

## ■ نقش محبت

محبت و دوستی سرچشمه بسیاری از تصمیم‌ها و کارهای انسان است. فعالیت‌هایی که آدمی در طول زندگی انجام می‌دهد ریشه در دل‌بستگی‌ها و محبت‌های او دارد و همین محبت‌هاست که به زندگی آدمی جهت می‌دهد. به هر میزان که محبت شدیدتر باشد، تأثیر آن نیز در زندگی عمیق‌تر و گسترده‌تر است؛ مثلاً کسی که دوستدار ثروت است، سمت و سوی همه کارهای خود را رسیدن به ثروت قرار می‌دهد. کسی که شیفته مد است، دل مشغولی شب و روز او دست یافتن به آخرین مدهاست و کسی که محبوب و معشوق خود را دانشمند یا هنرمندی قرار می‌دهد، ظاهر و حتی سبک زندگی خود را شبیه وی می‌سازد.

### چقدر می‌ارزیم؟!

عده‌ای از اندیشمندان برتر دنیا در یکی از کشورهای اروپایی جمع شده بودند تا درباره موضوع «معیار ارزش واقعی انسان» بحث و تبادل نظر کنند.

دلیل انتخاب این بحث این بود که ما برای سنجش ارزش بسیاری از موجودات، معیار خاصی داریم؛ مثلاً معیار ارزش طلا به عیار آن است؛ معیار ارزش درخت میوه به کیفیت محصول آن و معیار ارزش مزرعه، میزان حاصلخیزی آن است؛ اما معیار ارزش انسان چیست؟!

هر کدام از جامعه‌شناسان در این باره حرف‌هایی زدند و معیارهای خاصی ارائه دادند. وقتی نوبت به من رسید، به جایگاه رفتم و گفتم: اگر می‌خواهید بدانید یک انسان چقدر ارزش دارد، ببینید به چه چیزی علاقه دارد و به چه چیزی عشق می‌ورزد. کسی که عشقش یک آپارتمان است، در واقع ارزشش به مقدار همان آپارتمان است. کسی که عشقش ماشین است، ارزشش به همان میزان است، اما کسی که عشقش خداوند متعال است، ارزشش به اندازه خداست. با تمام شدن حرف‌ها تمامی جامعه‌شناسان حاضر در جلسه برای چند دقیقه بلند شدند و برایم دست زدند. وقتی تشویق آنها تمام شد، گفتم: عزیزان! این کلام من نبود. بلکه از شخصی به نام علی علیه السلام است. ایشان می‌فرماید:

**ارزش هر انسانی به اندازه چیزی است که دوست می‌دارد.<sup>۱</sup>**

وقتی این کلام را گفتم دوباره به نشانه احترام به شخصیت حضرت علی علیه السلام از جا بلند شدند و با تعجب نام ایشان را بر زبان جاری می‌کردند.<sup>۲</sup>

تا در طلب گوهر کانی، کانی      تا در هوس لقمه نانی، نانی  
این نکته رمز اگر بدانی، دانی      هرچیز که در جتن آنی، آنی<sup>۳</sup>

۳- مولوی، دیوان شمس، رباعیات

۲- خاطره‌ای از علامه محمدتقی جعفری

۱- نهج البلاغه، حکمت ۸۱

پیامبر اکرم ﷺ: هر کس در روز قیامت با محبوب خود محشور می‌شود.<sup>۱</sup>  
 با توجه به حدیث بالا بگویید چرا در روز قیامت انسان با همان‌هایی که در دنیا  
 آنها را محبوب خود قرار داده است، همراه و هم‌نشین می‌شود و به سرانجام همان‌ها  
 دچار خواهد شد؟

### محبت به خدا

اگر انسان دل به سرچشمهٔ کمالات و زیبایی‌ها سپارد، و قلب خود را جایگاه او کند، زندگی‌اش  
 رنگ و بوی دیگری می‌یابد و هر میزان که ایمان انسان به خدا بیشتر شود، محبت وی نیز به خدا بیشتر  
 می‌شود. عشق و محبت الهی افسردگی، ترس و یأس را از بین می‌برد و به انسان نشاط، شجاعت و  
 قدرت می‌بخشد. محبت الهی، تنبل را چالاک و زرنک، بخیل را بخشنده، کم‌طاقت را صبور می‌کند  
 و سرانجام آدمی را از خودخواهی به ایثار و از خودگذشتگی می‌رساند. عشق به خدا چون اکسیری  
 است که مرده را حیات می‌بخشد و زندگی حقیقی به وی عطا می‌کند. این همه تحول به این دلیل است  
 که قلب انسان جایگاه خداست و جز با خدا آرام و قرار نمی‌یابد.

امام صادق (ع) می‌فرماید: **قلب انسان حرم خداست؛ در حرم خدا غیر خدا را جا ندهید.**<sup>۲</sup>  
 از همین رو، قرآن کریم یکی از ویژگی‌های مؤمنان را، دوستی و محبت شدید آنان نسبت به خدا  
 می‌داند:

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَتَّخِذُ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَنْدَادًا وَبَعْضُی از مردم همتایانی را به جای

خدا می‌گیرند

آنان را دوست می‌دارند مانند دوستی

خدا

اما کسانی که ایمان آورده‌اند به خدا

محبت بیشتری دارند.

يُحِبُّونَهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ

وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ

## عاشقانه‌ای با خدا

من عشق را آموخته بودم؛ اما به چه چیز عشق ورزیدن را نه؛ به دنیا عشق ورزیدم، به مال و منال عشق ورزیدم، به مدرسه عشق ورزیدم، به دانشگاه عشق ورزیدم. اما همه اینها بعد از مدت کمی جای خود را به عشق حقیقی و اصیل داد؛ یعنی عشق به تو. فهمیدم عشق به تو پایدار است و دیگر عشق‌ها، عشق‌های دروغین است... پس به عشق تو دل بستم.

بعد از چندی که به تو عشق ورزیدم به یکباره به خود آمدم. دیدم که من کوچک‌تر از آنم که عاشق تو شوم و تو بزرگ‌تر از آنی که معشوق من قرار بگیری. فهمیدم در این مدت که فکر می‌کردم عاشق تو هستم اشتباه می‌کردم. این تو بودی که عاشق من بودی و مرا [به‌سوی خود] می‌کشاندی. اگر من عاشق تو بودم، باید یکسره به دنبال تو می‌آمدم. ولیکن وقتی توجه می‌کنم می‌بینم گاهی اوقات در دام شیطان افتاده‌ام؛ ولی باز به راه مستقیم آمده‌ام. حال می‌فهمم این تو بودی که عاشق بنده‌ات بودی و هرگاه او صید شیطان می‌شد، تو دام شیطان را پاره کردی. هر شب به انتظار او [بنده‌ات] می‌نشستی تا بلکه یک شب او را ببینی. حالا می‌فهمم که تو عاشق صادق بنده‌ات هستی.

بخش‌هایی از دست‌نوشته‌های شهید ناصرالدین باغانی که در ۱۹ سالگی در عملیات کربلای ۵ به شهادت رسید

## آثار محبت به خدا و راه‌های افزایش آن

پیروی از دستورات خداوند، دوستی با دوستان او و بیزاری از دشمنانش بخشی از آثار محبت به خداست. البته بین محبت به خدا و این آثار رابطه‌ای دوسویه است؛ یعنی همان‌طور که محبت خدا موجب بروز این آثار می‌شود، تداوم و استمرار در پیروی از دستورات خداوند و عشق ورزیدن به دوستان و برائت از دشمنانش، موجب تقویت محبت انسان به خدا نیز می‌شود.

۱- پیروی از خداوند: نمی‌شود انسان از صمیم دل کسی را دوست داشته باشد اما از فرمایش سربچی کند. این سربچی نشانهٔ عدم صداقت در دوستی است.

برخی می‌گویند: اگر قلب انسان با خدا باشد، کافی است و عمل به دستورات او ضرورتی ندارد، آنچه اهمیت دارد، درون و باطن انسان است، نه ظاهر او. اما این توجیه، با کلام خداوند سازگار نیست. خداوند، عمل به دستوراتش را که توسط پیامبر ارسال شده است، شرط اصلی دوستی با خود اعلام می‌کند:

قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ  
فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ  
وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ  
وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ

بگو اگر خدا را دوست دارید  
از من پیروی کنید تا خدا دوستتان بدارد  
و گناهانتان را ببخشد  
و خداوند بسیار آمرزنده و مهربان است.

آل عمران، ۳۱

امام صادق (ع) فرمودند :

مَا أَحَبَّ اللَّهُ مَنْ عَصَاهُ؛ کسی که از فرمان خدا سرپیچی می کند، او را دوست ندارد.<sup>۱</sup>

خداوند در خواسته هایش فقط و فقط به مصلحت ما نظر دارد. او خیرخواهانه به ما هشدار می دهد و ما را به کارهایی که به نفع ماست، راهنمایی می کند. حتی اگر احساس کنیم برخی خواسته های خداوند سخت است، باید مطمئن باشیم که این دستور برای رستگاری ما ضروری است.

## فعالیت کلاسی

اگر ما کسی را دوست داشته باشیم، تلاش می کنیم هر آنچه را او دوست دارد انجام دهیم تا علاقه خود را به او نشان دهیم و خود را بیشتر به او نزدیک کنیم. با توجه به احادیث زیر بگویید برای اینکه رابطه دوستی خود را با خدا بیشتر کنیم، چه کارهایی را باید انجام دهیم.

خداوند، بنده گناهکار توبه کننده را دوست دارد.<sup>۲</sup>

خداوند، انسان با حیای بردبار با عفتی را که پاکدامنی می ورزد، دوست دارد.<sup>۳</sup>

خداوند، رسیدگی به دل سوختگان و درماندگان را دوست دارد.<sup>۴</sup>

خداوند، کسی که جوانی اش را در اطاعت او بگذراند، دوست دارد.<sup>۵</sup>

خداوند، زیبایی و آراستگی را دوست دارد.<sup>۶</sup>

۱- امالی، شیخ صدوق، ص ۳۶۹  
۲- نهج الفصاحة، حدیث ۷۵۶

۳- کافی، ج ۲، ص ۴۳۵  
۴- نهج الفصاحة، حدیث ۸۰۰

۵- کافی، ج ۲، ص ۱۱۲  
۶- کافی، ج ۶، ص ۴۴۰

۲- دوستی با دوستان خدا : اگر می‌خواهیم محبت خداوند در دلمان خانه کند، باید محبت کسانی را که رنگ و نشانی از او دارند و خداوند محبت و دوستی آنان را به ما توصیه کرده، در دل جای دهیم و هر میزان که این علاقه بیشتر و قوی‌تر باشد، محبت ما نیز به خدا فزون‌تر می‌شود. انبیا و اولیای الهی و مجاهدان راه حق و آنان که در مسیر بندگی خدا حرکت کردند، دوستان خداوند هستند و برترین این دوستان، رسول خدا ﷺ و اهل بیت ایشان علیهم‌السلام می‌باشند که با تمام وجود به خدا عشق ورزیدند و زندگی خود را در اطاعت کامل خداوند سپری کردند. دوستی با آنان، همان دوستی با خداوند و محبت به آنان در مسیر محبت به خداوند است. البته این دوستی و محبت نیز بایستی همچون محبت به خدا، همراه با عمل و پیروی از آنان باشد.

۳- بیزاری از دشمنان خدا و مبارزه با آنان : عاشق روشنایی، از تاریکی می‌گریزد و آن‌کس که به دوستی با خدا افتخار می‌کند، با هر چه ضد خداست، مقابله می‌نماید. او دوستدار حق و دشمن باطل است. عاشقان خدا پرچمدار مبارزه با ستم و ستمگران بوده‌اند. همه پیامبران، از حضرت نوح علیهِ و حضرت ابراهیم علیهِ تا پیامبر اسلام ﷺ زندگی خود را در مبارزه با ستم و پلیدی گذراندند و پرچم مبارزه را از نسلی به نسل بعد منتقل کردند. نمی‌شود کسی دوستدار خداوند باشد؛ اما زشتی و ستم را در جامعه ببیند و سکوت اختیار کند. از این رو، «جهاد در راه خدا» در برنامه تمام پیامبران الهی بوده و بیشتر آنان در حال مبارزه با ستمگران به شهادت رسیده‌اند. امروزه نیز مشاهده می‌کنیم که مستکبران و ستمگران برای رسیدن به منافع دنیایی خود، حقوق ملت‌ها را زیر پا می‌گذارند و آنان را از حقوقشان محروم می‌کنند. رنج و محرومیت مردم فلسطین، یمن، سوریه، عراق، بحرین و... نمونه آشکاری از رفتار مستکبران است که جز با مبارزه، برطرف نخواهد شد. در نتیجه، دینداری، با دوستی خدا آغاز می‌شود و برائت و بیزاری از دشمنان خدا را به دنبال می‌آورد. اگر کسی بخواهد قلبش را خانه خدا کند، باید شیطان و امور شیطانی را از آن بیرون کند. جمله «لا اله الا الله» که پایه و اساس بنای اسلام است، مرکب از یک «نه» و یک «آری» است : «نه» به هر چه غیر خدایی است و «آری» به خدای یگانه.<sup>۱</sup>

پس دینداری بر دو پایه استوار است : تولی (دوستی با خدا و دوستان او) و تبری (بیزاری از باطل و پیروان او). هر چه دوستی با خدا عمیق‌تر باشد، نفرت از باطل هم عمیق‌تر است.

امام خمینی رحمه‌الله بر مبنای همین تحلیل، به مسلمانان جهان این گونه سفارش می‌کند : «باید مسلمانان، فضای سراسر عالم را از محبت و عشق نسبت به ذات حق و نفرت و بغض عملی نسبت به دشمنان خدا لبریز کنند».<sup>۲</sup>

۱- سیری در نهج البلاغه، شهید مطهری، ص ۲۸۵

۲- پیام امام خمینی رحمه‌الله به مناسبت حج ۱۴۰۷ ه.ق (۱۳۶۶ ش)

با بررسی دنیای امروز، بزرگ‌ترین دشمنان خدا و متجاوزان به حقوق انسان‌ها را معرفی کنید و سپس راه‌های مؤثر برای مقابله با آنان را که همهٔ ستم‌دیدگان جهان بتوانند انجام دهند، پیشنهاد دهید.

### ورود بیگانگان ممنوع!



برخی وقتی به زیبایی دوستی با خدا پی می‌برند، آرزوی راه یافتن محبت او به قلب خود را دارند؛ اما در رسیدن به این خواسته با یک مشکل مواجه می‌شوند و آن اینکه محبت کسانی را به دل راه داده‌اند که خدای مهربان از آن راضی نیست و آن را به صلاح انسان نمی‌داند؛ حال می‌پرسند چگونه می‌توانیم محبت آنها را از دل خارج کنیم؟

برای بیرون راندن این محبت‌ها از دل، توجه به منشأ شکل‌گیری آنها ضروری است. با توجه به روایات، منشأ اصلی

گرفتار شدن به این گونه محبت‌ها، غفلت از خدا و یاد اوست. یکی از یاران امام صادق علیه السلام از آن حضرت دربارهٔ عشق‌های باطل پرسید. ایشان فرمود: **دل‌هایی که از یاد خدا خالی شده باشند، خداوند محبت غیر خودش را به این دل‌ها می‌چشاند.**<sup>۱</sup>

بنابراین، گام اول برای بیرون کردن محبت غیر خدا، رو آوردن به یاد و ذکر خداست. انجام واجباتی مانند نماز و روزه، حضور در مکان‌های مقدسی همچون مسجد و زیارتگاه‌ها، توجه به خواندن قرآن و نیز دعاهایی همچون دعای کمیل، دعای ابو حمزه ثمالی، دعا‌های صحیفه سجادیه، حضور در مجالس و مراسم دینی مانند اعتکاف، مجالس توسل به اهل بیت و مطالعهٔ زندگانی

۱- شیخ صدوق، علل الشرایع، ص ۱۴۰

انسان‌هایی که عشق به خدا را در دل پرورانده‌اند (همچون کتاب‌های زندگی شهدا) به تقویت یاد خدا کمک فراوانی می‌کند.

**دومین گام**، مبارزه با تخیلات باطل است؛ چرا که یکی از اصلی‌ترین راه‌های زیاد شدن عشق‌های باطل، غرق شدن در تخیلات است. پس هر چیزی که یادآور خاطرات این عشق است، باید از خود دور کرد. هدیه، نامه، پیامک، ایمیل، عکس و... نمونه‌هایی از این دسته‌اند که باید آنها را از بین برد.

**سومین گام**، افزایش روابط محبت‌آمیز با خانواده است. بسیاری از افرادی که گرفتار عشق‌های کاذب می‌شوند، با اعضای خانواده خود چنین ارتباط محبت‌آمیزی ندارند. در دین اسلام توصیه زیادی به محبت کردن به اعضای خانواده شده است. هر چه ارتباط و محبت ما نسبت به پدر و مادر و یا خواهر و برادر زیاد شود، انسان احساس نیاز کمتری به محبت‌های نامشروع پیدا می‌کند.

**چهارمین گام**، قطع ارتباط با طرف مقابل است. البته این قطع ارتباط اگر همراه با توجه به سه گام قبلی نباشد، تأثیری نخواهد داشت.

پس از انجام این مراحل، انسان احساس می‌کند قلبش بیش از گذشته از عشق به خدا لبریز شده و آرامشی الهی سراسر زندگی او را در بر گرفته است.

ره از اغیار حالی کن چو عزم کوی ماداری	نظر بر غیر ما مکن چو قصد روی ماداری
من آن شمعم که در مجلس مرا پروانه بسیارند	بوزان خویش را چون او اگر خود بوی ماداری
ز معشوقان هر جانی تو را چون کار بکشاید	حرامت باد اگر رغبت به عنبر سوی ماداری
مسلم آن زمان باشد تو را لاف سرافرازی	که در میدان جانبازان سرت را گوی ماداری
درون باطن خود را به نور ما منور کن	اگر چه طاهر خود را به جست و جوی ماداری

\*\*\*

- ۱- برای تقویت دوستی خود با خداوند، از چه راه‌هایی می‌توان کمک گرفت؟
- ۲- برای تقویت بیزاری از باطل و بی‌تفاوت نبودن در مقابل باطل صفتان چه می‌توان کرد؟
- ۳- چگونه می‌توان دریافت که در دوستی با خدا و دشمنی با بدی‌ها صادق هستیم؟
- ۴- فردی می‌گوید: «اساس دین بر محبت است؛ بنابراین دل مسلمانان نباید جایگاه کینه و نفرت از کسی باشد»؛ شما با او موافقید یا خیر؟ چرا؟

### پیشنهاد

- ۱- در زندگی پیامبران و امامان علیهم‌السلام و مجاهدان راه خدا تحقیق کنید و نمونه‌هایی از اشتیاق آنها به حق و مبارزه‌شان با زشتی و باطل را نشان دهید.
- ۲- امام خمینی رحمه‌الله که از پیروان راستین پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم بود، زندگی خود را در مبارزه با ستم و باطل گذراند. آیا می‌توانید نمونه‌هایی از این مبارزه‌ها را بیان کنید؟





يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ  
 عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴿١٨٦﴾ أَيَّامًا مَّعْدُودَاتٍ ۚ  
 فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ ۚ  
 وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ ۚ  
 فَمَن تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ ۚ وَأَن تَصُومُوا  
 خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ تَعْلَمُونَ ﴿١٨٧﴾ شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي  
 أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى  
 وَالْفُرْقَانِ ۚ فَمَن شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ ۚ  
 وَمَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ ۚ  
 يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ  
 وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَى مَا هَدَاكُمْ  
 وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿١٨٨﴾ وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي  
 فَإِنِّي قَرِيبٌ ۚ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ۚ  
 فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴿١٨٩﴾

## سورة بقره، آیات ۱۸۳ تا ۱۸۶

ای کسانی که ایمان آورده اید روزه بر شما واجب شده است همان گونه که بر کسانی که پیش از شما [بودند] واجب شده بود به امید اینکه پرهیزگاری کنید. ۱۸۳

[روزه در] روزهای معدودی [بر شما مقرر شده است] [ولی] هر کس از شما بیمار یا در سفر باشد [به همان شماره] تعدادی از روزهای دیگر [را روزه بدارد]. و بر کسانی که [روزه] طاقت فرستاست، کفاره ای است که خوراک دادن به بینوایی است؛ و هر کس به میل خود بیشتر نیکی کند، پس آن برای او بهتر است و روزه گرفتن برای شما بهتر است، اگر بدانید. ۱۸۴

ماه رمضان [همان ماه] است که در آن قرآن نازل شده است، [کتابی] که مردم را راهبر و [در بردارنده] نشانه های آشکار هدایت و [معیار] تشخیص حق از باطل است. پس هر کس از شما این ماه را درک کند باید آن را روزه بدارد و کسی که بیمار یا در سفر است [باید به شماره آن] تعدادی از روزهای دیگر [را روزه بدارد] خدا برای شما آسانی می خواهد و برای شما دشواری نمی خواهد. و باید آن روزهای مشخص [ماه رمضان] را کامل کنید و باید خدا را به پاس آنکه هدایتان کرده است به بزرگی بستایید و به امید اینکه شکرگزاری کنید. ۱۸۵

و هرگاه بندگان من از تو درباره من بپرسند [بگو] من نزدیکم و دعای دعا کننده را به هنگامی که مرا بخواند اجابت می کنم؛ پس [آنان نیز] باید دعوت مرا اجابت کنند و به من ایمان آورند به امید اینکه راه یابند. ۱۸۶

## یاری از نماز و روزه

خدای مهربان برای زندگی ما انسان‌ها برنامه‌ای تنظیم کرده که دربردارنده احکام و وظایف گوناگونی در ارتباط با خدا، خود، خانواده، جامعه و خلقت است. با عمل به این برنامه و احکام و دستورات آن، انسان می‌تواند در مسیر نزدیک شدن به خدا گام بردارد و به رستگاری در دنیا و آخرت برسد. اگرچه تمامی این احکام و دستورات در جهت مصلحت ما است؛ اما انسان دوست دارد حکمت و علت احکام الهی را بداند و با معرفت بیشتر دستورات الهی را انجام دهد. از این رو، خدای متعال برخی از فایده‌های مهم‌ترین احکام خود را از طریق آیات قرآن کریم و سخنان معصومان به اطلاع ما رسانده است. در این درس با فایده دو عمل مهم در زندگی هر فرد مسلمان، یعنی نماز و روزه آشنا می‌شویم و پاسخ سؤالات زیر را می‌یابیم:

- ۱- چرا در هر روز، پنج بار به نماز می‌ایستیم؟
- ۲- حکمت روزه چیست؟ چرا یک فرد مسلمان باید روزه بگیرد؟
- ۳- احکام دیگر روزه کدام‌اند؟

خداوند در آیات مختلفی، فایده‌های نماز و روزه را بیان فرموده است. دو فایده نماز عبارت‌اند از :  
۱- یاد خدا، ۲- دوری از گناه.

مهم‌ترین فایده روزه نیز عبارت است از : تقوا.

در این درس به فایده دوم نماز که با فایده روزه؛ یعنی تقوا ارتباط دارد، می‌پردازیم و این دو را با هم بررسی می‌کنیم.

راستی تقوا چیست؟ چرا قرآن کریم همواره مردم را دعوت به تقوا می‌کند؟

## ■ تقوا

برای اینکه حقیقت تقوا را دریابیم، ابتدا مثالی را که امیر مؤمنان علی علیه السلام بیان فرموده است، ذکر می‌کنیم. ایشان می‌فرماید :

«مَثَلُ انْسانَ هَی بَی تقوا مَثَلُ سوارکارانی است که سوار بر اسب‌های چموش و سرکشی شده‌اند که لجام را پاره کرده و اختیار را از دست سوارکار گرفته‌اند؛ به بالا و پایین می‌پرند و عاقبت، سوارکار را در آتش می‌افکنند. اما مَثَلُ آدم‌های باتقوا، مَثَلُ سوارکارانی است که بر اسب‌های رام سوار شده‌اند و لجام اسب را در اختیار دارند و راه می‌پیمایند تا اینکه وارد بهشت شوند».<sup>۱</sup>

تفاوت اصلی میان این دو سوارکار که یکی به هلاکت می‌رسد و دیگری به رستگاری، در سرکشی و لجام‌گسیختگی اسب یکی از آنها، و رهوار و مطیع بودن اسب دیگری است.  
این لجام‌گسیختگی و سرکشی در انسان بی‌تقوا و رهواری و مطیع بودن در انسان باتقوا به چه معناست؟

«تقوا» به معنای «حفاظت» و «نگهداری» است. انسان با تقوا خودنگهدار است و خود را از گناه حفاظت می‌کند؛ یعنی بر خودش مسلط است و زمام و لجام نفس خود را در اختیار دارد و نمی‌گذارد نفس با سرکشی او را در دره‌های هولناک گناه بیندازد. انسان باتقوا، می‌کوشد روزه‌روز بر توانمندی خود بیفزاید تا اگر در شرایط گناه و معصیت قرار گرفت، آن قوت و نیرو او را حفظ کند و از آلودگی نکه دارد.

اکنون این سؤال پیش می‌آید که چگونه تقوا را در خود به وجود آوریم که بتوانیم در مواقع خطر بر خود مسلط باشیم و از گناه دوری کنیم؟

۱- نهج البلاغه، خطبه ۱۶

قرآن کریم راه‌های متعددی برای کسب تقوا به ما نشان داده که در این درس به دو مورد مهم از آنها، یعنی «نماز» و «روزه» اشاره می‌کنیم.

## نماز و بازدارندگی از گناه

انسانی که پنج بار در طول روز نماز به پا می‌دارد، یاد خدا را در دل خود زنده می‌کند و حضور او را در جای جای زندگی احساس می‌کند. توجه به حضور خدا در زندگی و نظارت او بر اعمال، موجب می‌شود تا انسان دست به هر کاری نزند و از گناهان دوری کند. خداوند در قرآن کریم می‌فرماید:

... وَ أَقِمِ الصَّلَاةَ  
و نماز را برپا دار،

إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ  
و لَذِكْرِ اللَّهِ أَكْبَرُ  
و اللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ  
که نماز از کار زشت و ناپسند باز می‌دارد  
و قطعاً یاد خدا بالاتر است،  
و خدا می‌داند چه می‌کنید.

عنکبوت، ۴۵

با این حال، برخی می‌گویند: «ما نماز می‌خوانیم اما تأثیر آن را کمتر در خود مشاهده می‌کنیم و معمولاً دست از رفتارهای قبلی بر نمی‌داریم. پس چگونه نماز بازدارنده انسان از زشتی‌ها و منکرات است؟»

شایسته است دقت کنیم که تأثیر نماز به تداوم و به میزان دقت و توجه ما بستگی دارد. چنان‌که اگر گفته شود هر کس درس بخواند، موفق می‌شود، طبیعتاً موفقیت همه یکسان نیست و به نحوه و کیفیت درس خواندن آنها بستگی دارد. بنابراین اگر نمازهای روزانه خود را ترک نکنیم و دقت و توجه خود را در نماز افزایش دهیم، از آن تأثیر خواهیم پذیرفت. نمی‌توان انتظار داشت خواندن چند رکعت نماز شتاب‌زده و بدون رعایت آداب، تأثیر چندانی در ما داشته باشد. اگر تلاش کنیم روز به روز نماز را با کیفیت بهتر و رعایت آداب آن انجام دهیم، به زودی تأثیر آن را خواهیم دید.

هر کدام از ما می‌توانیم این مورد را در میان اطرافیان و بستگان مشاهده کنیم و دریابیم افرادی که به نمازشان توجه بیشتری دارند، در مقایسه با کسانی که نماز نمی‌خوانند، یا نماز خود را شتاب‌زده و بدون رعایت آداب می‌خوانند، از منکرات بیشتری دوری می‌کنند.

اگر به زندانیان و خلاف‌کاران جامعه نگاه کنیم، می‌بینیم که چنین مجرمانی کمتر از میان افراد نمازخوان هستند. همین موضوع نشان می‌دهد که نماز تأثیر خود را گذاشته و هر قدر با توجه و دقت بیشتر انجام شود، تأثیر آن بیشتر هم خواهد شد.

## اگر نماز را کوچک شماریم...

اگر نماز را کوچک شماریم و نسبت به آنچه در نماز می‌گوییم و انجام می‌دهیم درک صحیح داشته باشیم، نه تنها از گناهان که حتی از برخی مکروهات هم به تدریج دور خواهیم شد. از این رو: اگر در انجام به موقع نماز بکوشیم، بی‌نظمی را از زندگی خود دور خواهیم کرد. اگر در پنج نوبت با لباس و بدن پاکیزه به نماز بایستیم، آلودگی‌های ظاهری ما کمتر خواهد شد. اگر شرط غصبی نبودن لباس و مکان نمازگزار را رعایت کنیم، کمتر به کسب درآمد از راه حرام متمایل خواهیم شد.

اگر هنگام گفتن تکبیر به بزرگی خداوند بر همه چیز توجه داشته باشیم، به آنچه در مقابل خداوند قرار دارد، توجه نخواهیم کرد.

اگر در رکوع و سجود، عظمت خدا را در نظر داشته باشیم، در مقابل مستکبران خضوع و خشوع نخواهیم کرد.

اگر عبارت «إِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ» را صادقانه از خداوند بخواهیم، به راه‌های انحرافی دل نخواهیم بست.

اگر عبارت «غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ» را با توجه بگوییم، خود را در زمره کسانی که خدا بر آنها خشم گرفته یا راه را گم کرده‌اند، قرار نخواهیم داد.

بنابراین؛ با تکرار درست آنچه در نماز می‌گوییم و انجام می‌دهیم به تدریج چنان تسلطی بر خود می‌یابیم که می‌توانیم در برابر منکرات بایستیم و از انجامشان خودداری کنیم.

	بررسی
فهم و درک درست اعمال زیر، انسان را در برابر چه گناہانی حفظ خواهد کرد؟	
منکرات	عبارات و اعمال نماز
۱-.....	۱- خواندن سورة توحيد
۲-.....	۲- درود بر پیامبر در تشهد
۳-.....	۳- دعای قنوت
۴-.....	۴- حضور در نماز جماعت
۵-.....	۵- گفتن عبارت «إِيَّاكَ نَعْبُدُ»
۶-.....	۶- گفتن عبارت «إِيَّاكَ نَسْتَعِينُ»

## تکمیل احکام

در سال‌های قبل آموختیم که برای انجام نماز، لازم است بدن و لباس ما پاک باشد و در صورتی که به یکی از نجاسات آلوده شده باید قبل از نماز پاک گردد.

بنابراین، لازم است هر مسلمانی نجاسات را بشناسد و راه پاک کردن اشیای نجس را بداند. توجه: همه چیز پاک است، مگر ۱۱ چیز و آنچه در اثر برخورد با آنها نجس می‌شود. برخی از نجاسات عبارت‌اند از:

- ۱- خون انسان و هر حیوانی که خون جهنده دارد<sup>۱</sup>.
  - ۲ و ۳- ادرار و مدفوع انسان و حیوان‌های حرام‌گوشتی که خون جهنده دارند.
  - ۴- مردار انسان و هر حیوانی که خون جهنده دارد.
  - ۵ و ۶- سگ و خوک، زنده و مرده آنها نجس است.
  - ۷- کافر (یعنی کسی که به خدای یگانه اعتقاد ندارد).
  - ۸- شراب و هر مایع مستی‌آور، نجس است<sup>۲</sup>.
- همچنین لازم است بدانیم: نوشیدن شراب، چه کم و چه زیاد حرام است و در زمره بزرگ‌ترین گناهان شمرده شده است. خداوند در قرآن درباره این عمل ناروا می‌فرماید:

ای مردمی که ایمان آورده‌اید؛ به‌راستی شراب و قمار و بت‌پرستی و تیرک‌های بخت‌آزمایی، پلید و از کارهای شیطانی است. پس از آنها دوری کنید تا رستگار شوید. شیطان می‌خواهد با شراب و قمار بین شما دشمنی و کینه ایجاد کند و شما را از یاد خدا دور سازد و از نماز باز دارد.

مأئده، ۹۱ - ۹۰

---

۱- حیوانی که اگر رگ آن را ببرید، خون آن جستن کند، خون جهنده دارد.

۲- برای آشنایی با سایر نجاسات به رساله مرجع تقلید خود مراجعه کنید.



## مگر خدا به نماز ما نیاز دارد؟ پس برای چه باید نماز بخوانیم؟

اگر همه مردم روبه خورشید خانه بسازند، چیزی به خورشید اضافه نمی‌شود و اگر همه مردم پشت به خورشید خانه بسازند، چیزی از خورشید کم نمی‌شود. خورشید به مردم نیازی ندارد که رو به سوی او کنند. این انسان‌ها هستند که برای دریافت نور، سعی می‌کنند خانه‌های خود را روبه خورشید بسازند. خدا هم به نماز ما هیچ نیازی ندارد؛ بلکه این ما هستیم که به نماز محتاجیم. در حقیقت دستور خدا برای برپاداشتن نماز تنها به نفع خود ماست و خداوند با امر به نماز خواندن خواهان رشد بندگان خود است. اما چرا ما به نماز محتاجیم؟

کمتر کسی است که در اثنای کار روزانه، لباسش، دست و صورتش، سر و پایش، و گاهی همه پیکرش، کثیف نشود و به تنظیف روزانه آنها نیازمند نگردد.

روح ما نیز در میدان زندگی روزانه به همین اندازه یا بیشتر در معرض آلودگی‌هاست؛ آلودگی به شهوت‌ها، هوس‌ها، خودخواهی‌ها و چشم و هم‌چشمی‌ها، حسد و کینه و انتقام و صدها آلودگی دیگر. این آلودگی‌ها روح را تیره می‌کند و ما را از مسیر قرب الهی دور می‌سازد و به دام شیطان و وسوسه‌های شیطانی می‌افکند.

بنابراین، باید همان‌طور که لباس و تن خود را می‌شوئیم و پاکیزه می‌کنیم، دل و جان خود را هم شست‌وشو دهیم و پاکیزه کنیم.

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: رسول خدا نماز را به چشمه‌آبی تشبیه کرده است که در برابر خانه کسی جریان داشته باشد و او هر شبانه روز، پنج مرتبه خود را در آن شست‌وشو دهد؛ پس هرگز آلودگی بر بدن او باقی نمی‌ماند. نهج البلاغه، خطبه ۱۹۹

## اعمالی که تأثیر نماز را از بین می‌برند

توجه کنیم که برخی کارها نیز خاصیت نماز را از بین می‌برند. باید بکوشیم آن کارها را از زندگی خود بیرون کنیم؛ مانند:

### ۱- ناراحت کردن پدر و مادر

امام صادق علیه السلام فرمود: «فرزندی که از روی خشم به پدر و مادر خود نگاه کند - هرچند والدین در حق او کوتاهی و ظلم کرده باشند - نمازش از سوی خدا پذیرفته نیست».<sup>۱</sup>

۱- اصول کافی، ج ۴، ص ۵۰

## ۲- غیبت کردن

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به ابوذر فرمود: «هرکس غیبت مسلمانی را کند، تا چهل روز نماز و روزه اش قبول نمی‌شود؛ مگر اینکه فرد غیبت‌شده، او را ببخشد».<sup>۱</sup>

از این رو است که امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «هرکس می‌خواهد بداند آیا نمازش پذیرفته شده یا نه، باید ببیند که نماز، او را از گناه و زشتی باز داشته است یا نه. به هر مقدار که نمازش سبب دوری او از گناه و منکر شود، این نماز قبول شده است».<sup>۲ و ۳</sup>

نتیجه اینکه: اگر نماز، ما را از گناه و زشتی باز ندارد، معلوم می‌شود که عیب و نقصی در نماز خواندن ما هست. باید جست‌وجو کنیم تا آن عیب را بیابیم و برطرف کنیم.

### دو رکعت عشق!

ایام عملیات قدس بود که در اورژانس، رزمنده‌ای را آوردند که هر دو دست او قطع شده بود. وقتی او را برای اتاق عمل آماده می‌کردند، ایشان را روی برانکارد گذاشتند تا به اتاق عمل ببرند. مسئول تعاون آمد تا از این رزمنده سؤالاتی بپرسد. ولی چشمانش را بسته بود و جواب نمی‌داد. همگی فکر کردیم شاید شهید شده باشد. به دنبال آن بودیم که مقدمات کار را جهت آزمایش ضربان قلب و احتمالاً انتقال وی به سردخانه آماده کنیم. ناگهان دیدیم که چشمانش را باز کرد و با متانت خاصی گفت: برادر! ببخشید که جواب شما را ندادم؛ چون فکر می‌کردم اگر به اتاق عمل بروم شاید وقت زیادی طول بکشد؛ نمازم قضا می‌شود. آن موقع که شما سؤال کردید مشغول خواندن نماز بودم.

۱- جامع السعادات، ج ۲، ص ۲۳۴

۲- بحار الأنوار، ج ۸۲، ص ۱۹۸

۳- در انجام عباداتی مانند نماز، دو دسته شرط وجود دارد: یکی شرط صحت و دیگری شرط کمال؛ مثلاً اگر کسی واجبات نماز را درست انجام دهد، نمازش صحیح است؛ یعنی شرایط صحت را دارد. اما برای اینکه این نماز در او اثر داشته باشد و او را از گناهان باز دارد باید شرایط دیگری را هم رعایت کند که به آن شرط کمال می‌گویند، مثل اینکه با دقت و توجه نماز بخواند. مقصود از قبول شدن یا قبول نشدن در این احادیث، همان داشتن یا نداشتن شرط کمال است. بنابراین کسی نمی‌تواند به بهانه اینکه غیبت کسی را کرده است، نمازش را تا مدتی نخواند.

## ■ روزه و تقویت تقوا

میزان موفقیت انسان در رسیدن به هدف‌های بزرگ، به میزان تسلط او بر خویش، خودنگهداری و «تقوا» بستگی دارد و هر قدر هدف بزرگ‌تر باشد، تقوای بیشتری می‌طلبد. روان‌شناسان، کارهایی را برای تقویت اراده و تسلط بر خود پیشنهاد می‌کنند تا افراد بتوانند به موفقیت در برنامه‌هایی مانند درس، ورزش، کسب و کار و مانند آن برسند. خداوند، انسان را به عملی راهنمایی می‌کند که اگر آن را به درستی انجام دهد، چنان تسلطی بر خود پیدا می‌کند که می‌تواند موانع درونی را کنار بزند و گام‌های موفقیت به سوی برترین هدف‌های زندگی را به خوبی بردارد. این عمل، «روزه» است.

روزه، مصداق کامل تمرین صبر و پایداری در برابر خواهش‌های دل است. کسی که یک ماه گرسنگی روزانه را تحمل کند و در عین حال که میل به آب و غذا دارد، به سوی آن نرود؛ کسی که یک ماه چشم خود را از گناه حفظ کند؛ زبان خود را از دروغ و غیبت نگه دارد؛ گوش خود را از شنیدن بدی‌ها بازدارد؛ خوش‌رفتاری با مردم را تمرین کند؛ و از حجاب و پوشش خود به خوبی مراقبت کند؛ بکوشد به دیگران ستم نکند و مردم را از خود نرنجاند و مواظب باشد غذای سحری و افطاری او از درآمد پاک و حلال باشد، چنین کسی، پس از یک ماه، به تسلطی بر خود می‌رسد که قبل از ماه رمضان آن تسلط را نداشته است و اگر هر سال یک ماه این عمل را تکرار کند، سال به سال باتقواتر می‌شود. چنین فردی کم‌کم به جایی می‌رسد که احساس می‌کند که هر کاری را که خداوند دستور داده است، می‌تواند به آسانی انجام دهد و احساس سختی نمی‌کند.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ

كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ

لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

ای کسانی که ایمان آورده‌اید،

روزه بر شما مقرر شده است

همان‌گونه که بر کسانی که پیش از شما

بودند، مقرر شده بود

باشد که تقوا پیشه کنید.

رسول خدا ﷺ می‌فرماید: «چه بسا روزه‌داری که جز گرسنگی و تشنگی چیزی نصیب او نمی‌شود».  
مقصود پیامبر گرامی از این سخن چیست؟

## احکام روزه

۱- نه چیز روزه را باطل می‌کند که برخی از آنها عبارت‌اند از: خوردن و آشامیدن، دروغ بستن بر خدا و پیامبر و جانشینان پیامبر ﷺ، رساندن غبار غلیظ به حلق، فرو بردن تمام سر در آب، استمناء، باقی ماندن بر جنابت تا اذان صبح<sup>۱</sup>.

## فعالیت کلاسی

### تکمیل

با مراجعه به رساله توضیح المسائل، عبارت‌های زیر را تکمیل کنید.

۱	اگر روزه‌دار سهواً چیزی بخورد یا بیاشامد، روزه‌اش .....
۲	اگر روزه‌دار، چیزی را که لای دندان‌ش مانده ..... روزه‌اش باطل می‌شود.
۳	روزه‌دار ..... غبار غلیظ و دود سیگار و تنباکو و مانند آنها را به حلقش برساند.
۴	استفراغ روزه را باطل نمی‌کند، مگر اینکه .....

۱- برای آشنایی با سایر مبطلات روزه، به رساله مرجع تقلید خود مراجعه کنید.

- ۲- کسی که غسل بر او واجب است، اگر عمداً تا اذان صبح غسل نکند یا اگر وظیفه‌اش تیمم است، عمداً تیمم نکند، نمی‌تواند روزه بگیرد. البته اگر سهل‌انگاری کند و غسل نکند تا وقت تنگ شود، می‌تواند با تیمم روزه بگیرد و روزه‌اش صحیح است؛ اما در مورد غسل نکردن، معصیت کرده است.
- ۳- اگر کسی به علت عذری مانند بیماری نتواند روزه بگیرد و بعد از ماه رمضان عذر او برطرف شود و تا رمضان آینده عمداً قضای روزه را نگیرد، باید هم روزه را قضا کند و هم برای هر روز یک مُد (تقریباً ۷۵۰ گرم) گندم و جو و مانند آنها به فقیر بدهد.
- ۴- اگر کسی روزه ماه رمضان را عمداً نگیرد، باید هم قضای آن را به‌جا آورد و هم «کفاره» بدهد؛ یعنی برای هر روز، دو ماه روزه بگیرد (که یک ماه آن باید پشت سرهم باشد) یا به شصت فقیر طعام بدهد (به هر فقیر یک مُد) و این کار باید تا قبل از رمضان آینده انجام شود.
- ۵- اگر کسی به چیز حرامی روزه خود را باطل کند؛ مثلاً دروغی را به خدا نسبت دهد، کفاره جمع بر او واجب می‌شود. یعنی باید هر دو کفاره یاد شده را انجام بدهد. البته اگر هر دو برایش ممکن نباشد، می‌تواند هر کدام را که ممکن است، انجام دهد.

**وظیفه شخص مسافر:** کسی که سفر می‌رود، اگر شرط‌های زیر را داشته باشد، باید نمازش را شکسته بخواند و نباید روزه بگیرد:

الف) رفتن او بیشتر از ۴ فرسخ شرعی (حدود ۵/۲۲ کیلومتر) و مجموعه رفت و برگشت او بیشتر از ۸ فرسخ باشد.

ب) بخواهد کمتر از ده روز در جایی که سفر کرده، بماند. پس کسی که می‌خواهد ده روز و بیشتر در محلی که سفر کرده است، بماند، باید نمازش را کامل بخواند و روزه‌اش را هم بگیرد.

ج) برای انجام کار حرام سفر نکرده باشد؛ مثلاً اگر به قصد ستم به مظلوم یا همکاری با یک ظالم در ظلم او سفر کند، باید روزه‌اش را بگیرد. اگر فرزند با نهدی پدر و مادر به سفری بروند که آن سفر بر او واجب نبوده است، باید نماز را تمام بخواند و روزه‌اش را بگیرد.

دربارهٔ مسائل زیر به توضیح المسائل مرجع تقلید خود مراجعه کنید و پاسخ آن را به دست آورید.

۱	اگر مسافر پیش از ظهر به وطنش یا به جایی که می‌خواهد ده روز در آنجا بماند، برسد، در چه صورتی باید روزه بگیرد و در چه صورتی نباید روزه بگیرد؟ .....
۲	اگر مسافری که صبح حرکت کرده است، بعد از ظهر به وطن یا به جایی که می‌خواهد ده روز بماند برسد، وظیفه‌اش چیست؟ .....
۳	اگر کسی که روزه است، بعد از ظهر مسافرت کند، وظیفه‌اش نسبت به روزهٔ آن روز چیست؟ .....
۴	اگر کسی که روزه گرفته، پیش از ظهر مسافرت کند و بخواهد به بیش از چهار فرسخ برود، وظیفه‌اش چیست؟ .....

### پیشنهاد

دربارهٔ آثار و فواید بهداشتی روزه تحقیق کنید و نتیجهٔ آن را در کلاس گزارش

نمایید. برای این تحقیق می‌توانید به کتاب‌های زیر مراجعه کنید:

۱- اولین دانشگاه و آخرین پیامبر، دکتر پاک‌نژاد

۲- فلسفهٔ روزه برای جوانان، اسدالله محمدی‌نیا

۳- اهمیت پزشکی روزه در سلامت انسان، حبیب‌الله جعفری

۴- اهمیت روزه از نظر علم روز، احمد صبور اردوبادی



يَبْنِي آدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُؤَارِي سَوَاتِكُمْ  
وَرِيشًا ۖ وَلِبَاسُ التَّقْوَىٰ ذَٰلِكَ خَيْرٌ ۚ ذَٰلِكَ مِنْ  
آيَاتِ اللَّهِ لَعَلَّهُمْ يَذَّكَّرُونَ ﴿٦٦﴾ يَبْنِي آدَمَ  
لَا يَفْتِنَنَّكُمُ الشَّيْطَانُ كَمَا أَخْرَجَ أَبَوَيْكُم مِّنَ الْجَنَّةِ  
يَنْزِعُ عَنْهُمَا لِبَاسَهُمَا لِيُرِيَهُمَا سَوَاتِهِمَا ۖ إِنَّهُ  
يُرِيكُمْ هُؤَ وَ قَبِيلُهُ ۖ مِنْ حَيْثُ لَا تَرَوْنَهُمْ  
إِنَّا جَعَلْنَا الشَّيْطَانَ أَوْلِيَاءَ لِلَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ ﴿٦٧﴾  
وَإِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً قَالُوا وَجَدْنَا عَلَيْهَا آبَاءَنَا وَاللَّهُ  
أَمَرْنَا بِهَا ۖ قُلْ إِنَّ اللَّهَ لَا يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ ۚ اتَّقُوا اللَّهَ  
عَلَىٰ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٦٨﴾ قُلْ أَمَرَ رَبِّي بِالْقِسْطِ ۚ وَأَقِيمُوا  
وُجُوهَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ ۚ وَادْعُوهُ مُخْلِصِينَ  
لَهُ الدِّينَ ۚ كَمَا بَدَأَكُمْ تَعُودُونَ ﴿٦٩﴾ فَرِيقًا هَدَىٰ  
وَفَرِيقًا حَقَّ عَلَيْهِمُ الضَّلَالَةُ ۚ إِنَّهُمْ اتَّخَذُوا الشَّيْطَانَ  
أَوْلِيَاءَ ۚ مِنْ دُونِ اللَّهِ ۚ وَيَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ مُّهْتَدُونَ ﴿٧٠﴾



سورة اعراف، آیات ۲۶ تا ۳۰

ای فرزندان آدم در حقیقت ما برای شما لباسی فرستادیم که شرمگاه‌های شما را می‌پوشاند و مایه زینت است [ولی] لباس پرهیزگاری بهتر است؛ این از نشانه‌های خداست، باشد که آنان متذکر شوند. ۲۶

ای فرزندان آدم، مبدا شیطان شما را فریب دهد؛ چنان که پدر و مادر شما را از بهشت بیرون راند و لباسشان را از ایشان برگرداند تا شرمگاهشان را بر آنان نمایان کند. در حقیقت او و کسانش شما را از آنجا که آنها را نمی‌بینید، می‌بینند. ما شیاطین را سرپرست کسانی قرار دادیم که ایمان نمی‌آورند. ۲۷

و چون کار زشتی کنند می‌گویند پدران خود را بر آن یافتیم و خدا ما را بدان فرمان داده است. بگو قطعاً خدا به کار زشت فرمان نمی‌دهد. آیا علیه خداوند چیزی می‌گویید که علم بدان ندارد؟ ۲۸

بگو پروردگارم به دادگری فرمان داده است؛ و [اینکه] رویتان را در هر مسجدی [به هنگام عبادت، به سوی قبله] نمایید، و او را بخوانید، در حالی که دین [خود] را برای او خالص گردانیده‌اید؛ [و بدانید] همان گونه که [آفرینش] شما را آغاز کرد، [به سوی او] باز می‌گردید. ۲۹

[در حالی که] گروهی را هدایت نموده و گروهی گمراهی بر آنان حتمی شده است، زیرا آنان شیاطین را به جای خدا سرپرست [خود] قرار داده‌اند و می‌پندارند که راه یافتگان اند. ۳۰

## فضیلت آراستگی

هرگاه دنبال آرامشی فراگیرم، در طبیعت خداوند گام می‌گذارم و دل به نغمه‌های خوش‌آهنگ آن می‌سپارم تا پایانی باشد بر ناخوشایندی و خستگی‌های زندگی روزمره و امیدی برای آغازی دوباره و پرتلاش و هیجان‌انگیز.

در طبیعت، به هرچه می‌نگرم، زندگی و زیبایی‌هایش جلوه‌گر است؛ بوته‌های سرسبز آن طراوت و شادابی را فریاد می‌زنند و گل‌های رنگارنگش عشق و زیبایی را. کوه‌های استواری را به تصویر می‌کشند و رودها و چشمه‌های پویایی و حرکت را ...

با خود می‌اندیشم آیا من هم می‌توانم؟  
آیا می‌توانم در اجتماع چون برگ‌های بهاری پرطراوت، چون گل زیبا، چون کوه استوار و مانند رود پویا باشم؟

آیا می‌توانم با حضورم آرامش و امنیت را برای دیگران به ارمغان آورم؟  
سرانجام با خود می‌اندیشم چگونه حضوری در اجتماع می‌تواند این ثمرات را به دنبال آورد؟

## ■ آراستگی، سیره پیشوایان دین

آراستگی به معنای «بهتر کردن وضع ظاهری و باطنی و زیبا نمودن این دو» است. بنابراین، دو نوع آراستگی داریم. آراستگی باطنی که نتیجه برخورداری روح انسان از صفات زیبایی همچون ادب، حُسن خلق، سخاوت، مهربانی و ... است و آراستگی ظاهری که نتیجه مرتب بودن وضع ظاهر و توجه به نظافت و زیبایی آن است.

انسان به طور طبیعی به آراستگی علاقه دارد و می‌کوشد تا هم درون خود را آراسته کند و هم با ظاهری آراسته در جامعه حضور یابد. دیگران نیز کار او را تحسین می‌کنند و هم‌نشینی با او را دوست دارند و از بودن با او لذت می‌برند.

پیشوایان ما هم در آراستگی باطنی خود تلاش می‌کردند یعنی آراسته به زیبایی‌های اخلاقی بودند و هم به آراستگی ظاهری خود توجه داشتند و مؤمنان را نیز به رعایت آن دعوت می‌کردند و آراستگی را از اخلاق مؤمنان می‌دانستند.<sup>۱</sup>

به طور مثال، هنگامی که کسی در خانه پیامبر را می‌زد و قصد ملاقات با ایشان را داشت، آن حضرت ابتدا به آینه نگاه می‌کرد و موهای خود را شانه می‌زد و لباس خود را مرتب‌تر می‌کرد؛ و می‌فرمود: **خدای تعالی دوست دارد وقتی بنده‌اش به سوی دوستان خود می‌رود، آماده و آراسته باشد.**<sup>۲</sup> پیامبر همواره خود را معطر می‌کرد و سپس در جمع حاضر می‌شد یا به نماز می‌ایستاد. روزی یکی از مدعیان زهد و پرهیز از دنیا، امام صادق (علیه السلام) را دید که لباس زیبایی پوشیده است. وی به امام گفت: جدّ شما این‌گونه لباس‌ها را نمی‌پوشید.

امام (علیه السلام) فرمود: در آن زمان مردم در سختی بودند، اما امروز ما در شرایط بهتری هستیم و عموم مردم توانایی پوشیدن چنین لباسی را دارند.<sup>۳</sup> همچنین ایشان می‌فرمود: خداوند آراستگی و زیبایی را دوست دارد و از نپرداختن به خود و خود را ژولیده نشان دادن، بدش می‌آید.<sup>۴</sup> و نیز می‌فرمود:

دو رکعت نماز که با بوی خوش گزارده شود، بهتر از هفتاد رکعت نماز بدون بوی خوش است.<sup>۵</sup>

۱- غررالحکم و درر الکلم، ج ۱، ص ۳۰۷

۲- وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۲۷۸

۳- کافی، ج ۶، ص ۴۴۲

۴- امالی، شیخ صدوق، ج ۱، ص ۲۷۵

۵- ثواب الاعمال، ص ۳۶۲

در کنار این توصیه‌ها و سفارش‌هایی که به عموم مردان و زنان مسلمان می‌شد، پیشوایان دین به هریک از گروه مردان و زنان نیز سفارش‌های جداگانه‌ای می‌کردند؛ به عنوان نمونه پیامبر ﷺ به مردان می‌فرمود: **سبیل و موهای بینی خود را کوتاه کنید و به خودتان برسید؛ زیرا این کار بر زیبایی شما می‌افزاید.**<sup>۱</sup> پیامبر با وجود آنکه مردان را به کوتاه کردن ناخن سفارش می‌کرد اما به زنان توصیه می‌کرد **ناخن‌های خود را مقداری بلند بگذارند چون برای آنان زیباتر است.**<sup>۲</sup>

این شیوه رسول خدا ﷺ و پیشوایان دیگر ما سبب شد که مسلمانان در اندک مدتی به آراسته‌ترین و پاکیزه‌ترین ملت‌ها تبدیل شوند و الگو و سرمشق ملت‌های دیگر قرار گیرند. آراستگی، اختصاص به زمان حضور در اجتماعات و معاشرت‌ها ندارد؛ بلکه شامل زمان حضور در خانواده، و از آن مهم‌تر، زمان عبادت نیز می‌شود. استفاده از عطر، شانه زدن موها، پوشیدن لباس روشن و تمیز و پاک بودن تمامی بدن، از توصیه‌های مهم آنان هنگام عبادت است. تکرار دائمی نماز در شبانه‌روز، این آراستگی و پاکی را در طول روز حفظ می‌کند و زندگی را پاک و باصفا می‌سازد.

## ■ مقبولیت

یکی از نیازهای انسان، نیاز به مقبولیت در جمع خانواده، همسالان و جامعه است. ما دوست داریم دیگران ما را فرد مفید و شایسته‌ای بدانند و تحسین کنند. این نیاز، در دوره جوانی و نوجوانی نمود بیشتری دارد و سبب می‌شود که نوجوان و جوان بیشتر به خود بپردازد و توانایی‌ها و استعدادهای خود را کشف و شکوفا کند و در معرض دید دیگران قرار دهد. جوانی که با نشان دادن استعداد خود در یک رشته ورزشی یا خلق اثر هنری یا کار مؤثر در کارگاه صنعتی، تحسین دیگران را برانگیزد، از این قبیل است. به غیر از این افراد، هرکس در جامعه تلاش می‌کند در هر جایگاهی که قرار دارد، برای خود مقبولیت کسب کند.

البته اندک افرادی نیز وجود دارند که به این نیاز طبیعی، پاسخ‌های درستی نمی‌دهند و با پوشیدن لباس‌های نامناسب یا به کار بردن کلام زشت و ناپسند یا با گذاشتن سیگاری بر لب، می‌خواهند وجود خود را برای دیگران اثبات کنند. این قبیل اعمال نشانه ضعف روحی و ناتوانی در اثبات خود از راه درست و سازنده است.

۱- قرب الاسناد، ص ۶۷

۲- کافی، ج ۶، ص ۴۹۱؛ وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۴۳۵

## ■ عفاف

عفاف حالتی در انسان است که به وسیله آن خود را در برابر تندرهای و کندروهای کنترل می‌کند تا بتواند در مسیر اعتدال و میانه‌روی پیش رود و از آن خارج نشود؛ یعنی در برآورده کردن هریک از علایق و نیازهای درونی به گونه‌ای عمل نمی‌کند که یا به‌طور کامل غرق در آن شود و از دیگر نیازها غافل شود یا به‌طور کل آن را کنار گذارد و به کوتاهی و تفریط دچار شود؛ بلکه در حد مطلوب و صحیح به برآورده کردن همه نیازها توجه دارد.

## ■ ارتباط عفاف با آراستگی و مقبولیت

یکی از جلوه‌های عفاف، مربوط به آراستگی و مقبولیت است. برخی انسان‌ها در آراستگی و ابراز وجود و مقبولیت، دچار تندرهای می‌شوند؛ به گونه‌ای که در آراسته کردن خود، زیاده‌روی می‌کنند و به خودنمایی می‌رسند. قرآن کریم این حالت را «تبرج»<sup>۱</sup> می‌نامد و آن را کاری جاهلانه می‌شمرد.<sup>۲</sup> همان دینی که ما را به آراستگی توصیه می‌کند، از خودنمایی و افراط در آراستگی پرهیز می‌دهد، زیرا زیاده‌روی در آراستگی و توجه بیش از حد به آن باعث غفلت انسان از هدف اصلی زندگی و مشغول شدن به کارهایی می‌شود که عاقبتی جز دور شدن از خدا ندارد.

انسان عقیف، چه مرد و چه زن، خود را کنترل می‌کند و آراستگی خود را در حد متعادل نگه می‌دارد و به «تبرج» دچار نمی‌شود. انسان عقیف زیبایی ظاهری خود را وسیله خودنمایی و جلب توجه دیگران قرار نمی‌دهد و اجازه نمی‌دهد که به شخصیت انسانی او اهانت شود. او حیا می‌کند که برخی افراد به خاطر اموری سطحی و کوچک، زبان به تحسین و تمجید او بکشایند و به او به عنوان ابزاری برای لذت‌جویی نگاه کنند. او در وجود خود، استعداد و ارزش‌های برتر و والاتری می‌یابد که می‌تواند تحسین و احترام واقعی دیگران را برانگیزد.

همچنین یک انسان عقیف، از مقبولیت نزد همسالان و جامعه گریزان نیست؛ اما خود را با ارزش‌تر از آن می‌داند که بخواهد این مقبولیت را از راه جلب توجه ظاهری به دست بیاورد و خود را در حد ابزاری برای هوس‌رانی دیگران پایین آورد.

---

۱- تبرج از ریشه برج است و برج بنای بلندی است که از دور به آسانی می‌توان آن را دید. واژه تبرج به این دلیل در بحث افراط در آراستگی به کار گرفته می‌شود که برخی برای جلب توجه دیگران، خود را به شکلی درمی‌آورند که توسط دیگران دیده شوند. امروزه تبرج مصادیق مختلفی یافته که برخی از آنها عبارت‌اند از استفاده از عطرها، تند، پوشیدن لباس‌هایی با عکس‌های نامناسب، پوشیدن لباس‌های بدن‌نما و پاره و ...

بنابراین، به همان میزان که رشته‌های عفاف در روح انسان قوی و مستحکم می‌شود، نوع آراستگی و پوشش او باوقارتر می‌شود و به همان میزان نیز که رشته‌های عفاف انسان ضعیف و گسسته می‌شود، آراستگی و پوشش او سبک‌تر و جنبه خودنمایی به خود می‌گیرد.

امام علی علیه السلام می‌فرماید :

«مبادا خود را برای جلب توجه دیگران بیارایی که در این صورت ناچار می‌شوی با انجام گناه به جنگ خدا بروی».<sup>۱</sup>

و امام صادق علیه السلام نیز می‌فرماید :

لباس نازک و بدن‌نما نپوشید؛ زیرا چنین لباسی نشانه سستی و ضعف دینداری فرد است.<sup>۲</sup>

## ■ زن، مظهر عفاف

گرچه عفاف، خصلت هر انسان بافضیلتی، اعم از زن و مرد است، اما وجود آن در زنان و دختران ارزش بیشتری دارد. زیرا خداوند زنان را بیش از مردان به نعمت زیبایی آراسته است. زن، مظهر جمال و زیبایی است و این زیبایی، هم درونی و هم ظاهری است. احساسات لطیف زن که بیانگر زیبایی‌های درونی وی است، با زیبایی ظاهر او عجین شده است؛ برای حفظ همین نعمت است که خداوند احکام ویژه‌ای را برای زن قرار داده است، تا گوهر زیبای وجودش از نگاه ناهلان دور بماند و روح بلندش تحقیر نشود.

دریافت هر نعمتی از جانب خدا، مسئولیتی را نیز به همراه می‌آورد؛ همان‌طور که اگر کسی به نعمت علم زینده شد، نباید علمش را ابزار دست قدرتمندان ستم‌پیشه کند، نعمت زیبایی نیز نباید در خدمت هوس‌رانا قرار گیرد. همان‌گونه که اگر انسان از علم خود به درستی استفاده نکند، به جای رستگاری، شقاوت نصیبش می‌شود، عرضه نابه‌جای زیبایی، به جای گرمی بخشیدن به کانون خانواده، عفت و حیا را از بین می‌برد و این گوهر مقدس را از او می‌گیرد.

۱- بحار الأنوار، ج ۷۱، ص ۲۶۳

۲- بحار الأنوار، ج ۷۹، ص ۲۹۹

با توجه به شکل پوشش‌های موجود در جامعه برای پسران و دختران، بگویید که کدام یک از آنها عفت افراد را بیشتر تضمین می‌کند؟

.....

.....

.....

.....

### اندیشه و تحقیق

- ۱- چه تفاوتی میان آراستگی و خودنمایی ظاهری است؟
- ۲- چرا خصلت ارزشمند عفاف در وجود زنان از ارزش بیشتری برخوردار است؟

### پیشنهاد

- ۱- پیرامون ما افرادی هستند که با استفاده از خلاقیت‌های خود تحسین دیگران را برانگیخته‌اند و در زمینه‌های گوناگون هنری، ورزشی، علمی، اجتماعی و اخلاقی به فردی مؤثر در جامعه تبدیل شده‌اند. آنچه دربارهٔ عوامل این موفقیت می‌دانید، بیان کنید.
- ۲- با خود بیندیشید و ببینید که تا چه اندازه کوشش کرده‌اید آراستگی همراه با عفاف داشته باشید. آیا موانع درونی در مقابل این کوشش وجود داشته است؟ آنها را برای خود مشخص کنید و برای برداشتن آن موانع، راه حل مناسب تنظیم نمایید.

پاداشی به اندازه پاداش شهیدان!

امام علی علیه السلام :

پاداش انسان عقیف و پاک دامن که قدرت بر گناه دارد ولی آلوده نمی گردد، کمتر از پاداش مجاهد شهید در راه خدا نیست. همانا انسان عقیف و پاک دامن، فرشته ای از فرشته هاست.

نهج البلاغه، حکمت ۴۷۴





قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَعْضُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا  
 فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ  
 بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٢٠﴾ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ  
 مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ  
 زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلَا يَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ  
 عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ  
 أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ  
 أَوْ أَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنَىٰ إِخْوَانِهِنَّ  
 أَوْ بَنَىٰ أَخَوَاتِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ  
 أَيْمُنُهُنَّ أَوِ التَّبِيعِينَ غَيْرِ أُولَىٰ الْإِرْبَةِ مِنَ الرِّجَالِ  
 أَوِ الطِّفْلِ الَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا عَلَىٰ عَوْرَاتِ النِّسَاءِ  
 وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ  
 مِنْ زِينَتِهِنَّ وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا  
 أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٢١﴾

سورة نور، آیات ۳۰ تا ۳۱

به مردان با ایمان بگو دیده فرو نهند و پاک دامنی ورزند که این برای آنان  
[پاک کننده تر و] رشد آورتر است؛ زیرا خدا به آنچه می کنند آگاه است. ۳۰

و به زنان با ایمان بگو دیدگان خود را [از نگاه حرام] فرو بندند و پاک دامنی  
ورزند و زیورهای خود را آشکار ننمایند مگر آنچه [طبعاً] از آن پیداست و باید  
روسی خود را بر گریبانشان [فرو] اندازند و زیورهایشان را جز برای شوهرانشان  
یا پدرانشان یا پدران شوهرانشان یا پسرانشان یا پسران شوهرانشان یا برادرانشان  
یا پسران خواهرانشان یا زنان [هم کیش] خود یا کنیزانشان یا خدمتکاران مرد تابع  
[خانواده] که [از زن] بی نیازند یا کودکانی که بر امور جنسی زنان آگاه نشده اند  
آشکار نکنند و پاهای خود را [به گونه ای به زمین] نکوبند تا آنچه از زینتشان نهفته  
می دارند معلوم گردد. و ای مؤمنان، همگی [از مرد و زن] به درگاه خدا توبه کنید  
امید که رستگار شوید. ۳۱

## درس دوازدهم

# زیبایی پوشیدگی

دنیای ما انسان‌ها، دنیای عجیبی است.

با «کلامی» شوق حرکت در وجودمان جوانه می‌زند و با «لبخندی» روح امید از دست‌رفته به زندگی ما، دمیده می‌شود.

گاه با «سکوتی» معنای زندگی مان تغییر می‌یابد و با «فریادی» روش آن.

«کلام»، «لبخند»، «سکوت» و «فریاد»، جلوه‌هایی آشکار از رفتارهای انسانی است که بر مسیر زندگی دیگران و چگونگی آن، اثرگذار است.

اما همیشه این گونه نیست؛ چه بسا بدون گفتار یا رفتاری، مسیر زندگی دیگران و چگونگی آن را تحت تأثیر قرار دهیم. آرامش و روان کسانی را برهم زنیم، قلوب پاکی را متزلزل کنیم، به تعهد و عشق همسرانی خدشه وارد کنیم و کانون گرم خانواده‌هایی را متأثر سازیم و این همه در حالی باشد که از وقوع این امور بی‌خبر باشیم.

شاید پرسید : واقعاً چنین چیزی ممکن است؟ این چه کاری است که این عواقب را به دنبال دارد؟ پوشش مناسب از نشانه‌های «عفاف» است، به گونه‌ای که از نوع پوشش هر کس می‌توان میزان توجه وی به این ارزش را دریافت. با اینکه خداوند هم زنان و هم مردان را به پوشیدن لباس مناسب دعوت کرده است، اما نسبت به پوشش زنان به دلیل بهره‌مندی آنان از نعمت جمال و زیبایی توجه ویژه‌ای دارد. با توجه به اهمیت پوشیدگی در دین، در ادامه برخی سؤالات رایج در این خصوص را مطرح و به آن پاسخ می‌گوییم.

## ■ آیا در قرآن کریم درباره عفاف و پوشیدگی، دستور خاصی وجود دارد؟

خدای متعال در قرآن کریم، هم برای مردان و هم برای زنان، وظایف خاص و روشنی تعیین کرده است که عبارت‌اند از :

الف) وظیفه مردان است که چشم خود را کنترل کنند و از نگاه به زنان نامحرم خودداری کنند و دامن خود را از گناه نگه دارند.

ب) زنان نیز مانند مردان وظیفه دارند که از نگاه به نامحرم خودداری کنند و دامن خود را از گناه حفظ نمایند.

ج) استفاده از زینت و زیورآلات نباید به گونه‌ای باشد که توجه نامحرمان را به خود جلب کند.  
د) زنان باید پوشش خود را به گونه‌ای تنظیم کنند که علاوه بر موی سر، گریبان و گردن آنها را هم بپوشاند.<sup>۱</sup>

علاوه بر قرآن کریم، پیشوایان ما، حدود پوشش را مشخص کرده‌اند و ما را به رعایت عفاف دعوت کرده‌اند.

مثلاً امام کاظم علیه السلام در جواب برادرش که پرسید : «دیدن چه مقدار از بدن زن نامحرم جایز است؟» فرمود : «چهره و دست تا میچ».<sup>۲</sup>

یکی از یاران امام صادق علیه السلام به نام فضیل بن یسار می‌گوید از ایشان پرسیدم : آیا ساعد زن از قسمت‌هایی است که باید از نامحرم پوشیده شود؟

فرمود : «بلی، آنچه زیر روسری قرار می‌گیرد، نباید آشکار شود. همچنین از میچ به بالا باید پوشیده شود».<sup>۳</sup>

۱- سورة نور، ۳۰ و ۳۱ ۲- قرب الاسناد، ص ۱۰۲

۳- اصول کافی، ج ۵، ص ۵۲۱؛ وسائل الشیعه، ج ۳، ص ۲۵

همچنین از قرآن کریم به دست می‌آوریم که: این گونه پوشش سبب می‌شود که زن به عفاف و پاکی شناخته شود و افراد بی‌بند و بار که اسیر هوی و هوس خود هستند، به خود اجازه تعرض به او ندهند:

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ

ای پیامبر،

قُلْ لِّأَزْوَاجِكَ وَبَنَاتِكَ وَنِسَاءِ الْمُؤْمِنِينَ

به زنان و دخترانت و به زنان مؤمنان بگو

يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ جَلَابِيبِهِنَّ

پوشش‌های خود را به خود نزدیک‌تر کنند

ذَلِكَ أَدْنَىٰ أَنْ يُعْرَفْنَ

این برای آنکه به [عفاف] شناخته شوند

فَلَا يُؤْذَيْنَ

و مورد آزار قرار نگیرند، بهتر است

وَ كَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا

و خداوند همواره آمرزنده و مهربان است.

احزاب، ۵۹

## ■ آیا اسلام شکل پوشش را معین کرده است؟

می‌دانیم که امت اسلامی از اقوام و ملل گوناگون و با آداب و رسوم مختلفی تشکیل شده است که هر کدام پوشش و لباس مخصوص خود را دارند. حتی ممکن است در کشوری، مثل کشور عزیزمان ایران، اقوام مختلفی زندگی کنند که هر کدام از آنها پوشش خاصی برای خود برگزیده باشند. بنابراین، چگونگی و نوع پوشش، تا حدود زیادی تابع آداب و رسوم ملت‌ها و اقوام است. اسلام، ضمن پذیرش این تنوع و گوناگونی، مردان را موظف کرده است، لباسی بپوشند که وقار و احترام آنان حفظ شود و با ارزش‌های اخلاقی جامعه هماهنگ باشد. بنابراین، پوشیدن لباسی که آنان را نزد مردم انگشت‌نما کند یا وسیله جلب زنان نامحرم قرار گیرد، حرام است. زنان نیز موظف‌اند که دو شرط زیر را رعایت کنند:

۱- تمام بدن خود را، به جز صورت و دست‌ها تا مچ، از نامحرم بپوشانند.

۲- پوشش آنان نباید نازک، چسبان و تحریک‌کننده باشد.

این وظیفه الهی، مانند هر عمل دیگری، هرچه کامل‌تر و دقیق‌تر انجام شود، نزد خدا با ارزش‌تر و آثار و ثمرات فردی و اجتماعی آن افزون‌تر است و فرد را به رشد و کمال معنوی بالاتری می‌رساند. از این‌رو، استفاده از «چادر» که دو شرط قبل را به طور کامل دارد و سبب حفظ هرچه بیشتر کرامت و منزلت زن می‌گردد و توجه مردان نامحرم را به حداقل می‌رساند، اولویت دارد.



## ■ آیا حجاب زنان، موجب سلب آزادی و کاهش حضور آنان در جامعه می‌شود؟

اولاً خداوند دستور حجاب را برای زمان حضور زن در اجتماع و مواجهه وی با نامحرمان قرار داده است نه برای داخل خانه؛ زیرا حجاب چگونگی پوشش زن را هنگام حضور در اجتماع مشخص می‌کند. این حکم نه تنها سبب کاهش حضور زنان نمی‌شود، بلکه سبب می‌شود تا حضوری مطمئن و همراه با امنیت داشته باشند و از نگاه ناهلانی که در جامعه حضور دارند، ایمن باشند. تجربه کشور ما به خوبی نشان می‌دهد که قانون حجاب نه تنها سبب کاهش حضور زنان در دانشگاه‌ها و مراکز علمی و اجتماعی نشده بلکه حضور آنان چند برابر هم شده است.

دوم آنکه ادعای خانه‌نشین کردن زنان و سلب آزادی آنان با نگاه قرآن و سیره پیشوایان دین ناسازگار است. قرآن کریم عفت حضرت مریم علیها السلام را در معبدی که همگان، چه زن و چه مرد، به پرستش می‌آیند، می‌ستاید؛ عفت دختران حضرت شعیب علیهم السلام را در حال چوپانی و آب‌دادن به گوسفندان در جمع مردان، مثال می‌زند. تاریخ نیز خبر از حضور زنان مسلمان در زمان پیامبر صلی الله علیه و آله، در پشت جبهه‌های جنگ برای پرستاری و کمک به مجروحان می‌دهد.

پس قانون حجاب، قانونی برای سلب آزادی زنان در جامعه نیست؛ بلکه کمک می‌کند تا جامعه به جای آنکه ارزش زن را در ظاهر و قیافه وی خلاصه کند، به شخصیت، استعدادها و کرامت ذاتی وی توجه کند. این امر موجب می‌شود سلامت اخلاقی جامعه بالا رود؛ حریم و حرمت زنان حفظ شود و آرامش روانی وی افزایش یابد.

## ■ آیا حجاب اختصاص به ما مسلمانان دارد؟

ادیان الهی، که در اصل و حقیقت، یک دین هستند، همواره بر پوشش تأکید کرده‌اند و آن را لازمه دین‌داری شمرده‌اند. مطابق با آیین یهود، زنان هنگام حضور در اجتماعات، موی سر خود را می‌پوشاندند و به حجاب پایبند بودند.<sup>۱</sup> در آیین مسیحیت نیز پوشش اهمیت زیادی داشته است و زنان معتقد به حضرت مسیح علیه السلام می‌کوشند مانند حضرت مریم علیها السلام موی خود را بپوشانند و با حجاب وارد جامعه شوند. نقاشان مسیحی، به خصوص نقاشان قدیم‌تر، تصویر حضرت مریم علیها السلام را با پوشش و حجاب کامل می‌کشیدند. همچنین از گذشته تا زمان حاضر، زنان راهبه و قدیس یکی از کامل‌ترین حجاب‌ها را انتخاب کرده‌اند. این امر نشان می‌دهد که از نظر آنان، داشتن حجاب، به دین‌داری نزدیک‌تر و در پیشگاه خدا پسندیده‌تر است.

۱- تاریخ تمدن ویل دورانت، ج ۲، ص ۳۰



در دوران اخیر پابندی به تعالیم دینی کمتر شد و آن بخش از دستورات و سنت‌های حضرت موسی (علیه السلام) و حضرت عیسی (علیه السلام) هم که باقی‌مانده، مورد غفلت قرار گرفته و به آنها عمل نمی‌شود. بنابراین، بی‌حجابی زنان غرب نه تنها جایگاهی در اندیشه مسیحیت حقیقی ندارد؛ بلکه بازگشتی به سنت‌های مشرکانه قبل از حضرت مسیح (علیه السلام) محسوب می‌شود.

زنان ایرانی قبل از اسلام که عموماً پیرو آیین زرتشت بودند، با پوشش کامل در محل‌های عمومی رفت و آمد می‌کردند. پوشش و حجاب زنان در ایران باستان چنان برجسته بود که حتی برخی از مورخان غربی بر این باورند که می‌توان ایران باستان را منشأ اصلی گسترش حجاب در جهان دانست.<sup>۱</sup> در ادیان دیگر و عموم فرهنگ‌ها، پوشش زنان به صورت یک اصل پسندیده مطرح بوده و کمتر قوم و ملتی است که زنان آن پوشش مناسبی نداشته باشند. تفاوت‌ها مربوط به چگونگی و حدود آن بوده است.



۱- تاریخ تمدن، ویل دورانت، ج ۲، ص ۷۸



## ■ چه لذتی دارد ...

چه لذتی دارد وقتی در خیابان و کوچه راه می‌روی و صد قافله دل‌آلوده همراه تو نیست.

چه لذتی دارد وقتی در نابودی تعهد و عشق بین همسران سهیم نباشی و گرمای خانه‌ها را سرد نکنی.

چه لذتی دارد وقتی از سرپاکی و غیرت و مردانگی، بانوان و دختران سرزمینت را ناموس خود بدانی و سرمایه پاکی و نجابتشان را قربانی هوس‌های خود نکنی.

چه لذتی دارد که مردانگی را، نه فقط در پرورش اندام و قوت بازو، بلکه در توان خویشنداری در مقابل وسوسه‌های شیطانی معنا کنی.

چه لذتی دارد که بدانی دنیا راهی است به سوی خدا و در این راه نباید با نگاهت، با حرفت و با نوع پوششت، سنگ راهی باشی و دلی را از حرکت در این مسیر بازداری.

چه لذتی دارد که فقط زندگی کوتاه دنیا را نبینی و نگاهی هم به زندگی بی‌پایان آخرت داشته باشی.

چه لذتی دارد وقتی در آلوده شدن چشم و قلب دیگران نقش نداشته باشی و بخشی از گناهان آنان را پای نامه اعمال خود ننویسی.

چه لذتی دارد وقتی هدف خلقت خویش را فراموش نکنی و عمر گران‌بهای خود را پای میز آرایش و دوختن و پوشیدن و نمایش دادن و به چشم‌ها نشستن، به پایان نرسانی.

چه لذتی دارد وقتی رضایت خدا را به رضایت انسان‌های هوس‌ران ترجیح می‌دهی.

چه لذتی دارد وقتی طعمهٔ فلاّاب شیطان برای دام انداختن دیگران نیستی.

چه لذتی دارد عقیف بودن!

## اندیشه و تحقیق

- ۱- برای حضور سالم در جامعه، چه پیشنهادهایی برای مردان و زنان دارید؟
- ۲- با اینکه پوشش بدن و حتی موی سر در دین حضرت مسیح (ع) یک امر پسندیده است، برخی جوامع مسیحی نسبت به این موضوع بی‌توجه‌اند. به نظر شما، علت آن چیست؟

وضع جامعه اطراف خود را بررسی کنید و ببینید :

- ۱- رفتار پسران و مردان در جامعه چگونه باید باشد تا سلامت اخلاقی جامعه حفظ شود؟
- ۲- حفظ حرمت دختران و زنان تا چه میزان به وضع پوشش آنان بستگی دارد؟
- ۳- با دوستان خود مشورت کنید و ببینید که رعایت پوشش اسلامی توسط زن در هریک از موارد زیر چه ثمراتی دارد.

۱- برای زن :

.....

.....

.....

۲- برای مرد :

.....

.....

.....

۳- برای خانواده :

.....

.....

.....

۴- برای جامعه :

.....

.....

.....



## کتاب‌شناسی

ردیف	نام کتاب	نویسنده / مترجم	ناشر	موضوع	درس	مخاطب
۱	قرآن کریم	ترجمه و تفسیر محسن قرائتی	مرکز فرهنگی درس‌های از قرآن	—	تمام درس‌ها	دانش آموز / معلم
۲	آفتاب در حجاب	سید مهدی شجاعی	کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان	عفاف / حضرت زینب	۱۲	دانش آموز
۳	آفرینش جهان	ژرژ گاموف		خداشناسی	۱	دانش آموز / معلم
۴	آینه‌های ناگهان	قیصر امین‌پور	نشر افق	شعر	۹	دانش آموز
۵	احکام روابط زن و مرد و مسائل اجتماعی	سید مسعود معصومی	بوستان کتاب	حجاب و عفاف	۱۲	دانش آموز / معلم
۶	الفبای زندگی	جواد محدثی	بوستان کتاب	برنامه زندگی	۸	دانش آموز
۷	المراقبات	میرزا جواد آقا ملکی تبریزی	رسالت قلم	برنامه زندگی	۸	معلم
۸	انس با قرآن کریم	مسعود وکیل	انتشارات مدرسه	آموزش قرآن	تمامی درس‌ها	دانش آموز
۹	اولین دانشگاه و آخرین پیامبر	سید رضا پاک‌نژاد	کتاب‌فروشی اسلامیة	برنامه زندگی	۱۱ و ۱۲	دانش آموز / معلم
۱۰	این گونه باشیم	جواد محدثی	بوستان کتاب	برنامه زندگی	۸	دانش آموز
۱۱	بازگشت به هستی	محمد شجاعی	کانون اندیشه جوان	معاد	۳ تا ۷	دانش آموز / معلم
۱۲	برای ریحانه	محمود اکبری	انتشارات گلستان ادب	حجاب و عفاف	۱۱ و ۱۲	دانش آموز
۱۳	به سوی او	استاد محمد تقی مصباح یزدی	انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)	انسان‌شناسی	۱ و ۲	دانش آموز / معلم
۱۴	به سوی خودسازی	استاد محمد تقی مصباح یزدی	انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)	انسان‌شناسی ۱ و ۲		دانش آموز / معلم
۱۵	تجسم عمل و شفاعت	محمد شجاعی	کانون اندیشه جوان	معاد	۳ تا ۷	دانش آموز / معلم
۱۶	تصمیم‌های بزرگ اخلاقی	محمد باقر پورامینی	کانون اندیشه جوان	برنامه زندگی	۸	دانش آموز
۱۷	پرسش‌های امروز جوانان		انتشارات مدرسه	حجاب و عفاف	۱۱ و ۱۲	دانش آموز
۱۸	جاذبه و دافعه حضرت علی (ع)	استاد شهید مطهری	انتشارات صدرا	حب و بغض در راه خدا	۹	دانش آموز / معلم
۱۹	آسیب‌شناسی شخصیت زن	محمد رضا کوهی	انتشارات پارسایان	حجاب	۱۱ و ۱۲	دانش آموز
۲۰	آداب الصلوة	امام خمینی	مؤسسه نشر آثار امام خمینی	نماز	۱۰	معلم

ردیف	نام کتاب	نویسنده / مترجم	ناشر	موضوع	درس	مخاطب
۲۱	جوان در چشم و دل پیامبر	محمدباقر پورامینی	کانون اندیشه جوان	انسان‌شناسی	۲ و ۸	دانش آموز
۲۲	جوان در کلام نور	مرتضی روحانی	مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)	انسان‌شناسی	۲	
۲۳	جوان و آرامش	محمد سبحانی نیا	بوستان کتاب	انسان‌شناسی	۸	دانش آموز
۲۴	حجاب	مهدی مهریزی	کانون اندیشه جوان	حجاب و عفاف	۱۱ و ۱۲	دانش آموز
۲۵	حقوق زن	حمید کریمی	کانون اندیشه جوان	حجاب و عفاف	۱۱ و ۱۲	دانش آموز
۲۶	خدا بود و دیگر هیچ نبود	شهید دکتر مصطفی چمران	بنیاد شهید چمران	خداشناسی	۱	دانش آموز
۲۷	دانستنی‌هایی از قرآن	مصطفی اسرار	نشر قو	خداشناسی	تمام درس‌ها	دانش آموز / معلم
۲۸	در جستجوی خدا	جان‌هاون/بتول نجفی	انتشارات آستان قدس	الگوی زندگی	۱	دانش آموز/معلم
۲۹	در کمین گل سرخ (زندگی شهید صیاد شیرازی)	محسن مؤمنی	سوره مهر		۳	دانش آموز
۳۰	دنیایی که می بینم	آلبرت اینشتین		خداشناسی	۱	دانش آموز / معلم
۳۱	راز آفرینش انسان	کرسی مورسن		خداشناسی	۱	دانش آموز / معلم
۳۲	راز نماز	استاد قرائتی	مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن	نماز	۱۰	دانش آموز
۳۳	رقصی چنین میانه میدانم آرزوست	شهید دکتر مصطفی چمران	بنیاد شهید چمران	الگوی زندگی	۳	دانش آموز
۳۴	زنان صدر اسلام	سید محمد بحر العلوم / محمد علی امینی	انتشارات حکمت	عفاف و حجاب	۱۱ و ۱۲	دانش آموز / معلم
۳۵	زندگی بر روی زمین	دونالد ام. سیلور	انتشارات مدرسه	خداشناسی	۱	دانش آموز / معلم
۳۶	سلام بر خورشید (زندگی پیامبر اسلام)	سید علی اکبر حسینی	انتشارات اطلاعات	الگوی زندگی	۸	دانش آموز
۳۷	سیب و عطش	دکتر محمد رضا سنگری	خورشید باران	الگوی زندگی	۸	دانش آموز
۳۸	سیره نبوی	مصطفی دلشاد تهرانی	انتشارات وزارت ارشاد	الگوی زندگی	۸	دانش آموز / معلم
۳۹	سیمای روزانه فرد مسلمان	محراب صادق نیا	مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما	برنامه‌ریزی	۸	دانش آموز
۴۰	شجره طوبی (سیره حضرت فاطمه)	محمد سعید بهمن‌پور	سوره مهر	الگوی زندگی	۸	دانش آموز
۴۱	عروج روح	محمد شجاعی	کانون اندیشه جوان	معاد	۳ تا ۷	دانش آموز / معلم
۴۲	فرهنگ برهنگی و برهنگی فرهنگی	غلامعلی حداد عادل		حجاب و عفاف	۱۱ و ۱۲	دانش آموز / معلم
۴۳	فلسفه خلقت انسان	دکتر عبدالله نصری	کانون اندیشه جوان	انسان‌شناسی	۱	دانش آموز / معلم
۴۴	قیام قیامت	محمد شجاعی	کانون اندیشه جوان	معاد	۳ تا ۷	دانش آموز
۴۵	گامی در مسیر	جواد محدثی	بوستان کتاب	برنامه‌ریزی	۸	دانش آموز
۴۶	مجموعه آثار (جلد ۲۱-زن)	دکتر علی شریعتی		حجاب و عفاف	۱۱ و ۱۲	دانش آموز / معلم
۴۷	آفتاب اندیشه (پرسش‌ها و پاسخ‌های مذهبی ج ۱ و ۳)	حسین سوزنجی	انتشارات مدرسه	خداشناسی و معاد	۳ تا ۷	معلم
۴۸	مجموعه چهره‌های درخشان	جمعی از نویسندگان	انتشارات مدرسه	الگوی زندگی	۸	دانش آموز

ردیف	نام کتاب	نویسنده / مترجم	ناشر	موضوع	درس	مخاطب
۴۹	مجموعه قصه فرماندهان	جمعی از نویسندگان	حوزه هنری سازمان تبلیغات اسلامی	الگوی زندگی	۳ و ۸	دانش آموز
۵۰	محمد (ص) پیامبری برای همیشه	حسن رحیم پور ازغدی	دفتر نشر فرهنگ اسلامی	الگوی زندگی	۸	دانش آموز/معلم
۵۱	مدیریت زمان	محمد جواد حاج علی اکبری	اتحادیه انجمن های اسلامی دانش آموزان	برنامه ریزی	۸	دانش آموز
۵۲	مسئله حجاب	استاد شهید مطهری	انتشارات صدرا	حجاب و عفاف	۱۱ و ۱۲	دانش آموز / معلم
۵۳	معاد یا بازگشت به سوی خدا (جلد ۲)	محمد شجاعی	شرکت سهامی انتشار	معاد	۳ تا ۷	دانش آموز/ معلم
۵۴	مقدمه ای بر جهان بینی اسلامی (انسان در قرآن)	استاد شهید مطهری	انتشارات صدرا	انسان شناسی	۲	دانش آموز / معلم
۵۵	مقدمه ای بر جهان بینی اسلامی (زندگی جاوید یا حیات اخروی)	استاد شهید مطهری	انتشارات صدرا	معاد	۳ تا ۷	دانش آموز / معلم
۵۶	موافق حشر	محمد شجاعی	کانون اندیشه جوان	معاد	۳ تا ۷	دانش آموز/ معلم
۵۷	نامه های بلوغ	علی صفایی حائری	انتشارات لیلة القدر	برنامه ریزی	۸	دانش آموز
۵۸	نشانه های او	سید رضا صدر	یوستان کتاب	خدا شناسی	۱	دانش آموز/ معلم
۵۹	نظام حقوق زن در اسلام	استاد شهید مطهری	انتشارات صدرا	حجاب و عفاف	۱۱ و ۱۲	دانش آموز/ معلم
۶۰	نظام شخصیت زن در اسلام	زیبایی نژاد و سجانی	نصایح	حجاب و عفاف	۱۱ و ۱۲	دانش آموز/ معلم
۶۱	نظم و انضباط		مرکز پژوهش های اسلامی صدا و سیما	برنامه ریزی	۸	دانش آموز/ معلم
۶۲	نهج البلاغه	ترجمه علی شبروانی	انتشارات دارالعلم	الگوی زندگی	تمام درس ها	دانش آموز/معلم
۶۳	نهج البلاغه و شناخت جعفری	دکتر سید محمد مهدی جعفری	مؤسسه فرهنگی اهل قلم	الگوی زندگی	تمام درس ها	دانش آموز/معلم
۶۴	نهضت امام خمینی	سید حمید روحانی	الگوی زندگی	الگوی زندگی	۸	دانش آموز/معلم
۶۵	واژه نامه قرآن	مصطفی اسرار	انتشارات جوگان	قرآن شناسی	تمام درس ها	دانش آموز
۶۶	رازهای زندگی (۱۰۴ داستان کوتاه)	مرتضی نظری	مؤسسه فرهنگی منادی تربیت	الگوی زندگی	۸ تا ۱۰	دانش آموز/معلم
۶۷	درسنامه صحیفه سجاده جلد اول	حمید محمدی، سعید امینایی، رسول هاشمی، صادقی و...	دارالعلم	دعا	تمام دروس	دانش آموز/معلم
۶۸	دانشنامه نهج البلاغه جلد ۱ و ۲	سید جمال الدین دین پرور	مؤسسه فرهنگی مدرسه برهان	آشنایی با نهج البلاغه	تمام دروس	دانش آموز/معلم
۶۹	چهل حدیث علامه شهید آیت الله مرتضی مطهری؛ شرح ۴۰ روایت اعتقادی، اخلاقی و اجتماعی	محمد مهدی رضایی	جمال	تمام دروس	تمام دروس	معلم
۷۰	معاد از منظر قرآن و حدیث	رضا زارعی	کتاب تارا	الگوی زندگی	تمام دروس	معلم

