



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

عنوان درس: بازگشت دین و زندگی 12 تجربی و ادبیات تهیه کننده: بهبود جعفریان

در مسیر

گام اول

حرکت به سمت رشد و کمال

اندیشه و تفکر



تفکر پیرامون خدا ، آثار ، صفات و سنت های الهی

گام دوم

حرکت برای کسب کمالات و مدارج معنوی و انسانی

انجام واجبات دوری از محرمات

فَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَاعْتَصَمُوا بِهِ فَسَيُدْخِلُهُمْ فِي
رَحْمَةٍ مِنْهُ وَفَضْلٍ وَيَهْدِيهِمْ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمًا

توحید در ربوبیت - سنت توفیق

و اما کسانی که به خدا گرویدند و به او تمسک جستند ، به زودی [خدا] آنان را در جوار رحمت و فضلی از جانب خویش درآورد ، و ایشان را به سوی خود ، به راهی راست هدایت کند .

(النساء، 175)

وَ سَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَ جَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ
 وَ الْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ﴿١٣١﴾ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي
 السَّرَّاءِ وَ الضَّرَّاءِ وَ الْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَ الْعَافِينَ عَنِ
 النَّاسِ ۗ وَ اللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴿١٣٢﴾ وَ الَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا
 فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا
 لِذُنُوبِهِمْ ۗ وَ مَنْ يَغْفِرِ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ ۗ وَ لَمْ يُصِرُّوا عَلَىٰ
 مَا فَعَلُوا وَ هُمْ يَعْلَمُونَ ﴿١٣٣﴾ أُولَٰئِكَ جَزَاؤُهُمْ مَغْفِرَةٌ مِّن
 رَبِّهِمْ وَ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَ
 نِعَمَ أَجْرٍ الْعَامِلِينَ ﴿١٣٤﴾ قَدْ خَلَّتْ مِن قَبْلِكُمْ سُنَنٌ فَسِيرُوا
 فِي الْأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُكْذِبِينَ ﴿١٣٥﴾
 هَذَا بَيَانٌ لِلنَّاسِ وَ هُدًى وَ مَوْعِظَةٌ لِلْمُتَّقِينَ ﴿١٣٦﴾ وَ
 لَا تَهِنُوا وَ لَا تَحْزَنُوا وَ أَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٧﴾



و برای نیل به آمرزشی از پروردگار خود، و بهشتی که پهنایش [به قدر] آسمان‌ها و زمین است [و] برای پرهیزکاران آماده شده است، بشتابید. ﴿۱۳۱﴾

[پرهیزکارانی] که از مال خود به فقرا در حال وسعت و تنگدستی انفاق کنند و خشم خود را فرو می‌برند و از [خطای] مردم در می‌گذرند و خداوند نیکوکاران را دوست دارد. ﴿۱۳۲﴾

[همانانی] که چون کار زشتی کنند یا بر خود ستم روا دارند، خدا را به یاد می‌آورند و برای گناهانشان آمرزش می‌خواهند و چه کسی جز خدا گناهان را می‌آمرزد؟ و [نیز] بر آنچه مرتکب شده‌اند، با آنکه می‌دانند [گناه است]، پافشاری نمی‌کنند. ﴿۱۳۳﴾

آنان، پاداششان آمرزشی از جانب پروردگارشان و بوستان‌هایی است که از زیر [درختان] آن، جویبارها روان است. جاودانه در آن بمانند و پاداش اهل عمل چه نیکوست. ﴿۱۳۴﴾

قطعاً پیش از شما سنت‌هایی وجود داشته [و سیری شده] است. پس، در زمین بگردید و بنگرید که فرجام تکذیب‌کنندگان چگونه بوده است؟ ﴿۱۳۵﴾

این [قرآن] برای مردم، بیانی [روشن]، و برای پرهیزکاران، رهنمود و اندرزی است. ﴿۱۳۶﴾

و اگر مؤمنید، سستی نکنید و غمگین نشوید، که شما برترید. ﴿۱۳۷﴾

بازگشت

خدای متعال به حضرت داود(ع) فرمود: «ای داود! اگر روی گردانان از من می‌دانستند که چگونه انتظار آن‌ها را می‌کشم و شوق بازگشتشان را دارم، بدون شک از شوق آمدن به سوی من جان می‌دادند و بندبند وجودشان از محبت من از هم می‌گسست».

پیام:

- 1- محبت خداوند نسبت به بندگان – 2- اشتیاق خداوند به توبه بندگان گناهکار - 3- سنت سبقت رحمت بر غضب الهی – 4- پنهان بودن محبت خداوند نسبت به انسان‌ها (به علت مرگ انسان‌ها)

تصمیم‌های جدید همواره برای تکمیل پیمان‌های قبلی
و پیمودن ادامه راه نیست.

توبه:

، بلکه گاه برای
بازگشت از مسیری است که چندی به غلط
پیموده شده و آثار زیانباری بر جای گذاشته
است. این‌گونه تصمیم‌ها «توبه» نام دارد.

عبد یا آزاد؟

بُشر بن حارث

ایستادگی انسان در برابر موانع بیرونی و موانع درونی و انقلاب علیه خود



توبه

پیروی از عقل و قیام علیه نفس
اماره (خود دانی)

انقلاب
علیه خود



ستم

پیروی از نفس اماره و انجام
گناه و سرپیچی از فرامین
خداوند

بررسی

با توجه به آنچه در سال قبل درباره «نفس اماره» و «نفس لوّامه» و «خود دانی» و «خود عالی» آموخته اید، به سؤال های زیر پاسخ دهید:

5. مقصود از انقلاب علیه خود چیست؟ کدام خود علیه دیگری انقلاب می کند؟

منظور از انقلاب علیه خود این است که یکی از این دو

خود (خود عالی یا دانی) علیه خود دیگر قیام کند و او را به

کنار بزند. به عنوان مثال اگر انسان با پیروی از نفس اماره،

تن به تمایلات ناپسند دهد و آلوده به گناه شود، علیه گرایشات

عالی خود یا همان خود عالی قیام کرده است. از سوی دیگر

اگر انسان علیه تمایلات ناپسند خود قیام کند، خود عالی او

علیه خود دانی وی انقلاب کرده است.

بررسی

2. انقلاب علیه خود در چه صورتی پسندیده و در چه صورتی ناپسند است؟

وقتی خود عالی انسان علیه خود دانی قیام کند
و یا به عبارت دیگر نفس لواحه انسان بر
نفس اماره اش غلبه کند، این قیام و انقلاب
پسندیده و در صورت عکس آن، ناپسند است.

شیوه هدایت خداوند



معنای لغوی توبه = بازگشت

توبه:

در مورد بندگان، به معنای بازگشت از گناه به سوی خداوند و قرار گرفتن در دامن عفو و غفران اوست.

1- پشیمان باشد. 2- قصد انجام گناه نداشته باشد

امام محمد باقر(ع) می فرماید: «برای توبه کردن پشیمانی کافی است».

پشیمانی = باید قلبی باشد نه زبانی

امام باقر به یکی از یاران خود فرمود: ای محمدبن مسلم! **گناهان مؤمن** ، وقتی که از آنها توبه می کند ، بخشیده شده است. پس مؤمن ، باید بعد از توبه کردن ، عمل را از نو آغاز کند و زندگی را از سر گیرد. البته آگاه باش که این امتیاز فقط برای **اهل ایمان** است.

محمدبن مسلم از امام سؤال کرد: اگر مؤمن بعد از توبه و استغفار باز هم به طرف گناه بازگشت ، آن وقت چه می شود؟ امام فرمود: ای محمدبن مسلم! تو خیال می کنی مؤمن از گناهِش پشیمان می شود و از آن استغفار می کند ، اما خداوند توبه او را قبول نمی کند؟! محمدبن مسلم بار دیگر می پرسد: حال اگر این توبه شکستن را بارها تکرار کند و پس از هر گناه باز هم توبه کند و از خدا طلب بخشش نماید ، باز هم قبول است؟ امام در جواب فرمود: هر وقت مؤمن با استغفار و توبه به سوی خدا باز گردد ، خدا هم با بخشش به سوی او باز می گردد. سپس امام این **آیه** را خواند: «اوست که توبه بندگانش را می پذیرد و گناهان را می بخشد و می داند که چه می کنید». سپس امام به محمدبن مسلم تذکر داد و فرمود: مراقب باش مؤمنین را از رحمت خدا **مأیوس** نکنی!

گناه، آلودگی است و توبه، پاک شدن از آلودگیهاست.

توبه گناهان را از **قلب** خارج می کند و آن را شست و شو می دهد. به همین جهت این عمل را «پیرایش» یا «تخلیه» نیز می گویند.

رسول خدا (ص) می فرماید:

کسی که از گناه توبه کرده مانند کسی است که هیچ گناهی نکرده است.

xxxxxxx

امیرمؤمنان علی (ع) می فرماید:

التَّوْبَةُ تُطَهِّرُ الْقُلُوبَ وَ تَغْسِلُ الذُّنُوبَ
توبه دلها را پاک می کند و گناهان را می شوید.

1- با توبه همه گناهان حتی شرک هم آمرزیده می شود.

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ

الرَّحِيمُ

بگو: « ای بندگان من که زیاده به خود ستم روا داشته‌اید از رحمت خدا ناامید نباشید. در حقیقت ، خدا همه گناهان را می‌آمرزد ، که او خود آمرزنده مهربان است .

چند

نکته

در باره

توبه

2. **توبه** نه تنها گناه را پاک میکند ، بلکه اگر ایمان و عمل صالح نیز به دنبال آن بیاید ، **گناهان** را به **حسنات** تبدیل میکند.

«کسی که بازگردد و ایمان آورد و عمل صالح انجام دهد . پس خداوند گناهان آنان را به حسنات تبدیل می کند ، زیرا خداوند آمرزنده و مهربان است .»

چند

نکته

در باره

توبه

3- توبه در جوانی آسان تر است و خداوند توبه

جوانان را بسیار دوست دارد. پیامبر اکرم می

فرماید: «کسی نزد من محبوب تر از جوان توبه کار

نیست».

چند

نکته

در باره

توبه

4- در توبه همیشه باز است ، اما توفیق توبه همواره

میسر نیست. باید لحظه های توفیق را شکار کرد و

خود را در دامن مهر خداوند انداخت.

5- تکرار توبه، اگر واقعی باشد، نه تنها به معنی دور شدن از خداوند نیست، بلکه موجب محبوب شدن انسان نزد خداوند و جلب رحمت او می شود.

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَ يُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

خداوند کسانی را که زیاد توبه می کنند دوست دارد و پاکیزگان را دوست دارد.

(البقرة، 222)

چند

نکته

در باره

توبه

حیله های شیطان ، برای دور کردن انسان از توبه

1. ابتدا انسان را با این وعده که «گناه کن و بعد توبه کن»! به سوی گناه می کشاند و وقتی که او آلوده شد ، از رحمت الهی مأیوسش می سازد.

طمع ز فیض کرامت مبر که خلق کریم
گنه ببخشد و بر عاشقان ببخشد
مقیم حلقه ذکر است دل، بدان امید
که حلقه ای ز سر زلف یار بگشاید

حیله های شیطان ، برای دور کردن انسان از توبه

2- انسان را به «تسویف» می کشاند. «تسویف»
از ریشه «سوف» و به معنای امروز و فردا کردن و
کار امروز را به فردا انداختن است.



گمراه کردن
جوانان

همچو آن شخص درشت خوش سخن
هر دمی آن خاربن افزون شدی
جامه های خلق بدریدی زخار
چون به جد حاکم بدو گفت این بکن
شد درخت خار او محکم نهاد
گفت روزی حاکمش ای وعده گز
تو که می گویی که فردا، این بدان
آن درخت بد جوانتر می شود
خاربن در قوت و برخاستن
خاربن هر روز و هر دم سبزتر
او جوانتر می شود تو پیرتر

درمیان ره نشاند او خاربن
پای خلق از زخم آن پر خون شدی
پای درویشان بختی زار زار
گفت آری برگم روزیش من
مدتی فردا و فردا وعده داد
پیش آ در کار ما واپس مغز
که به هر روزی که می آید زمان
وین گنده پیرومضطر می شود
خارگن در پیری و در کاستن
خارگن هر روز زار و خشکتر
زود باش و روزگار خود پیر

استاد فریدون مشیری – شعر گرگ

حیله های شیطان ، برای دور کردن انسان از توبه

3- روش دیگر شیطان برای کشاندن انسان به شقاوت این است که او را گام به گام و آهسته به سمت گناه میکشاند تا در این فرایند تدریجی ، متوجه زشتی گناه و قبح آن نشود و اقدام به توبه نکند.

مراحل تکمیلی توبه

1- عدم تکرار گناه

تلاش برای
انجام ندادن
گناهی که از
آن پشیمان
شده

انجام گناه

شکستن توبه

توبه دوباره

دوری از گناه



توبه حقیقی

مراحل تکمیلی توبه

1- عدم تکرار گناه

اظهار ندامت ظاهری

امام رضا (ع) :

المستغفرُ من الذنب و یفعله گالمستهزئ برِّبه

کسی که از گناهی استغفار کند و در عین حال

انجامش دهد مانند کسی است که پروردگارش را مسخره

کرده است.

بی خاصیت کردن استغفار



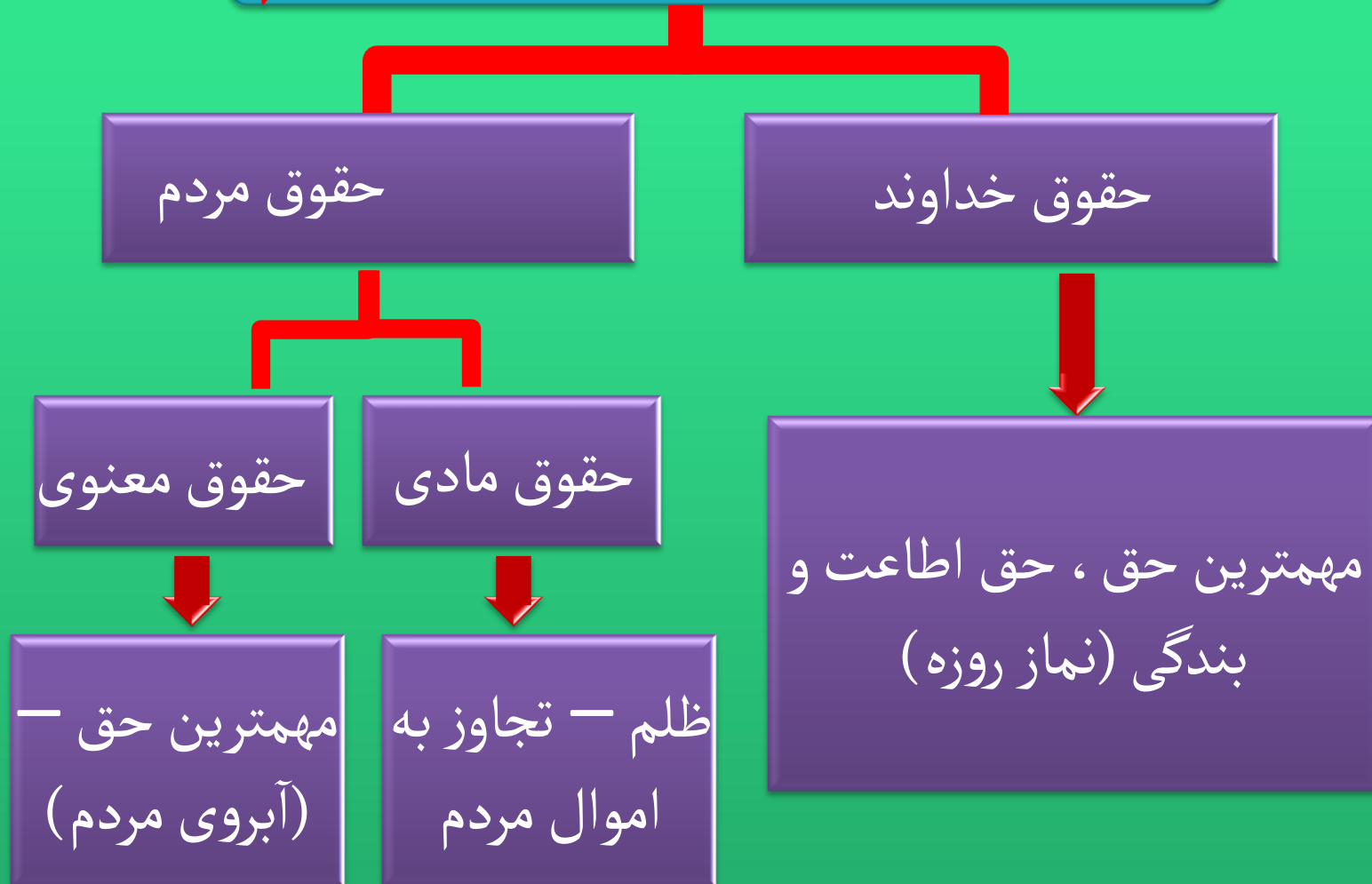
بررسی

برای اینکه حالت پشیمانی، به ترک گناه
بینجامد، چه راه حل هایی را پیشنهاد می
دهید؟

فاصله نینداختن میان حالت پشیمانی و تصمیم گیری، دعا و
طلب یاری از خداوند، ایجاد امیدواری در خود، قرار دادن
جریمه برای خود در صورت ارتکاب مجدد گناه

مراحل تکمیلی توبه

2- جبران حقوق الهی و حقوق مردم



توبه
اجتماعی

خارج شدن جامعه از مسیر
توحید و اطاعت از خداوند

بازگشت به مسیر
توحید و اصلاح

ربا خواری - رشوه گرفتن - بی توجهی به عفاف -
ظلم کردن - ظلم پذیری اطاعت از غیر خدا

انحرافات
اجتماعی

مهمترین راه
اصلاح: امر به
معروف و نهی از
منکر

انجام **شدن** امر به معروف و نهی از
منکر

حساسیت مردم باعث
اصلاح جامعه و مانع
گسترش گناهان می شود

انجام **نشدن** امر به معروف و نهی از
منکر

کوتاهی مردم باعث قوی
و محکمتر شدن گناهان
اجتماعی و نفوذ در
جامعه

تا چه زمانی برای توبه کردن مهلت داریم؟

سراسر عمر ظرف زمان توبه است

بهترین زمان برای توبه، دوره ای است که امکان توبه بیشتر و انجام آن آسان تر و جبران گذشته راحت تر است

دوره پیری دوره کم شدن انعطاف و تثبیت خویها و خصایط هاست.

دوره جوانی دوره انعطاف پذیری، تحول و دگرگونی

خارج کردن آن ها در پیری سخت و طاقت فرساست

پدید آمدن خصایط ها و ماندگار شدن آنها در جوانی



امام خمینی خطاب به جوانان:

بهار توبه
ایام جوانی
است



بار گناهان کمتر ، کدورت قلبی
و ظلمت باطنی ناقص تر و
شرایط توبه آسان تر

با فرض توبه کردن در پیری از کجا معلوم است
انسان به پیری برسد.

توبه به زبان نیست.



پایان