

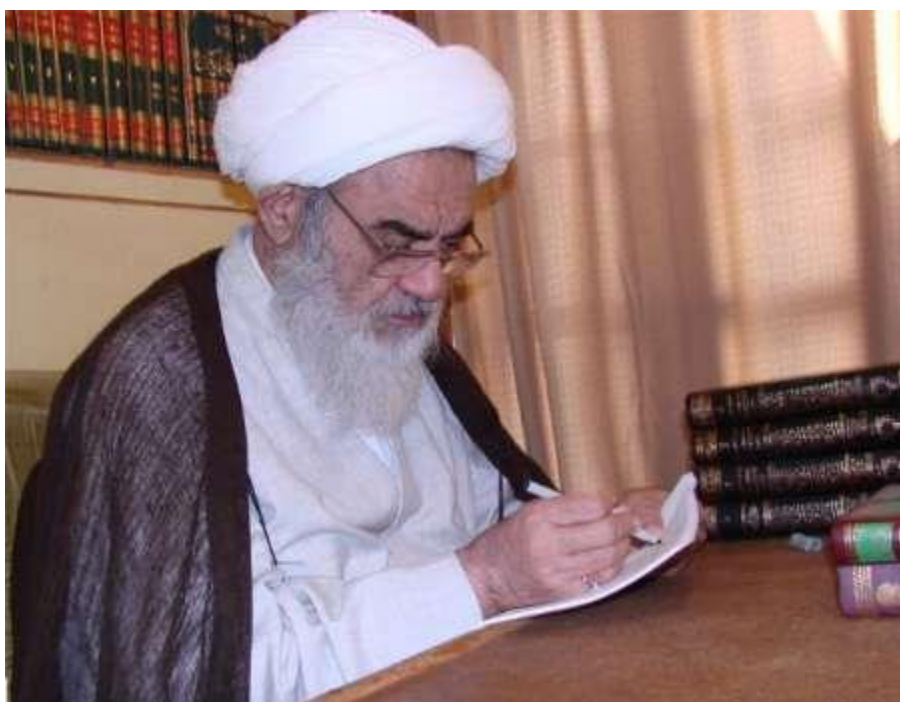
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## درس اخلاق

موضوع: اخلاق از نظر قرآن و روایات

حضرت آیت الله مظاهری دامت برکاته

جلسه دوازدهم - کظم غیظ



أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى خَيْرِ خَلْقِهِ أَشْرَفِ بَرِيَّتِهِ أَبِي الْقَاسِمِ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ عَلَى آلِهِ الطَّيِّبِينَ الطَّاهِرِينَ وَ عَلَى جَمِيعِ الْأَنْبِيَاءِ وَ الْمُرْسَلِينَ سَيِّمًا بَقِيَّةَ اللَّهِ فِي الْأَرْضِينَ وَ لَعْنَةُ اللَّهِ عَلَى أَعْدَائِهِمْ أَجْمَعِينَ

خدا توفیق عبادت و بندگی و ترک معصیت، همه وقت و مخصوصاً در ماه مبارک رمضان به همه ما عنایت کند، اظهار ارادت کنید خدمت امام زمان با سه صلوات.

بحث گذشته ما دربارهٔ صفت رذیلهٔ غضب بود. به قول امیرالمؤمنین آن غضبی که انسان را دیوانه می‌کند. در وقت غضب نیم دیوانه است و اگر بعد از غضب پشیمان نشد، باید بداند که دیوانهٔ به تمام معناست و از نظر روایات ما غضب یعنی انسان، ابزار برای شیطان واقع شود و شیطان هرچه بتواند از او استفاده کند. در وقت غضب، وضع خطرناکی برای انسان جلو می‌آید و خدا باید رحم کند و خود انسان هم تلاش و کوشش کند در آن وقت ابزار برای شیطان واقع نشود و اگر بخواهیم این حالت غضب را نداشته باشیم و به جای آن حلم داشته باشیم، اول باید این صفت رذیله را رفع کنیم. البته کار مشکلی است. رفع همهٔ صفات رذیله مشکل است، اما لازم است. هرکدام از صفات رذیله اگر در عمق جان انسان باشد، نمی‌گذارد انسان سالم از این دنیا برود؛ بلکه بعضی اوقات موجب می‌شود در قیامت هم به خدا تشر بزند. بعضی اوقات موجب می‌شود در جهنم هم نق نق کند و از خدا گله کند. به جای اینکه تضرع و زاری کند که از جهنم نجات پیدا

کند، غضبش نمی‌گذارد؛ لذا از همه شما تقاضا دارم به مرور زمان این غضب را رفع کنید که تسلط بر اعصاب داشته باشید. اگر یک ناملاپمی و ناراحتی جلو آمد، بتوانید جلوی خود را بگیرید.

دستورهایی در این باب داده‌اند، من جمله اینکه انسان در وقتی که غضب می‌کند، این حالت را مبدل کند به حالت دیگر. در روایات می‌فرمایند مثلاً اگر ایستاده‌ای، بنشین و اگر نشسته‌ای، بایست. از اطاق بیرون برو یا برای تجدید وضو برو و بالاخره حالت دیگری به خود بگیر و از صحنه بیرون برو. [۱] بهتر از این «کظم غیظ» است. اینکه انسان همان موقع غضب را فرو ببرد. این غضب یک آتش است و این آتش را خاموش کند و فکر بعدش را بکند که این غضب ممکن است الان مصائب بزرگی جلو بیاورد و باید نگذارم. جداً از خدا بخواهد که خدا به او کمک کند. کلمه «لا حول و لا قوة الا بالله» و «لا اله الا الله» در آن موقع خیلی مؤثر است. در موقع غضب، قیامت و آتش جهنم را به یاد بیاور؛ برای اینکه این غضب که مجسم شود، آتش جهنم می‌شود. در وقتی که انسان غضب کند، آتشی در درون او شعله ور می‌شود. اگر جلوی آن را بگیرد و این آتش را خاموش کند، می‌تواند آتش جهنم را خاموش کند و اگر جلوی آن را نگیرد، همین غضب شعله‌های آتش جهنم می‌شود. به قول قرآن، هرم و دود جهنم، همین غضب‌ها و حرف‌های نامربوط در وقت غضب است. خود غضب آتش جهنم می‌شود و حرف‌های نامربوطش دود و هرم جهنم می‌شود و این باید زیر هرم و دود جهنم باشد و اگر نشود او را شفاعت کرد، در جهنم هست؛ یعنی درحقیقت در آتش جهنمی است که غضب او فراهم کرده است.

جهنم و بهشت الان هست، اما نعمت‌های بهشت را ما باید تهیه کنیم. بهشتی وقتی به بهشت می‌رود، به او خطاب می‌شود:

كُلُوا وَ اشْرَبُوا هَنِيئًا بِمَا أَسْلَفْتُمْ فِي الْأَيَّامِ الْخَالِيَةِ [۲]

بخورید و بیاشامید، این نعمت‌ها را شما در ماه مبارک رمضان به واسطه روزه و به واسطه اعمال صالحتان تهیه کردید. کسی هم که جهنم را برای خود فراهم کرده باشد، وقتی به جهنم می‌رود، قرآن می‌فرماید ملائکه و بعضی اوقات خدا می‌گوید:

ذَلِكَ بِمَا قَدَّمْتَ أَيْدِيكَمْ [۳]

این آتش جهنم را خودت فراهم کردی. خدا جهنم را خلق کرده اما بدون آتش، و بهشت را خلق کرده اما بدون نعمت، و نعمت‌های بهشت باید از این دنیا برود:

«الدُّنْيَا مَزْرَعَةٌ الْآخِرَةُ» [۴]

آتش جهنم و مار و مور جهنم و افعی‌های جهنم را خود ما می‌فرستیم.

این سخن‌های چو مار و کژدمت      مار و کژدم می‌شود گیرد دمت

از جمله اینها، غضب است. اگر نتواند جلوی غضب را بگیرد و حرف‌های نامربوط بزند و کارهای نامربوط کند، همین آتش غضب، آتش جهنم می‌شود. وقتی به جهنم می‌رود، خدا و ملائکه به او خطاب می‌کنند که خدا این آتش را تهیه نکرده، بلکه «ذَلِكَ بِمَا قَدَّمْتَ أَيْدِيَكُمْ»؛ تویی که این آتش

را برای خود تهیه کردی. لذا می‌فرمایند در وقت غضب، به یاد آتش جهنم و به یاد غضب خدا بیفتید. بعضی اوقات انسان غضب می‌کند و حرف نامربوطی می‌زند و همین حرف نامربوط همه چیز را ریشه کن می‌کند. ناگهان می‌رسد به آنجا که شخصیتش به تمام معنا از بین می‌رود. یک ماه طول نمی‌کشد که آبرویش از بین می‌رود.

دربارهٔ مروان حمار که از آخرین خلفای بنی امیه است، آمده که این آدم زشتی بوده است. خدا نکند که غضب و قدرت با هم جمع شود، زیرا خیلی بدبختی می‌آورد. این مروان حمار روی تخت سلطنتی نشسته بود، خادمه و کلفتش برای او غذا آورد. یک جمله گفت و کلفت جواب داد. اما این مروان غضب کرد و گفت جلاد بیاید و به او گفت زبان او را درآور. زنده زنده زبان این بیچاره را درآورد. اما نکبتش او را گرفت. طولی نکشید که ایرانی‌ها مثل مسلم خراسانی بر بنی امیه مسلط شد. این مروان حمار از ترسش در خرابه‌ها زندگی می‌کرد برای اینکه هرکجا رفت، او را راه ندادند. لشکر مسلم خراسانی رسید و او فرار کرد. ناگهان ادرارش گرفت و از اسب پیاده شد که ادرار کند، آنگاه مهلتش ندادند و او را گرفتند. او را آوردند پیش مسلم خراسانی. این مروان زبان درازی کرد و مسلم خراسانی هم به جلاد گفت زنده زنده زبانش را درآور. زبانش را درآوردند و او مرد و زبان را پیش گربه‌ای انداخته و گربه خورد. کسی که در جلسه بود گفت «لا حول و لا قوة الا بالله»؛ طولی نکشید که به کیفرش رسید. زبان آن کلفت را درآورد و دور انداخت و همین گربه زبان را خورد و الان همان گربه زبان خودش را خورد.

بعضی اوقات آقا در خانه نتوانسته آنچه باید، تهیه کند و خانم یک زخم زبان بزند و بگوید تو هم مرد نشدی؛ به همسایه‌ها و قوم و خویش نگاه کن که چقدر بالا هستند. این یک زخم زبان بیشتر نیست، اما همین زخم زبان باعث می‌شود که در همین دنیا مثلاً خانم راه می‌رود و ناگهان به زمین می‌خورد و بالاخره فلج می‌شود. آنگاه به این شوهر التماس می‌کند. از اینگونه چیزها زیاد دیده شده است. همچنین اگر آقا یک زخم زبان به خانمش یا یک زخم زبان به دخترش یا به پسر با شخصیتش بزند، این دخترها و پسرها شخصیت دارند و برای خودشان شخصیت قائلند و پدر باید خیلی مواظب خانم و بچه‌ها باشد. اگر یک زخم زبان بزند، ممکن است مثلاً یک ماه طول نکشد که این آقا سکت می‌کند و مردار شود و نصف بدنش فلج شود. همین پسر و خانم یکی دو ماه او را نگاه دارند و بعد با چه غر و لندها و زخم زبان‌ها، باید یک عمر بسوزد و بسازد. اگر عقل و فکر داشته باشد، می‌بیند آن زخم زبان کار را به اینجا رساند که فلج شده و احتیاج به همین دختر پیدا کرده که برایش کاری بکند. یا احتیاج به این خانم کند که مقداری غذا در دهانش بریزد. خیلی باید مواظب باشیم، نمی‌شود انسان در حال غضب نامربوط بگوید اما چوبش را نخورد. قرآن می‌فرماید:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّمَا بَغَيْكُمُ عَلَىٰ أَنْفُسِكُمْ مَتَاعَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ثُمَّ إِلَيْنَا مَرْجِعُكُمْ فَأُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ ﴿٥﴾

ای مردم ظلم شما در این دنیا اول دست و پا پیچ شما می‌شود و پس از آن در روز قیامت، برای شما آتش می‌شود. هر ظلمی چنین است اما مخصوصاً ظلم‌های در حال غضب است. گفتم خدا نکند که آدم نتواند غضبش را کنترل کند و قدرت هم داشته باشد، آن قدرت چه آتش‌هایی در جامعه می‌سوزاند؛ اما به قول قرآن این آتش دامن گیر خودش هم خواهد شد. دنیايش این است و آخرتش هم این است و نمی‌شود انسان غضب کند و نامربوط بگوید، اما دست و پا پیچ او در همین دنیا نشود. به تجربه اثبات شده است، علاوه بر اینکه آیات و روایات فراوانی داریم، من از همهٔ شما تقاضا دارم که غضب نکنید. البته جلوی غضب را گرفتن مشکل است اما همینطور که در روایات فرموده‌اند انسان باید جلوی غضب را بگیرد و الا غضب همه چیز را می‌سوزاند. یک دفعه

همینطور که ایستاده غضب کند، اگر غضب خودش را فرو ببرد، کظم غیظ است و خیلی ثواب دارد و قرآن می‌فرماید خیلی ثواب دارد که انسان در وقت غضب، غضبش را فرو ببرد. قرآن می‌فرماید:

«وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ، الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» [۶]

ای مردم دوان دوان بروید به سمت بهشت؛ بهشت برای متقی است. متقی کیست؟

۱- کسی که سخاوتمند است و به دیگران رسیدگی می‌کند. ولو اینکه خودش چیزی ندارد، اما به دیگران رسیدگی می‌کند. ۲- کظم غیظ دارد و در وقتی که به او بدی کردند و غضبش شعله‌ور شد، این غضب را اعمال نمی‌کند، بلکه فرو می‌نشانند. خدا دوست دارد که انسان نیکوکار باشد. نیکوکاری گاهی به انفاق فی سبیل الله است و گاهی به رابطه با خداست و مهم‌تر از این دو، محسن کسی است که وقتی کسی بدی کرد، این خوبی کند.

قرآن راجع به زن و شوهر می‌فرماید اگر یکی بدی کرد، دیگری عفو کند. قرآن می‌فرماید این کم است، اگر مسلمانی و اگر شیعه و تابع اهل بیت هستی، باید اصلاً به دل‌نگیری و اصلاً غضب نکنی. قرآن می‌فرماید باز هم کم است، اگر یکی بدی کرد، دیگری خوبی کند. هرکسی به اندازه وسعش باید خوبی کند. زن یک اندازه و مرد هم اندازه دیگر و بالاخره پیرزن و پیرمرد یک نوع و جوان‌ها نوع دیگر و متمولین یک نوع و فقرا به نوع دیگر. بالاخره باید در مقابل بدی، خوبی کرد. آنگاه قرآن می‌فرماید در همین دنیا باران رحمت در زندگی شما نازل می‌شود. در روز قیامت هم باران رحمت الهی، آتش جهنم را بر شما سرد و سلامت می‌کند. باید برای این غضب چاره‌ای بیندیشیم. آنچه اسلام و قرآن و روایات اهل بیت می‌خواهد، اینست که ما آن را ریشه‌کن کنیم؛ یعنی هرچه به ما بدی کردند، اصلاً انسان تلاطم درونی به نام غضب پیدا نکند.

در اواخر سوره فرقان، علامت‌های مؤمن را می‌گوید و یکی از آنها همین است که:

«وَ إِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا» [۷]

در وقتی که با آدم‌های ناباب برخورد کرد، مثلاً زن نانجیبی دارد و یا زن، شوهر بدی در خانه دارد؛ وقتی او بدی و زبان درازی می‌کند، مثل این باشد که به او سلام می‌کند و به مهربانی و تلافی جواب سلام او را بدهد. یعنی این اصلاً غضب ندارد و به مرور زمان توانسته ریشه غضب را بکند و درخت فضیلت حلم را به جای آن بنشانند و بارور کند و از شیرینی آن هم خود استفاده کند و هم دیگران.

اسلام جداً این را می‌خواهد.

در سوره شمس یازده قسم خورده شده و بعد از یازده قسم، پنج تأکید آورده است. یعنی بر روی هم پانزده شانزده تأکید است:

«قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا، وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا» [۸]

رستگاری فقط و فقط از آنست که درخت رذالت را از دل کنده باشد و درخت فضیلت را به جای آن غرس کرده باشد. بعد می‌فرماید بدبخت و شقی است، کسی که صفت رذیله‌ای در ذاتش باشد. حال هرکدام از این صفات رذیله که در عمق جان ما باشد، ما را جهنمی می‌کند، مگر اینکه به راستی مبارزه کنیم.

در درون ما جنگ است؛ جنگ بین روح و نفس. به عبارت دیگر درون ما فطرت و وجدان اخلاقی و عقل ماست که با این صفات رذیله می‌جنگد. ما باید به عقل و وجدان اخلاقی و فطرت کمک کنیم و به مرور زمان ولو چهل سال هم باشد، اما در پیری خیلی به درد می‌خورد. برای اینکه آدم پیر اگر خدای ناکرده در جوانی خود را اصلاح نکرده باشد، در پیری هم نمی‌شود و بدتر هم می‌شود.

حضرت امام بارها سفارش می‌کردند که تا جوانید، تهذیب نفس کنید. بعضی اوقات هم شوخی می‌کردند و می‌فرمودند که یک غریبه آمد در شهر و آلو سیاه دید و آلو سیاه خرید و خورد و دید خیلی مزه ندارد. سال دیگر آمد و بادمجان دید و خیال کرد آلو سیاه است و بزرگ شده است. خورد و تا دندان زد، دور انداخت و گفت هرچه بزرگتر می‌شوی، بدمزه‌تر می‌شوی. جداً چنین است. انسان اگر در جوانی نتواند، در پیری هرچه بزرگتر شود، بدتر می‌شود. ناگاه حسادت و بخل و غضبش به جاهای بدی می‌رسد.

در زمان گرانی که در اصفهان آمده بود. شخصی گندم داشت. اما احتکار کرده بود و نمی‌داد. نانوان‌ها پیش او رفتند و التماس کردند و گفتند مردم در حال مردن هستند و تو گندم داری، به ما بده. اما گفت نه. بالاخره گفت چند می‌خرید؟ مثلاً گفتند کیلویی یک قران. اما گفت برو بالا. مرتب بالا برد تا جایی که دیگر نمی‌شد خرید، و بالاخره گندم را نداد و آن بلا آمد و خدا این بلا را رفع کرد و گرانی تمام شد. آن آقا که در صحنه بود، گفت که این آقا که می‌گفت قیمت را بالا ببر، پایش سرطان گرفت. دکتر از تهران آمد و به پا نگاه کرد و گفت باید این پا را برید و الا تو را می‌کشد. این شخص دست روی ساق پا گذاشت و گفت از اینجا؟ دکتر گفت نه، برو بالا. دست گذاشت به زانو و گفت از اینجا؟ دکتر گفت نه برو بالا. تا اینکه دست گذاشت روی ران و دکتر گفت بله، باید به طور کلی استخوان را درآورد. این شخص تمام پولش را داد و بالاخره مردار شد و بعد از مردار جهنمی شد. آن پول‌ها رفت و این آقا هم به غیر جهنم، چیزی برای خود نخرید.

همه صفات رذیله چنین است و باید روی آن کار کنیم، من جمله غضب. بنابراین باید کظم غیظ کرد. انسان باید در وقتی که غضب کرد، غضب را فرو ببرد و «و لا حول و لا قوة الا بالله» بگوید. انسان باید با یاد خدا و یاد غضب خدا و بیرون رفتن از صحنه و بالاخره گرفتن جلوی دست و زبان، آتش غضب خود را فرونشاند و الا اگر کظم غیظ نکند به جاهای بدی می‌رسد.

قرآن کظم غیظ نمی‌خواهد، بلکه این مقدمه است برای اینکه ما بتوانیم غضب را نابود کنیم و درخت رذالت را از دل بکنیم و برسیم به جایی که «وَ إِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا»؛ اصلاً غضب نداشته باشیم تا اینکه بخواهیم جلوی آن را بگیریم. آنگاه یک مسلمان واقعی می‌شود.

و السّلام علیکم و رحمة الله و برکاته

(۱) ر.ک: نزهة الناظر، ص ۳۳؛ مجموعة ورام، ج ۱، ص ۱۲۳؛ بحار الانوار، ج ۷۰، ص ۲۷۲.

(۲) الحاقه، ۲۴: «بخورید و بنوشید، گواراتان باد، به [پاداش] آنچه در روزهای گذشته انجام دادید».

۳). آل عمران، ۱۸۲: «این [عقوبت] به خاطر کار و کردار پیشین شماست».

۴). مجموعه ورام، ج ۱، ص ۱۸۳.

۵). یونس، ۲۳: «ای مردم، سرکشی شما فقط به زیان خود شماست. [شما] بهره زندگی دنیا را [می‌طلبید]. سپس بازگشت شما به سوی ما خواهد بود. پس شما را از آنچه انجام می‌دادید باخبر خواهیم کرد».

۶). آل عمران، ۱۳۳ و ۱۳۴: «و برای نیل به آمرزشی از پروردگار خود، و بهشتی که پهنایش [به قدر] آسمانها و زمین است [و] برای پرهیزگاران آماده شده است، بشتابید. همانان که در فراخی و تنگی اتفاق می‌کنند؛ و خشم خود را فرو می‌برند؛ و از مردم در می‌گذرند؛ و خداوند نیکوکاران را دوست دارد».

۷). الفرقان، ۶۳: «و چون نادانان ایشان را طرف خطاب قرار دهند به ملایمت پاسخ می‌دهند».

[۸]. الشمس، ۹ و ۱۰: «که هر کس آن را پاک گردانید، قطعاً رستگار شد، و هر که آلوده‌اش ساخت، قطعاً در باخت.»

منبع: پایگاه اطلاع رسانی معظم له

معاونت فرهنگی تربیتی

مرکز آموزش های غیرحضوری حوزه های علمیه خاوران

<http://vufarhangi.whc.ir>