

حسرت گذشته چگونه ما را از پا می اندازد و راهکار مبارزه با آن چیست؟

چرا به حسرت گذشته دچار می شویم؟ شیطان چه نقشی در این میان دارد؟

آخ چه می‌شد اگر فلان کار را نکرده بودم؟

اگر می‌شد به گذشته برگردم؛

این جملات و حسرت‌هایی از این دست برای خیلی از ما آشنا هستند، حسرت‌هایی که از تفکر و ماندن در

گذشته حاصل شده و مدام ذهن ما را از اکنون و آینده منحرف می‌کنند و انحراف ذهن از اکنون و آینده

خودش عامل حسرت‌های جدیدی در آینده خواهد شد!

آیا شما هم از کسانی هستید که حسرت گذشته دائماً شما را آزار می‌دهد؟

آیا می‌توان افکار منفی و حسرت گذشته را دور ریخت؟

می‌دانید حسرت گذشته از کجا ناشی می‌شود؟

آیا دربارهٔ حملهٔ شیطان از عقب چیزی می‌دانید؟

همان‌طور که در دروس قبل گفتیم، شیطان یک شخصیت حقیقی و خارجی بوده و اسمی عام برای نامیدن

هر موجود پلید و فریبکاری است که انسان را غافل یا گمراه می‌کند. شیطان تمام سعی خود را می‌کند تا با

تولید افکار منفی، حسرت گذشته و وسوسه‌های فریبنده ما را فریب داده و از راه راست منحرف کند. این

موجود شرور از چهار جهت جلو، عقب، راست و چپ به ما حمله می‌کند<sup>۱</sup> تا ما را از ساختن ابدیتی زیبا ناتوان

کند؛ بنابراین می‌توان گفت که باید شیطان را از مهم‌ترین و خطرناک‌ترین دشمنان خود بدانیم.<sup>۲</sup>

البته اگر توجه کنیم همهٔ ما در درون خود، شیطان را به عنوان یک موجود فریبکار و گمراه‌کننده پذیرفته‌ایم؛

برای مثال در محاورات روزمره‌مان با مردم مشابه این جملات را بسیار می‌شنویم: «شیطون می‌گه چنان

بزنمش که نتونه از جاش بلند شه»، «شیطون می‌گه برم آبروش رو بریزم» و جملاتی از این دست، یا هنگامی

سورهٔ اعراف، آیهٔ ۱۷  
سورهٔ فاطر، آیهٔ ۲۶

که می‌خواهیم دربارهٔ چیزی یا کاری صحبت کنیم، می‌گوییم: «گوش شیطان کر» یعنی این امکان را می‌دهیم که شیطان با وسوسه‌ها و نقشه‌های خود در آن کار مشکل ایجاد کند، با این وجود متأسفانه اغلب او را جدی نمی‌گیریم و به دنبال دفع حملات او نیستیم! دشمنی که همیشه همراه ماست و دائماً در تلاش است تا دنیا و آخرت ما را نابود کند.

هر عقل سلیمی این را می‌پذیرد که نباید از شمنی فریبکار غافل باشیم؛ بلکه باید با هوشیاری کامل، تمام سعی خود را بکنیم تا از حملات او در امان بمانیم. به راستی چگونه می‌توان فریب این دشمن نابکار را نخورد؟

در این درس می‌خواهیم دربارهٔ حملهٔ شیطان از عقب و حسرت گذشته صحبت کنیم؛ حمله‌ای که مربوط به اتفاقات منفی و ناراحت‌کنندهٔ گذشته است. می‌خواهیم بدانیم راهکار مقابله با این افکار منفی چیست.

### شیطان چگونه حسرت گذشته و افکار منفی را ایجاد می‌کند؟

همان‌گونه که گفتیم حملهٔ شیطان از عقب، مربوط به گذشتهٔ ماست. گناهان، کدورت‌ها و شکست‌ها، سه عامل بسیار مهم در گذشتهٔ ما هستند، که دستاویز شیطان در این حمله قرار می‌گیرند. شیطان با استفاده از این سه عامل، حسرت گذشته و افکار منفی را در وجود ما شعله‌ور می‌کند؛ برای مثال مدام به این فکر می‌کنیم «چرا فلان گناه را انجام دادم؟» «اگر سراغ فلان کسب و کار نمی‌رفتم، سرمایه‌ام را از دست نمی‌دادم.» «فلانی به من بی‌احترامی کرد و در مهمانی دعوتم نکرد.» و هزاران حسرت را در ذهن و قلب خود می‌پرورانیم.

هدف شیطان در حمله از عقب، ایجاد غم، حقارت، ناامیدی، ترس و از بین رفتن اعتماد به نفس در ماست. در واقع شیطان در حمله از عقب، گناهان، کدورت‌ها و شکست‌ها را به رخ ما می‌کشد تا از حرکت ما به سوی کمال جلوگیری کند.

### گناهان عامل حسرت

گناهانی که ما در گذشته مرتکب شده‌ایم، یکی از دستاویزهای شیطان در حمله از عقب هستند. شیطان با یادآوری گناهان گذشته، باعث توجه دائم ما به آن‌ها شده و در نتیجه؛ در ما احساس سرخوردگی و خود تحقیری را ایجاد می‌کند. با این ترفند ما همواره خودمان را آلوده دیده و لایق یک ارتباط صمیمی و قوی با پروردگاران و معصومین (علیهم السلام) نخواهیم دانست. برخی از ما هنوز که هنوز است به گناهی که سال‌ها پیش انجام داده‌ایم، فکر می‌کنیم و دائماً خود را بابت آن سرزنش کرده و حسرت گذشته را می‌خوریم. گناه ما هر چقدر هم بزرگ باشد نباید باعث دوری ما از خداوند شود، چون خدای ما بزرگتر است.

### یادآوری کدورت‌ها

در حمله از عقب کدورت‌ها یکی دیگر از دستاویزهای شیطان هستند. شیطان بر روی دلخوری‌ها و کدورت‌های ما از دیگران، سرمایه‌گذاری زیادی انجام می‌دهد و همواره سعی دارد با یادآوری خاطرات بد و ناراحت‌کننده ما از دیگران، علاوه بر خراب کردن روحیه ما، رابطه ما با آن‌ها را هم به هم بریزد. شیطان دائماً در تلاش است تا خاطرات تلخ، کینه و کدورت‌های میان ما با دوستان، آشنایان یا خانواده را به رخمان بکشد تا هیچ‌گاه نتوانیم، دلی آرام و شاد داشته باشیم؛ برای نمونه، بسیاری از ما بعد از گذشت سال‌ها از جشن ازدواجمان هنوز دلخوری‌هایی را که از همسر یا خانواده او در آن روز داشته‌ایم، به یاد می‌آوریم که این یادآوری، کار شیطان است.

هدف دیگر شیطان از یادآوری کدورت‌ها این است که ما را از همه‌ خیر و برکاتی که از همدلی، مهربانی، وحدت و توافق نصیب‌مان می‌شود، محروم کند. شیطان با یادآوری کدورت‌های گذشته مانع از ایجاد صلح و دوستی در بین افراد می‌شود.

## Mentazer Mentazer

### یادآوری شکست‌ها

شکست‌ها دستاویز دیگر شیطان برای حمله از عقب است. همه ما به طور طبیعی در زندگی خود دچار شکست‌هایی در مسائل اقتصادی، اجتماعی، سیاسی، معنوی، تحصیلی، شغلی، روابط زناشویی، خانوادگی و دوستانه یا در امور جهادی و مقدس شده‌ایم. شیطان با یادآوری شکست‌ها، حسرت گذشته را در ما به وجود می‌آورد و بی‌عرضه بودن را به ما تلقین می‌کند، تا مانع قدرت و شجاعت ما برای اصلاح اشتباهات و تصمیم‌گیری‌های بزرگ و سرنوشت‌ساز شود.

شیطان با این ترفند، دل‌سردی و ترس از شکست‌های بعدی در ما ایجاد می‌کند و باعث می‌شود ما مدام غصه گذشته را بخوریم و در نهایت نتوانیم برای آینده خود، قدم‌های مثبتی برداریم؛ مانند یک فرد مطلقه که مدام به ازدواج ناموفق خود فکر کرده و خود را بابت انتخاب نادرستی که داشته شمامت می‌کند و همین موجب احساس ضعف و ناامیدی او می‌شود.

## Mentazer Mentazer

### چگونه می‌توانیم با حسرت گذشته مقابله کنیم؟

با شناخت رویکردهای شیطان برای حمله از عقب متوجه می‌شویم که همه ما در معرض این حمله هستیم و اگر با آن مقابله نکنیم، شیطان نه تنها به دنیای ما، بلکه به آخرت و زندگی ابدی ما خسارت بسیار بزرگی خواهد زد.

یک راه مهم و ضروری برای مقابله با شیطان این است که لزوم خودشناسی و شیطان‌شناسی را جدی بگیریم، برای نمونه وقتی حمله شیطان از عقب را بشناسیم، منشأ حسرت‌ها و افکار منفی ناشی از این حمله را تشخیص داده و تسلیم حقه‌های او نمی‌شویم. در کل، افکاری که موجب ایجاد غم، ترس، ناامیدی و احساس ضعف و ناتوانی در ما می‌شوند، مربوط به ما نیستند؛ بلکه از طرف شیطان بوده و نباید به آن‌ها اهمیت داد.

یک راه دیگر برای مقابله با حمله شیطان، برطرف کردن نقطه ضعف‌های مان است؛ چون شیطان با استفاده از خلأهایی که در وجودمان داریم به سراغ ما می‌آید؛ برای مثال بخشش اشتباهات دیگران و نداشتن کینه از آن‌ها، یک راه مهم در مقابله با افکار منفی ایجاد شده از طرف شیطان است. راه دیگر، طلب بخشش از گناهان است.

از حرکات جالب کودکان این است که بعد از هر اشتباهی خود را در دامن پدر و مادر می‌اندازند و با وجود هر اشتباهی که انجام داده‌اند، خواهان بخشش هستند و ارتباط خود را با والدین‌شان هرگز قطع نمی‌کنند. ما هم باید مانند همان کودک خطاکار باشیم و بعد از ارتکاب گناه، رابطه خود را با خداوند مهربان قطع نکرده و از او طلب بخشش کنیم. نباید این نکته مهم را هرگز فراموش کنیم، که آغوش مهربان خداوند همیشه به روی ما باز است. مگر نه این است که اگر لباس‌مان کثیف شود، نه لباس را دور می‌اندازیم و نه غصه می‌خوریم؛ بلکه آن را می‌شوئیم یا اگر بدن‌مان آلوده شود، به جای ناراحتی، به حمام رفته و خود را تمیز می‌کنیم؛ در صورت آلوده شدن قلب‌مان به گناه نیز باید همین کار را انجام دهیم.

راه مهم دیگر برای مقابله با حمله شیطان این است که به جای تلاش برای بیرون کردن افکار منفی، نسبت به آن‌ها بی‌توجه بوده و خودمان را با افکار مثبت و زیبا مشغول کنیم.

در نهایت این نکته خیلی مهم را هم فراموش نکنیم که رفاقت با خداوند، توکل کردن و پناه بردن به او از شر شیطان بسیار اهمیت دارد و موجب می‌شود تا شیطان قدرت تسلط بر ما را از دست بدهد؛ چون وقتی ما با منشأ قدرت ارتباط برقرار می‌کنیم، نیرنگ‌ها و توطئه‌های شیطان ضعیف و ناکارآمد می‌شوند.

در این درس به حملهٔ شیطان از عقب و حسرت‌ها و افکار منفی ناشی از آن پرداختیم؛ و گفتیم که این حمله مربوط به گذشتهٔ ماست. دستاویزهای مهم شیطان در حملهٔ از عقب، گناهان، شکست‌ها و کدورت‌هایی است که در گذشته داشته‌ایم؛ او همواره با یادآوری آن‌ها می‌خواهد ترس، غم، حقارت و ناامیدی را در وجود ما ایجاد کند. با خودشناسی، شیطان‌شناسی، برطرف کردن نقطه ضعف‌ها، افکار مثبت، یاد خدا، رفاقت با خدا و توکل بر او می‌توانیم با این حمله مقابله کنیم. نظر شما دربارهٔ حملهٔ عقب شیطان و حسرت گذشته چیست؟

Mentazer Mentazer

Mentazer Mentazer

Mentazer Mentazer

Mentazer Mentazer