



چگونه گناه نکنیم (قسمت نهم)

در شماره پیشین، ضمن توضیح مبسوط در زمینه اصل کثرت تسبيحات در مسیر ترک گناه، به دو اصل مهم دیگر یعنی اصل دایره ترک گناه و همچنین اصل صخره نورده اشاره نمودیم. در این شماره برآئیم، ضمن بر شمردن برخی اصول دیگر، به سه روش از روش‌های چگونگی جلوگیری از ارتکاب گناه اشاره نماییم.

بسم الله الرحمن الرحيم

• فراموش نکردن خلیفه الله

یکی از اساسی ترین مسائلی که می‌تواند ما را از ارتکاب به گناه بازدارد، به یاد داشتن این مهم است که ما برای این دنیا نیستیم بلکه غریبه بوده و به صورت موقتی اینجا ایستاده‌ایم (انا لله و انا لیه راجعون).

باید به یاد داشته باشیم که آن قدر مقام ما بالاست که حتی جبرئیل به آن سجده کرد اما ممکن است ما با اعمال خود، این مقام را تا اسفل السافلین پایین بیاوریم.

ما این توانایی را داریم که بی نهایت بار به امام معصوم نزدیک شده و به ایشان شبیه شوی؛ مثل حضرت زینب و حضرت عباس.

نکته لازم به ذکر این است که تذکر درونی و دائمی به خود در این خصوص که «اگر حجه ابن الحسن العسكري عليه السلام جای من بود این کار را انجام می‌داد یا خیر»، جلوی ارتکاب ۹۵ درصد از گناهان را می‌گیرد.

توجه به این اصل، زمینه رشد فضائل اخلاقی را در ما هموار کرده و باعث دور شدن رذایل اخلاقی از ما می‌گردد.

• فاصله انداختن بین گناهان

کسی که عادت به انجام یک گناه و رذیله اخلاقی کرده است اگر فاصله بین انجام گناهان را زیاد کند بعد از مدتی می‌بیند که می‌تواند این گناه را کم کند و حتی در وعده انجام آن میل به ارتکاب در او کم می‌شود؛ زیرا به این طریق توانایی ایستادگی در برابر خواسته‌های نفس خود را می‌آموزد و در نتیجه زمینه را برای ترک گناه فراهم می‌کند.

می توان از این روش در ترک رذایل اخلاقی مانند استعمال دخانیات نیز بهره برد.

• استفاده از مکارم الاخلاق

بعضی افراد به صورتی ذاتی و تربیتی دارای مکارم اخلاق هستند و این از دوره تربیتی پیش از تولد ایشان نشأت می‌گیرد.

لازم به ذکر است در اسلام قبل از بسته شدن نطفه، با نذری که به نیت آن از خداوند فرزند می‌خواهیم تربیت شروع می‌شود که این نذر خدا را ضامن تربیت بچه می‌کند.

از سوی دیگر علمای اخلاق معتقدند اکثر مکارم اخلاق اکتسابی یعنی کسب کردن توسط خود فرد است.

امام صادق (علیه السلام) در همین زمینه می‌فرمایند: به راستی که خداوند (تبارک و تعالی) خصائیل والای اخلاق را مخصوص انبیاء گردانید. پس اگر کسی (از غیر انبیاء) این صفات را دارد، باید خداوند را ستایش کند و اگر کسی فاقد آن هاست پس باید به درگاه خداوند تضرغ کند و آن ها را بخواهد. راوی می‌گوید عرض کردم: جانم به فدائی شما آن صفات چه چیزهایی هستند. امام فرمود: ورع و پرهیزگاری، قناعت کردن، صبر، شکرگزاری، فرو بردن خشم، حیا، بخشندگی، شجاعت، غیرت، نیکوکاری، راستگویی و ادائی امانت. (الامالی، للشيخ المفید ص ۱۹۲-۱۹۳)

با توجه به اینکه کدام یک از این ویژگی‌های اخلاقی در ما وجود دارد، برای ترک گناه باید همان فضیلت اخلاقی را تکیه‌گاه قرار داده و برای کسب سایر فضایل، تلاش کرده و به درگاه خدا تضرع نماییم.

اگر مرتبه ای از اخلاق و معرفت را کسب کردیم، آن را به حضرت زهرا به امانت بگذاریم تا شیطان نتواند آن را از ما بگیرد و از حضرت زهرا بخواهیم آن را به امانت نگه دارد و هر زمان که خود صلاح می‌داند و از نظر او مورد نیاز ماست، به ما بازگردد.

• ایجاد حس نفرت نسبت به گناه

حس نفرت نسبت گناه را در خود تقویت کنیم و به آن توجه داشته باشیم که لذت آن گذراست و لذت اصلی در گناه نکردن است.

• کنترل چشم و گوش

این روش بسیار مهم است. چشم و گوش خود را به گونه‌ای تربیت کنیم که نگاه نکند و گوش نکند. دیدن و شنیدن با نگاه کردن و گوش دادن که در آن اختیار وجود دارد متفاوت است.

• ترک فکر گناه

فکر گناه گناه می‌آورد خدا فکر گناه را گناه نمی‌نویسد. بسیاری از گناهان که راحت انجام می‌شود به این دلیل است که بارها شرایط انجام آن در فکر فراهم شده است تا فکر گناه به سمت ما آمد، استغفار بگوییم و اگر از آن رها نشدمیم دو رکعت نماز بخوانیم و به یکی از معصومین و اولیاء الله تقدیم نماییم و این گونه از گناه دو شویم.

سه مورد فوق جزء اصول نبوده و روش‌هایی می‌باشد که می‌توان با آن از ارتکاب به گناه جلوگیری کرد.

نکته

هربار که یک گناه ترک می‌کنیم یک هدیه می‌گیریم. حتی اگر آنجا هم متوجه آن هدیه نشویم اما در فرصتی بعد که زمینه استفاده از آن هدیه فراهم گردید، متوجه داشتن آن موهبت می‌شویم. این هدیه، اصولاً معنوی است و زمینه رشد بیشتر ما را فراهم می‌آورد. از این رو قرآن می‌فرماید:

پرهیزگاران چون گرفتار وسوسه شیطان شوند همان دم متذکر (یاد خدا) شده و بصیرت یابند(اعراف ۲۰۱)
یعنی با تذکر در هنگام ترک گناه خداوند به آنها بصیرت می‌دهد.

ادامه دارد ...

برگرفته از سخنرانی استاد رائفی پور (سلسله جلسات چگونه گناه نکنیم)