این بینش رسیده اند که بافت و ساخت جهان و انسان با اینگونه آرزو کردن نمی سازد ، و این آرزوها در ظرف دنیا متحقق نمی شوند.
۵. برای اصلاح جامعه باید به اصلاح آرزوها پرداخت و برای اصلاح آرزوها باید به اصلاح و تربیت افراد پرداخت. چرا که تمام تغییرات در ابتدا از یک آرزو و خواهش ایجاد می شوند .
۶. مراد از آرزوهای مذموم در ادبیات دینی، آرزوهای طولانی اند که صرفا جنبه مادی دارند و انسان را غرق در دنیا کرده و از یاد خدا غافل می کنند و از ایمان به خدا و آخرت و اطاعت از او جلوگیری می کنند.

## منابع:

۱. مکارم شیرازی، ناصر، ترجمه قرآن کریم، سلیمان زاده قم، چاپ دوم، ۱۳۸۵ ش.
۲. معتزلی، ابن ابی الحدید، شرح نهج البلاغه، انتشارات کتابخانه آیت الله مرعشی نجفی قم، چاپ پنجم ۱۴۰۴ ق
۳. ابن مشهدی، محمد بن جعفر، المزار الکبیر، دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامع المدرسین قم ۱۴۱۹ ق چاپ اول
۴. کلینی، محمد بن یعقوب، تحفه الاولیاء (ترجمه اصول کافی). مترجم: اردکانی محمد علی، دارالحدیث قم، چاپ اول ۱۳۸۸ ش.
۵. ابن شعبه، حسن بن علی، تحف العقول. مترجم: احمد جنتی، مؤسسه امیرکبیر تهران، چاپ اول ۱۳۸۲ ش
۶. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غرر الحکم و درر الکلم (شرح کلمات امیرالمؤمنین)، مترجم: رجائی سید مهدی دارالکتاب الاسلامی قم، چاپ دوم ۱۴۱۰ ق.
۷. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، مفردات راغب، دمشق دارالقلم، چاپ اول ۱۴۱۴ ق.
۸. طباطبایی، سید محمد حسین، المیزان فی التفسیر القرآن، دفتر انتشارات اسلامی قم، چاپ پنجم ۱۳۷۴ ش.
۹. فیض کاشانی، ملا محسن، المحجۃ البیضاء، دارالعلم، ۱۳۶۴ ش
۱۰. سماهیجی، عبدالله بن صالح، الصحیفۃ العلویۃ و التحفۃ المرتضویۃ، ترجمه رسولی، تهران، انتشارات اسلامی، ۱۳۹۶ ق.
۱۱. رفیعی هنر، حمید، درآمدی بر روان شناسی آرزوها با رویکرد اسلامی، دارالحدیث قم، چاپ اول ۱۳۹۷ ش.
۱۲. صفایی حائری، علی، صراط، انتشارات مؤسسه لیلۃ القدر قم، چاپ دوازدهم ۱۳۸۷ ش
۱۳. هاشمی خویی، میرزا حبیب الله، منهاج البراعۃ فی شرح نهج البلاغه، مکتبۃ الاسلامیۃ چاپ چهارم تهران، ۱۴۰۰ قمری
۱۴. باقر ساروخانی، روش های تحقیق در علوم اجتماعی (تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، ۱۳۷۵) چاپ سوم
۱۵. شریفی، احمد حسین، آیین زندگی اخلاق کاربردی، دفتر نشر معارف قم، چاپ ۲۵۱۳۸۷ ش