

عزت نفس چیست ؟

شاید برای شما نیز پیش آمده باشد که به چیزی «نیاز» داشته‌اید، ولی برای حفظ آبرو و «موقعیت» خویش، آن را با کسی مطرح نساخته‌اید. یا گاهی مشکلی برایتان پیدا شده، اما آن را در حدی ندانسته‌اید که برای چاره‌جویی و حل آن، آن را با کسی در میان بگذارید. آیا تا کنون شده است که برای روبه‌رو نشدن با یک نفر ناباب، راه خود را کج کنید، و برای دهان به دهان نشدن با یک فرد هرزه و هتاک، دندان روی جگر گذاشته، حتی به دفاع از خویش نپرداخته‌اید؟ اینها و نمونه‌های دیگری از این قبیل، شواهدی بر روحیه‌ای متعالی است که از آن با «عزت نفس» یاد می‌کنیم.

جان آدمی عزیز است و رفاه و برخورداری دوست داشتنی است؛ اما انسانیت انسان بالاتر از هر چیز است و شخصیت و آبرو قیمتی بسیار بالاتر از مال و اندوخته دارد. «کرامت نفس» نیز، ارزشی برتر از معادلات و محاسبات منفعت‌گرایانه و مادی دارد.

وقتی انسان به چیزی طمع می‌بندد، بخشی از انسانیت والای خویش را در معرض خطر و تلف شدن قرار می‌دهد تا آن «خواسته» را برآورده سازد. گاهی هم حق و دین و شرف و کرامت نفس، زیر «پا» گذاشته می‌شود تا آن مطلوب و خواسته به «دست» آید. آیا به راستی خواسته‌های نفسانی تا این حد مهم است که در چنین معامله زبانباری پی‌گیری شود؟

چگونه می‌توان به خواسته‌های دل، بی‌حساب و بی‌حدّ و مرز رسید، بی‌آنکه از معنویت و کمال و ارزش، چیزی را فدا کرد و از دست داد؟

صاحبان «عزت نفس»، هرگز آبروی خود را به کف نانی نمی‌فروشند و به خاطر «مناعت طبع»، هرگز خواسته‌های دل را زمینه‌ساز حقارت و زبونی و خفت و خواری نمی‌کنند.

بهای وجود

نماد دیگری از «عزت نفس»، آن است که انسان، پاسدار کرامت وجودی خویش باشد و ارزش فوق مادی خود را با خواسته‌های حقیر و هوسهای ناپایدار و درخواستهای ذلت‌بار، لکه‌دار نسازد. «عزت» به معنای صلابت و استواری و نفوذناپذیری و تسخیر نشدن و فرو نپاشیدن و سست نشدن و نبودن است. انسانی عزیز است که به پستیها و حقارتها راه ندهد که در زمین دل و جان و زمینه شخصیت او نفوذ کند. کسی عزت نفس دارد که هویت انسانی خویش را در مقابل ضربه‌های خردکننده فسادها و تباهیها حفظ کند و این جز در سایه «خودشناسی» و آگاهی به ارزش انسانی و والایی جایگاه معنوی

انسان فراهم نمی‌آید.

انسان خود را با چه چیزی مقایسه می‌کند و به چه چیزی می‌فروشد و خود را به چه می‌دهد و چه می‌گیرد؟ اصلاً انسان به چه و چند می‌ارزد؟

حضرت علی(ع) در سخن زیبا و بلند و شیوایی، در بیان جایگاه رفیع انسان و ارزش وجودی او می‌فرماید: «بدانید که برای جانها و وجودهای شما، قیمت و بهایی جز «بهشت»، نیست. آگاه باشید و خود را جز به بهشت نفروشید»:

«أَنَّهُ لَيْسَ لَأَنْفُسِكُمْ ثَمَنٌ إِلَّا الْجَنَّةَ، فَلَا تَبِعُوهَا إِلَّا يَهَا» (۱)

کسی که این جایگاه را بشناسد و از آن مراقبت کند، هرگز به پستی و حقارت و طمع و ذلت کشیده نمی‌شود و گوهر خود را به تمنیات نفسانی و خواهشهای مادی نمی‌فروشد. عزت نفس، مانع می‌شود که انسان آگاه، خود را ارزان بفروشد.

خواستن، پل ذلت

«کیان وجودی» انسان، گاهی به خاطر «طلب» در هم می‌شکند. هر کس می‌کوشد خود را کامل و بی‌نیاز و بزرگوار جلوه دهد و شخصیت خویش را نگهبان باشد. ولی گاهی افراد سست اراده و طماع در برابر «خواستن»، آن گوهر را از کف می‌دهند.

خواستن، سند «احتیاج» است و نشانه فقر و ناداری. گاهی یک «آبرو» در گرو یک «درخواست» قرار دارد و با گشودن دست نیاز، آن آبرو و حیثیت سالیان دراز، یکباره بر خاک می‌ریزد و بر باد می‌رود. امام علی(ع) فرموده است:

«مَاءٌ وَجْهَكَ جَامِدٌ تُقَطِرُهُ السُّؤَالُ، فَأَنْظِرْ عِنْدَ مَنْ تُقَطِرُهُ؟» (۲)

آبروی تو، جامد است و با سؤال و درخواست، قطره قطره می‌ریزد. بنگر که قطرات آبرو را پیش چه کسی می‌ریزی!

و چه زیبا گفته است صائب تبریزی:

دست طلب چو پیش کسی می‌کنی دراز

پل می‌کشی که بگذری از آبروی خویش

بدترین وضع، آن است که حرص و طمع و تکاثر و افزون‌طلبی، انسان را به «خواستن» وادار سازد و برای دست یافتن به آنچه که ندارد، دست به هر کاری بزند و پیش هر کس و ناکسی کوچک شود و التماس و خواهش کند و کوچک شود، غلام و چاکر این و آن گردد، تا از این رهگذر، چیزی بر

«داشته» هایش بیفزاید و یا به برخی از «خواسته» هایش برسد.

مگر دنیا چه اندازه می‌ارزد که انسان، اعتبار و شرف خود را در گرو آن بگذارد؟

مگر پول، چقدر مقدس است که انسان، عزت نفس خویش را با آن مبادله کند؟

آیا باید به هر خواسته‌ای رسید؟ و هر چه را «دل» خواست، باید تأمین کرد؟ پس عفاف و کفّ نفس و

کنترل غرایز و تمنّیات و مهار زدن بر حرص و آز، برای کجا و کی و چه کسانی است؟!

در این داد و ستد، چه می‌دهیم و چه به دست می‌آوریم؟

سخنی زیبا از حضرت علی(ع) نقل شده است:

«وَ أَكْرَمُ نَفْسِكَ عَنْ كُلِّ دَنِيَّةٍ وَ إِن سَأَفْتِكَ إِلَى الرَّغَائِبِ، فَإِنَّكَ لَنْ تَعْتَاضَ يَمَا تَبَدُّلُ مِنْ نَفْسِكَ

عَوَاضًا». (۳)

خویشتن را از هر چه که پست باشد، والاتر بدان و پرهیز کن. هر چند تو را به خواسته‌ها و آمالت

برساند. چرا که تو هرگز از آنچه که از «خویش» می‌دهی، چیزی عوض نخواهی یافت.

مسأله بر سر شرافت و کرامت انسان است. وقتی در این داد و ستد، در مقابل «دنیا» و خواهشهای

نفسانی قرار گرفت و بخشی از آن به هدر رفت و تباه شد، دیگر جایگزینی برای آن پیدا نخواهد شد.

چه بسیار عزیزانی که در چاه «خواستن» افتادند و چون با طناب دیگران بیرون آمدند و به خواسته‌های

نفسانی رسیدند، زیر بار منت دوان ماندند و عزت خویش را در همان چاه وا نهادند و کرامت را با

وابستگی به دیگران معامله و مبادله کردند.

نخواه، تا عزیز بمانی. طمع مدار، تا سربلند باشی و قانع باش، تا اسیر نگردی.

این رهنمود مولای آزادگان حضرت امیر(ع) است که فرمود: «الْقِنَاعَةُ تُؤَدِّي إِلَى الْعِزِّ» (۴) قناعت، عزت

می‌آورد. و نیز سخن او است که: «الْعِزُّ مَعَ الْيَأْسِ» (۵) عزّت، همراه با ناامیدی از دست مردم است. به

آنچه داری قانع باش و به داشته‌هایت بساز، تا عزیز باشی.

حفظ گوهر عزت

نگهبانی از گوهر عزت و کرامت، وظیفه است. نباید خود را در معرض تحقیر و توهین قرار داد. انسان

باید از کاری که به معذرت‌خواهی وادار شود پرهیز کند، تا از این طریق هم، وجهه و آبرو و اعتبارش

صدمه نیبند. معاشرت بزرگوارانه، برای مصون ماندن از تعرض و دشنام ناهلان، نگهبانی از عزت نفس

است. رسیدن به این هدف، تنظیم خاصی را در روابط انسان با دیگران می‌طلبد، رابطه‌ای بر مبنای

هوشیاری و حفظ عزت و مناعت و زیر پا گذاشتن طمعها و خواهشها.

باید چنان زیست که به پرداخت جریمه، مجبور نشد،
باید چنان کار کرد، که مورد توبیخ و ملامت قرار نگرفت،
باید آن گونه رفتار کرد که از سوی دیگران، توهینی به انسان صورت نگیرد. حداقل، بخشی از اینها به دست ماست. البته نه به این معنا که انسان از انجام وظیفه گفتاری و کرداری و موضع‌گیری در جای مناسب، شانه خالی کند،

بلکه موجبات وهن و توهین نسبت به خویش و تحقیر شدن در حضور جمع را فراهم نیاورد.
هم در برخورد با قدرتمندان باید «عزت دینی» خود را پاسدار باشیم، هم در مواجهه و معاشرت با پولداران، از رفتار ذلیلانه و حقیرانه پرهیز کنیم. این گونه می‌توان موسای عزت را در برابر فرعون قدرت، سربلند نگه داشت. اگر کسی ثروتمندی را به خاطر پولش احترام کند، دین و شرافت خود را زیر پاهای خویش، له کرده است. به تعبیر حضرت علی(ع):

«مَنْ آتَى غَنِيًّا فَتَوَاضَعَ لَهُ لِيُغْنَاهُ، ذَهَبَ ثَلَاثًا دِينَهُ».(٦)

هر کس نزد ثروتمندی رود و به خاطر توانگری و ثروتش در مقابل او کرنش و فروتنی کند، دو سوم دینش رفته است!

شگفتا که آیین یک انسان، از کجاها لطمه می‌خورد که به خیال هم نمی‌رسد.
این منش و رفتار را باید به کودکان هم آموخت، تا با عزت نفس بار آیند و در مقابل «دارایان»، احساس حقارت و کوچکی و ذلت نکنند.

اگر نسل نوجوان ما، مفهوم کرامت انسان و مناعت طبع و عزت نفس را در نیابد، با روح کوچک و همت محدود و چشمی همیشه گرسنه، اسیر دنیاداران می‌شود. بزرگترین خدمت به فرزندان، تعالی بخشیدن به همتها و غنا بخشیدن به شخصیت وجودی آنهاست. در سایه چنین تربیتی، صاحبان روحهای بلند و وارسته، این گونه طلبها را تلخ و دشوار می‌یابند و به آن تن نمی‌دهند. در دیوان منسوب به حضرت علی(ع) شعری است با این مضمون:

«جا به جا کردن صخره‌ها از قله کوهها، نزد من از تحمل منت مردم محبوب‌تر است. من تلخی همه

اشیاء را چشیده‌ام. هیچ چیز، تلختر از «سؤال» و درخواست نیست».(٧)

و به قول ناصر خسرو:

به آب روی، اگر بی‌نان بمانم

بسی به زان که خواهم نان ز دونان
ادامه دارد.

پی نوشتها :

۱- نهج البلاغه، صحی صالح، حکمت ۴۵۶.

۲- همان، حکمت ۳۴۶.

۳- همان، نامه ۳۱.

۴- غررالحکم.

۵- همان.

۶- نهج البلاغه، حکمت ۲۲۸.

۷- لنقل الصخر من قلل الجبال

احبّ الیّ من مین الرجال

و دُقت مرارة الاشیاء طراً

فما طعم امر من السؤال

منابع :

noorportal.net