

ویژگی های جوانی و شیوه های صحیح بهره مندی از آن - 2

<?xml encoding="UTF-8">

در شماره ی قبل به بحث و بررسی درباره ی ویژگی های بارز دوران جوانی؛ استقلال طلبی و هویت طلبی پرداختیم و در این شماره ارایه ی بحث را با تبیین ویژگی «عاشق پیشگی» ادامه می دهیم.

خصلت سوم: عاشق پیشگی

مرا اسیر محبت کن،

که چون پروانه را شمع می نسوزاند نشیند بر سر صد گل سحرگاهان

حالت رؤیا و عاشق پیشگی چنان بر سال های جوانی سایه می افکند که پیوسته دل بسته و دل می کند. البته نمی توان خصوصیات مثبت دیگر مانند عرفان طلبی، اخلاق گرایی و معنویت خواهی را انکار نمود، اما مساله ی اصلی این است که شرایط گوناگون افراد و حساسیت این دوره و عدم دسترسی به رهنمودهای لازم، موجب اشتباه در انتخاب محبوب حقیقی می شود. در این نوشته قصد نداریم عاشقی را مذمت کنیم، بلکه می گوییم، اصلا ما عاشق به دنیا می آییم و قصد داریم معشوق واقعی را انتخاب کنیم. (1)

نکته ی اصلی این است که اولاً، معشوق انتخاب ما باشد و ثانیاً، آن محبوب در شان و شایسته ی انسان باشد.

مشکل اساسی این است که جوانان محبوب هایی را برمی گزینند که دردی از آن ها دوا نمی کند.

در همین راستا مشاهده می کنیم که قهرمانان بی معیار و گاه فریبکار، (2) خوانندگان و هنرپیشه هایی که بیشتر نقش فضیلت را بازی می کنند و یا فردی از جنس مخالف سوژه ی این عشق است و متأسفانه این عشق پایدار نیست، چرا که ریشه ی محکمی ندارد؛

عشق هایی کز پی رنگی بود عشق نبود عاقبت ننگی بود

البته قهرمانان را می توان دوست داشت، اما نمی توان آن ها را به عنوان محبوبی که قلب، را اشغال کند، قبول کرد. قلب، این کانون احساس و عاطفه که نیروی حرکت اعضا را تامین می کند، نباید در سیطره ی موجودی محتاج و فقیر قرار گیرد. این قلب خانه ی کس دیگری است، قلبی که حتی کار فیزیکی آن را نیز شناخته ایم. (3) محبوب های تحمیل شده به دنبال نیازهای خود هستند و نمی توانند برای رشد و کمال انسان کاری بکنند.

اما عشق به جنس مخالف، چه برای پسر و چه برای دختر، باید در بستری سالم ارضا شود. از آن جا که در بینش دینی همه ی نیازهای آدمی محترم شناخته شده، آن بستر سالم و پایدار نیز با ازدواج و تشکیل خانواده تامین می شود؛ کانونی که عشق و رحمت پالایش شده ی آن تضمین شده است.

در عین حال، همه ی این موارد در شکل مثبت خود نیز برطرف کننده ی نیاز گسترده و دل بزرگ آدمی به ویژه جوان نیست.

افسوس که عمری پی اغیار دویدیم

از یار بماندیم و به مقصد نرسیدیم
سرمایه ز کف رفت و تجارت ننمودیم
جز حسرت و اندوه متاعی نخریدیم
بر سنگ نمودیم که ببینیم رخ دوست
جان ها به لب آمد رخ دلدار ندیدیم

دست نوشته ها و دل نوشته های جوانان در تجربه ی این گونه عشق ها، داستان های نافرجامی را رقم زده است که با همه ی تلخی ها حاوی تجارب خوبی است. (5)

اما محبوب واقعی کسی است که کامل، بی نیاز، دارا، توانا، نزدیک، زیبا و مهربان باشد. کسی که مرا برای خودم می خواهد نه برای خودش. آن که مرا نردبان خواسته های خود قرار نمی دهد. خوب است به قسمتی از گفت و گوی برخی از این جوانان که با یکدیگر ارتباط عاشقانه (6) برقرار کرده اند، توجه کنید:

سؤال: آیا حاضرید اگر شرایط مهیا شود، با همین دخترانی که با آن ها ارتباط برقرار کرده اید ازدواج کنید؟
جواب: به هیچ وجه!

سؤال: چرا؟

جواب: چون برای زندگی مشترک در بلندمدت قابل اعتماد نیستند. دختری که این گونه ساده و بدون هیچ قید و بندی مرا به دوستی انتخاب می کند، از کجا معلوم فردا با کس دیگری روی هم نریزد و طرح دوستی نیندازد. به این گونه دختران برای ازدواج نمی توان اطمینان کرد. به نظر شما آیا دختری که زیباترین عکس ها را برای ما می فرستد و نامه های عاشقانه می نویسد، بدون این که ما را دقیقاً بشناسد، قابل اعتماد است؟ آدم ها در زیباترین شکل عاشقی، پاسخ دهنده ی نیاز خود هستند. این محبوب واقعی کسی جز خدا نیست. خدایی که

1. رحمن: بخشنده است و گیرنده نیست.

2. رحیم: مهربان است و در محبتش سیاست ندارد که علف بدهد تا شیر و پشم و کشک بگیرد، چرا که بی نیاز (صمد) است.

3. نزدیک است: از رگ گردن نزدیک تر و فاصله ی بین تو و قلب تو است. (7)

4. داناست، که علیم نامیده شده است.

5. تواناست، چون قدیر است.

6. زیباست، چرا که جمیل است؛ حسن آن دارد که یوسف آفرید.

و این انتخابی درست و جاودانه است که عاشقان فداکار ساخته و پاسخ گوی همه ی ابعاد وجود آدمی است. پس خدا را سپاس گوئیم که به سنگ، جوشش و به خاک رویش و به آسمان بارش و به انسان ارزش داد. این عشق همان عشقی است که به انسان مسؤولیت می بخشد، زیرا بدون ناظری در هستی، مسؤولیت پشتوانه ای ندارد. اما او نور هستی است (8) و بدون نور او نمی توان بار تعهد ریشه داری را بر شانه نهاد. در شهر نابینایان چه با لباس باشی و چه عریان! و در شهر ناشنویان، چه ناسزا بگویی، چه حرف نیک!

چون بی سر و پا باشد اوضاع فلک چونین در سر هوس ساقی، در دست شراب اولی

پس آن چه او داده بازدهی می خواهد و نباید نعمت ها را راکد گذاشت که عذاب دارد و اگر هم تحرک و شکری

داشتی، زیادی توسعه ی خودت و وجودت پاداش توست. (9)

خدا نمی خواهد که، از نعمت ها بهره نگیریم، بلکه می خواهد که با نعمت های او عصیان و گناه نکنیم، چرا که گناه، مبارزه با قانونمندی ها و نظم عالم است و ضدیت با این قانون ها و بی اعتنایی به قواعد او ضربه و صدمه ی متقابل دارد. وقتی از شهید چمران پرسیدند، چرا در چهار گوشه ی اتاقت آیه ی «فمن يعمل مثقال ذرة خیرا یره و...» را نوشته اید، پاسخ داد: «می خواهم هر لحظه و به هر طرف که نگاه می کنم، این پیام را به یاد بیاورم که هستی با شعور، با نشاط و آگاه است» .

البته محبوب های دیگری هم هستند که عشق به آن ها همان عشق به خداست؛ چنان که فرموده اند: «احب الله من احب حسینا؛ خداوند، دوستدار حسین را دوست دارد» .

این همان عشقی است که هدایت می کند، نجات می دهد و بدون شراب مست می کند. چنان که در خاطره ی رییس دانشکده ی معارف اسلامی امام صادق (ع) آمده است: یک دانشجوی فرانسوی - که فلسفه می خواند - در شهر لیون، خواستار شرکت در جلسه ی عزاداری امام حسین (ع) می شود. به او آدرس «مسجد ژور» که در آن مراسم عزاداری برگزار می شد، داده می شود. «آقای دکتر ایوبی» رییس دانشکده از جوان دانشجو می خواهد پس از مراسم، احساس خود را از طریق پست الکترونیکی بازگو نماید. فردای آن روز دانشجوی فرانسوی در پیامی که برای دکتر می فرستد، چنین می نویسد:

«دوست گرامی، من به مسجد آمدم، چون قطره ای از اقیانوس، برای اولین بار در سوگ یک مرده گریستم، مرده ای نه مثل دیگر مردگان، مرده ای که به رغم گذشت بیش از یک هزاره، گویی هنوز زنده است، دیشب را مست سر بر بالین گذاشتم، و برای اولین بار مست بودم، بدون آن که قطره ای شراب خورده باشم و این مستی را مدیون تو هستم و از تو هزاران بار متشکرم، هزاران بار». (10)

4. خود شیفتگی

گر چه خداوند، غریزه ی خود دوستی و خود خواهی را در وجود ما نهاد و این حس موجب حفظ و مصونیت انسان در خطرات می شود، اما هیچ چیز در شکل افراطی آن سرانجام خوبی ندارد. خودشیفتگی موجب تضعیف حس احترام به دیگران و عدم شناخت حق آن ها است و علاوه بر این هرز رفتن انرژی های خود جوان را نیز به دنبال دارد.

گاهی مشاهده می شود که ساعات زیادی از عمر یک جوان در برابر آینه و آرایشگاه ضایع می شود و لباس هایی خوب با اندک تغییری در مد کنار گذاشته می شوند، توقعات بالا می رود و تحمل پایین می آید. این خودشیفتگی به از خود بیگانگی منتهی می شود.

این احساس اگر هدایت نشود، موجب از بین رفتن اطمینان و اعتماد به نفس در بین جوانان و نوجوانان می شود. نویسندگی کتاب «در غرب چیزی نیست» ، چنین گزارش می کند: «در میان جوانان، توجه به ظاهر و قیافه ی شخصی و نیز جثه و هم شکل شدن با بازیگران زیبا اندام و قوی هیکل فیلم های ویدیویی و تلویزیونی شایع شده است و حدودا 100 هزار جوان دختر و پسر (تحقیقات دسامبر 1992) را به فعالیت های بدن سازی در کلوپ ها و باشگاه های ورزشی و یا به طور خصوصی جذب کرده است.

تقلب و حقه بازی در مسابقات ورزشی یا نیرومند جلوه دادن با استفاده از داروهای نیروزا (دوپینگ) نیز مانند دیگر مفاسد و بی بند و باری ها، از غرب به دیگر کشورهای جهان، از جمله ایران سرایت کرده است.

این داروها در دختران و پسران عوارض جانبی فراوانی دارد...» . (11)

در هر حال این خودخواهی، جامعه را که به ایثار و فداکاری نیازمند است (و البته این نیرو در جوان نهفته است)، راکد نگه داشته و خود فرد را ساکن، بلکه دچار عقب گرد می کند. خود شیفتگی طوفانی سهمگین به دنبال دارد. اما با معیارهایی که در باب عاشق پیشگی گذشت، جوان از خودشیفتگی به خدا شیفتگی می رسد. این بینش مراقبت از خویش را با دستورهای خداوند که برای رویش آدمی است، همراه می کند: «حی علی الفلاح؛ بشتابید برای رویش»!

این بینش هم چنین روح فداکاری را زنده می کند و از محور بسته ی خویش بیرون می آورد. جوان با این حرکت نیروهای باطنی خود را آزاد می نماید و استعدادهایش بالاتر از شکوفایی جهت می یابد، زیرا عبد آزاده ای است که شکل گرفته. بخار آزاد هرز می رود، اما در یک سیستم حرکت و نور می آفریند. پس احساس مسؤولیت نسبت به انسان ها و مشکلات آنان از خدا خواهی ریشه گرفته و آدمی را عاشق سرنوشت مردم می کند. در این تلاش گرچه می خواهیم سودی به دیگری برسد، اما باطن خودمان پالایش می شود و به رویش می رسیم.

ندای «حی علی الفلاح» در اذان برای به جنبش در آوردن همین قابلیت ها است؛ بشتابید برای روییدن. وقتی علی (ع) در هوای گرم به کندن زمین می پردازد و قنات حفر می کند و ناگهان آب به ضخامت گردن شتر فوران می کند، در همان جا قلم و پوستی طلبیده و قنات را وقف می نماید، این از خودگذشتگی، علی (ع) را بر فراز تاریخ می آورد و در دل ها جاودانه می سازد؛ چنان که جوانانی چون حضرت علی اکبر (ع) در تاریخ، الگوهای برتر شناخته می شوند و در جامعه ی ایرانی قبل از انقلاب که جوانان فقط به لباس و مو و اداهای غربی و موسیقی های جاز مشغول شده بودند، شوری دیگر می آفریند و خیزش بزرگ انقلاب اسلامی را شکل می دهد و جوانان در این بستر متحول شده و در کوره ی گداخته ی جنگ، ناب ناب گردیدند؛ ای کاش این رود پرخروش از تب و تاب باز ناپستد!

اکنون کشور ما از آنان حماسه ها، جوانمردی ها، ایثارها و عشق ها نمونه هایی سراغ دارد که سینه ی تاریخ گنجایش آن را ندارد.

درباره ی «شهید مهدی باکری» فرمانده ی لشکر عاشورا می خوانیم: «خودشان را همیشه بسیجی قلمداد می کردند... حتی نزدیک ترین افراد لشکر نیز نمی دانستند که ایشان مهندس است.»

ناراحتی کتف، مزاحمتی دایمی برای آقا مهدی بود، جایی که قبلاً مورد اصابت تیر قرار گرفته بود. به همین دلیل می توانست بارهای سنگین حمل کند. یک روز تصمیم می گیرد، برای سرکشی و کسب اطلاع از کمبودها از انبار بازدید به عمل آورد. مسؤول انبار «حاج امرالله» بود؛ پیرمردی با محاسنی سفید و چهره ای گشاده، وقتی آقا مهدی به آن قسمت می رسد، حاج امرالله و هشت بسیجی جوان دیگر در حال خالی کردن بار کامیونی بودند که تازه از راه رسیده بود. حاج امرالله که مهدی را از روی قیافه نمی شناخت، وقتی می بیند ایشان در کناری ایستاده و آن ها را تماشا می کند، داد می زند: جوان! چرا همین طور ایستاده ای ما را تماشا می کنی؟ بیا بابا این گونی ها را تا انبار ببریم. آمده ای این جا کار کنی! یادت باشد که تا هر وقت که شد باید پا به پای این هشت نفر، این بارها را خالی کنی فهمیدی؟

و آقا مهدی با معصومیتی صمیمی پاسخ می دهد: بله، چشم.

سپس با آن که حمل گونی هایی به آن سنگینی روی کتف مجروح بسیار مشکل است، بدون ناراحتی، چابک و تند، گونی ها را خالی می کند. نزدیکی های ظهر، شخصی به نام «طیب» برای دادن یک سری وسایل به حاج امرالله به

آن جا می رود. بعد از سلام و احوالپرسی، حاجی به او می گوید: یک بسیجی پر کار هم امروز به ما کمک می دهد. نمی دانم از کدام قسمت است، می خواهم بروم و از «بصیرتی» بخواهم که او را به قسمت ما منتقل کنند. او می پرسد کدام بسیجی؟ او آقا مهدی را نشان می دهند.

طیب متعجب می شود و به سرعت به طرف آقا مهدی می رود و گونی ها را از شانه های او برداشته و با ناراحتی به حاج امرالله می گوید: هیچ می دانی این شخص کیست؟ این آقا مهدی است، آقا مهدی باکری فرمانده ی ما!

حسن ختام بحث

در پایان این بررسی لازم است از دو نکته ی مهم دیگر یاد کنیم:

1. تحول در مفهوم زیبایی 2. مساله ی اشتغال جوان

حسن جمال خواهی و زیبایی طلبی آن چنان با فطرت آدمی آمیخته است که نیازی به اثبات ندارد، اما باید در معنای آن تامل نمود.

زیبایی به سه مفهوم تعریف شده است:

1. هماهنگی یا تناسب یک چیز با خودش (هارمونی).

2. هماهنگی یک چیز با فضایی که در آن است.

3. هماهنگی یک چیز با هدف آفرینش خودش (حسن).

بدیهی است که تناسب یک چیز با خودش زیبایی دارد، مانند تناسب صورت یک آدم با اعضای بدن او و تناسب یک ماشین با قطعات خودش. هماهنگی یک شیء با فضایی که در آن است، بخشی از مفهوم زیبایی است، مانند آن که نمی توان لوستر بزرگ یک مسجد را برای یک اتاق دوازده متری نصب نمود که زیبایی ای ندارد. در این دو مرحله نمی توان بسیاری از چیزها و فراز و نشیب های زندگی مانند بیماری، رنج، غم و شکست ها را زیبایی دید. چنان که «راسل» گفته است: «من به سهم خودم در کرم کدو، زیبایی نمی بینم. اما اگر مفهوم زیبایی را درست تحلیل کنیم (مفهوم سوم) آن گاه می بینیم که همه چیز زیباست»؛ حتی خون، دود و آتش. چنان که زینب کبری (س) در پاسخ به این جمله ی ابن زیاد (لع) که گفت: «کار خدا را با برادرت چگونه دیدی؟» فرمود: «ما رایت الا جمیلا» من از خداوند جز زیبایی ندیدم! (بحار الانوار جلد 45، ص 116)

آری! در تفکر بالنده ی دینی زیبایی چنین تعریف می شود: «هماهنگی یک چیز با هدف و کاری که از او خواسته اند».

این است که از زیبایی با کلمه ی حسن یاد می شود و حسن یعنی هر چیزی که موافق با مقصودی که از نوع آن در نظر گرفته اند، باشد. (12) با این تصور بلند از زیبایی دیگر نمی توان زیبایی را در چهره ای متناسب دید که در مسیر و هدف آفرینش خود نیست؛ یعنی هر چند این چهره زیبا باشد، اما چون در جهت اصلی خود نیست، زشت و نازیبا است و به عکس انسانی که خودش را بدبو و با پوست سیاه توصیف می کند، زیباست و وجودش معطر است. چنان که امام باقر (ع) از امام سجاد (ع) نقل می کند: پس از عاشورا که مردم برای دفن کشته ها به میدان آمدند، پس از چند روز بدن «جون» (غلام سیاه ابوذر غفاری که در کربلا به شهادت رسید) را در حالی یافتند که بوی مشک از آن به مشام می رسید. (13)

دقیقا به همین دلیل باید قبول کنیم که شبدر با گل لاله فرقی ندارد و کرکس نیز مثل بلبل زیبا است.

«پس، چشم ها را باید شست، جور دیگر باید دید». (14)

در این نگاه، انسانی که از خط عبودیت و پیوند با تصویرگر هستی قهر کرده و عصیان گری می کند و به این نور هستی کفر می ورزد، زشت است. هر چند خویش را به هفت قلم بیاراید و در نظرها جلوه کند. با این نگاه است که می توان این خاطره های بلند را فهمید:

«شهید بابایی بیشتر وقت ها سرش را با ماشین نمره ی چهار ماشین می کرد. این موضوع علاوه بر وضعیت ظاهری و نوع لباسی که به تن می کرد، موجب می شد که ما در راه بندهای مناطق عملیاتی با مشکل مواجه شویم، زیرا معمولاً نام یک سرهنگ شکل و شمایل خاصی را برای عام مردم القا می کند....»

یک روز در طول مسیر که با هم می رفتیم، ایشان به طور خصوصی در مورد طرز لباس پوشیدن من صحبت کردند و گفتند: این لباس های امریکایی که شما به تن می کنید، معنویت جبهه را به هم می زند.

من در پاسخ گفتم: من به لباس شیک پوشیدن علاقه دارم.

در ادامه گفتم: حالا می خواهم بپرسم، چرا شما همیشه سرتان را ماشین می کنید. آخر حیف نیست که این موهای مجعد و زیبا را می تراشید، ناسلامتی شما جوان هستید.

ایشان سکوت کردند و چیزی نگفتند. آن روز گذشت. در یکی از روزها که در منطقه ی عملیاتی بودیم، من پس از خواندن نماز صبح به جلو آیینه رفتم و مشغول شانه زدن موهایم شدم. با توجه به بلند بودن موهایم این عمل مدتی طول کشید. تا این که صدای خنده ی آهسته ای مرا به خود آورد. به طرف صدا برگشتم، متوجه شدم شهید بابایی است که در کنار سوله دراز کشیده است. او از جایی که خوابیده بود، نیم خیز شده و به من نگاه می کرد.

من شانه را داخل جیبم گذاشتم. بابایی رو به من کرد و گفت: می خواهی یکی از دلایل تراشیدن موی سرم را برایت بگویم؟ من الان یک ربع تمام است که می بینم شما جلو آیینه ایستاده ای و موهایت را چپ و راست می کنی. می دانی که زیر هر تار مویت یک شیطان خوابیده؟ غرور این موها تو را در جلوی آیینه نگه داشته و فکر می کنی که اگر موهایت را به طرف چپ شانه کنی خوش تیپ تر خواهی شد و یا بالعکس. ولی من سرم را از ته تراشیده ام و یک قیافه ی معمولی به خود گرفته ام. قیافه ی معمولی هم هیچ وقت انسان را مغرور نمی کند. من دیگر حرفی برای گفتن نداشتم. از صحبت های او دریافتم که چقدر با نفسش مبارزه کرده و به همین خاطر انسان کاملی شده است.» (15)

و در خاطره ای زیبا از همسر شهید چمران می خوانیم:

«روزی یکی از دوستانم به من گفت: غاده! تو می گفتی که از مرد طاس و بی مو خوشتر نمی آید، پس چطور با چمران ازدواج کردی؟

من گفتم: راستی چمران طاس است؟ باید ببینم.

آن روز هنگامی که چمران به منزل آمد، به او نگاه کردم و گفتم: مصطفی تو واقعا طاس هستی؟»

این پرسش حاصل تاثیر همان دیدگاهی است که همسر چمران، او را در اندازه های هدف و آرمان حقیقی خود، به عنوان یک مسلمان می بیند و در نتیجه همه چیز او را حسن می بیند. او واقعا تا به حال به کم بودن موی سر دکتر چمران فکر نکرده بود (16) و درست به همین دلیل است که پیامبر (ص) به فردی که سعی می کند نقص پای خود را بپوشاند، می گوید: «هرگز لازم نیست چنین کاری بکنی! در خلقت خداوند زشتی نیست.»

اما نکته ی دوم:

آن چه گذشت تصحیح فکری و روانی اندیشه ی جوان در باب مسایل او بود و قطعا در عمل تاثیر خود را می

گذارد، چنان که در نمونه های مختلف مشاهده گردید.

اما دولت و جامعه و خانواده هم باید جوان را در این شناخت یاری دهند. از جمله کارهایی که از وظایف نظام محسوب می شود، به کار گرفتن ساز و کارهایی در جهت اشتغال جوان است، زیرا اگر جوان مشغول نباشد و انرژی خود را مصرف نکند شکار شیطان می شود، به ویژه کسانی که با فکر و اندیشه هم سر و کاری ندارند. امام علی (ع) فرمود: «المهمل لاوقاته فهو صید الشیطان؛ بیهوده گذراننده ی اوقات شکار شیطان است.» (18) نگارنده پاسخ خود را به عهده ی خود جوان می گذارد. چنان که در ادامه ی مصاحبه ای که از یک روزنامه ی صبح نقل شده، خبرنگار از جوان می پرسد:

خود شما جوانان چه راه حل هایی را برای جلوگیری از این فاجعه پیشنهاد می کنید؟

ج: برای جوانان فرصت های شغلی ایجاد کنند، برای پر کردن اوقات فراغت آن ها برنامه ریزی کنند، امکانات ورزشی رایگان را در اختیار آن ها قرار دهند، شرایط و فرهنگ ازدواج جوانان را آسان کنند و جوانان را با شعارهایشان برای نردبان ساختن و بالا رفتن از آن ها فریب ندهند. آن وقت خواهید دید تمام این مواردی که شما معضل اخلاقی و... می دانید، برطرف خواهد شد.

البته این کار با شعار حل نمی شود. اگر در جامعه کسانی هستند که دلسوز جوانان هستند، بروند و این کارها را حتی با همکاری خود جوانان انجام دهند، آن وقت خواهید دید، همین جوانان با تلاش و نشاط بیشتر کشور خود را آباد خواهند کرد. (19)

پی نوشت ها :

1. خدا ایمان (عشق) را محبوب شما قرار داد و در دلهایتان مزین نمود.
2. موضوع استفاده از مواد انرژی زا در غالب رشته ها فاجعه ی مداومی در ورزش است. / سوره ی حجرات.
3. قلب در هر دقیقه هفتاد بار و در هر ساعت چهار هزار و دویست بار و در شبانه روز 100800 و در یک سال 36792000 بار، باز و بسته می شود. دمی آسایش ندارد. کدام فلزی را سراغ دارید که در یک سال سی و شش میلیون بار اصطکاک پیدا کند و ساییده نشود؟ دانشمندان محاسبه کرده اند، انرژی و نیرویی که در 12 ساعت از قلب به دست می آید، قادر است یک وزنه ی 65 تنی را از زمین بلند کند. قلب از لحاظ سرعت، حیرت انگیز می باشد. جریان خون که از قلب شروع می شود 7500 کیلومتر راه، معین مسافت تهران تا نیویورک را طی می کند. مقدار خونی که به وسیله ی تلمبه ی قلب در ظرف یک سال زده می شود، حدود دو میلیون و شش صد هزار لیتر می باشد که برای حمل آن دست کم به 81 تانکر عظیم نیاز است. اگر به ماهیچه ی قلب نگاه کنید آن را جسمی ضعیف و سست می بینید. این قدرت عظیم و این نیروی خستگی ناپذیر را، چه کسی به این ماهیچه ی کوچک داده است؟ چه کسی قلب را به این وظایف سنگین راهنمایی می کند؟ چرا قلب استراحت نمی کند؟ اگر استراحت کند انسان می میرد، چه کسی به وی گفته استراحت تو برای صاحب مرگ می آورد؟
4. روم / 21.

5. کتاب هایی مانند: «پشت دیوارند امت» ، چاپ انتشارات کیهان، نمونه ی خوبی برای مراجعه ی جوانان است.

6. مصاحبه با جمعی جوانان بی کار، روزنامه ی جمهوری اسلامی، سوم اردیبهشت 1380.

7. ق / 16؛ انفال / 24.

8. نور.

9. ابراهیم / 7.

10. مجله ی پیام صادق، شماره ی 28.

11. در غرب چه می گذرد؟ ص 116 - 117.

12. تفسیر المیزان، ترجمه، ج 5، ص 12.

13. فرهنگ عاشورا، ص 131، به نقل از بحارالانوار، ج 45، ص 23.

14. سهراب سپهری.

15. پرواز تا بی نهایت، ص 211، خاطره ی سرهنگ صراف درباره ی سرلشکر شهید عباس بابایی.

16. مصاحبه با همسر شهید چمران، انتشارات بنیاد چمران.

17. میزان الحکمة، باب خلقت و خلق.

18. غرر الحکم.

19. جمهوری اسلامی، سوم اردیبهشت 1380.