

سال اول / شماره بیست هشتم
هفته چهارم ذی القعدة ۱۴۴۳
هفته دوم تیر ۱۴۰۱

حوزه علمیه آیت الله عینی
امین الدوله، فیلسوف الدوله

خون کرم

موضوع: اوقات فراغت

هفته نامه اخلاقی خلق کریم
حوزه علمیه آیت الله حق شناس رحمته الله علیه
(امین الدوله - فیلسوف الدوله)
حوزه علمیه مجازی اخلاق

حوزه علمیه مجازی اخلاق
آیت الله حق شناس رحمته الله علیه

امام خمینی رحمته الله علیه: در راس همه امور تهذیب نفس است.

احادیث کلاس

عَنِ النَّبِيِّ ﷺ: إِنَّ اللَّهَ فِي أَيَّامِ دَهْرِكُمْ نَفَحَاتٌ أَلَّا تَفْرَضُوا لَهَا.

در ایام عمر شما گاهی نسیم رحمت الهی می‌وزد (و زمینه موفقیت به دست می‌آید) شما بکوشید و (برای کمال بهره‌برداری از آن) همواره در کمین باشید.

بحارالانوار ج ۷۸ ص ۱۱۳

عَنِ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ ﷺ: إِصَاعَةُ الْفُرْصَةِ غُصَّةٌ.

از دست دادن فرصت‌های خیر، برای انسان مایه غم و اندوه است.

نهج البلاغه حکمت ۱۸

عَنِ الْحَسَنِ الْمُجْتَبَى ﷺ: الْفُرْصَةُ سَرِيعَةُ الْفَوْتِ بِطَيْئَةِ الْعُودِ.

فرصت‌ها زود از دست می‌روند و دیر بازمی‌گردند.

بحارالانوار ج ۷۸ ص ۱۱۳

عَنِ الْحُسَيْنِ بْنِ عَلِيٍّ ﷺ: نَافِسُوا فِي الْمَكَارِمِ وَ سَارِعُوا فِي الْمَغَانِمِ.

در بهره‌برداری از فرصت‌های خوب شتاب کنید و برای رسیدن به اهداف عالیه بر یکدیگر سبقت بگیرید.

بحارالانوار ج ۷۸ ص ۳۵۵

عَنِ الْبَاقِرِ ﷺ: الْيَوْمُ غَنِيمَةٌ وَ غَدًا لَا تَدْرِي لِمَنْ هُوَ؟

امروز را غنیمت شمار؛ تو چه می‌دانی فردا از آن که خواهد بود؟

بحارالانوار ج ۷۸ ص ۱۷۹

احادیث مباحثه

عَنِ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ ﷺ: اِمْضِ لِكُلِّ يَوْمٍ عَمَلَهُ فَإِنَّ لِكُلِّ يَوْمٍ مَا فِيهِ.

هر روز به کارهای همان روز بپرداز؛ کار هر روزی اختصاص به روز خود دارد.

کافی ج ۱، ص ۳۹

عَنِ الْبَاقِرِ ﷺ: بَادِرْ بِانْتِهَازِ الْبُعْيَةِ عَنْ امْكَانِ الْفُرْصَةِ وَلَا امْكَانَ كَالْأَيَّامِ الْخَالِيَةِ مَعَ صَحَّةِ الْأَبْدَانِ.

وقتی فرصت‌ها به دست آمد، تو بی‌درنگ از آن‌ها استفاده کن و هیچ فرصتی مانند سلامتی بدن، توأم با فراغت و آسودگی خاطر نیست.

کافی ج ۱، ص ۳۹

عَنِ الصَّادِقِ ﷺ: الْأَيَّامُ ثَلَاثَةٌ فَيَوْمٌ مَضَى لَا يُدْرِكُ وَ يَوْمٌ النَّاسُ فِيهِ فَيُبْتَغَى أَنْ يَغْنَمُوهُ وَ غَدًا إِنَّمَا فِي أَيْدِيهِمْ أَمَلُهُ.

ایام زندگی سه روز است: یک روز که گذشت و دیگر دسترسی بدان نیست؛ دیگر روزی است که اکنون مردم در آن به سر می‌برند و باید آن را غنیمت بشمارند و دیگر فردایی است که آرزوهای خود را تنها بدان بسته‌اند.

کافی ج ۱، ص ۴۱

عَنِ الصَّادِقِ ﷺ: إِنْ أُجِلَتْ فِي عُمْرِكَ يَوْمَيْنِ فَاجْعَلْ أَحَدَهُمَا لِذَبِكَ لِتَسْتَعِينُ بِهِ عَلَى يَوْمِ مَوْتِكَ.

اگر از عمرت فقط دو روز مانده باشد، یک روزش را به فراگرفتن دستورات و معارف الهی اختصاص بده تا تو را به روز مرگت یاری دهد.

کافی ج ۱، ص ۳۲



پرواز در وقت اضافه

«فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ»

پس هنگامی که از کار مهمی فارغ می‌شوی، به مهم دیگری پرداز! و به سوی پروردگارت توجه کن.

سوره مبارکه شرح آیات شریفه ۷ و ۸

فراغت معین نشده است، آیه بیانگر یک اصل کلی و فراگیر است و هدف آن است که پیامبر را به عنوان یک الگو و سرمشق از اشتغال به استراحت، بعد از پایان یک امر مهم بازدارد و تلاش مستمر و پی‌گیر را در زندگی به او گوش‌زد کند. اصولاً بی‌کار بودن و فراغت کامل، مایه خستگی، کم شدن نشاط، تنبلی و فرسودگی و در بسیاری از مواقع مایه فساد و تباهی و انواع گناهان است.

مهم دیگر را شامل می‌شود و جهت‌گیری تمام تلاش‌ها را به سوی پروردگار توصیه می‌کند؛ ولی غالب مفسران معانی محدودی برای آیه ذکر کرده‌اند که می‌توان هر یک از آن‌ها را به عنوان مصداقی پذیرفت. مثلاً جمعی گفته‌اند منظور این است: هنگامی که از نماز واجب فراغت یافتی، به دعا بپرداز و از خدا تمنا کن تا هر چه می‌خواهی به تو بدهد و... با توجه به اینکه در آیه شریفه، موضوع

در آخرین آیات این سوره می‌فرماید: هنگامی که از کار مهمی فارغ می‌شوی، به مهم دیگری بپرداز. هرگز بیکار نمان؛ تلاش و کوشش را کنار مگذار و پیوسته مشغول مجاهده باش و پایان مهمی را آغاز مهم دیگر قرار ده و در تمام این احوال به خدا تکیه کن و به سوی پروردگارت توجه نما. مطابق آنچه گفته شد، آیه مفهوم گسترده‌ای دارد که فراغت از هر مهمی و پرداختن به

تفسیر نمونه ج ۲۷ ص ۱۲۹ و ۱۳۰

رهبر معظم انقلاب رحمته الله علیه



پیغمبر ﷺ طبق روایتی فرمود: «إِنَّ لِكُلِّ أُمَّةٍ سِيَاحَةً وَ سِيَاحَةَ أُمَّتِي، الْجِهَادُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ». جوانان ما سیاحتشان را هم از این راه تأمین می‌کنند؛ سیاحتشان در ضمن کار برای مردم است. این ارزش دارد. جوانی خود را قدر بدانید. تربیت معنوی و دینی و تحصیلات اسلامی و معرفتی و دانستن تاریخ و پیشرفت علمی را قدر بدانید و در این راه‌ها بکوشید و بدانید دشمن می‌خواهد شما ترقی نکنید.

رهبر کبیر انقلاب رحمته الله علیه



امام رحمته الله علیه همواره توصیه‌های اخلاقی می‌کردند. مثلاً در اواخر درس، قبل از تعطیلات، قبل از ماه رمضان یا قبل از محرم، مطالبی درباره اخلاق می‌گفتند که در چنته دیگران نبود. امام رحمته الله علیه به علما و طلبه‌ها خیلی احترام می‌گذاشتند و این افراد را برجسته می‌دانستند و می‌گفتند: زندگی علما باید با قداست باشد.



وسوسه شیطان فقط در کسانی که خدا بیدارشان می‌کند، اثر نمی‌گذارد. اگر مرا گرفتند و تکان دادند و گفتند: «إِنْفِرُوا إِنْفِرُوا»؛ یعنی کوچ کنید، کوچ کنید، قافله رفت، دیگر وسوسه شیطان مؤثر نخواهد شد.

کاروان رفت و تو در خواب و بیابان در پیش

وّه که چه بی خبر از غلغل بانگ جرسی

اما امثال بنده را با وسوسه به اینکه فردا تعطیل است و یک خرده بخواب و نمازشب مستحب است و این حرف‌ها، از نمازشب محروم می‌کند.

گر کیمیای دولت جاویدت آرزوست

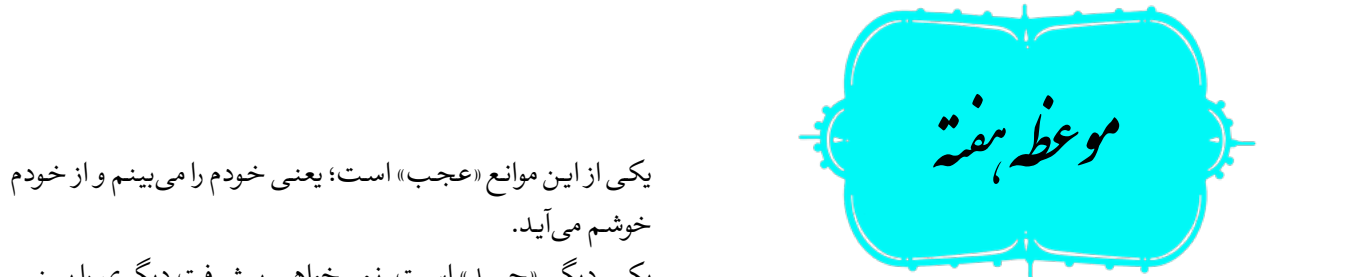
شناس قدر خویش که گوگرد احمری

کتب اخلاقی را مطالعه می‌کردم. با رفقا یک جلسه اخلاق درست کرده بودیم، دور هم جمع می‌شدیم و به مباحث اخلاقی می‌پرداختیم. می‌دانستیم که تأثیر علم (تحصیلات حوزوی یا دانشگاهی) مشروط به سیر تکاملی است.

مذاکره اخلاق در روزهای تعطیل:

در حوزه علمیه، روزهای پنجشنبه - که درس تعطیل بود - با برخی از بزرگان می‌نشستیم و مذاکره اخلاقی می‌کردیم تا این یک روز، یک هفته ما را تأمین بکند.

وسوسه شیطان در چه کسانی اثر نمی‌گذارد؟



یکی از این موانع «عجب» است؛ یعنی خودم را می‌بینم و از خودم خوشم می‌آید.

یکی دیگر «حسد» است. نمی‌خواهم پیشرفت دیگری را ببینم.

نمی‌خواهم او زنده باشد.

یا اینکه «کبر» دارم! برای اینکه تکبر از بین برود، سلام کن بابا جان! چه مانعی دارد؟ تو در خانه‌ات فرزند کوچک داری، عملاً به او یاد بده و به او سلام کن. اگر هم می‌بینی خانواده‌ات غافل هستند، تو به آن‌ها سلام کن! بگذار یاد بگیرند.

او دفعه اول خجالت می‌کشد، اما دفعه دوم مواظب است که تا

پدرش آمد، سلام کند.

یکی دیگر از موانع «غیبت» است.

نگو داداش جان! غیبت نکن که عملت حبط شود. زبانت را نگاه‌دار بابا جان!

«حبس زکات و سایر حقوق واجب» از موانع قبول است.

وقتی به آقای حجت گفتند: آقا نماز باران بخوانید، ایشان فرمودند: هروقت شما حقوق واجبتان را دادید، مظالم، خمس، آن وقت بیایید!

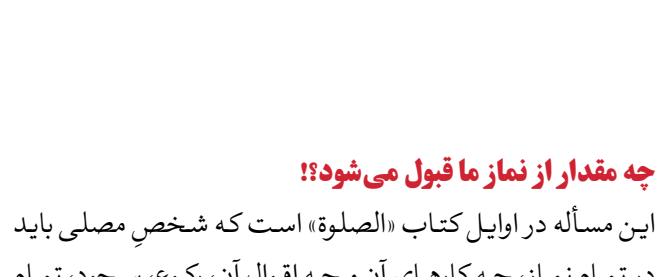
عرض کرد: یابن رسول الله چه مانعی دارد که شما حقوق خودتان را به ما ببخشید؟ حضرت علیه السلام فرمودند: برای چه ببخشیم؟ ادای حقوق ما «مِفْتَاحُ رِزْقِكُمْ وَ تَمْحِیْصُ دُنُوبِكُمْ»؛ این حقی است که به واسطه پرداختن آن، گناه شما را می‌آمرزند و کلید رزق شماست. یعنی رزق شما در اطاقی است که کلیدش ادای حق آل محمد علیهم السلام است.

مباحثه اخلاق در روزهای تعطیل:

وقتی ما در حوزه علمیه قم بودیم، روزهای پنج‌شنبه و جمعه (روزهای تعطیل) با بعضی از رفقا مباحثه اخلاق می‌کردیم؛ چون می‌دانستیم آنچه که تحصیلات ما را ابقاء می‌کند، توجه به مقام اقدس پروردگار است. «وَاتَّقُوا اللَّهَ وَ يُعَلِّمَكُمُ اللَّهُ»؛ هر قدر باطن خودم را تصفیه کنم، بیشتر توجه به مقام اقدس ربوبی پیدا می‌کنم. باید به این چیزها معتقد بود.

روزهای تعطیل، مباحثه اخلاقی با رفقا:

وقتی بنده در قم بودم، در ایام تحصیلی مشغول به کتب تحصیلی بودم و روزهای پنج‌شنبه و جمعه کتب تحصیلی را می‌بستم و



چه مقدار از نماز ما قبول می‌شود؟!

این مسأله در اوایل کتاب «الصلوة» است که شخص مصلی باید در تمام نماز، چه کارهای آن و چه اقوال آن، رکوع، سجود، تمام نماز، اقبال به پروردگار داشته باشد. معنای حضور قلب همین است که به آنچه می‌گوید، التفات تام و توجه کامل داشته باشد. نماز از بنده قبول نمی‌شود، مگر همان قدری که اقبال به پروردگار کرده است. فقط همین مقدار از نمازش پذیرفته می‌شود.

اسقاط تکلیف یا اقامه نماز؟!

باید توجه داشته باشید، نماز انسان را از فحشاء و منکر باز می‌دارد. اگر می‌بینید فلان کس نماز می‌خواند و منهیات پروردگار را هم به جا می‌آورد، این آدم اقبال به نماز ندارد. این نماز فقط مسقط تکلیف است و به این معنا است که این شخص کافر نیست، بلکه مسلمان است؛ اما نمازی ناهي فحشاء و منکر است که در آن، انسان به پروردگار اقبال تام داشته باشد. از نوک پنجه تا فرق سر، تمام شراشر وجودی، باید به خدا توجه پیدا کند. خطاب «إِيَّاكَ نَعْبُدُ» به پروردگار است.

این بود که نبی اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرمود: «أَرْحَنَا يَا بَلَالُ»؛ یعنی وقتی من نماز می‌خوانم، تمام تعلقات منقطع است. مؤمن در حال نماز خواندن، تماماً متوجه به ساحت مقدس پروردگار است. باید عظمت پروردگار و جلال او را شُعر باشد. دل را از ماسوی خارج کند؛ بداند که در برابر مالک الملوک است و نفس خود را مقصر بداند.

موانع استجاب دعا:

از موانع قبولی دعا دوری کنید. آخر استجاب دعا موانعی دارد، اینکه فرمود: «أَذْغُونِي أَشْجِبْ لَكُمْ»؛ من و تو باید خجالت بکشیم! موانع چیست که تا از خودمان دورش نکنیم، دعایمان مستجاب نمی‌شود؟

استاد میرهاشم حسینی رحمته الله علیه

بقای در توبه:

برای بقای در توبه نیاز به پنج چیز می باشد:
۱- پشت در خانه اهل بیت علیهم السلام بودن و توسل به ایشان.

۲- دور شدن از مقتضیات گناه و مواضع آن. باید فاصله را از گناه زیاد کرد.

۳- دوری از فراغت و بی کاری.

۴- ارتباط با علمای ربانی.

۵- اصلاح نگاه به خدا و اهل بیت علیهم السلام.

ذره‌ای خوبی، انسان را نجات می دهد:

طبق آیه «وَلَوْ عَلِمَ اللَّهُ فِيهِمْ خَيْرًا لَأَسْمَعَهُمْ»، اگر درون افراد ذره‌ای خوبی باشد، خداوند آن‌ها را نجات می دهد.

امام نیز اگر در شخصی قابلیت ببیند، او را هدایت می کند. مانند سیدالشهدا علیه السلام که حُرّ علیه السلام را جزء شهدای کربلا کرد. آنچه که باعث نجات حُرّ شد، اهل تفکر بودن و حب اهل بیت علیهم السلام بود. حُرّ علیه السلام به فکر توبه بود و قابلیت تغییر هم داشت.

فکر توبه، در بدترین موقعیت‌ها:

باید در بدترین موقعیت‌ها هم به فکر توبه بود و ارتباط با خدا

را درست کرد. در صورت شکست در توبه باز هم باید به خدا بازگشت؛ به این دلیل که خدا دوست‌دار تواین می باشد و تواب غیر از تائب است، تواب یعنی کسی که بسیار توبه می کند. در مسیر توبه قرار گرفتن، باعث نجات انسان و دستگیری امام زمانش از او می شود.

نفرین اباعبدالله علیه السلام، باعث نجات حُرّ علیه السلام شد!!

گاهی افراد در خواب غفلت قرار می گیرند؛ برای همین نیاز است برای نجاتشان به آن‌ها شوک وارد گردد؛ برای همین است که امام حسین علیه السلام به حُرّ علیه السلام فرمودند: «تَكَلُّتُكَ أُمْلَكَ»؛ یعنی مادرت به عزایت بنشیند.

خدا مبدل السيئات بالحسنات است. اگر کسی در مسیر توبه قرار بگیرد، خدا گناهان گذشته‌اش را تبدیل به حسنات می کند. بخشش خدا به حدی است که نفرین اباعبدالله علیه السلام برای حُرّ علیه السلام، تبدیل به شهادت وی می شود. مادر حُرّ علیه السلام به عزایش می نشیند؛ اما به عزای شهادت او.

بدترین مخلوقات:

بدترین مخلوقات، انسان فاقد تربیت می باشد. «إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الصُّمُّ الْبُكْمُ». بدترین مخلوقات نزد خدا کسی است که در برابر گفتن خوبی‌ها و نهی از بدی‌ها لال است.

شهید هفته



شهید این هفته :

شهید سردار مفقود الاثر حاج احمد متوسلیان

حاج احمد متوسلیان پیشنهاد کرده بود که در وقت‌های بی کاری و اوقات فراغت، بحث‌های اعتقادی بکنیم. داخل یک اتاق کوچک دور هم می نشستیم و خودش شروع می کرد.

. اصلاً ببینم، خدا وجود دارد یا نه؟ من که قبول ندارم.

شما اگر قبول دارید، برایم اثبات کنید.

هر کسی یک دلیلی می آورد. تا سه چهار ساعت مثل یک ماتریالیست واقعی دفاع می کرد.

یک بار یکی از بچه‌ها وسط بحث کم آورد. نزدیک بود با حاج احمد دست به یقه شود. حاجی گفت: «مگر شما مسلمان‌ها در قرآن نخوانده‌اید که جدال باید احسن باشد؟!».

- کتاب یادگاران (خاطرات حاج احمد متوسلیان)

سال تولد: ۱۵ فروردین ۱۳۳۲ | زاده: تهران | وضعیت فعلی: مفقود الاثر «۱۴ تیر ۱۳۶۱»



پس باید نسبت به اوقات فراغت توجه کامل را داشت؛ چون دقت در اوقات فراغت و استفاده صحیح از آن، گاه باعث این می شود که انسان زندگیش از این رو به آن رو شود و کم و کاستی‌های او به صورت کامل جبران شود و استفاده اشتباه از اوقات فراغت باعث فساد و فرو رفتن در اوج رزائل اخلاقی می شود.

بهرترین کاری که یک طلبه می تواند در اوقات فراغت خود انجام دهد، مباحثه اخلاقی و رفتن سر درس اساتید اخلاق است؛ همانطور که آیت الله حق شناس رحمته الله علیه می فرمودند: من در پنجشنبه و جمعه‌ها که دروس تعطیل بود، مباحثه اخلاقی می کردم؛ چون می دانستم که علت مبغیّه طلبگی، همین مباحث اخلاق است.

«دَعَوْنَهُمْ فِيهَا سُبْحَنَكَ اللَّهُمَّ وَتَحِيَّتُهُمْ فِيهَا سَلَامٌ وَءَاخِرُ دَعْوَانَهُمْ أَنْ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ».

همیشه به این صورت است که انسان برای انجام وظیفه‌اش به صورت تمام و کمال، وقت هم کم می آورد؛ لذا باید در اوقات فراغت، کارهای مهم دیگری که انجام آن در زمان‌های دیگر امکان ندارد را انجام داد.

نکته دیگری که در این آیات وجود دارد اینست که بعد از ذکر این قاعده کلی، خداوند متعال می فرماید که در تمامی اوقات به یاد او باشیم. این یعنی اصلی‌ترین وظیفه ما در اوقات فراغت، یاد خداوند متعال است؛ البته در زمان‌های دیگر هم انسان باید یاد خداوند متعال باشد، اما این مسئله در اوقات فراغت اهمیت بیشتری دارد؛ چون اگر انسان در اوقات فراغت توجه به خداوند متعال نداشته باشد، همین می تواند باعث شروع کج روی او شود؛ همان‌طور که در روایتی از امیرالمؤمنین علیه السلام داریم که: «مَعَ الْفَرَاغِ تَكُونُ الصَّبْوَةُ»؛ یعنی: فراغت، باعث تمایل به خواسته‌های نفسانی می شود.

یادداشت اخلاقی

طلبه ارجمند جناب آقای محمدی پادار حسینی

اوقات فراغت یکی از مسائل مهم اخلاقی است؛ به طوری که استفاده درست و صحیح از آن باعث رشد بسیار و استفاده اشتباه از آن باعث فرو رفتن در رذائل است.

در آیات هفتم و هشتم سوره شرح خداوند متعال می فرماید: «فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ»؛ یعنی هنگامی که از کار مهمی فراغت پیدا کردی، به کار مهم دیگری بپرداز و همیشه به پروردگارت توجه داشته باش. آیه درصدد بیان یک قاعده کلی است که هیچ وقت نباید وقت خالی انسان داشته باشد، یعنی اگر وقت فراغتی هم برای او به وجود آمد، باید کار مهم دیگری را در آن وقت انجام دهد. اصولاً اگر انسان بخواهد انجام وظیفه کند، کارهای بسیاری وجود دارد که باید توسط او انجام شود و

سالروز ازدواج امیرالمؤمنین علیه السلام و حضرت زهرا علیها السلام
۱۰/تیر/۱۴۰۱



کلام مختصر

مهدی خرازی



معصومین علیهم السلام در عین حال که به مسأله اوقات فراغت توجه داشته و تاکید بر اهمیت آن داشته اند، فرموده اند که انسان در طول زندگی خود، از این اوقات غافل نشود و آن را فراموش نکند.
برای مثال حضرت امیر علیه السلام در تفسیر آیه شریفه «وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا» می فرماید:
چند چیز را در دنیا فراموش نکن: سلامتی، غذا، اوقات فراغت و تفریحات؛ و جوانی و نشاط و بی نیازی ات را قدر بدان.

#فراموش نکردن اوقات فراغت

محمد مهدی مسرور



آقا امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند:
«مَعَ الْفَرَاغِ تَكُونُ الصَّبْوَةُ»؛ یعنی:
همراه با بی کاری و فراغت، تمایل به خواسته های شیطانی حاصل می شود.
#فراغت باعث تمایل به خواسته های شیطانی

محسن نعمتی



امیرالمؤمنین علیه السلام برای گذراندن اوقات فراغت تذکری به ما داده اند و آن این است که انسان مؤمن به جهت حساس بودن نسبت به سرنوشت خود، بهتر است بازار را برای پر کردن اوقات فراغت خود انتخاب نکند؛ چرا که آنجا محل حضور شیطان و جایی برای فتنه و وسوسه به صورت پی در پی است که پیروز بیرون آمدن از آن کار راحتی نیست. این در حالی است که برخی مکان ها چون مساجد هستند که از آن ها با تعبیر خانه خدا یاد می شود.

#مسجد محل گذراندن اوقات فراغت