



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

زمان چاپ: ۱۴۰۲/۰۷/۲۰

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

## موانع شکوفایی میل و انگیزه از نگاه المیزان

فاطمه سادات عبدالله زاده<sup>۱</sup>

۱- سطح سه جامعه الزهرا، قم

*F.abdolahzadeh@gmail.com*

### چکیده

این مقاله به بررسی موانعی می‌پردازد که ممکن است در راه تحقق میل و انگیزه انسان از منظر دینی به وجود آید و راه‌های مبارزه با این موانع را مورد بررسی قرار می‌دهد. انسان به طور طبیعی دارای میل‌ها و انگیزه‌های متعارضی است و در مواجهه با تعارض این میل‌ها، وظیفه انسان در مقام تربیت اخلاقی چالش‌های خاصی را به وجود می‌آورد. میل‌ها و انگیزه‌ها ممکن است به دلیل تضادها، تنبلی، عادت، هیجان و لذت جویی‌های مادی افراطی به موانع برخورد کنند. در مورد تضاد میل‌ها، مقاله به مسئله ترجیح میان میل‌ها و وظیفه انسان در مواجهه با تعارض میل‌ها می‌پردازد. همچنین، تنبلی به عنوان عاملی که انسان را به انتخاب راحتی و تنبلی وادار می‌کند، مورد تاکید قرار می‌گیرد. اهمیت تلاش و کوشش در رسیدن به سعادت اخروی بیان می‌شود. عواملی نظیر عادت و هیجان نیز بر ترجیح میل‌ها تأثیر می‌گذارند. در ادامه، مقاله به لذت جویی‌های مادی و راه‌های مقابله با آنها می‌پردازد. تاکید بر اهمیت فضیلت گرسنگی، روزه‌داری و کنترل نگاه به عنوان راه‌های کنترل لذت خوردن از طعام صورت می‌گیرد. همچنین، در مورد لذت نکاح و اهمیت عفت در کنترل شهوات بحث شده و راه‌های مبارزه با افراط در لذت نکاح مورد بررسی قرار می‌گیرد.

کلمات کلیدی: شکوفایی - انگیزه - المیزان



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

۱- مقدمه

الف- تضاد میل‌ها

همانطور که می‌دانیم، انسان موجودی مختار است که با اختیار خود می‌تواند به سعادت برسد. اختیار در انسان، به معنای سنجش، گزینش و تصمیم‌گیری است. یعنی فعل انسان علاوه بر اینکه ارادی و اختیاری است، گزینشی هم هست. گزینش در جایی مطرح می‌شود که در موجود، چند خواسته و میل متعارض در مقام ارضا وجود داشته باشد که انسان باید یکی را گزینش و ارضا کند؛ یعنی مثل ملائکه نیست که افعالشان اختیاری هست. ولی گزینشی نیست؛ چرا که در ملائکه یکی میل بیشتر وجود ندارد؛ بر خلاف انسان که دارای میل‌ها و انگیزه‌های متعارض می‌باشد.<sup>۱</sup>

علامه طباطبایی (قدس سره) ذیل آیه ۳۳ سوره ص می‌فرمایند:

« فَقَالَ إِنِّي أَحْبَبْتُ حُبَّ الْخَيْرِ عَنْ ذِكْرِ رَبِّي حَتَّى تَوَارَتْ بِالْحِجَابِ »

«گفت: من این اسباب را به خاطر پروردگرم (و می‌خواهم از آنها در جهاد استفاده کنم)...»

حضرت سلیمان (ع) اسب‌ها را به خاطر خداوند و برای جهاد فی سبیل الله دوست می‌داشت و در حال رسیدگی به اسب‌ها، در حال عبادت بود؛ ولی عبادت مهم‌تری به نام نماز بود و میل به اسب با میل به نماز یا میل به یک عبادت با میل به عبادت مهم‌تری در تعارض واقع شد.<sup>۲</sup>

حال پرسش به ذهن می‌رسد که؛ در هنگام تعارض دو میل، کدام یک به طور طبیعی مقدم داشته می‌شود؟ یا اینکه وظیفه انسان در مقام تربیت اخلاقی در هنگام تعارض میل‌ها چیست؟

الف-۱: عوامل ترجیح میل

الف-۱-۱: تنبلی:

انسان طبیعتاً به راحت‌طلبی و تنبلی گرایش دارد و در تعارض میل‌ها، راحت‌ترین را انتخاب می‌کند خداوند برای پرهیز از راحت‌طلبی و تنبلی می‌فرماید:

« لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَيْدٍ »

« که ما انسان را در رنج آفریدیم (و زندگی او پر از سختی است) ».

علامه طباطبایی (ره) ذیل آیه می‌فرماید: «انسان در پی به دست آوردن خالص نعمت‌هاست. هیچ نعمتی را انسان به دست نمی‌آورد، مگر آمیخته با ناملایماتی که عیش انسان را مکدر می‌کند. هر نعمتی با رنج و مصائبی مقرون است.»<sup>۳</sup>

علامه طباطبایی می‌فرماید: « حتی گاهی انسان نسبت به امر توبه اهمال و سستی می‌کند. توبه خداوند و رجوع او به بنده، به جهت آن است که بنده را از حال اعمال و کندی خارج کند.»<sup>۴</sup>

انسان بدون تلاش و سخت‌کوشی به جایی نمی‌رسد و رسیدن به سعادت اخروی و کسب ملکات نفسانی به راحتی به دست نمی‌آید. اهمیت این موضوع، به اندازه‌ای است که در ادعیه و قرآن بسیار به آن اشاره شده است. از جمله در دعای اجمزه ثمالی می‌خوانیم:

« اللهم انی اعوذ بک من الكسل و الفشل... »<sup>۱</sup>

۱- مصباح یزدی، محمدتقی، معارف قرآن (انسان‌شناسی)، ص ۳۶۸.

۲- طباطبایی، سید محمدحسین، المیزان، ج ۱۷، ص ۲۰۳.

۳- بلد، ص ۴.

۴- طباطبایی، محمدحسین، المیزان، ج ۲۰، ص ۲۱۹.



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

« ای خدا پناه می‌رسم به تو از صفات رذیله کسالت و عملی »

خداوند از تن پروری بنی اسرائیل نقل می‌کند: موقعی که نزدیک بیت‌المقدس شدند، به آنها خطاب شد وارد شوید؛ اما آنها به حضرت موسی(ع) گفتند: در این شهر گروه جباری هستند و تا آنان خارج نشوند، داخل نمی‌شویم؛ تو با خدایت به جنگ آنها بروید؛ ما اینجا نشستیم:

« فَأَذْهَبُ أَنْتَ وَرَبِّكَ فَقاتِلَا إِنَّا هَاهُنَا قَاعِدُونَ »<sup>۲</sup>

« تو و پروردگارت بروید و (با آنان) بجنگید، ما همین جا نشستیم »

## الف-۱-۲: عادت

وقتی انسان عملی را به کثرات انجام دهد، به آن عادت می‌کند و وقتی بین دومیل در مقام انتخاب باشد، آن میلی را می‌گزیند که به آن عادت دارد پس چه خوب است که انسان حالات خود را عمل در راستای فضایل اخلاقی و مصادیق شریعت قرار دهد و از ابتدا به این اعمال خو بگیرد.

علامه طباطبایی ذیل آیه

« إِنَّ اللَّهَ لَذُو فَضْلٍ عَلَى النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَشْكُرُونَ »<sup>۳</sup>

خداوند نسبت به همه مردم دارای فضل (و رحمت) است، اما اکثر آنها سپاسگزاری نمی‌کنند.

اگر انسان، با انصاف به خود بنگرد، در می‌یابد که عادات زشتی دارد که خود به زشتی آن حکم می‌کند؛ ولی چون در او رسوخ کرده، ترک نمی‌کند و نتیجه این می‌شود که انسان انگیزه پیروی از حق را کنار گذاشته؛ هر چند حق بودن آن را تشخیص می‌دهد و به دنبال لذت‌های خیالی که به آن عادت کرده، می‌رود.<sup>۴</sup>

حتی کار به جایی می‌رسد که کسی که عادت به دروغ گفتن کرده، در روز قیامت که همه چیز آشکار شده، در محضر خداوند نیز دروغ می‌گوید. این تنها به این دلیل است که به این عمل عادت کرده است.<sup>۵</sup>

## الف-۱-۳: هیجان

یکی از اموری که در تعارض میل‌ها موجب ترجیح میلی بر میل دیگری می‌شود، هیجان است، یعنی هر کدام از میل‌ها و انگیزه‌ها که به هیجان برسد، مقدم خواهد شد. آهنگ نظامی در جنگ نیز برای این است که میل به دفاع و جنگ را در فراد به هیجان تبدیل کنند. علم داشتن به مسئله‌ای، میل را در انسان شکوفا می‌کند؛ ولی مشاهده مورد و مصداق، میل را به هیجان تبدیل می‌کند.<sup>۶</sup>

هیجان نیز مانند عادت اگر در مسیر حق و صحیح قرار گیرد، در تربیت اخلاقی پسندیده است؛ ولی اگر هیجانان در مسیر شیطانی و باطل باشد، باید از آن جلوگیری کرد. لذا خداوند از جمله ویژگیهای اهل تقوا را کظم غیظ بیان می‌کند. غیظ، هیجان طبع برای انتقام است و «کظم» به معنای بستن دهانه مشک است که استعاره گرفته شده است برای انسانی که گویا منند مشک پر از آب، از شدت حزن و غضب لبریز شده. ولی از این هیجان جلوگیری می‌کند.<sup>۷</sup>

۱- مفاتیح‌الجنان، دعای ابوحزمه ثمالی، ترجمه مسعود مکارم و دیگران، ص ۱۷۳۸

۲- مایده ۲۴.

۳- یونس/۶۰.

۴- طباطبایی، محمدحسین، المیزان، ج ۷، ص ۲۱.

۵- همان، ج ۱۱، ص ۱۳.

۶- فقیهی، سید احمد، روش‌های تربیت اخلاقی در المیزان، ص ۳۲۴.

۷- همان، ج ۴، ص ۲۰.



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

## ب: لذت جوی‌های مادی افراطی

همانطور که می‌دانیم انسان دارای دو بعد جسمانی و روحانی است اگر کسی به لذت‌های مادی بسیار دل بسته باشد، و در بهره‌مندی از آن افراط کند، روشن است که میل‌های حیوانی در او تقویت شده و مانع شکوفایی میل‌های عالی می‌گردد.

« مَا جَعَلَ اللَّهُ لِرَجُلٍ مِنْ قَلْبَيْنِ فِي جَوْفِهِ؛<sup>۱</sup>

خداوند برای هیچکس دو دل در درونش نیافریده.»

علامه طباطبایی (رحمة الله علیه) می‌فرماید:

عده‌ای آنچنان به دنیا دل بسته، و به بهره‌مندی از آن سرگرم شده و قلب‌هایشان از محبت آن پر شده که دیگر جایی و فراغی برای امور دیگر باقی نمانده که امر دیگری در قلب واقع، و قلب متأثر شود.<sup>۲</sup>

## ب-۱: ذاتی بودن لذت جویی

انسان گرایش ذاتی به لذت بردن دارد، و در قرآن کریم هم از این گرایش انسان، در امور تربیتی استفاده کرده و به انسان وعده لذت در بهشت می‌دهد.

«... فِيهَا مَا تَشْتَهِيهِ الْأَنْفُسُ وَ تَلَذُّ الْأَعْيُنُ وَأَنْتُمْ فِيهَا خَالِدُونَ»

« در آنجا هر چه دلها می‌خواهد و چشمها از آن لذت می‌برد آماده است.»<sup>۳</sup>

«... وَأَنْهَارٌ مِنْ خَمْرٍ لَذَّةٍ لِلشَّارِبِينَ...»

و نهرهایی از شراب (طهور) که مایه لذت نوشندگان است.»<sup>۴</sup>

علامه طباطبایی ذیل آیه ۷۱ سوره زخرف، لذت را به دو دسته تقسیم می‌کند:

۱- قسمتی که مشترک بین انسان و حیوان است؛ مثل چشیدنی‌ها و بویدنی‌ها و لمس کردنی‌ها

۲- قسمتی که مخصوص انسان است مثل مناظر بهجت‌آور، چهره زیبا و لباس‌های فاخر.

ایشان در تفسیر آیه، « مَا تَشْتَهِيهِ الْأَنْفُسُ » را به لذت‌های مشترک بین انسان و حیوان، و « تَلَذُّ الْأَعْيُنُ » را به لذت‌های مخصوص انسان تفسیر می‌کنند. البته ممکن است لذت‌های روحی و عقلی هم در لذات چشم گنجانده شود؛ چرا که لذات روحی و عقلی و قلبی، رؤیت شمرده می‌شود.<sup>۵</sup>

پس گرایش به لذت نه تنها مانع تربیت اخلاقی نیست، بلکه در تربیت اخلاقی می‌توان از آن بهره برد لذات دنیوی با درد و رنج همراه است؛ در صورتی که لذات اخروی بدون زحمت و رنج است. پس باید انسان لذت‌های اخروی را بر لذت‌های مادی ترجیح دهد.

## ب-۲: راه‌های کنترل لذت‌های مادی:

قبل از اینکه راه‌های کنترل لذات مادی بپردازیم ابتدا ذکر کنیم که چه چیزهایی برای انسان لذت محسوب می‌شود؛ از جمله چیزهایی که برای انسان لذت محسوب می‌شود می‌توان به این موارد اشاره کرد: لذت خوردن، لذت زناشویی، لذت لباس پوشیدن، لذت خانه نیکو داشتن، لذت محبت کردن، لذت شنیدن، لذت دیدن، لذت بویدن، لمس کردن و...

هرکدام از این لذت‌ها را خداوند در وجود انسان قرار داده است. انسان برای اینکه به کمال مطلوب برسد و در مسیر تربیت اخلاقی گام بردارد باید از لذات مادی بصورت کنترل شده بهره‌مند شود چرا که این لذت‌ها جنبه ابزاری دارند تا انسان

۱- احزاب/۴.

۲- همان، ج ۷، ص ۳۵۵.

۳- زخرف/۷۱.

۴- محمد/۱۵.

۵- طباطبایی، سید محمدحسین، المیزان، ج ۱۸، ص ۱۲۲.



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

را به کمال و سعادت برساندولی اگر به هر یک از این لذتها بصورت مستقل توجه شود، انسان را از کمال و قرب الهی دور می‌کند.

علامه طباطبایی (قدس سره) در این زمینه می‌آینچه در آیه شریفه «زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبِّ الشَّهَوَاتِ»<sup>۱</sup> مذمت شده، اصل این میل و گرایش نیست؛ بلکه فرو رفتن و افراط در این شهوات، که منسوب به شیطان هست، مذمت شده است.<sup>۲</sup> در قرآن و روایات به دو لذات طعام خوردن و زناشویی بیشتر توجه شده است چرا که این دو لذت دارای حساسیت ویژه‌ای هستند. ما نیز در این بحث، به این دو لذت بصورت اجمالی می‌پردازیم.

## ب- ۱-۲: لذت خوردن طعام

موضوع غذا و تغذیه در قرآن کریم از چنان اهمیتی برخوردار است که در بیش از ۳۰۰ آیه به طور مستقیم مطرح شده است در مورد اینکه چه بخوریم قرآن کریم می‌فرماید:

« وَ كَلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلالًا طَيِّبًا »

و از آنچه خداوند ورزی شما گردانیده، حلال و پاکیزه را بخورید.<sup>۳</sup>

« وَ هُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِنَاكُلُوا مِنْهُ لَحْمًا طَرِيًّا؛<sup>۴</sup>

و اوست کسی که دریا را مسخر گردانید تا از آن گوشت تازه بخورید.»

قرآن کریم به لذت خوردن در جهان آخرت برای مؤمنان نیز تصریح می‌کند:

« أَكَلْهَا دَائِمًا؛<sup>۵</sup>

«میوه‌اش پایدار است.»

« مُتَكَيِّفِينَ فِيهَا يَدْعُونَ فِيهَا بِفَاكِهَةٍ كَثِيرَةٍ وَ شَرَابٍ؛<sup>۶</sup>

در آنجا تکیه می‌زنند [و] میوه‌های فراوان و نوشیدنی در آنجا طلب می‌کنند.»

خداوند برای لذت خوردن، محدودهایی نیز قرار داده است:

الف) « وَ كَلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لَا تُسْرِفُوا؛<sup>۷</sup>

و بخورید و بیاشامید [ولی] زیاده روی نکنید.»

ب) « وَ لَا تَأْكُلُوا مِمَّا لَمْ يَذْكَرِ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ؛<sup>۸</sup>

و از آنچه نام خدا بر آن برده نشده نخورید.»

ج) « إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَ الدَّمَ وَ لَحْمَ الْخِنْزِيرِ؛<sup>۹</sup>

[خداوند] تنها مردار و خون و گوشت خوک را بر شما حرام گردانیده است.»

د) « يَحْرِمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ؛<sup>۱۰</sup>

۱- آل عمران/۱۴.

۲- طباطبایی، سید محمدحسین، المیزان، ج ۱۱، ص ۱۰۶.

۳- بقره/۱۶۸.

۴- نمل/۱۴.

۵- رعد/۳۵.

۶- ص/۵۱.

۷- اعراف/۳۱.

۸- انعام/۲۱.

۹- بقره/۱۷۳.

۱۰- اعراف/۱۵۷.



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

و چیزهای ناپاک را بر ایشان حرام می‌گرداند.»  
ه) «یا ایها الذین آمنوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ؛<sup>۱</sup>  
شراب و قمار و بت‌ها و تیره‌های قرعه پلیدند.»

راههای کنترل

الف: توجه به فضیلت گرسنگی

اصل و منشأ بسیاری از آفت‌ها، شکم و شکم‌پروری است. و در اثر همین مسئله خوردن بود که اگر از بهشت بیرون رانده شد. گرسنگی و کم خوردن فواید زیادی دارد از آن جمله: ۱- موجب صفای دل می‌شود. و روح و دل انسان را آماده مناجات و ذکر خداوند می‌گرداند. ۲- کم خوری سبب شکستن غرور و تکبر می‌شود و سرمستی را کمتر می‌کند. ۳- گرسنگی سبب می‌شود که انسان به یاد افراد گرسنه بیفتد و به آنان یاری رساند. ۴- گرسنگی سبب کم شدن شهوت و آرزوهای نفسانی می‌شود.

حضرت آیه الله مصباح یزدی در ضررهای شکم بارگی می‌فرماید: پر خوری و شکم بارگی، مفسد و عوارض سوء جسمی و روحی زیادی دارد: ۱- غافل کردن آدمی از خود؛ ۲- کم کردن توجهات ۳- تضعیف قدرت تفکر؛ ۴- تضعیف ابعاد روحی؛ ۵- بالا بردن شهوات نفسانی؛ ۶- تقویت ابعاد حیوانی؛ ۷- ایجاد بسیاری از بیماریهای صعب‌العلاج، به ویژه در سنین بالا.<sup>۲</sup>

ب: توجه به فضیلت روزه‌داری

یکی از راههای غلبه بر لذت خوردن، روزه است. خداوند روزه را یکماه در سال واجب کرده است:

«یا ایها الذین آمنوا کُتِبَ عَلَیْکُمُ الصَّیَامُ کَمَا کُتِبَ عَلَی الذِّیْنِ مِنْ قَبْلِکُمْ لَعَلَّکُمْ تَتَّقُونَ؛<sup>۳</sup>

ای اهل ایمان؛ روزه بر شما مقرر شده، همان گونه که بر پیشینیان شما مقرر شده تا پرهیزگار شوید.»

نتیجه روزه در این آیه حصول تقوا معرفی شده است. علامه طباطبایی (قدس سره) می‌فرماید: «در عمل: حکم روزه، امید به دست آوردن تقوا می‌باشد که بهترین زاد برای مؤمنین است.»<sup>۴</sup>

ایشان می‌فرمایند: «روزه انسان را از بزرگ‌ترین شهوت او، یعنی خوردن، آشامیدن و جماع، منع می‌کند.»<sup>۵</sup> به همین دلیل در کنترل این شهوات بسیار مؤثر خواهد بود. در تعریف لغت «صوم» نیز معنای «کف» یعنی خویشتن داری و بازداشتن نفس از شهوات، ذکر شده است.<sup>۶</sup>

انسان با فطرت خود این مطلب را می‌یابد که هر کس بخواهد به عالم طهارت و مراتب بلند و رفیع دست یابد، در قدم اول نباید لذایذ جسمی را آزاد گذارد؛ چون همه این لذایذ و انتقال به آنها انسان را از انتقال به خداوند دور می‌کند. برای تمرین دوری گزیدن از شهوات، مناسب است که از حلال این شهوات هم قدری پرهیز کند؛ چون کسی که از حلال به خاطر رضای خدا دوری گزید، دوری گزیدن از حرام برا او راحت‌تر است.<sup>۷</sup> در مرحله بعدی، روزه‌مان مستحبی است که دستور العمل اجرایی آن در شرع مقدس و روایت ائمه (علیهم السلام) بیان شده است.<sup>۸</sup>

ب-۲-۲: لذت نکاح

۱- مائده/۹۰.

۲- مصباح یزدی، محمدتقی، اخلاق در قرآن، ج ۲، ص ۳۰۰.

۳- بقره/۱۸۳.

۴- طباطبایی، سید محمدحسین، المیزان، ج ۲، ص ۵.

۵- همان، ص ۶.

۶- همان، ص ۸-۷.

۷- همان.

۸- فیض کاشانی، محمدبن مرتضی، المحجّة البیضاء، ج ۵، ص ۱۴۵.



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

نکاح هم مثل غذا خوردن برای حفظ نسل انسان است. انسان هم باید شخصاً بماند و هم باید نوعاً محفوظ باشد. حفظ شخص انسان با غذاست، حفظ نوع انسان با نکاح است؛ و هر دو را خداوند بزرگ به عنوان ضرورت مطرح کرده است: پس لذت نکاح یکی از میل‌ها و گرایش‌های غریزی در انسان است که در خداوند در متن خلقت قرار داده است:

« وَ مِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَ جَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ؛<sup>۱</sup> و از نشانه‌های [قدرت و ربوبیت] او این است که برای شما از جنس خودتان همسرانی آفرید تا در کنارشان آرامش یابید و در میان شما دوستی و مهربانی قرار داده؛ یقیناً در این [کار شگفت‌انگیز] نشانه‌هایی است برای مردمی که می‌اندیشند. »<sup>۱</sup>

یعنی حکمت این میل هم تکثیر نسل و ایجاد فضایی همراه با آرامش برای انسان است. ازدواج و لذت نکاح، محدودیت‌هایی دارد که در شرع بیان شده است؛ ولی آنچه از نظر اخلاقی اهمیت دارد آن است که افراط در این لذت، مانع رشد و تربیت اخلاقی می‌شود، به همین دلیل باید کنترل شود.

## راههای کنترل

الف- روزه

همان‌گونه در لذت خوردن بیان شد، یکی از راه‌های که شهوات، روزه است. پیامبر(ص) می‌فرماید: «ای جوانان هر کدام از شما که قدرت ازدواج دارد پس بر آن اقدام کند و هر کسی که قدرت آن را ندارد، به روزه روی آورد. چرا که روزه برای او کنترل‌کننده است.»<sup>۲</sup>

ب- کنترل نگاه

یکی از راه‌های تحریک شهوت در انسان، چشم و نگاه است. اگر چشم کنترل شود، شهوت کنترل خواهد شد. لذا قرآن کریم با تأکید فراوان بر مرد و زن مؤمن می‌فرماید:

« قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ بَغْضًا مِنْ أَنْبَارِهِمْ وَ يَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ... وَ قُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ بَغْضٌ مِنْ أَنْبَارِهِنَّ... »<sup>۳</sup>

به مردان مومن بگو دیده فرو نهند.. و به زنان مؤمن بگو دیدگان خود را [از هر نامحرمی] فرو بندند.»

علامه طباطبایی(ره) ذیل این آیه می‌فرماید: «جمله ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ بیان و چه مصلحت در حکم مراعات چشم است و تحریک بر اینکه بر کنترل چشم مراقبه داشته باشند.»<sup>۴</sup>

ج: عفت

عفت یعنی نگهداشتن نفس از چیزهایی که حرام است یا انجام آن شایسته نیست.

عفت ملکه‌ای است که اگر به دست آید، انسان را در میل و گرایش، در حد اعتدال نگه می‌دارد. علامه طباطبایی(قدس سره) می‌فرماید: « چون حالات نفسانی باطنی گاهی گرفتار افراط، تفریط می‌شوند، لازم است بر انسان که در مقام «دفع»، بر آنچه سزاوار است قیام کند. و این فضیلت، شجاعت است؛ همانگونه که در مقام «جلب»، بر آنچه سزاوار است اقدام کند و از افراط و تفریط پرهیز کند و این فضیلت، عفت است.»<sup>۵</sup>

قرآن مجید در امر ارضای غریزه جنسی، ابتدا دستور به ازدواج می‌دهد؛ ولی در عین حال می‌فرماید اگر کسی قدرت بر ازدواج نداشت، هرزگی جایز نیست؛ بلکه باید عفت پیشه کند:

« وَ لَيْسَتْ عَفْفِ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّىٰ يَغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ؛<sup>۶</sup>

<sup>۱</sup>- روم/۲۱.

<sup>۲</sup>- مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار، ج ۱۰۰، ص ۲۲۰.

<sup>۳</sup>- نور/۳۱-۳۰.

<sup>۴</sup>- طباطبایی، محمدحسین، المیزان، ج ۱۵، ص ۱۱۱.

<sup>۵</sup>- طباطبایی، سید محمدحسین، المیزان، ج ۱۰، ص ۳۲۲.

<sup>۶</sup>- نور/۳۳.



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

و کسانی که [وسیله] ازدواجی نمی یابند باید پاکدامنی پیشنه کنند تا خدا آنان را از فزون بخشی خود توانگر سازد.»  
علامه طباطبایی (رحمة الله) در تفسیر این آیه می فرماید: «معنای این آیه این است که خداوند امر به عفت می کند و برای کسیکه قدرت بر نکاح ندارد.»<sup>۱</sup>

نتیجه‌ای که از آیه و تفسیر آن به دست می آید، این است که «عفت» عامل کنترل کننده گزینه جنسی است؛ لذا خداوند می فرماید اگر نتوانستید از ازدواج کنید، عفت پیشه کنید تا گزینه جنسی کنترل شود و گرفتار هرزگی نشوید.

## نتیجه گیری:

در این مقاله، به بررسی موانعی که می تواند در راه شکوفایی میل و انگیزه انسان ایجاد شود از منظر الهی پرداخته شد. مفهوم میل‌ها و انگیزه‌های انسان به عنوان جوانمردی تربیتی اساسی در نظام خلقت طراحی شده و انسان دارای میل‌ها و انگیزه‌های متعارضی است که به واسطه وجود مسائل تضادی، تنبلی، عادت‌ها، هیجان‌ها و لذت‌جویی‌های مادی افراطی در میان میل‌های خویش، با چالش‌ها و موانعی روبه‌رو می شود.

در بخش تضاد میل‌ها، مقاله به بررسی مفهوم ترجیح میان میل‌ها و وظیفه انسان در تعارض میل‌ها پرداخت و سؤالاتی نظیر کدام یک از میل‌ها به طور طبیعی مقدم داشته باشد و وظیفه انسان در مقام تربیت اخلاقی در مواجهه با تعارض میل‌ها چیست؟ مطرح شد.

سپس، در بخش موانعی چون تنبلی که انسان را به انتخاب راحت‌ترین میل تراجنا می کند، بررسی شد. مقاله تأکید کرد که انسان باید به تلاش و سخت‌کوشی برای رسیدن به سعادت اخروی توجه داشته باشد و تنبلی می تواند این راه را به معنای اصولیت و اختیاری که در وی دیده می شود، مانع شود.

عواملی نظیر عادت و هیجان نیز بر ترجیح میل‌ها تأثیر می گذارند. عادت انسان به آنچه که به طور مداوم انجام می دهد عادت می کند، و هیجان توانایی انسان در ترجیح میل‌ها را به شدت تحت تأثیر می گذارد.

در ادامه، مقاله به مسائل لذت‌جویی‌های مادی پرداخت و راه‌های کنترل آنها را مورد بررسی قرار داد. توجه به فضیلت گرسنگی، روزه‌داری و کنترل نگاه به عنوان ابزارهایی که می توانند لذت خوردن از طعام را کنترل کنند، مورد تأکید قرار گرفت. همچنین، در مورد لذت نکاح و اهمیت عفت در کنترل شهوات بحث شده و راه‌های کنترل افراط در لذت نکاح مطرح شد.

نتیجه‌گیری اصلی این مقاله نشان می دهد که عفت به عنوان یک عامل کنترل کننده گزینه جنسی و از افراط در لذت نکاح متروک شدن، می تواند به انسان در تحقق میل‌ها و انگیزه‌هایش کمک کند. این مقاله نه تنها به بررسی مسائل اخلاقی و راه‌های مبارزه با موانع تحقق میل و انگیزه از دیدگاه دینی می پردازد بلکه نشان می دهد که چگونه انسان می تواند میل‌ها و انگیزه‌های متعارض خود را کنترل و تعادل

دهد تا به سعادت اخروی دست یابد و در مسیر تربیت اخلاقی و رشد روحی بهبود یابد. این تحلیل از مفاهیم دینی می تواند به تقویت ارزش‌های اخلاقی و انسانی در جهت بهبود کیفیت زندگی انسان‌ها کمک کند.

## منابع

۱. ابن منظور، محمد بن مكرم، لسان العرب، دار احیاء التراث العربی، بیروت، ۱۴۰۸ق.
۲. ابن میثم بحرانی، کمال الدین، قواعد المرام فی علم الکلام، کتابخانه آیه الله مرعشی، قم، ۱۴۰۶ق.
۳. ابی منصور، محمد بن احمد الازهری، معجم تهذیب اللغه، دارالمعرفه، بیروت، ۱۴۲۲ق.
۴. الله بداشتی، علی، توحید و صفات الهی (درسنامه کلام تخصصی)، چاپ اول، انتشارات دانشگاه قم، قم، ۱۳۹۰.
۵. باقریان خوزانی، محمد، بازتاب دنیوی اعمال از دیدگاه قرآن، چاپ اول، مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، قم، ۱۳۸۹.

۱- طباطبایی، سید محمدحسین، میزان، ج ۱۵، ص ۱۱۳.





# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

۶. جمعی از پژوهشگران، دایرة المعارف قرآن کریم، چاپ اول، بوستان کتاب، قم، ۱۳۸۳.
۷. حاجی ده‌آبادی، محمدعلی و صادق‌زاده مهری، علی‌رضا، تربیت اسلامی، نشر تربیت اسلامی، تهران، ۱۳۷۹.
۸. حق‌شناس، علی‌محمد، فرهنگ معاصر هزاره، نشر فرهنگ معاصر، تهران، ۱۳۸۰.
۹. دهخدا، علی‌اکبر، لغتنامه دهخدا، ۱۶ جلد، دانشگاه تهران، چاپ اول، ۱۳۷۷.
۱۰. سبحانی تبریزی، جعفر، الالهیات علی هدی‌الکتاب والسنة والعقل، مرکز العالمی للدراسات الاسلامیة، قم، ۱۴۲۶ق.
۱۱. سبحانی، قاسم، بازتاب اعمال در دنیا، چاپ اول، نشر جمال، بی‌جا، ۱۳۸۱.
۱۲. طبرسی، حسن بن فضل، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، ترجمه احمد بهشتی، انتشارات فراهانی، بی‌جا، ۱۳۵۲.
۱۳. طریحی، فخرالدین، مجمع البحرین، نشر فرهنگ اسلامی، قم، ۱۳۶۷.
۱۴. طوسی، خواجه نصیرالدین محمد، کشف المراد، ترجمه ابوالحسن شعرانی، چاپ هشتم، انتشارات اسلامی، تهران، ۱۳۷۶.
۱۵. عبده، محمد، رسالۃ التوحید، بی‌نا، بیروت، بی‌تا.
۱۶. فیض کاشانی، محمد بن مرتضی، المحجۃ البیضاء فی تهذیب الاحیاء، چاپ دوم، دفتر انتشارات اسلامی، قم، بی‌تا.
۱۷. فیومی، احمد بن محمد بن علی، مصباح‌المنیر، مکتبه لبنان، بیروت، ۲۰۰۲م.
۱۸. قمی، عباس، مفاتیح الجنان، چاپ چهارم، مؤمنین، قم، ۱۳۸۲.
۱۹. قمی، علی بن ابراهیم، تفسیر قمی، چاپ چهارم، دارالکتاب، قم، ۱۳۶۷.
۲۰. مسکویه، ابوعلی، تهذیب الاخلاق وتطهیر الاعراق، دارمکتبۃ الحیاء، بیروت، بی‌تا.
۲۱. مصباح یزدی، محمدتقی، اخلاق در قرآن، چاپ سوم، مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، قم، ۱۳۷۶.
۲۲. مصباح یزدی، محمدتقی، دروس فلسفه اخلاق، چاپ پنجم، نشر اطلاعات، تهران، ۱۳۷۴.
۲۳. مصباح یزدی، محمدتقی، قرآن شناسی، چاپ ششم، مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، قم، ۱۳۹۴.
۲۴. مصباح یزدی، محمدتقی، معارف قرآن، سه جلد، چاپ اول، مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، قم، ۱۳۷۶.
۲۵. مطهری، مرتضی، سیری در نهج البلاغه، چاپ دوم، بی‌نا، بی‌جا، ۱۳۵۳.
۲۶. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، دارالکتب الاسلامیه، تهران، ۱۳۷۴.
۲۷. موسوی خمینی، روح‌الله، انسان شناسی، مؤسسه نشر آثار امام خمینی، تهران، ۱۳۸۵.
۲۸. موسوی خمینی، روح‌الله، آداب الصلوة، چاپ هفتم، مؤسسه نشر آثار امام خمینی، تهران، ۱۳۷۸.
۲۹. موسوی خمینی، روح‌الله، دیوان امام، مؤسسه نشر آثار امام خمینی، بی‌جا، ۱۳۷۲.
۳۰. نراقی، ملا احمد، معراج السعاده، چاپ اول، قائم آل محمد، قم، ۱۳۸۴.