

# آرامش دل بایاد خدا

قسمت اول

محمد رضا داودی

۱۹

خوشحال و در غم آنان اندوهگین هستیم، گذشته از آرامش به نشاط می‌رسیم، که بارها آن را آزموده‌ایم.

پیامبران و امامان معصوم (علیهم‌السلام) بالاترین مرحله‌ی آرامش را دارا بودند. به یک نمونه در این زمینه نگاه می‌کنیم:

امام سجاد (علیه‌السلام) می‌فرماید: «هنگامی که کار جنگ در تبرد کربلا سخت شد، پدرم حسین بن علی (علیه‌السلام) در آرامش کامل بود و هر لحظه رنگ چهره‌ی او

روشن تر و بشاش تر می‌گشت، برخی بر خلاف پدرم رنگشان زرد شده و ترس بر اندامشان افتاده بود و دل‌هاشان می‌لرزید، حسین بن علی (علیه‌السلام) به آنان فرمود: ای بزرگ‌زادگان صبر کنید، مرگ جز پلی بیش نیست که شما را از این سختی‌ها به بهشت وسیع عبور می‌دهد...» (۴)

۱. مجلسی، محمد باقر؛ بحار الانوار؛ چاپ ایران (ج ۷۱، ص ۹۳، ج ۴۸. و نیز همان، ج ۷۷، ص ۵۱ ح ۳
۲. تفسیر العیاشی، ج ۲، ص ۲۲۷
۳. تفسیر کنز الدقائق، ج ۶، ص ۴۴۷
۴. صدوق؛ معانی الاخیار؛ ص ۲۸۸

است تا با تمام وجود متوجه عظمت خداوند شده، حضور خدا را در همه جا و تمام حالات درک کند، تا اگر صحنه‌ی گناهی برایش پیش آمد، بتواند یوسف‌وار از آن چشم‌پوشی کند. چرا که حضرت علی (علیه‌السلام) می‌فرماید: ذکر بر دو نوع است، یاد خداوند در هنگام مصیبت و از آن بالاتر، یاد خداوند است در هنگامی که حرامی پیش بیاید و از آن چشم‌پوشی. (۱)

هیچ گنجی بی‌د و بی‌دام نیست  
جز به خلوتگاه حق آرام نیست

گر گریزی بر امید راحتی  
زان طرف هم پشت آید آفتی (مولوی)

نام خدا بر لب، همانند آبیاری شاخه‌ی درخت است که تنها گردگیری از آن می‌کند، ولی یاد خدا در دل مثل آبیاری ریشه‌ی درخت است که مایه‌ی بالندگی و ثمر بخشی آن خواهد بود. اثر چنین یادی این است که انسان را با شور و نشاط به تولید، کار، اشتغال و تأمین نیازهای جامعه وامی‌دارد تا از هر گونه تبلی و تن‌پروری بپرهیزد و نیز هیچ کار سود آوری او را از یاد خدا غافل نسازد تا از کار حلال دست بردارد و یا به کار حرام روی آورد. چنان‌چه خداوند می‌فرماید:

«مردانی که نه تجارت و نه داد و ستدی آنان را از یاد خدا و برپا داشتن نماز و دادن زکات به خود مشغول نمی‌دارد و از روزی که دل‌ها دیده‌ها در آن زیرورو می‌شود، می‌هراسند.» (نور/۳۷)

این مردان الهی در اثر یاد خدا، نه تنها از عبادت‌های بدنی امتناعی ندارند، بلکه از زکات و انفاق به مستمندان نیز غافل نیستند.

یکی از مصادیق یاد خداوند، یاد پیامبر اکرم و امامان معصوم - صلوات الله علیهم - است؛ زیرا امام صادق (علیه‌السلام) در مورد آیه‌ی «الایذکر الله...» می‌فرماید:

«به محمد علیه و آله السلام تطمئن القلوب و هو ذکر الله» (منظور از آیه این است که با یاد پیامبر دل‌ها آرام می‌گیرد که او یاد خداست) (۲)

رسول خدا (صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم) - فرمودند: «مراد از» «الَّذِينَ آمَنُوا»

شیعیان است و مراد از «ذَكَرَ اللَّهَ» امیرالمؤمنین و ائمه - صلوات الله علیهم - است. (۳)

که یاد آن حضرات مایه‌ی آرامش است، این‌که ما شیعیان در شادی آنان

یکی از بزرگ‌ترین مشکلات بشر امروزی، اضطراب و فشارهای روانی است، که پیامدهای منفی فراوانی هم به دنبال داشته است. انسان در راه رسیدن به آرامش کوشش‌های فراوانی را به کار برده است، اما چون راه صحیح آن را نیافته است، تلاشی بی‌ثمر مانده است. پیشرفت علم و تکنولوژی نیز با همه‌ی غوغایش، بیش از پیش او را در گرداب ناآرامی و اضطراب و تردید غوطه‌ور ساخته است.

اضطراب و دلهره از راه‌های گوناگونی ممکن است به وجود آید: الف- ترسیم آینده‌های تاریک؛ افرادی که برای خود آینده‌های تاریک و مبهم تصور می‌کنند، هر آن ممکن است دچار بیماری و درماندگی و ... شوند و از این نگرانی و ترس، بسیار رنج می‌برند. ب- ضعف و ناتوانی؛ گاه انسان در برابر مشکلات فراوان زندگی به این فکر فرو می‌رود که ممکن است از عهده‌ی حل آن‌ها برناییم، همین تصور او را مضطرب می‌سازد. ج- احساس پوچی در زندگی؛ د-

دنیا پرستی و ترس از مرگ.

امروز، نه تنها جوامع غیر دینی و سکولار، که جوامع دینی نیز به دلیل غفلت از گنجینه‌ی غنی و گران‌بهای که از ایمان در اختیار دارند، از فشارهای روانی و دلهره‌های بی‌مورد در رنجند. خدایی که انسان را آفرید و برای هدایت و راهنمایی او کتاب‌های آسمانی و پیامبران را فرستاد، بی‌شک عوامل آرامش و آسایش او را از زبان پیامبران خود بیان کرده است.

انسان هنگامی که کارهای خود را با تفکر و تعقل انجام دهد و به این بیندیشد که کارهایش برای سعادت اخروی سودمند است، این کار فکری با آرامش خاطر وبدون هیچ‌گونه تزلزل و اضطرابی صورت می‌گیرد؛ اما اگر تنها زندگی مادی را ببیند و از هوی و هوس پیروی کند، وهم و خیال به سراغ او آمده و او را از راه راست منحرف می‌سازد و او را در تصمیم خود مضطرب و در اقدام به کارهای مهم سست می‌گرداند.

آرامش دل و اطمینان خاطر مقدمه‌ای است برای نشاط. کسی دارای روحیه شادابی است که از فشار روانی و دلهره در امان باشد. خداوند در آیه‌ی بیست و هشت سوره‌ی رعد مهم‌ترین عامل آرامش را یاد خود می‌داند:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (رعد/۲۸)

کسانی که ایمان آورده‌اند و دل‌هایشان به یاد خدا آرام می‌گیرد، آگاه باش که (تنها) با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد.

مقصود از این‌که یاد حق آرامش‌دهنده‌ی قلب‌هاست، تنها ذکر زبانی نیست. هر چند ذکر لفظی (یک واژه را چند بار تکرار کردن) در انسان تأثیر دارد و موجب تلقین مفهوم آن واژه به دل می‌شود، بلکه علاوه بر ذکر زبانی، ذکر قلبی نیز نیاز

