

توصیه‌های آیت الله مکارم برای دوام توبه

حضرت آیت الله مکارم شیرازی در خصوص شورای پیرامون دوام توبه، به نکات هفت‌گانه‌ای در این مسئله اشاره کردند.



حضرت آیت الله مکارم شیرازی در خصوص شورای پیرامون دوام توبه، به نکات هفت‌گانه‌ای در این مسئله اشاره کردند. به گزارش مرکز خبر حوزه، متن کامل سؤال و پاسخ این مرجع تقلید به شرح ذیل است:

سوال: چه کنیم تا توبه ما دوام داشته باشد و دومرتبه مرتکب گناه نشویم؟

جواب: توبه باید پابرجا و دائم بوده باشد؛ از یک سو، هرزمان خطایی از انسان بر اثر وسوسه‌های «1 نفیس اماره» سربزند، باید بلافاصله به سراغ توبه رود، و به مرحله «2 نفیس لوامه» برود و وقتی که به مرحله «3 نفیس مطمئنه» برسد ریشه‌های وسوسه‌ها ازببخ کنده می‌شود.

واز سوی دیگر، از هر که گناهی توبه می‌کند باید کمال مراقبت را به خرج دهد که آن توبه را نشکند و بر تعهد خود در پیشگاه خدا نسبت به ترک آینده باقی بماند. و به تعبیر دیگر، اگر بعد از توبه از گناه، هنوز انگیزه‌های آن در اعماق دل و جان او باقی مانده باشد با آن به مبارزه برخیزد و جهاد با نفس را جزء برنامه خویش قرار دهد و به این ترتیب هم در صف تائبان باشد و هم در صف مجاهدان.

بعضی از علمای اخلاق بحث بی‌نتیجه یا کم نتیجه‌ای را در اینجا دنبال کرده‌اند که آیا مقام توبه کار جهاد کننده در برابر ریشه‌های گناه افضل است یا توبه کاری که ریشه‌های گناه را از سرزمین قلب خویش بر انداخته است.

این مهم نیست که کدامیک از آن دوافض‌اند، مهم آن است که توبه کننده چه دستوراتی را باید به کار بندد که به گناه گذشته بازگشت نکند؛ برای این امر رعایت اموری لازم است:

1- جدا شدن از محیط گناه و عدم شرکت در مجالس معصیت، چرا که توبه کار در آغاز امر آسیب پذیر است و مانند بیماری است که تازه از بستر برخاسته، و اگر با پای خود به مناطق آلوده به میکربهای بیماری زا رود، احتمال آلودگی مجدد او به بیماری فراوان است؛ همچون معتادی است که ترک اعتیاد به مواد مخدر نموده ولی هرگاه به مناطق آلوده برگردد، سرعت آلوده می‌شود.

2- باید در دوستان و معاشران خود تجدید نظر کند؛ هرگاه در گذشته کسانی بوده‌اند که او را تشویق به گناه می‌کردند، از آنها شدیداً فاصله گیرد.

3- هر زمان وسوسه‌ها و انگیزه‌های آن گناه در او پیدا می‌شود، به ذکر خدا روی آورد، چرا که: «3 نفیس اماره» ذکر خدا مایه آرامش دلها است؛ الا بِذِکْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (1)

4- همواره درباره آثار زیانبار گناهی که آن را ترک گفته بیندیشد و آن آثار را نصب العین خود قرار دهد، مبادا بر اثر غفلت از آن و فراموش کردن اثرات مرگبار آن گناه، بار دیگر انگیزه‌ها در او رشد کند، و وسوسه‌ها از هر سو به قلب او هجوم آورد.

5- در داستانهای پیشینیان و کسانی که بر اثر گناهان مختلف گرفتار مصائب دردناکی شدند، بیندیشد، و سرگذشت آنها را از نظر بگذراند، حتی در حالات انبیاء و پیامبران معصومی که گاه گرفتار لغزش ترک اولی شدند، مطالعه کند؛ مثلاً، ببیند که چه امری سبب شد آدم با آن مقام والایش از بهشت رانده شود، یا حضرت یونس مورد خشم قرار گیرد، و به زندان شکم ماهی فرستاده شود یا بر اثر چه عواملی یعقوب، پیامبر بزرگ خدا، به درد جا نفرسای فراق فرزند سالها گرفتار آید.

مطالعه این امور بی‌شک وسوسه‌های گناه را کم می‌کند، و به توبه دوام و ثبات می‌بخشد.

6- به عقوبت‌ها و مجازات‌هایی که بر یکایک از گناهان وعده داده شده بیندیشد، و این احتمال را از نظر دور ندارد که تکرار گناه بعد از توبه ممکن است مجازات شدیدتری داشته باشد.

و نیز به الطاف و عنایات الهیه که در انتظار توبه کاران است و شامل حال او شده است توجه کند و دائماً به خود تلقین نماید بکوش،

این عنایات و الطاف را حفظ کن، و این مقام والایی که خداوند نصیب تو کرده است به آسانی از دست مده!

7- باید وقت شبانه روزی خود را با برنامه‌های صحیح پرکند، برنامه تلاش برای زندگی آبرومند، برنامه عبادت و بندگی خدا و برنامه سرگرمی‌های سالم؛ زیرا بی‌کاری و خالی ماندن اوقات از برنامه، بلای عظیمی است که زمینه را برای وسوسه‌های بازگشت به گناه فراهم می‌سازد.

از دانشمندی پرسیدند که تفسیر حدیث التَّائِبُ حَبِيبُ اللَّهِ (توبه کننده دوست خداست) چیست؟ گفت: منظور کسی است که مصداق این آیه شریفه باشد: «التَّائِبُونَ الْعَابِدُونَ الْحَامِدُونَ السَّائِحُونَ الرَّاكِعُونَ السَّاجِدُونَ الْآمِرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَ النَّاهُونَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَالْحَافِظُونَ لِحُدُودِ اللَّهِ وَ بَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ؛(2) (مؤمنان) توبه کنندگان، عبادتکاران، حمد خدا گوین، سیاحت کنندگان (که پیوسته در میان قانونهای اطاعت خدا رفت و آمد دارند) رکوع کنندگان، ساجدان، آمران به معروف، نهی کنندگان از منکر و حافظان حدود الهی (هستند) و بشارت ده (این چنین) مؤمنان را!«(3)

(1)- سوره رعد، آیه 28.

(2) - سوره توبه، آیه 112.

(3)- اخلاق در قرآن جلد 1 صفحات 239 الی 241