

## بسم الله الرحمن الرحيم

### موضوع: آشنایی با زیست عقیفانه

#### درس اول - قسمت دوم: تعریف زیست عقیفانه

قبل از اینکه به طور مشخص به عفت جنسی بپردازیم نکته‌ای باید مورد توجه قرار دهیم. اینکه عفت یک قدرت است. انسانی که می‌تواند در مقابل یک کششی مقاومت کند. برای مثال چرا ما کسی را که می‌تواند یک وزنه‌ای را از زمین بلند کند، تاییدش می‌کنیم تشویقش می‌کنیم؟ یک وزنه‌ای را بلند کردن یعنی غلبه کردن بر قدرت جاذبه زمین. یک کششی از زمین وجود دارد که این وزنه را به سمت خودش می‌کشد و این وزنه‌بردار آنقدر قوی است که می‌تواند با این کشش جاذبه زمین مقابله کند. شما کسی را که یک وزنه‌ای را در سرازیری فقط با نوک پنجه پایش هل می‌دهد و این وزنه به طور طبیعی در سرازیری قرار می‌گیرد و غلت می‌خورد را تشویق نمی‌کنیم. چون در جهت آن کشش و جاذبه طبیعی زمین حرکت می‌کند. زحمتی نکشیده قدرتی به خرج نداده است. به طور طبیعی خداوند در زمین یک قدرتی گذاشته کششی گذاشته جاذبه‌ای گذاشته که همه چیز را به سمت خودش می‌کشد و جذب می‌کند ولی وزنه‌بردار بر این جاذبه زمین غلبه می‌کند و بر این کشش طبیعی تسلط پیدا می‌کند و به اندازه قدرتش یک وزنه‌ای را بلند می‌کند. اینکه او می‌تواند بر این جاذبه و کشش طبیعی غلبه کند نشانه این است که او قدرتمند است. در حالیکه که اگر مثلاً یک کسی بالای سرازیری بایستد و مثلاً یک سنگی را وزنه‌ای را فقط با نوک پا هل بدهد و به طور طبیعی آن وزنه، آن سنگ به سمت سرازیری شروع کند به غلت زدن و پایین رفتن کسی تشویق نمی‌کند. به خاطر اینکه آن در مسیر جاذبه و کشش طبیعی حرکت کرده است. مثال دیگری که خیلی معروف است می‌گویند شنا کردن در جهت مسیر رود یا شنا کردن خلاف مسیر رود؛ کسی که خودش را در مسیر آب قرار می‌دهد آب به طور طبیعی او را با خودش می‌برد

حالا آن یک دست و پای هم می‌زند و به نظر می‌رسد دارد شنا می‌کند. شناگری که می‌تواند در خلاف مسیر آب شنا کند یعنی در مقابل قدرت مواجهه امواج خودش را جلو ببرد شایسته تحسین است. یعنی اصولاً مقابله کردن و مواجهه کردن درست و منطقی در مقابل کشش‌های طبیعی یک قدرت است و شایسته تحسین. البته به این نکته اشاره کردیم که این به معنای سرکوب مطلق نیست. مدیریت یعنی اینکه شما بتوانید در لحظه و به درستی تصمیم بگیرید که با این کشش طبیعی چه کار کنید. تقوا در ادبیات دینی ما دقیقاً به همین معناست. یکی از راه‌های تقویت تقوا همین هست که ما میل‌ها را در کمند قدرت خودمان در بیاوریم. مثل روزه‌داری که از صبح تا غروب تشنه است اما آب نمی‌نوشد. یک زمانی افطار می‌شود آب می‌نوشد، غذا می‌خورد. این یعنی من میل به خوردن را در کمند قدرت خودم در می‌آورم. من تعیین می‌کنم کی بخورم کی بنوشم، شکمم، معدم، نفسم تعیین نمی‌کند. کسی که می‌تواند بر میل خودش مسلط بشود این او هست که نفش را تحت کنترل خودش در می‌آورد. تقوا در ادبیات دینی ما به همین معناست. عفت ورزی از مهمترین مصادیق موجب تقویت تقوا و پرهیزگاری و خویش‌داری ماست. ما یک نفسی داریم به قول قرآن نفس اماره؛ اماره صیغه مبالغه از امر است یعنی دائماً دارد شما را تشویق می‌کند. نفس اماره دائماً شما را به سمت رفتارهایی تشویق می‌کند نفس اماره دائماً ما را به سمت رفتارهایی تحریک می‌کند. اما این هستیم که باید بتوانیم در مقابل نفس اماره مقاومت می‌کنیم، البته خدا باید به ما کمک کند. نفس را مثال می‌زنند به یک اسب. اسب را شما سوار بر او هستید هر جا بخواهید او را می‌برید. هر جا تند بخواهید بروید هر جا کند بخواهید بروید شما اسب را مهار یا آن اسب است که شما را با خودش به هر جایی می‌برد؟ نفس ما مثل یک اسبی است که شما باید بتوانید سوارش بشوید نه اینکه او بر شما سوار بشود. اگر ما این قدرت را در خودمان ایجاد کردیم همان‌طور که عرض کردم در یک جریان پیوسته به هم و در هم تنیده در همه عرصه‌های زندگی ما اثر می‌گذارد. متأسفانه ما خیلی وقت‌ها می‌بینیم که در عرصه‌های مختلف ما به قدر کافی خویش‌داری و واجد قدرت خود مدیریتی نیستیم. همان‌طور که اشاره کردیم و همه ما می‌دانیم بالاخره میل به ارتباط با جنس مخالف

و تامین کشش‌های غریزی جنسی در همه انسان‌ها وجود دارد که این نشان دهنده و تضمین کننده امکان بقا نسل است. اما وقتی شما این را به شرع مقدس اسلام عرضه می‌کنید مثل همان خوردن که گفتیم در چه وقت چه چیزی چگونه می‌توانید این میل خوردن را اشباع کنید، در مورد میل عفت جنسی هم همین طور است. یعنی فرد بتواند در مقابل کشش جنسی خودش را مدیریت کند. آیا به هر شکلی با هر کسی در خارج از هر حریمی در حریم خصوصی حریم عمومی با همسر حلال شرعی در حریم خانواده یا با هر کسی که سر راه او قرار گرفت و در هر جایی در هر موقعیتی در هر زمانی در هر مکانی در هر سنی در هر شکلی؟ اینکه شخص بتواند در این چهارچوب‌ها و در قالب این پرسش‌ها خودش را مدیریت کند به معنای عفت جنسی است. حالا زیست عفیفانه یعنی چه؟ همانطور که در معنای عفت گفتیم که می‌شود معنای عامش را در نظر گرفت و معنای خاصش در معنای عفت جنسی است.

وقتی ما از تعبیر زیست عفیفانه صحبت می‌کنیم این معنا می‌تواند یک معنای عام داشته باشد یک معنای خاص. بهتر است وقتی می‌گوییم زیست عفیفانه به معنای عام و گسترده آن توجه کنیم. زیست عفیفانه یعنی اینکه انسان به گونه‌ای زندگی کند که در همه ابعاد زندگی خودش سوار و مسلط بر نفس و کشش‌های نفسانی خودش باشد. دوستانی که در شهرهای بزرگ زندگی می‌کنند این تجربه را دارند که شما گاهی مثلاً در بزرگراه‌ها در وقت شلوغی یا خلوتی مثلاً چند تا جوان با یک ماشین حالا چه بسا مدل بالا و تیزرو رفتارهای پر خطری انجام می‌دهند و وقتی که می‌پرسید چرا؟ پاسخ می‌دهند که خیلی هیجان انگیز است. او می‌خواهد میل به هیجان را در خودش اشباع کند. زیست عفیفانه حتی مواجهه درست با میل به این رانندگی پرخطر را هم شامل می‌شود. نباید تصور کنید که جنس این رانندگی‌های هیجان‌خواه پرخطر مثلاً از جنس کشش‌های مثلاً آزاد در روابط جنسی متفاوت است. همه یک جنس است. کسی که می‌تواند خویشتن‌داری کند به تعبیر ادبیات دینی ما کف نفس داشته باشد، خود مراقبتی داشته باشد حتی آن لذت پرخطر برای خودش و برای دیگران را هم می‌تواند مدیریت کند. دنبال هیجان رفتن دقیقاً همان چیزی است که دنبال

لذت جنسی رفتن است. کسانی که دائم در گوشی همراه خود و در صفحات مجازی چرخ می‌زنند و حتی وقتی از خواب بیدار می‌شوند اول دنبال گوشی خود می‌گردند تا پیام‌ها را بررسی کنند این یعنی این آدم یک زیست عفیفانه به معنای گسترده عفت ندارد، یعنی نمی‌تواند حتی رابطه‌اش را با گوشی‌اش مدیریت کند، نمی‌تواند حتی جلوی خودش را بگیرد. زیست عفیفانه یعنی زندگی که در آن هر کدام از کشش‌ها در جای خودش قرار گرفته و قابل مدیریت است، قابل حد و حدود قرار دادن است. از بعضی خانواده‌ها شنیده می‌شود که مثلاً چرا تلویزیون یک شبکه‌ای دارد که روزی مثلاً ۱۵ ساعت پویا نمایی و برنامه‌های مخصوص بچه‌ها پخش می‌کند؟ وقتی می‌پرسی اشکالش چیست؟ می‌گویند بچه من دیگر اصلاً نمی‌رود درس بخواند نمی‌رود مشق بنویسد. تصور این مادر این است که برای اینکه بچه پویانمایی نگاه نکند نباید پویانمایی وجود داشته باشد. در حالی که من باید به بچه‌ام بتوانم بیاموزم که ما روزی یک ساعت، دو ساعت کمتر بیشتر بسته شرایط، روز تعطیل غیر تعطیل زمان درس غیر درس بچه کوچکتر بچه بزرگتر برنامه تلویزیون را ببیند. باید بچه یاد بگیرد که من هر زمانی تلویزیون دارد برنامه کودک پخش می‌کند قرار نیست بنشینم تلویزیون ببینم ولی او روزی نیم ساعت روزی یک ساعت روزی دو ساعت می‌تواند برنامه تلویزیونی حتی ویژه کودک بنشیند ببیند. زیست عفیفانه یعنی چرایی، چگونگی، برنامه و انتظام زندگی ما دست خودمان باشد، قابل مدیریت باشد، قابل حد و گذاری باشد. ارتباط من با دوستانم، ارتباط من با خانواده‌ام، ارتباط من با فضای مجازی، روابط جنسی، خوردن و خوابیدنم لذت جوییم، هیجان طلبیم هر کدام از این‌ها در جای خودش قرار بگیرد. این من باشم که او را کنترل می‌کنم. این معنای کلی زیست عفیفانه است و البته در یک معنای خاصی با ملاحظات خاصی که در سال‌های اخیر مناسبات اجتماعی ما شکل گرفته زیست عفیفانه به این معناست که فرد بتواند آن نیازها و کشش‌های جنسی خودش را در یک ساختار و حریم مشروع قانونی حلال کنترل شده مدیریت کند و به آن متعهد باشد.