

بسم الله الرحمن الرحيم

عنوان : تاثیر آرامش در زندگی خانواده از منظر اسلام

پژوهشگران : سعیده حزباوی – کلثوم محسن زاده – سمانه فلاحی

چکیده

یکی از دغدغه‌هایی که معمولاً در بین جامعه و اعضای خانواده حکم فرماست، عدم امنیت و آرامش می‌باشد. تا جایی که بیان داشتیم بسیاری از زندگی‌ها دارای آسایش و حتی تجملات و رفاهیات بسیار شدیدی هستند. اما در آن جامعه آسایش و امنیت ابداً حکم فرما نیست. اساساً در زندگی؛ چه فردی و چه اجتماعی انسان‌ها بایستی خدا محور باشند تا بتوانند به آرامش دست یابند. به طور کلی آرامش در پناه یاد خدا به دست می‌آید یعنی کسانی که از یاد حضرت باری تعالی فاصله گرفته‌اند معمولاً در زندگی خود مضطرب و نگران به نظر می‌آیند. در این نوشتار بیان داشتیم که خانواده، هسته مرکزی جامعه است و شکل‌گیری جامعه از خانواده آغاز می‌شود. خانواده به گروهی خاص از خویشاوندان اطلاق می‌شود که در برآوردن نیازهای اساسی اعضا، مسئولیت اصلی را عهده‌دار است. این گروه، ترکیبی از افراد اند که از طریق خون، ازدواج یا فرزند خواندگی (در غیر حوزه اسلام) به هم مربوط می‌شوند. ما در این نوشتار بر آن شدیم که اولاً آرامش را به فراخور مقاله معنا نمائیم و پس از آن با اقتباس آیات و روایات در این زمینه، برخی از عواملی که از نگاه قرآن برای جامعه و حتی خانواده برای امنیت و آسایش کاربرد اجتماعی و فرهنگی بسیار شدیدی دارد یاد آور شویم.

کلید واژه‌ها : آرامش، آسایش، سکینه، یاد خدا، ازدواج

مقدمه

در نگاه اول باید دانست که آرامش در زندگی از بهترین نعمت‌های الهی است که خدای تعالی به انسان ارزانی نموده است زیرا انسانی که در زندگی آرامش دارد، نگران نیست و افعال روز مره زندگی خویش را به نحو درستی به انجام می‌رساند. باید دانست که شاید اکثر خانواده‌ها از یک نوع آسایش نسبی برخوردارند ولی وقتی به زندگی آن‌ها مراجعه می‌شود، می‌بینیم که زندگی آنان از آرامش خاصی برخوردار نیست و بیشتر افراد آن خانواده مضطرب هستند و دچار استرس و افسردگی روزمره هستند. امروز، بشر در بُعد معرفتی دچار تحیر علمی و نسبیت گرایی و عدم ثبات در آرا و عقاید است و در بُعد روانی، دچار تردید عملی، افسردگی و اضطراب، فقدان آرامش و اطمینان خاطر و از خود بیگانگی و به تعبیری، بی‌خویشی است و از جهت اخلاقی نیز گرفتار انحرافات خصلتی گسترده و به لحاظ خانوادگی، دچار از هم پاشیدگی داخلی و از نظر اجتماعی و سیاسی، گرفتار مسائلی چون هرج و مرج بین‌المللی، مشکل اوقات فراغت و تورم و مانند آن است که مجموع این علل علمی و عوامل روانی و... سبب پیدایش تنش‌های منطقه‌ای و بین‌المللی شده و حتی تهاجم بی‌رویه فرهنگی گردیده است. بر این اساس است که مرحوم استاد بزرگوار شهید مطهری در این زمینه نگاهی بسیار اندیشمندانه دارند؛ ایشان می‌فرمایند: انسان فطرتاً جویای سعادت و خوشبختی است؛ از تصور وصول به سعادت غرق در مسرت می‌گردد و از فکر یک آینده شوم و مقرون به محرومیت لرزه بر اندامش می‌افتد، لذا است که سخت دچار دلهره و اضطراب می‌گردد. اگر بخواهیم خوشبختی در سایه آرامش را مثال بزنیم می‌گوئیم که موفقیت یک دانش‌آموز، معلول دو چیز است:

سعی و تلاش خودش، دیگر مساعدت و آمادگی محیط مدرسه و تشویق و ترغیب و تقدیر اولیای مدرسه. یک دانش آموز ساعی و کوشا اگر به محیطی که در آنجا درس می خواند و معلمی که آخر سال نمره می دهد اعتماد نداشته باشد و نگران یک رفتار غیرعادلانه باشد، در تمام ایام سال دلهره و اضطراب سراپای وجودش را می گیرد. تکلیف انسان با خودش روشن است. از این ناحیه اضطرابی دست نمی دهد، زیرا اساساً یک قاعده کلی است که اضطراب از شک و تردید پدید می آید. انسان درباره آنچه مربوط به خودش است شک و تردید ندارد. آنچه که انسان را به اضطراب و نگرانی می کشاند و آدمی تکلیف خویش را درباره او روشن نمی بیند جهان است. آیا کار خوب فایده دارد؟ آیا صداقت و امانت بیهوده است؟ آیا با همه تلاش ها و انجام وظیفه ها پایان کار محرومیت است؟ اینجا است که دلهره و اضطراب در مهیب ترین شکل ها رخ می نماید. ایمان مذهبی به حکم اینکه به انسان که یک طرف معامله است، نسبت به جهان که طرف دیگر معامله است، اعتماد و اطمینان می بخشد، دلهره و نگرانی نسبت به رفتار جهان را در برابر انسان زایل می سازد و به جای آن به او آرامش خاطر می دهد. بنابراین کسانی که خدا را از زندگی خویش حذف نموده اند، آن ها نیز در یک نوع اضطراب و نگرانی عمیقی به سر می برند. با توجه به این مقدمه ای که راجع به آرامش بیان شد؛ در این نوشتار بر آنیم که با توجه به آیات و روایات بیان نمائیم که بهترین و اولی ترین آرامش، آن آرامشی است که در پرتو خدای تبارک و تعالی باشد.

معنای آرامش

باید توجه نمود که آرامش یکی از نعمت‌های بزرگ خداوند است. بدین جهت از نعمت‌هایی که خداوند در قرآن بارها بیان کرده است، مسئله‌ی امنیّت و آرامش است. خاطر نشان می‌شویم که این امنیت و آرامش خود نیز دارای زوایای متعددی می‌باشد که از جمله‌ی آن‌ها می‌توان به امنیّت و آرامش فیزیکی، روانی، علمی، اقتصادی، اشاره نمود. این که الآن در جامعه‌ی ما می‌گویند: فلانی امنیّت شغلی ندارد. یعنی نمی‌داند فردا چه می‌شود؟ یا مثلاً مهریه‌ها را گران می‌کنند؟ می‌گوییم: مگر بنیاست که دخترت را بفروشی؟ این همه سکه چه خبر است؟ در جواب می‌گوید: می‌ترسم یکوقت داماد، دخترم را طلاق بدهد و رها کند و برود. من امنیّت خانوادگی ندارم. مهر زیاد می‌گیرم، که بتوانم داماد را چهار میخ کنم. اگر خواست فرار کند، گیر باشد؛ و یا در امنیّت خانوادگی! اینکه ما ضامن می‌گیریم برای این است که امنیّت اقتصادی نیست. می‌ترسیم ببرد و مال انسان را به یغما ببرد و نیست کند و بخورد. می‌گوییم: چه کسی ضامنت است؟ اینکه اسلام سفارش کرده راست حرف بزنید، برای اینکه اگر مردم دروغگو شدند، هیچ کس به حرف هیچ کس اعتماد ندارد. اعتماد از دست می‌رود. اینکه می‌گویند: اگر با کفّار هم عهد بستید، به عهدتان وفا کنید، به خاطر این است که حتی کفّار هم باید امنیّت داشته باشند؛ و برای این خاطر است که معمولاً در خانواده‌ها آن صلح و صمیمیتی که ضرورت دارد حاکم باشد، هیچ گاه به وجود نمی‌آید. اساساً انسان هائی که در زندگی خویش آرامش ندارند در زندگی خویش دائماً احساس پوچی می‌کنند و گمان می‌کنند که در این دنیا عبث و بیهوده آفریده شده‌اند همانگونه که خدای

تبارک و تعالی می‌فرماید: أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ^۱ یعنی: پس آیا گمان می‌کنید که ما شما را بیهوده آفریده‌ایم، و شما به سوی ما بازگردانده نمی‌شوید؛ و حال این که هدف و غایت خلقت خدای تعالی ما انسان‌ها را بدین جهت بوده که بنده شویم و از این بندگی معرفت کسب نمائیم و پیرو آن به امنیت و آرامش هم در این دنیا و هم در سرای آخرت ببریم چنانکه امام حسین (علیه السلام) فرمود: «إِنَّ اللَّهَ مَا خَلَقَ الْعِبَادَ إِلَّا لِيَعْرِفُوهُ فَإِذَا عَرَفُوهُ عَبَدُوهُ فَإِذَا عَبَدُوهُ اسْتَغْنَوْا بِعِبَادَتِهِ عَنِ عِبَادَةِ مَنْ سِوَاهُ»^۲ یعنی: خداوند متعال بندگانش را نیافریده است مگر برای این که او را بشناسند، آن گاه که او را شناختند، عبادتش کنند و چون خدا را عبادت کردند، با پرستش و عبادت او از پرستش غیر او بی‌نیاز شوند. به تعبیر رساتر این که علّت نا آرامی افراد عادی آن است که به چیزی تکیه می‌کنند که خود تکیه‌گاهی ندارد. به همین جهت به عنوان ضرب‌المثل می‌گویند: «الْغَرِيقُ يَتَشَبَّهُ بِكُلِّ حَشِيشٍ»؛ یعنی: انسان غرق شده، به هر گیاهی تکیه می‌کند و دست می‌اندازد تا نجات پیدا کند؛ زیرا خیال می‌کند آن گیاه، در دریا ریشه دارد و قوی است. کسانی که در محبت دنیا غرق شدند، دست و پا می‌زنند و هر لحظه، احساس خطر می‌کنند و به این و آن متمسک می‌شوند و به زرق و برق‌ها تکیه می‌کنند تا از اضطراب برهند، ولی نمی‌توانند نجات پیدا کنند. قرآن کریم درباره افرادی که گرفتار آتش دوزخ می‌شوند، می‌فرماید: وَرَضُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاطْمَأْنَنُوا بِهَا^۳؛ یعنی: اینها به دنیا بسنده کرده، راضی و مطمئن شدند، در حالی که دنیا متاع فریب است: وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ^۴ یعنی: دنیا متاع فریب است و انسان را می‌فریبد و اگر غریق به فریبگاه تکیه کند، قطعاً نمی‌آرمد. بدین جهت وقتی که به زندگی

^۱. سوره مومنون، آیه ۱۱۵

^۲. محمدباقر، مجلسی، بحارالانوار، جامعه درر الاخبار، تهران، ۱۳۷۹، ج ۵، ص ۳۱۲.

^۳. سوره یونس، آیه ۷

^۴. سوره حدید، آیه ۲۰

خداى تعالى مى فرمايد: **إِنْ تُبْدُوا الصَّدَقَاتِ فَنِعِمَّا هِيَ وَإِنْ تُخْفُوهَا وَتُؤْتُوهَا الْفُقَرَاءَ فَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَ يُكْفَرُ عَنْكُمْ مِنْ سَيِّئَاتِكُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ**^۱ يعنى: اگر صدقات را آشکارا بدهید، پس آن کار خوبی است، ولى اگر آن ها را مخفی ساخته و به نیازمندان بدهید، پس این برای شما بهتر است و قسمتى از گناهان شما را مى زداید و خداوند به آنچه انجام مى دهید آگاه است. زیرا سبب تشويق مردم، سرکوبى دشمنان و خوشحالى دوستان شده و انسان منفق را اُسوه ديگران مى کند. همچنين وقتى مستمندان جامعه مى فهمند که عده اى در فکر آنان اند، دلگرم مى شوند و آرامش مى يابند، پس تصدق علنى با اخلاص، به دليل فوايد فراوان اجتماعى در همه جا نيكوست.^۲ در روايتى از پيامبر اکرم (صلى الله عليه و آله) نقل شده است که فرمودند: و نیز در روايتى آمده است: «هفت کس هستند که خداوند آن ها را در سايه لطف خود قرار مى دهد، در روزى که سايه اى جز سايه او نيست: پيشواى دادگر، و جوانى که در بندگى پروردگار پرورش مى يابد، و کسى که قلب او با سجده پيوسته است، و کسانى که يکديگر را براى خدا دوست دارند با محبت گرد هم آيند و با محبت متفرق شوند، و کسى که زن زیبای صاحب مقامى او را به گناه دعوت کند و او بگويد من از خدا مى ترسم، و کسى که انفاق نهانى مى کند بطورى که دست راست او از انفاقى که دست چپ او کرده آگاه نمى گردد! و کسى که تنها به ياد خدا مى افتد و قطره اشکى از گوشه هاى چشم او سرازير مى شود.

او سرازير مى شود.

«^۳

^۱. سوره بقره، آيه ۲۷۱

^۲. عبدالله، جوادى آملی، تفسير تنسيم، اسراء، قم، ۱۳۸۷ ج ۱۲، ص ۱۴۶

^۴. طبرسى، فضل بن حسن، مجمع البيان لعوام القرآن، بيروت، دارالمعرفه، ۱۴۰۶ ق، ج ۱ و ۲ صفحه ۳۸۵

نتیجه گیری

با توجه به مباحث مطرح شده در این فصل به این نتیجه خواهیم رسید که آنچه در زندگی های کنونی بین خانواده ها حکم فرماست، همان آسایش و راحتی می باشد یعنی متاسفانه معمولاً ما انسان ها دنبال راحتی و رفاه و آسایش در دنیا می گردیم که آن را در دنیا هیچ موقع نمی یابیم زیرا اساساً خدای تعالی دنیا را جای آرامش قرار نداده است. هر چند که ما انسان ها می خواهیم آن را در این دنیا جستجو نمائیم و اتفاقاً آن را هیچ موقع به طور کلی می توان آرامش را با د نمی یابیم. به طور کلی از نگاه واژه شناسی آرامش دو گونه بیان شده است. ۱. «سکینه» همان آرامش ممدوحی است که انسان را برابر سوانح دردناک آرام نگه می دارد و مقابل آن اضطراب است. ۲. «سکون» آرامش مذمومی است که انسان را در حوادث منفعل و احياناً ستم پذیر می کند و به تدریج او را به مسکنت می افکند، چنان که بنی اسرائیل به دامن مسکنت فرو غلتیدند؛ و در قرآن کریم خدای تعالی این داستان را مورد تحلیل قرار داده است که بنی اسرائیل زمانی که همراه حضرت موسی (علیه السلام) بودند از رهبری آن حضرت که سبب آرامش روحی بوده است بهره ای نبردند و برای رسیدن به سبزی و نان و حبوبات از شرف و عزت خود گذشتند و حاضر به مبارزه نشدند، در نتیجه خدای سبحان نیز به حضرت موسی (علیه السلام) فرمان داد تا به آن ها بگوید که راه را عوض و به شهری نزدیک مهاجرت کنند که در آنجا نیازهای مادی آنان فراهم است؛ ولی در ذلت و مسکنت باید حیات را ادامه دهند چنانکه خدای تعالی می فرماید: وَإِذْ قُلْتُمْ يَا مُوسَى لَنْ نَصْبِرَ عَلَى طَعَامٍ وَاحِدٍ فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسُهَا وَبَصِلَهَا قَالَ أَوْ تَسْتَبْدِلُونَ الَّذِي هُوَ أَدْنَى بِالَّذِي هُوَ خَيْرٌ اهْبِطُوا مِصْرًا فَإِنَّ لَكُمْ مَا سَأَلْتُمْ وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذَّلَّةُ وَالْمَسْكَنَةُ وَبَاؤُا بِغَضَبٍ مِنَ اللَّهِ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَانُوا يَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَ يَقْتُلُونَ النَّبِيَّاتِ بِغَيْرِ الْحَقِّ ذَلِكَ

بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ^۱ ترجمه: و (نیز به خاطر بیاورید) زمانی را که گفتید: ای موسی، هرگز حاضر نیستیم به یک نوع غذا اکتفاء کنیم، از خدای خود بخواه که از آنچه از زمین می‌روید، از سبزیجات خیار، سیر، عدس، و پیاز برای ما برویاند، موسی گفت: آیا غذای پست ترانتخاب می‌نماید (اکنون که چنین است بکوشید از این بیابان) وارد شهری شوید، زیرا هرچه خواستید در آنجا هست. خداوند (مهر) ذلت و نیاز بر پیشانی آن‌ها زد و مجدداً گرفتار غضب پروردگار شدند، چرا که آن‌ها نسبت به آیات الهی کفر می‌ورزیدند و پیامبران را به ناحق می‌کشتند، اینها به خاطر آن بود که گناهکار و سرکش و متجاوز بودند. مرحوم شهید بزرگوار استاد مطهری در این زمینه می‌فرمودند: اینکه صاحبان ایمان، از بهترین آرامش و آسایش روانی برخوردارند از آن جهت است که جهان را حکیم و علیم و هدفدار می‌دانند نه گیج و منگ و ابله و بی‌هدف، آن را عادل و طرفدار حق و اهل حق می‌دانند نه ستمگر و طرفدار ستم و یا بی‌تفاوت. یکتاپرستان، در مورد بدی‌ها و شرور، معتقدند که هیچ چیزی حساب نکرده نیست؛ بدی‌ها یا کیفری هستند عادلانه یا ابتلائی هستند هدفدار و پاداش آور. سازمان بهداشت جهانی، آماری منتشر کرده و اعلام کرده که آمار خودکشی مخصوصاً در میان روشنفکران بالا می‌رود. بر حسب گزارش این سازمان، در هشت کشور اروپایی، خودکشی خیلی زیاد شده است. یکی از آن هشت کشور سوئیس است که ما آن کشور را نمونه خوشبختی می‌انگاریم. در این گزارش آمده است که خودکشی، سومین عامل مرگ و میر است، یعنی بیش از سرطان تلفات می‌دهد و متأسفانه در میان طبقه تحصیل کرده بیش از طبقه بی‌سواد واقع می‌شود. نیز در همین گزارش آمده است که در کشورهای در حال توسعه که در حال از دست دادن ایمان‌اند، خودکشی زیادتر است. در آلمان غربی هر سال ۱۲۰۰۰ نفر به وسیله خودکشی می‌میرند و ۶۰۰۰۰ نفر

۱. سوره بقره، آیه ۶۱.

خودکشی می‌کنند و نجات داده می‌شوند. این است زندگی کسانی که ایمان خویش را به خدای دانا «ربّ العالمین» از دست داده‌اند. اساساً باید دانست که برای خودکشی، عوامل متعددی ذکر شده است: جلب توجه، شکست در عشق، شکست در رقابتهای اجتماعی و اقتصادی، فقر، اعتیاد، خفقان، پوچ پنداری زندگی و هستی. ولی علت العلل، یک چیز است: بی‌ایمانی.^۱

۱. مطهری، مرتضی، مجموعه آثار، انتشارات صدر، ۱۳۷۷ ش، ج ۱، ص ۱۰۱.

منابع و مأخذ

*قرآن کریم

*نهج البلاغه

۱. جوادی آملی، عبدالله، رازهای نماز، سعید، قم، اسراء، پنجم، ۱۳۸۷
۲. جوادی آملی، عبدالله، تفسیر تنسیم، اسراء، قم، ج ۱، ۱۳۸۷.
۳. حر عاملی، محمد بن حسن، وسایل الشیعه، قم، موسسه آل البيت (علیهم السلام)، ۱۴۰۵.ق، چاپ دوم.
۴. صدوق، خصال، تصحیح علی اکبر غفاری، دفتر انتشارات اسلامی، ۱۳۶۲.
۵. طبرسی، فضل بن حسن، مجمع البیان فی علوم القرآن، بیروت، دارالمعرفه، ۱۴۰۶ ق، ج ۱ و ۲.
۶. طباطبایی، علامه سید محمد حسین، ترجمه تفسیر المیزان، ج پنجم، موسوی همدانی، سید محمد باقر، قم، جامعه ی مدرسین، ۱۳۷۴ ش.
۷. طیب، سید عبدالحسین، اطبیب البیان فی تفسیر القرآن، دوم، تهران، انتشارات اسلام، ۱۳۷۸ ش.
۸. قرائتی، محسن، تفسیر نور، مرکز فرهنگی، درسهایی از قرآن، ج ۱۱، تهران، ۱۳۸۳ شمسی.
۹. مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، جامعه درر الاخبار، تهران، ۱۳۷۹.
۱۰. محدث نوری، میرزا حسین، مستدرک الوسائل، قم، موسسه ی آل البيت، بی جا، ۱۴۰۸ ه. ق.
۱۱. مطهری، مرتضی، مجموعه آثار، انتشارات صدر، ۱۳۷۷ ش.
۱۲. مفید، محمد، الارشاد فی معرفت حجج العباد، نشر المؤتمر العالمی لالفیه الشیخ المفید، ۱۴۱۳ ق.
۱۳. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، ج اول، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴.
۱۴. مترجمان، تفسیر هدایت، مشهد، آستان قدس رضوی، اول، ۱۳۷۷ ش.