


بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

دین و زندگی (۲) مشترک - درس ۱۱

عزت نفس

درسنامه

- ۱- یکی از مهمترین قدم ها در مسیر کمال  تقویت عزت نفس
- ۲- از صفاتی که در قرآن بیش از ۹۵ بار خداوند را بدان توصیف کرده
- ۳- معصومین این صفت را از ارکان فضایل اخلاقی دانسته اند.
- ۴- شکل گرفتن آن در وجود ما مانع بسیاری از زشتی هاست .

عزت

عزت و ذلت

- ۱- عزت
- ۲- ذلت
- ۳- خود عالی (نفس لوامه)
- ۴- خود دانی (نفس اماره)

واژگان کلیدی

عزت = نفوذ ناپذیری و تسلیم نبودن \neq ذلت = شکست پذیری و مغلوب و تسلیم بودن



۱- شناخت ارزش خود و نفروختن خود به بهای اندک

- ✓ مرتبط با آیه ۷۰ سوره اسراء: ما فرزندان آدم را کرامت بخشیدیم
- ✓ مرتبط با حدیث قدسی: ای فرزند آدم این مخلوقات را برای تو آفریدم و تو را برای خودم
- ✓ مرتبط با حدیث امام علی: **إِنَّهُ لَيْسَ لِنَفْسِكَ ثَمَنٌ ...** همانا بهایی برای جان شما جز بهشت نیست پس خود را به کمتر از آن نفروشید.

راه های تقویت عزت



۱- خالق جهان در نظر آنان عظیم است در نتیجه غیر خدا در چشم آنان کوچک است.

(در وصف کسانی که عزت خود را در بندگی خدا یافته اند)

۲- توجه به عظمت خدا و تلاش برای بندگی او

✓ مرتبط با دو حدیث امیرالمومنین

۲- بنده کسی مثل خودت نباش زیرا خداوند تورا آزاد آفریده است .

(این حدیث مرتبط با حدیث شماره ۱ است)

وقتی شناخت و عظمت خالق جهان حاصل شود :

در برابر غیر خدا عزیز و تسلیم ناپذیر باقی می ماند

بندگی او را می پذیرد

تسلیم خدا می شود

خالق تمام هستی

سرچشمه و منبع همه قدرت ها و عزت ها

شکست ناپذیر

خداوند

برای رسیدن به عزت باید به
سرچشمه وصل شد.

اسوه های عزت در برابر ستمگران

دلیل زندگی عزتمندانه پیشوایان ما

تکیه بر

بندگی خدا

پیوند با او

نمونه هایی از اسوه های عزت در برابر ستمکاران

پیامبر اکرم (ص)

امام حسین (ع)

حضرت زینب (س)

سخنان پیامبر اکرم به بزرگان مکه در محاصره طاقت فرسا

اگر اینان خورشید را در دست راستم و ماه را در دست چپم بگذارند ، از راه حق دست بر نمی دارم.

سخنان امام حسین در مورد بیعت با یزید

مرگ با عزت از زندگی با ذلت برتر است

حضرت زینب در برابر حاکم کوفه در جواب دیدی خدا چه بر سر خاندان شما آورد فرمود

(در این واقعه) جز زیبایی ندیدم

تمرین ایستادگی در برابر تمایلات پست

خواسته های نامشروع درونی و بیرونی

پاسخ مثبت

تضعیف شدن عزت نفس

خواری و ذلت

ادامه پاسخگویی به این خواسته ها

به سرعت تسلیم شدن

خواسته های نامشروع درونی و بیرونی

بهترین زمان برای پاسخ منفی

جوانی و نوجوانی

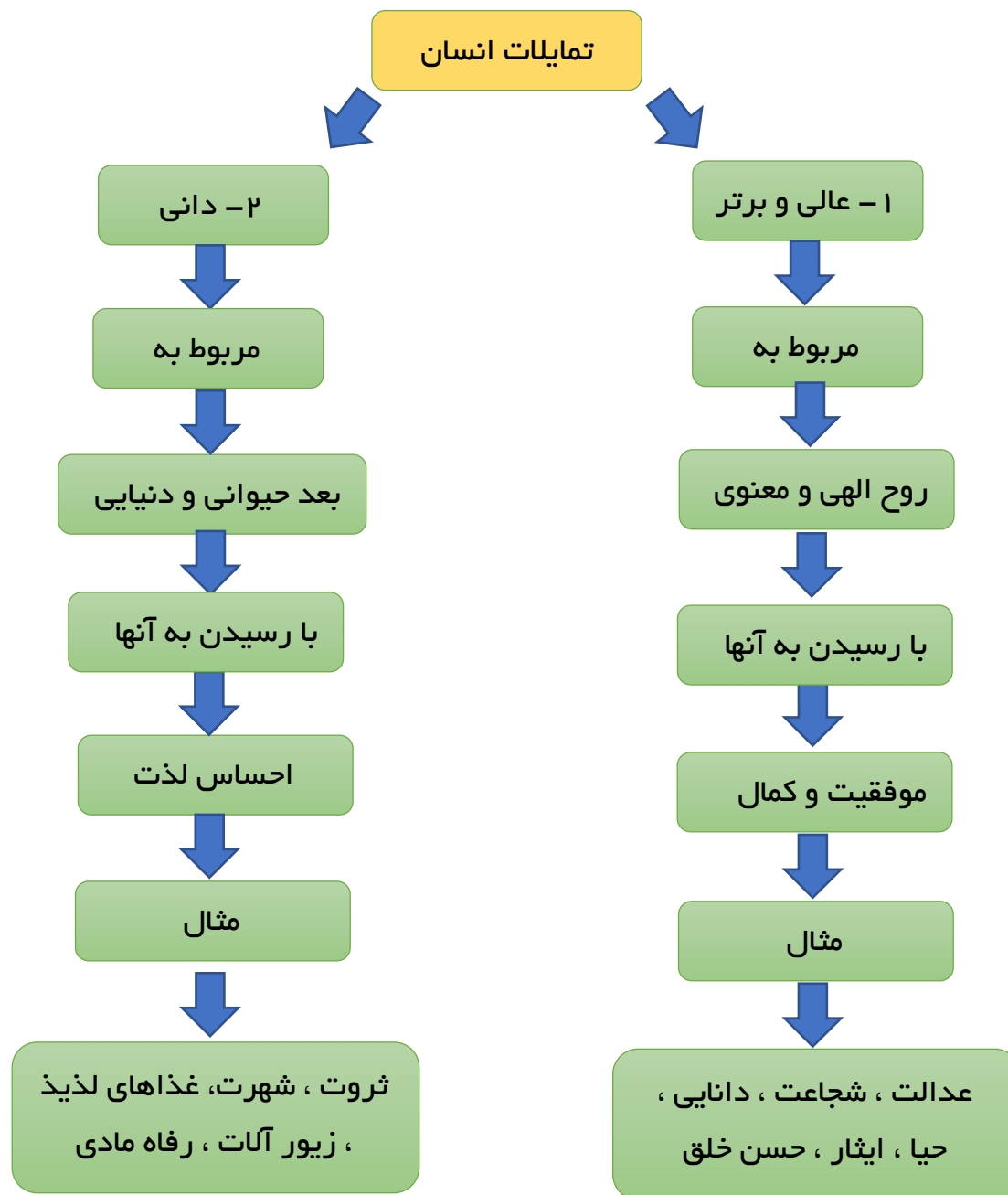
هنوز به گناه عادت نکرده

خواسته های نامشروع در وجود او ریشه دار نشده

پیامبر: چنین کسی به آسمان نزدیکتر است (گرایش به خوبی ها در او قوی تر است)

چرا؟

خود عالی و خود دانی



توجه به تمایلات دانی

لازمه زندگی در دنیا

در ذات خود بد نیستند اما نسبت به بعد معنوی و الهی

بسیار ناچیز و پایین ترند

قابل مقایسه با آن تمایلات نیستند.

تمایلات دانی بد هستند اگر:

۱ - انسان این تمایلات را اصل قرار دهد

۲ - فقط در فکر رسیدن به آنها باشد

۳ - از تمایلات الهی غافل بماند

حد و مرز تمایلات دانی را خدا می داند

در احکام خود

چگونگی بهره مندی از این تمایلات را مشخص کرده

در عین بهره مندی از آنها

به رشد و کمال واقعی خود برسد

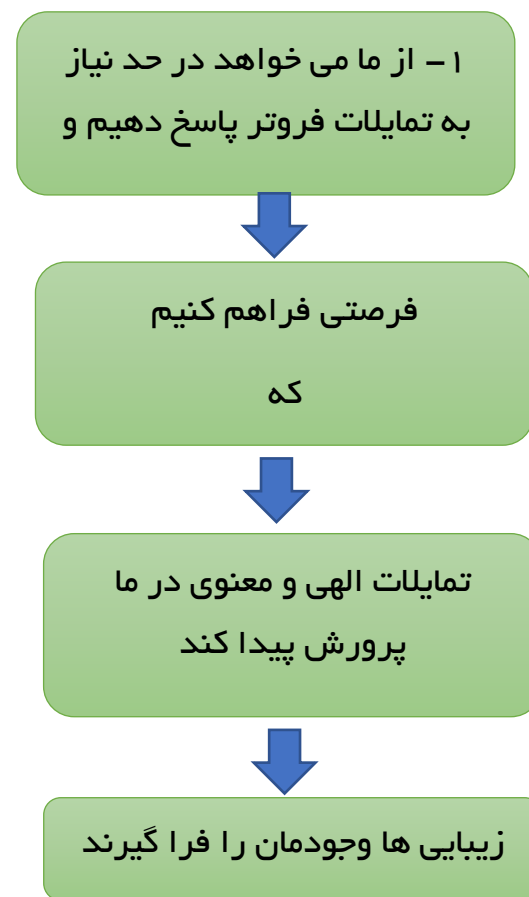
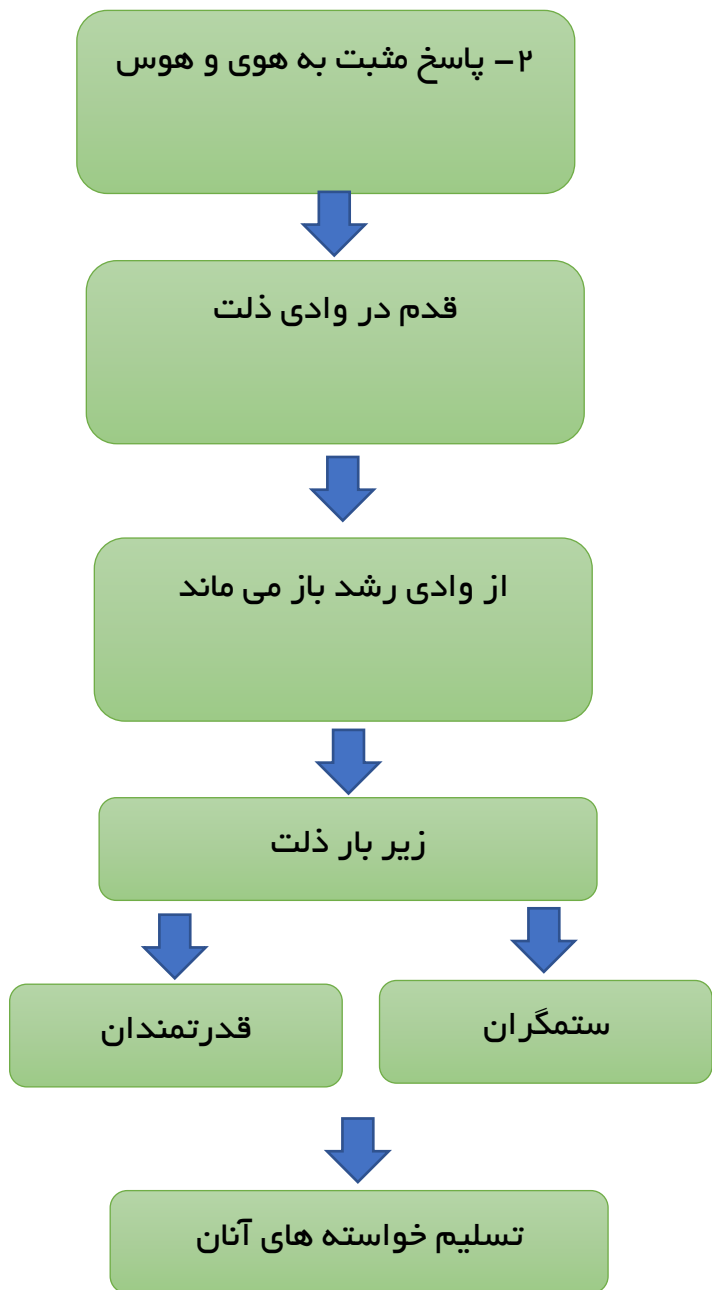
هر انسانی در درون خود با
دو دعوت روبروست

۱ - دعوت عقل و وجدان

(نفس لوامه)

۲ - دعوت هوی و هوس

(نفس اماره)



در نتیجه کسی که در مقابل دیگران تن به ذلت می دهد



۲- مغلوب زورگویان و قدرتمندان گردیده

۱- در مقابل تمایلات پست درون خود شکست خورده و تسلیم

۳- تابع خواسته های آنان شده

اکثر مجرمان و گنه کاران



یا عزت نفس پایین



فاقد عزت نفس

اکثر انسانهای مفید و نیکوکار



کمتر مرتکب گناه می شوند



عزت نفس بالا

تدبیر در قرآن

۱ - من کان یرید العزه فله

هر کس عزت می خواهد (بداند) که هرچه عزت است از خداست.

پیام

۲ - سرچشمه تمام عزت ها خداست و هر کس دنبال عزت است باید خود را به این چشمه پیوند دهد .

علت : روی آوردن به خدا.

معلول: وصول به عزت و کرامت

۱ - قرآن کریم برای تقویت عزت نفس راه آنرا به ما نشان داده است

روی آوردن به خدا.

۲- للذین احسنوا الحسنی و زیاده ...

برای کسانی که نیکوکاری پیشه کردند پاداشی نیک و چیزی فزون تر است و بر چهره آنان غبار خواری و ذلت نمی نشیند .



پیام



هرکس در برابر تمایلات نامشروع بایستد و به
نیکی ها روی آورد



گرد ذلت بر چهره او نمی نشیند.

۳- والذین کسبوا السيئات جزاء سيئه ...

آنان که بدی پیشه کردند جزای بد به اندازه عمل خود می بینند و بر
چهره آنان غبار ذلت می نشیند .



پیام

گرد ذلت واقعی آنگاه بر چهره انسان فرو می بارد



که مرتکب گناه شود .



و در مقابل عمل زشت خود :



مجازات و دچار ذلت می شود.