

امام خمینی (س) و مفاهیم اخلاقی

(۲۲)

# هوای نفس

[www.ketab.ir](http://www.ketab.ir)

محمودرضا قاسمی

سرشناسه: قاسمی، محمودرضا

عنوان و نام پدیدآور: هوای نفس / محمودرضا قاسمی.

مشخصات نشر: تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی(س)، مؤسسه چاپ و نشر عروج، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری: ۱۲۹ ص.

فروست: امام خمینی(س) و مفاهیم اخلاقی: ۲۲.

شابک: 0 - 167 - 212 - 964 - 978 - ISBN

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه: ص. ۱۲۷-۱۲۹؛ همچنین به صورت زیرنویس.

موضوع: خمینی، روح الله، رهبر انقلاب و بنیانگذار جمهوری اسلامی ایران، ۱۲۷۹-۱۳۶۸-

نظریه درباره هوا و هوس / هوا و هوس / تقوا.

شناسه افزوده: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی(س).

رده بندی کنگره: ۹۳ هـ ۹ هـ / ۵ / ۱۵۷۴ DSR

رده بندی دیویی: ۹۵۵/۰۸۴۲۰۹۲

شماره کتابشناسی ملی: ۲۴۰۳۳۹۱

کد / م ۲۷۱۲

www.ketab.ir



مؤسسه چاپ و نشر عروج

## هوای نفس

نویسنده: محمودرضا قاسمی

ناشر: چاپ و نشر عروج (وابسته به مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی(س))

نسخه

۵۰۰

۱۴۰۳

دوم



101024000100025

هوای نفس

• خیابان انقلاب، بین ۱۲ فروردین و فخررازی، فروشگاه مرکزی، تلفن: ۶۶۴۰۴۸۷۳ - دورنگار: ۶۶۴۰۰۹۱۵

• خیابان انقلاب، تقاطع حافظ، فروشگاه شماره ۱، تلفن: ۶۶۷۰۱۲۹۷

• مراکز پخش: خیابان انقلاب، خیابان ۱۳ فروردین، خیابان شهدای ژاندارمری، فروشگاه شماره ۲، تلفن: ۶۶۹۵۵۷۳۷

• حرم مطهر حضرت امام خمینی(س)، ضلع شمالی، فروشگاه شماره ۳، تلفن: ۵۵۲۰۳۸۰۱

• کلیه نمایندگیهای فروش در استانها

نشانی الکترونیکی: pub@imam-khomeini.ir

## فهرست مطالب

۹	مقدمه
۱۱	پیش‌گفتار
۱۴	مراحل مبارزه با هوای نفس
۱۵	راه‌های مبارزه با هوای نفس
۲۱	چیستی هوای نفس
۲۱	هوای نفس
۲۲	انواع نفس
۲۳	تفاوت شیطان و هوای نفس
۲۴	قلمرو فعالیت شیطان از نظر قرآن کریم
۲۵	هوای نفس و پیامبران الهی
۲۷	انواع هوای نفس
۲۷	الف) حب جاه و مقام
۳۴	ب) حب مال
۴۰	راه و روش انبیا و لزوم ساده‌زیستی
۴۲	ملاک در مذمت مال اندوزی

- ۴۳ ..... (ج) پیروی از شهوات
- ۴۳ ..... حکمت غریزه جنسی در بشر
- ۴۴ ..... شهوت‌گرایی
- ۴۷ ..... شهوت، امتحان الهی
- ۴۸ ..... راه حل مهار شهوت جنسی
- ۵۱ ..... کنترل غریزه جنسی
- ۵۲ ..... کنترل فکر، نگاه و خلوت
- ۵۵ ..... نقش ورزش در کنترل مثبت شهوات
- ۵۷ ..... علل و عوامل گرفتاری بر دام هوای نفس
- ۵۸ ..... الف) سوء تربیت
- ۵۸ ..... ۱. تقدم تزکیه بر تعلیم و تربیت
- ۶۰ ..... ۲. تربیت برای همه
- ۶۰ ..... ۳. تکرار در تربیت
- ۶۱ ..... ۴. تربیت هدفمند
- ۶۲ ..... ب) جهل
- ۶۴ ..... ج) لجاجت
- ۶۶ ..... د) محیط آلوده
- ۶۹ ..... آثار و پیامدهای پیروی هوای نفس
- ۶۹ ..... الف) آثار دنیوی
- ۷۳ ..... ب) آثار اخروی
- ۷۷ ..... راه‌های مقابله با هوای نفس

- الف) راه‌های علمی ..... ۷۷
۱. توجه به حضور خدا ..... ۷۷
  ۲. توجه به نعمت‌های الهی ..... ۷۹
  ۳. توجه به کرامت انسان ..... ۸۰
  ۴. کاوش در عیوب خود ..... ۸۲
  ۵. عبرت از گذشتگان ..... ۸۲
  ۶. تأثیرگذاری دوستان صالح ..... ۸۴
  ۷. شناخت دام‌های شیطان ..... ۸۷
  ۸. یاد مرگ ..... ۸۸
  ۹. برنامه‌ریزی (مخاطبه، مراقبه، محاسبه) ..... ۹۲
- ب) راه‌های عملی ..... ۹۵
۱. ذکر خدا ..... ۹۵
  ۲. استعاذه ..... ۹۶
  ۳. قرائت قرآن ..... ۹۸
  ۴. دعا ..... ۹۹
  ۵. توسل به اهل بیت علیهم‌السلام ..... ۱۰۰
  ۶. نماز و روزه ..... ۱۰۳
  ۷. استغفار ..... ۱۰۷
- ثمرات مقابله با هوای نفس ..... ۱۱۱
۱. حضور خدا در زندگی ..... ۱۱۱
  ۲. دوری از حب دنیا ..... ۱۱۳

۳. توبه‌پذیر بودن ..... ۱۱۵
- توبه نصح ..... ۱۱۵
- انجام گناه کوچک، پس از توبه ..... ۱۱۶
- گناه کبیره و سپس توبه ..... ۱۱۷
- عدم توبه از گناهان ..... ۱۱۸
۴. خشوع ..... ۱۲۰
۵. عزت در بین مردم ..... ۱۲۲
۶. جلب رحمت الهی ..... ۱۲۳
۷. اطمینان ..... ۱۲۴
- کتاب‌نامه ..... ۱۲۷

## مقدمه

حجاب‌های چندی، نسل جوان را از شناخت اندیشه‌های جامع و منظومه فکری و گستره شخصیت امام خمینی (س) باز می‌دارد. یکی از این پرده‌ها، حجاب معاصرت یا هم روزگاری است. این نکته موجب شده است تا دقیقاً گستره و نفوذ اندیشه و آرای امام آن‌گونه که باید، شناخته نشود. غلبه بر این مانع غالباً تنها از طریق گذر ایام حاصل می‌گردد.

دومین حجاب نقش قدرتمند سیاسی امام است. چهره مسلط امام در عرصه سیاست چهل‌دهم اخیر کشورمان، هر چند برکت‌زا و ارجمند بوده، اما مانع از آشکار شدن دیگر ابعاد ایشان گشته است. در نتیجه بُعد سیاسی ایشان بر دیگر ابعاد و به ویژه بعد اخلاقی و عرفانی ایشان غلبه داشته و کسانی که ایشان را می‌شناسند بیش‌تر از رهگذر سیاست است.

سومین حجاب، پیشینه علمی ایشان و واژگان خاصی است که برای بیان اندیشه‌های خود برمی‌گزینند. ایشان به دلیل بهره‌مندی گسترده از دانش‌های مختلف اسلامی چون فقه، اصول، تفسیر، کلام، عرفان و فلسفه، دارای واژگانی گسترده بودند. نگاهی به آثاری چون شرح چهل حدیث یا شرح حدیث جنود عقل و جهل این نکته را آشکارتر می‌سازد. این گستره واژگانی گرچه بیانگر عمق اندیشه‌های امام است، اما فهم آرای ایشان را برای کسانی که از چنین زمینه‌ای برخوردار نیستند، دشوار می‌نماید.

مجموعه "امام خمینی (س) و مفاهیم اخلاقی" کوششی است برای

فرارفتن از پاره‌ای از این حجاب‌ها و آشنا ساختن نسل جوان با یکی از ابعاد اساسی امام؛ یعنی بعد اخلاقی. نویسندگان این مجموعه کوشیده‌اند تا مفاهیم کلیدی اندیشه اخلاقی امام را به گونه‌ای منظومه‌وار توضیح دهند و زمینه را برای درک کامل‌تری از آرای اخلاقی امام فراهم آورند. مفروض نویسندگان این مجموعه آن بوده است که نقطه عزیمت امام، اخلاق بوده و حتی نگاه ایشان به سیاست از این منظر بوده است، لذا پدید آوردن چنین مجموعه‌ای برای فهم اندیشه مرکزی ایشان لازم است. در ارائه این مجموعه جنبه‌های زیر مورد توجه خاص نویسندگان بوده است:

۱. رعایت نثر معیار و توجه به اصول درست نویسی؛
۲. رعایت جنبه برانگیزندگی متن نوشته، چرا که هدف اخلاق، برانگیختن انسان و تشویق او به تغییر خواهد است، و در عین حال پایبندی به جنبه استدلالی بحث؛
۳. بهره‌مندی از میراث ادبی و اخلاقی گذشته و پیوند آرای امام بدان؛
۴. کوشش جهت ارائه نگاهی تازه و کارگشا به مباحث اخلاقی؛
۵. فراهم آوردن زمینه برای پیش بردن چنین مباحثی با تأکید بر نیازهای جامعه.

با توجه به این نکات، سلسله مباحث "امام خمینی (س) و مفاهیم اخلاقی" فراهم آمد، لیکن به دلیل تازگی ممکن است پرسش‌هایی را برانگیزاند که از آن استقبال می‌کنیم و همچون امام بر این باوریم که انتقاد و حتی تخطئه در نهایت، به سود انسان است.

مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (س) - دفتر قم



## پیش گفتار

انسان، تنها موجودی است که قدرت تغییر و تحول، در عالم آفرینش را دارد. از دیدگاه ادیان الهی، انسان، اشرف مخلوقات است و به همان اندازه پیچیده؛ بدین معنا، همین انسان به خداوند به خاطر آفرینش او، خود را می ستاید؛ «فَتَبَارَكَ اللهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ»<sup>۱</sup> در حالات و شرایط دیگر به جایی می رسد که خداوند، او را کمتر از حیوانات، همراه تر می داند؛ «أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ»<sup>۲</sup> و این نیست، مگر به دلیل گرایش های مختلفی که در انسان وجود دارد. یعنی، گرایش به سوی خیر و گرایش به سوی شر؛ «إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا»<sup>۳</sup>

انسان دارای دو نوع سرشت و گرایش متضاد آسمانی و زمینی بوده و با عقل و فطرت خود، بسیاری از خوبی ها و بدی ها را می شناسد:

۱. مؤمنون (۲۳): ۱۴.

۲. اعراف (۷): ۱۷۹.

۳. انسان (۷۶): ۳.

﴿فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا﴾<sup>۱</sup> سرشتی که باید با آن مبارزه کرد. و نوع دوم، آن است که باید آن را پرورش داد و نباید گذاشت که منهدم شود، چون با انهدام آن، ریشه اخلاق اسلامی، به کلی قطع می‌شود. اسلام با نفس پرستی، به معنای شکم‌پرستی، پول‌پرستی و جاه‌پرستی مخالف بوده و با همه این‌ها، اگر بخواهد به صورت معبود درآید، مبارزه می‌کند و این‌ها، اموری است که انسان، ذاتاً به سوی آن‌ها متمایل است. توجه و عنایت به این سرشت و زنده کردن آن و مبارزه کردن با سرشت دیگر، هر دو به سوی یک هدف است.<sup>۲</sup>

امام خمینی رحمه الله، قهرمان مبارزه با هوای نفس درباره معنا و چگونگی مبارزه با هوای نفس، می‌فرماید:

پس جهاد نفس که جهاد بزرگ است، عبارت است از غلبه کردن انسان بر قوای ظاهره خود و آنها را در تحت فرمان خالق قرار دادن و مملکت را از لوث وجود قوای شیطان و جنود آن خالی نمودن است.<sup>۳</sup>

ممکن است این سؤال به ذهن بیاید، که علت پرداختن به موضوع هوای نفس، با این حال که زیاد درباره آن صحبت شده، چیست؟ اگر چه در این مورد سخن بسیار رفته است، اما در این مختصر قصد داریم، آن را از دیدگاه قهرمان مبارزه با هوای نفس و بت‌شکن طاغوت‌ها در عصر حاضر، امام راحل‌مان بررسی کنیم. هوای نفس، مسأله‌ای است که انسان پیوسته برای مبارزه و شیوه برخورد با آن، دچار مشکل بوده است.

۱. شمس (۹۱): ۸.

۲. تعلیم و تربیت در اسلام، ص ۴۲.

۳. شرح چهل حدیث، ص ۶.

در ضرورت و اهمیت مبارزه با هوای نفس و خودسازی همین بس، که «جهاد اکبر» نام گرفته است. امام محمد باقر علیه السلام می‌فرماید: «هیچ برتری و فضیلتی، همانند جهاد نبوده و هیچ جهادی در قدر و منزلت، با جهاد با نفس برابری ندارد»<sup>۱</sup>.

ضرورت مبارزه با هوای نفس، مسأله‌ای واضح است، چرا که:

۱. خودسازی، بزرگ‌ترین هدف پیامبران بوده است. قرآن می‌فرماید:

﴿هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ﴾<sup>۲</sup>؛ اوست خدایی که در میان مردم امی (پیامبر) از خودشان مبعوث داشت، تا آیاتش را برای آنها بخواند و ایشان را تزکیه کند و علم و حکمت‌شان بیاموزد.

۲. وجود آیات و روایات متعدد درباره مبارزه با هوای نفس، دلیل

محکمی بر ضرورت خودسازی است. فرموده می‌فرماید:

﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّيْهَا﴾<sup>۳</sup> هر کس به تزکیه نفس روی آورد، رستگار شد.

علی علیه السلام نیز می‌فرماید:

«طوبى لمن عصى فرعون هواه و أطاع موسى تقواه أو عقله»؛<sup>۴</sup> خوشا

به حال آن کس که با فرعون هوای نفس خود مبارزه کرده و موسای عقل و تقوای خود را اطاعت کند.

۳. رشد و تعالی انسان، بدون مبارزه با هوای نفس، ممکن نیست.

۱. الامالی (شیخ صدوق)، ص ۵۵۲، ح ۸

۲. جمعه (۶۲): ۲.

۳. شمس (۹۱): ۹.

۴. عیون الحکم والمواعظ، ص ۳۱۴.

حضرت امام خمینی رحمته الله علیه در ضرورت خودسازی می‌فرماید:

ما تا اصلاح نکنیم خودمان را، نمی‌توانیم کشور خودمان را اصلاح کنیم.<sup>۱</sup>

در قرآن کریم، وقتی سخن از بعد معنوی و ملکوتی انسان پیش می‌آید، خدا به خاطر خلقت چنین موجودی به خود آفرین می‌گوید و به فرشتگان دستور می‌دهد که در برابر او سجده کنند: ﴿فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ﴾<sup>۲</sup>؛ چون آفرینش آدم را به پایان بردم و از روح خود در آن دمیدم، برابر او سجده کنید.

اما، به قول سعدی:

تن آدمی شریف است به جان آدمیت

به همین لباس زیباست نشان آدمیت

اگر آدمی به چشم است و دهان و گوش و بینی

چه میان نفس و بی‌نوار و میان آدمیت

### مراحل مبارزه با هوای نفس

شکی نیست که هیچ هدف و مقصودی، بدون گذراندن مراحل خود به نتیجه نمی‌رسد. خودسازی نیز، مرحله‌ای دارد:

**مرحله یکم:** تخلیه: در این مرحله از تهذیب نفس، باطن انسان، باید از اخلاق، اعمال زشت و ناپسند تخلیه شود.

**مرحله دوم:** تجلیه: در این مرحله، باغچه دل باید — که در مرحله نخست، از ویروس‌های مضر پاک شده — زینت داده شده و جلا پیدا کند،

۱. صحیفه امام، ج ۱۴، ص ۱۶.

۲. حجر (۱۵): ۲۹.

تا اگر ویروسی هم از مرحله قبل مانده، به طور کلی نابود شود تا بتواند نور و صفای معنویت را منعکس کند.

**مرحله سوم:** تحلیه: وقتی در مرحله دوم، دل انسان، پاک و نفس، عاری از هر گونه آلودگی گشته و با عبادت به این مرحله رسیده و راه هدایت برای او هموار شد، بعد از این، تقوا و دوری از گناهان، باعث می‌شود تا انسان، راه را از چاه تمیز دهد و منحرف نشود.

**مرحله چهارم:** فنای الی الله: هر کس که توانست خود را به این مرحله برساند، دنیا، برایش پوچ و بیهوده شده و در واقع، همه چیز در خداوند خلاص می‌شود.

**راه‌های مبارزه با هوای نفس:**  
برای خودسازی، راه‌ها و شیوه‌های مختلفی بیان شده است. روان‌شناسان، راه‌های تجربی را پیش‌نهاد کرده‌اند. عارفان ریاضت و مکاشفه را برگزیده‌اند و زاهدان، زهد و عبادت را انتخاب کرده‌اند. گفتنی است که همه، مسیر و هدف معینی داشته و آن، رسیدن به مرحله‌ای بوده که نفس مهذب گشته و سیر الی الله کند. حضرت امام خمینی رحمته الله علیه در بیان راه‌های خودسازی، چنین می‌فرماید:

بدان که اول شرط مجاهده با نفس و حرکت به جانب حق تعالی، «تفکر» است... و تفکر در این مقام، عبارت است از آن که انسان، لاقلاً در هر شب و روزی مقداری - و لو کم هم باشد - فکر کند.<sup>۱</sup>

ایشان بعد از تفکر، مرحله عزم را معرفی کرده و می‌گوید:  
 بناگذاری و تصمیم بر ترک معاصی و فعل واجبات و جبران آنچه از او فوت  
 شده در ایام حیات.<sup>۱</sup>

امام علیه السلام در بیان سایر راه‌های خودسازی، مشارطه، مراقبه و محاسبه را  
 ذکر می‌کند.

مشارطه؛ به این معناست که هر روز با خود شرط کنیم که امروز بر  
 خلاف فرموده خداوند تبارک و تعالی، رفتار نکنیم.

مراقبه؛ یعنی این که در تمام مدت شرط، خود را ملزم به شرط بدانیم.

محاسبه؛ به این معناست که در پایان هر روز، اعمال خود را

حسابرسی کرده و ببینیم تا چه اندازه با عهد خود وفا کرده‌ایم.

در حقیقت، امام خمینی علیه السلام و همه عالمان بزرگوار که به درجات رفیع

علمی و عرفانی رسیده‌اند - همگی مبارزه با هوای نفس را سرلوحه

کارهای خود قرار داده بودند. از این جمله امام علیه السلام - که می‌فرمایند: «مربی

مردم، باید خودش منزّه باشد، مهذب باشد»<sup>۲</sup> - می‌توان دریافت که ایشان،

تا چه حد به خودسازی، آن هم برای کسانی که می‌خواهند دسته‌ای دیگر

را تربیت کنند، اهمیت می‌داد. از دیدگاه حضرت امام علیه السلام، رسیدن به کمال

میسر نیست، مگر با تهذیب نفس، چرا که کمال‌یابی و رسیدن به درجات

قرب الی الله، فقط یک راه داشته و آن تهذیب نفس است. و هر کس

بیش‌تر در این امر همت کند، نزد خداوند گرامی‌تر و مقرب‌تر است.

۱. همان، ص ۷.

۲. صحیفه امام، ج ۸، ص ۲۶۲.

حضرت امام علیه السلام با دید وسیع خود، لزوم توجه به مبارزه با هوای نفس را، در راستای اصلاح و پیشرفت جامعه دانسته و چنین می‌فرماید:

ما تا اصلاح نکنیم خودمان را، نمی‌توانیم کشور خودمان را اصلاح کنیم.<sup>۱</sup>

یا در جای دیگر می‌فرماید:

شما خودتان را درست کنید، کشورتان درست می‌شود.<sup>۲</sup>

ایشان پیوسته بر این نکته تأکید داشتند که خودسازی در هر کاری، باید سرلوحه آن کار باشد:

هر کسی از خودش باید شروع کند، و عقاید و اخلاق و اعمالش را با اسلام تطبیق بدهد و بعد از این که خودش را اصلاح کرد، آن وقت دنبال این باشد، که دیگران را اصلاح کند.<sup>۳</sup>

و نیز در توصیه به جهاد سازندگی فرمودند:

سازندگی‌های روحی، مقدم بر همه سازندگی‌هاست؛ جهاد سازندگی از خود افراد باید شروع بشود.<sup>۴</sup>

باید بسازیم خودمان را. جدیت کنید که این جهاد سازندگی را از خودتان شروع کنید. وقتی از خودتان شروع کردید، هرکاری بکنید، این کاری است الهی.<sup>۵</sup>

ایشان همچنین در جای دیگر می‌فرمایند:

آن چیزی که بر همه ما لازم است، ابتدا کردن به نفس خودمان است، و

۱. همان، ج ۱۴، ص ۱۶.

۲. همان، ج ۱۳، ص ۱۶۱.

۳. همان، ج ۱۴، ص ۲۴۴.

۴. همان، ج ۱۱، ص ۳۷۹.

۵. همان، ج ۱۴، ص ۳۸۳.

قانع نشدن به این که همان ظاهر درست باشد و از قلبمان شروع کنیم،  
مغزمان شروع کنیم، و هر روز دنبال این باشیم که روز دوممان بهتر از روز  
اولمان باشد.<sup>۱</sup>

امام راحل رحمته الله در توصیه به مسئولان آموزش و پرورش، به این نکته  
اشاره فرمودند که تهذیب نفس، امری همگانی است:

از بالاترین و والاترین حوزه‌هایی که لازم است، به طور همگانی، مورد  
تعلیم و تعلم قرار گیرد، علوم معنوی اسلامی است، از قبیل علم اخلاق و  
تهذیب نفس و سیر و سلوک الی الله - رزقنا الله و ایاکم - که جهاد اکبر  
می‌باشد.

همه مکلفیم که در کینه نسویم، تا بتوانیم از نور الهی و نور قرآن استفاده  
کنیم.<sup>۲</sup>

امام، با بینش عمیق خود، وابستگی نفس به غرب و شرق را از  
خودباختگی افراد آن جامعه دانسته و می‌فرماید:

اگر بخواهید کشور شما، یک کشور مستقلی باشد... که دیگران نتوانند در  
آن دخالت بکنند، از خودتان باید شروع کنید.<sup>۳</sup>

ایشان، حتی صدور انقلاب را در گرو خودسازی دانسته و فرموده‌اند:

اگر ما خودمان را اصلاح کنیم، قهراً آن مقصدی که ما داریم در دنیا، هم  
صدور پیدا می‌کند.<sup>۴</sup>

۱. همان، ج ۱۵، ص ۴۹۱.

۲. همان، ج ۲۱، ص ۴۲۶.

۳. همان، ج ۱۴، ص ۳۹۴.

۴. همان، ج ۱۸، ص ۳۱۲.

۵. همان، ج ۱۷، ص ۵۳۳.



امام راحل، به قدری این امر را مهم می‌شمارند که توانایی قیام و نهضت را، فقط در اشخاص مهذب و خودساخته می‌دانند:  
باید خودتان را بسازید تا بتوانید قیام کنید. خودساختن به اینکه تبعیت [کنید] از احکام خدا.<sup>۱</sup>

در کتاب پیش‌رو، با اشاره به آیات و روایات، در فصل‌هایی که خواهد آمد، به بیان هوای نفس، انواع هوای نفس، علل و عوامل گرفتاری در دام هوای نفس، آثار و پیامدهای هوای نفس، راه‌های مقابله با هوای نفس و ثمرات مقابله با هوای نفس، با استفاده از دیدگاه‌های قهرمان مبارزه با هوای نفس، امام خمینی رحمته الله علیه خواهیم پرداخت.

www.ketab.ir