

کاربرد دو اصل

استمرار و تدریج در برنامه‌های عبادی

www.ketab.ir

احمد رضا افضلی دلیگانی

سرشناسه	: افضلی، احمدرضا، ۱۳۶۵-
عنوان و نام پدیدآور	: کاربرد دو اصل استمرار و تدریج در برنامه‌های عبادی/ احمدرضا افضلی دلپگانی؛ ویراستار سیدعلی حسینی درویشانی.
مشخصات نشر	: قم: میراث ماندگار، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری	: ۲۲۴ ص؛ ۵/۱۴ × ۵/۲۱ س.م.
شابک	: ۲۰۰۰۰۰۰۰ ریال : ۹۷۸-۶۰۰-۳۱۴-۱۷۸-۰۰-
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۲۱۰ - ۲۲۴.
موضوع	: زندگی مذهبی (اسلام) Religious life -- Islam زندگی معنوی -- اسلام Spiritual life -- Islam
رده بندی کنگره	: BP۲۵۸
رده بندی دیویی	: ۷۷/۲۹۷
شماره کتابشناسی ملی	: ۹۵۸۴۵۲۰

- نام کتاب: کاربرد دو اصل استمرار و تدریج در برنامه‌های عبادی
- نویسنده: احمدرضا افضلی
- ویراستار: سیدعلی حسینی درویشانی
- ناشر: میراث ماندگار
- نوبت چاپ: اول ۱۴۰۳
- شمارگان: ۵۰ جلد
- چاپخانه: مبین
- قیمت: ۲۰۰۰۰۰ تومان
- شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۱۴-۱۷۸-۰۰-

مرکز بخش: قم، مجتمع ناشران، طبقه سوم، پلاک ۳۱۸

تلفن: ۰۲۵۳۷۸۸۴۲۳۹۸

پیش گفتار

تهذیب نفس یکی از مباحث مهم اخلاق و از ارکان اساسی سیر و سلوک به شمار می‌آید. انسان تنها می‌تواند با خودسازی و تهذیب نفس خویش، از مرز حیوانیت برهد و خود را به مقام والا و پراج انسانیت برساند. صفات رذیله و بیماری‌های نفسانی باعث می‌شود تا عقل و قلب آدمی از دریافت حقایق بازماند.

اهمیت خودسازی و تهذیب نفس از جمله مسائل زیربنایی و مهمی بوده و سخت مورد توجه و تأکید دین مبین اسلام قرار گرفته است. این موضوع دارای نقش محوری و بنیادین در رسیدن به مراتب عالی انسانی و مدارج کمال دارد. از دیدگاه قرآن کریم تزکیه و خودسازی عامل رستگاری و نجات و راه نیل به سعادت حقیقی است و از سوی دیگر، فساد اخلاقی ریشه هرگونه شقاوت و بدبختی است. اهمیت پرداختن به تهذیب نفس و ترک غفلت نسبت به آن، تا جایی است که قرآن مجید بعد از یازده قسم در سوره شمس آیه ۹ می‌فرماید:

«قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا؛ سعادت و رستگاری تنها از آن کسانی است که به

تهذیب و تزکیه نفس خود پردازد.»

تهذیب نفس بزرگترین هدف پیامبران الهی بوده است. یکی از اهداف بعثت انبیاء ترغیب انسانها به خودسازی و آموزش کیفیت تهذیب و تکمیل نفس است؛ تا جایی که نبی مکرم اسلام ﷺ می‌فرماید: «أَنَّهُ قَالَ بُعِثْتُ بِمَكَارِمِ الْأَخْلَاقِ؛ مِنْ مَبْعُوثٍ شَدِمَ تَا مَكَارِمِ اخْلَاقِي رَا بَه تَكَامِلِ بَرَسَانِمِ»^۱ و در این امر سرنوشت‌ساز و حساس راهنما و مددکار آنها باشند. رسالت بزرگ سفیران الهی، این بوده که راه شناخت اخلاق زشت و کنترل و مهار کردن خواهش‌ها و خواسته‌های درونی را به انسان‌ها بیاموزند و با انذار و تحذیر، نفوس آنان را از بدی‌ها و زشتی‌ها پاک و پیراسته گردانند و با ترغیب و تشویق، افعال فضیلت‌ها و زیبایی‌ها و مکارم اخلاق را در زمین دل فرزندان آدم شکوفا و پرثمر سازند. در اهمیت تزکیه و تهذیب نفس همین کافی است که خداوند بر بندگان مومنینش منت نهاده که پیامبری با هدف تزکیه نفوس برای آنها فرستاده است. خداوند در قرآن کریم آیه ۱۶۴ سوره آل عمران می‌فرماید:

«لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْ أَنْفُسِهِمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ؛ خدا بر مومنان منت نهاده که رسولی از خودشان را در میانشان برانگیخت تا

آیات خدا را بر آنان بخواند و جان‌های آنها را پاکیزه نماید و به آنان کتاب و حکمت بیاموزد در حالی که پیش از این در گمراهی آشکاری بودند». از جمله اموری که در مسیر کمال و رشد انسان و تهذیب نفس او موثر است، برنامه‌های عبادی می‌باشد. به عبارت دیگر جزء ضروری برنامه‌های شبانه روز یک انسان طالب کمال و سعادت، برنامه‌های عبادی است. در نوشتار حاضر قصد داریم با بیان دو اصل مهم در برنامه‌های عبادی، کیفیت بهره‌وری در امور معنوی را بالا برده و با عمل به آنها در مسیر کمال و تهذیب نفس قدم برداریم.

فهرست

- ۵..... پیش گفتار
- ۱۱..... مقدمه
- ۱۳..... فصل اول: مفهوم شناسی
- ۱۳..... گفتار اول: مفهوم اصل استمرار
- ۱۳..... لفظ «دوم»
- ۱۶..... لفظ "الاستقامه"
- ۱۸..... گفتار دوم: مفهوم تدریج
- ۲۰..... گفتار سوم: تفاوت بین استمرار و تدریج
- ۲۱..... مراد از برنامه‌های عبادی
- ۲۳..... فصل دوم: ضرورت دو اصل استمرار و تدریج
- ۲۳..... گفتار اول: نظام‌مند بودن برنامه‌ریزی عبادی در شریعت
- ۲۷..... گفتار دوم: اهمیت توجه به عنصر زمان در برنامه‌های عبادی
- ۳۰..... گفتار سوم: ضرورت اصل استمرار
- ۳۱..... ۱. نیاز روح
- ۳۱..... ۲. افضلیت عمل و عامل در عمل مستمر
- ۳۴..... ۳. محبوبیت استمرار عمل

- گفتار چهارم: آثار و پیامدهای توجه و عدم توجه به اصل استمرار ۳۸
- الف) بهره‌مندی از فیوضات خاصه الهی ۳۹
- ب) تقویت فضایل ۴۶
- ج) دفع رذایل ۵۱
- گفتار پنجم: ضرورت و اهمیت اصل تدریج ۵۴
- گفتار ششم: آثار و پیامدهای توجه و عدم توجه به اصل تدریج ۵۷
۱. دزدگی نفس ۵۸
۲. طغیان نفس به سمت عصیان ۶۳
۳. از دست دادن سلامت جسمی ۶۴
۴. ضلالت و گمراهی ۶۵
۵. زایل شدن عقل ۶۶
- فصل سوم: عوامل موثر در پیاده سازی و اجرای اصول استمرار و تدریج ۶۸
- گفتار اول: تهیو و آماده سازی قبل عمل ۶۸
۱. تهیو نفسانی ۶۹
۲. تهیو جسمانی ۷۶
۳. تهیو غیري ۸۷
- گفتار دوم: برنامه‌ریزی ۹۵
- اهمیت برنامه‌ریزی ۹۵

- ۹۸ آثار و پیامدهای برنامه‌ریزی
- ۹۹ دستورالعملهایی در باب برنامه‌ریزی امور عبادی
- ۱۰۱ ۱. دستورالعملهای عام
- ۱۰۶ ۲. دستورالعملهای خاص
- ۱۳۱ گفتار سوم: اجراء
- ۱۳۱ ۱. مدیریت نشاط معنوی
- ۱۴۰ ۲. مدیریت مراقبات شبانه روز
- ۱۴۳ ۳. مدیریت ارتباط با دیگران
- ۱۴۵ گفتار چهارم نظارت و مراقبت
- ۱۴۵ بحث اول: توجه به اوقات عمل
- ۱۶۲ بحث دوم: توجه به تعارض اعمال با یکدیگر
- ۱۶۷ بحث سوم: توجه به کیفیت عمل
- ۱۷۱ منابع

مقدمه

برنامه‌های عبادی دارای نظام و ساختار می‌باشد. کشف این نظام، به رشد و سلوک انسان کمک شایانی خواهد کرد؛ به عبارت دیگر رعایت اصول برنامه‌ریزی در برنامه‌های معنوی موجب توسعه ظرفیت عبادی و تکامل معنوی انسان خواهد شد. بدین منظور دانستن این اصول جزء ارکان برنامه‌های سالک محسوب می‌شود و عدم توجه به آنها گاهی اوقات موجب دلزدگی معنوی و در برخی موارد توقف در سلوک معنوی را در پی خواهد داشت.

یکی از مهمترین ارکان در برنامه‌های عبادی، رعایت اصل استمرار و تدریج در برنامه‌های معنوی می‌باشد. مراد از استمرار در عمل این است که در برنامه‌های معنوی باید قید استمرار و دوام و ثبات قدم در یک دامنه زمانی مشخص رعایت و لحاظ شود تا عمل مذکور بیشترین نتیجه را نصیب عامل نماید و موجبات رشد و تکامل را فراهم کند. همچنین مراد از تدریجی بودن عمل این است که در برنامه‌ریزی‌های معنوی ظرفیت و وقوت روحی- نفسانی شخص لحاظ شود و از لحاظ کمی و کیفی به نحوی عمل شود که موجبات زوال و دل‌زدگی از آن عمل در نفس حاصل نشود و در طول زمان

به صورت تدریجی عمل از لحاظ کمی و کیفی بیشتر شود. در شریعت مقدسه این نکته از منظر شارع مقدس و علمای علم اخلاق حائز اهمیت می‌باشد.