

# راهکارهای عالی برای نابودی تنبلی



تنبلی و کسالت آفتی است که دامنگیر اکثر افراد، چه پیر و چه جوان شده است. تنبلی سرآغاز تمامی محرومیت ها است. شخص تنبل از آنجا که حال و حوصله‌ی انجام کاری ندارد خموده و ناتوان کناری می‌نشیند و منتظر گذران شب و روز است. روزش را بی حاصل شب می‌کند و شیش را بی‌ثمر روز. خمودگی و رخوت درونی اش توان انجام امور را از او می‌گیرد. نتیجه‌ی این ناتوانی و بی‌حوصلگی آن است که بسیاری از موقعیتها و شرایط خوب زندگی را از دست می‌دهد. او نه تنها در کسب و کار توفیق نمی‌یابد بلکه موقعیتها و شرایط مطلوب اجتماعی را نیز از دست می‌دهد و در دام انواع محرومیت ها خواهد افتاد. از اینروست که امیرالمومنین علی(ع) تنبلی و ناتوانی را همراه هم دانسته و حاصل آن را فقر و ننداری معرفی می‌کند: «إِنَّ الْأَشْيَاءَ لَمَّا أَزْدَوَتْ

ازدَوَجَ الْكَسَلِ وَالْعَجْزُ فَن تَجَا بَيْتَهُ مَا الْقَفَرُ؛ آنگاه که اشیاء با یکدیگر جفت شدند، تنبلی و ناتوانی با هم ازدواج کردند و از آنها فقر متولد شد.» (الکافی، الکلبینی، محمد بن یعقوب، ج ۵، ص ۸۶ ح ۸)

شخص تنبل نه تنها دنیای خود را نابود می‌کند بلکه آخرتش را نیز تباہ کرده چرا که آنکه دنیا را به بی‌حاصلی و بی‌ثمری گذرانده اندوخته ای برای آخرتش ندارد. امام باقر (ع) تنبلی را تباہ کننده‌ی دین و دنیا می‌خواند و می‌فرماید: «الْكَسَلُ يَضُرُّ الدِّينَ وَالْدُنْيَا؛ تنبلی به دین و دنیا زیان می‌زند.» (تحف العقول، ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، ص ۳۰۰)

اما شریعت برحق و راستین آخرین فرستاده الهی؛ از آنجا که عنایتی خاص به تمامی جنبه های زندگی دارد از این مهم

دل مردگی و ملال محفوظمان بدار.» (بحار الانوار، مجلسی، محمد تقی، ج ۹۱، ص ۱۲۵)

**۲. بکارگیری عزم و اراده**

اراده‌ی انسان مانند موتوری است که باعث حرکت و پیشبرد فرد می‌گردد. شخصی که عزمی راسخ و اراده‌ای فولادین دارد همواره در انجام کارهایش موفق خواهد بود. چنین فردی هیچ‌گاه مغلوب نمی‌گردد و هرگز از انجام اعمالش باز نمی‌ایستد. انسان بارآده به آسانی بر همه چیز فائق آمده و هیچ‌گاه شکست نمی‌خورد. انسان پر توان و با اراده به جنگ با بی‌حوصلگی اش می‌رود و با بهره‌گیری از توان و عزم راسخش بر بی‌حوصلگی و تنبلی اش چیره می‌شود.

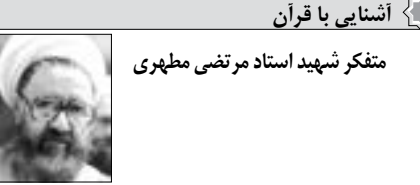
در روایتی: امیرالمومنین علی (ع) به توجه دادن به این عنصر مهم پرداخته‌اند و می‌فرمایند: «بِاِعْزَمِ وَاِرَادَةِ جَنَگِ سَسْتِي بِرُودِکَ» (غیر الحکم و درر الکلم، تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، ص ۳۱۰، ح ۵۴۵۴)

**۳. مداومت بر انجام عمل در هنگام سستی**

هنگامی که سستی و رخوت به سراغ آدمی می‌آید؛ انسان از انجام عملی که بدان مشغول بوده بازمی‌ایستد. در این حال فرد حوصله انجام هیچ کاری ندارد و کارهایش را رها می‌کند. آنچه به تجربه هم می‌مان آن را درک نمودیم آنست که معمولاً در این حالت بی‌حوصلگی بر شخص غلبه یافته و او را به سکون می‌کشاند اما اگر در این حال فرد به عمل خود ادامه دهد و به حال درونی اش بها ندهد و تسلیم آن نگردد پس از مدت کوتاهی این حس در او از بین می‌رود. این مهم چیزی است که حضرت علی (علیه السلام) بدان توجه داده‌اند چنانچه می‌فرمایند: «در حال نشاط و تنبلی بر عمل مداومت کن.» (غیر الحکم و درر الکلم، تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، ص ۴۴۴ ح ۵۷۰۵)

**۴. پرهیز از به تعویق انداختن عمل**

در برخی موارد؛ به تاخیر انداختن امور سبب می‌گردد تا شخص در انجام کارها توفیق نیابد و این تاخیر، شور و اشتیاق انجام عمل را از او می‌گیرد. در این حال شخص توان انجام کار را از دست می‌دهد و سستی دامان او را می‌گیرد. برحذر داشتن از تاخیر در انجام امور، امری سفارش شده از سوی معصومین (علیهم السلام) است. امام علی(ع) در این خصوص می‌فرماید: «تَأخِيرُ الْعَمَلِ عُنْوَانُ الْكَسَلِ.» (غیر الحکم و درر الکلم، تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، ص ۳۱۶ ح ۴۰۷۴)



متفکر شهید استاد مرتضی مطهری

**آشنایی با قرآن**

تفسیر سوره انفطار

یک منزل دیگر بیشتر فاصله نداشت که او هم با این دو نفر برخورد کرد. (معمولاً اینها در اینگونه مسافرتها صورت‌های خودشان را می‌پوشاندند و درست شناخته نمی‌شدند، مگر وقتی که این لام‌ها را از جلو صورتشان عقب می‌زدند.) رسیدند به یکدیگر، لام‌ها را از جلو صورتشان برداشتند و با هم سلام و علیک کردند.

این شخص خودش را معرفی کرد و گفت من فلانی و اسدی هستم. آنها هم گفتند: «و نحن اسدیان» ما هم از قبیله بنی‌اسد هستیم. (قبیله بنی‌اسد قبیله بزرگی بود). بعد هر کدام نسبشان را گفتند. آن شخص پرسید: از کجا می‌آید؟ گفتند: ما از کوفه می‌آیم. گفت: در کوفه چه خبر بود؟

گفتند: حقیقتش این است که ما خبر ناگواری داریم. با اباعبدالله که روبرو شدیم خجالت کشیدیم و نخواسیم این خبر بد را به آن حضرت بدیم، با اینکه احساس کردیم ایشان مایل هستند از ما چیزی بپرسند. گفت: قضیه چیست؟

گفتند: ما از کوفه بیرون نیامیم مگر اینکه به چشم خودمان دیدیم که مسلم و هانی را بعد از آنکه کشته بودند و سرشان را جدا کرده بودند، ریسمان به پیشان بسته بودند و در میان کوجه‌ها و خیابان‌های کوفه می‌چرخاندند.

این مرد با عجله خودش را به اباعبدالله رساند. وقتی که وارد شد، به حضرت عرض کرد که من خبری دارم، اگر می‌فرمایید، خصوصی خدمتتان عرض کنم و اگر می‌فرمایید، در حضور اصحاب بگویم. فرمود: من از اصحاب خود چیزی مخفی ندارم، هر خبری داری در حضور جمع بگو.

عرض کرد: با اباعبدالله! ما با آن دو نفری که دیروز از دور با شما برخورد کردند، ملاقات کردم و چنین خبری را به من دادند. حضرت فرمود: انا الله و انا الیه راجعون. من المومنین رجال صدقوا ما عاهدوا الله علیه فمنهم من قضي نجه و منهم من ينتظر و ما بدلوا تبدیلا.

\*\*\*

امروز فکر می‌کنم بهتر است که به آن قسمت‌هایی از نهج‌البلاغه بپردازیم که در ذیل آیه یا ایها الانسان ما غرک بریک الکریم بیان شد.

مواعظی است که مولای متقیان علی(ع) در ذیل آیه کریمه یا ایها الانسان ما غرک بریک الکریم. «ای انسان! چه چیز سبب شده است که به پروردگار کریمت مغرور گردی؟! چه چیز سبب این غرور شده است؟!»

عرض کردیم که این آیه اتفاقاً از آیاتی است که بعضی خواسته‌اند آن را به گونه‌ای تفسیر کنند که خود این آیه نیز سبب غرور شود. این یک حالتی است در بشر که هر وقت با مستمسک‌هایی روبه‌رو می‌شود که بهانه‌ای بشود برای گریز از عمل، فوراً به این مستمسک‌ها - با اینکه اساسی هم ندارد - می‌چسبد.

**گریز از ایمان و گریز از عمل**

دو سه سال پیش در جایی چند شب راجع به گریز از ایمان و گریز از عمل صحبت کردم. مقصود از گریز از ایمان آن بود که چه چیزهایی سبب شده است که بشر چیز دیگری را به جای ایمان قرار بدهد. در اینجا همان مسئله دوم یعنی مسئله گریز از عمل مطرح است. خیلی وقتها چیزهایی سبب می‌شود که بشر خودش را از تعهد به عمل مستخلص بیندازد و از زیر بار سنگینی عمل فرار کند و چیزی غیر از عمل را به جای عمل بگذارد، که این هم خیلی زیاد مصداق دارد و اگر نگویم زیادتر، لاقلاً برابر گریز از ایمان مصداق دارد.

البته واضح است که اگر انسان بخواهد خودش را فریب دهد، خودفریبی هم یک منطقی دارد؛ این امکان ندارد که همین‌طور [بدون منطقی] بگویم: «قرآن می‌گوید عمل کن، ولی تو عمل نکن.»

انسان موقعی فریب می‌خورد که ارزش دیگری را به جای ارزش عمل می‌گذارد؛ بی‌ارزشی هیچ وقت جانشین ارزش نمی‌شود، بلکه یک ارزش، به غلط جای ارزش دیگر را پر می‌کند. قهراً این گونه مسائل، یعنی مسائلی که بهانه می‌شود برای گریز از عمل، شانس زیادی برای قبول و پیرو پیدا کردن دارند.

اینجا که قرآن می‌فرماید: یا ایها الانسان ما غرک بریک الکریم «ای انسان! چه چیز تو را به پروردگار کریمت مغرور ساخته است؟!» معلوم است که قرآن در مقام تعرض است و می‌خواهد بگوید که پروردگار کریم نباید مایه غرور و مایه گریز از عمل و انجام وظیفه شود؛ چون بعد هم که می‌فرماید:

الذی خلقک فسویک فعدلک. فی ای صوره ما شاء رکبک اینها را به این عنوان بیان می‌کند که بین خدای کریم چه امکاناتی در اختیار تو قرار داده است! آیا جای غرور و غفلت است یا جای استفاده کردن؟! عده‌ای گفته‌اند: می‌دانید چرا قرآن این‌طور حرف زده؟ قرآن می‌خواسته عذر بشر را به دهانش بگذارد؛ یعنی خدا می‌خواسته جواب این سؤال را در ضمن سؤال به بشر یاد داده باشد و خود خدا در این میان محکوم شود (تقریباً به چنین عبارتی این مطلب را می‌گویند) مثل چیزی که متصوفه نقل می‌کنند که فلان عارف در کنار جلله نشسته بود و حالت خلسه‌ای به او دست داد، از باطنش ندایی شنید که خدا به او گفت:

می‌خواهی آنچه را که فکر می‌کنی (ظاهراً مقصود آن افکاری است که مردم نمی‌توانند قبول کنند و بپذیرند) به مردم بگویم تا مردم تو را تکه‌تکه کنند؟ گفت: خدایا می‌خواهی من هم از کرم تو به مردم بگویم تا دیگر یک نفر هم تو را عبادت نکند؟ خدا گفت: بی‌زما و بی‌ز تو، نه تو بگو نه من می‌گویم، شتر دیدی ندیدی، اینها البته به شوخی شبیه‌تر است.

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
م	ن	د	و	ر	و	د	م	ن	و	ع	ب	و	ع	ب
د	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و
ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع
و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب	و	ع	ب
ع														