

عوامل تأثیرگذار در مرگ آسان یا مرگ دشوار از منظر آیات و روایات

ندا متین پور

چکیده

پژوهش حاضر به بررسی علمی عوامل مؤثر بر مرگ آسان یا دشوار از منظر آیات و روایات اسلامی می‌پردازد. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که باورهای اعتقادی قوی، سبک زندگی اخلاقی، عمل صالح، احسان به دیگران، رعایت حقوق مردم، توبه و حضور معنوی اطرافیان در لحظه احتضار، از مهم‌ترین عوامل تسهیل‌کننده مرگ آسان هستند. در مقابل، ضعف ایمان، شک در معاد، گناهان کبیره، ظلم، قطع رحم، وابستگی به دنیا و غفلت از یاد خدا، از جمله عوامل اصلی تجربه مرگ دشوار و اضطراب‌آور به شمار می‌روند. داده‌های این پژوهش با روش توصیفی-تحلیلی و بر اساس تحلیل محتوای منابع معتبر اسلامی، شامل قرآن کریم، احادیث و تفاسیر برجسته گردآوری و بررسی شده است. یافته‌ها بیانگر آن است که آموزه‌های اسلامی، راهبردهای معنوی و رفتاری روشنی برای ارتقای کیفیت مرگ و آمادگی وجودی انسان ارائه می‌دهند و می‌توانند نقش مؤثری در ارتقای معنویت فردی و سلامت روان اجتماعی ایفا نمایند.

کلمات کلیدی: عوامل اعتقادی، عوامل اخلاقی و رفتاری، سكرات موت، مرگ آسان، مرگ دشوار.

مقدمه

مرگ، به عنوان یکی از قطعی‌ترین و در عین حال پیچیده‌ترین واقعیت‌های حیات انسانی، همواره دغدغه ذهنی بشر و موضوع تأملات عمیق فلسفی، کلامی و اخلاقی بوده است. در متون اسلامی، مرگ نه پایان زندگی، بلکه انتقال به مرحله‌ای نوین از هستی و آغاز حیات اخروی تلقی می‌شود. کیفیت این انتقال، یعنی آسانی یا دشواری مرگ، از منظر قرآن کریم و روایات اهل بیت (ع) اهمیتی مضاعف دارد و به عنوان بازتابی از باورها، اخلاق و رفتارهای فرد در دنیا معرفی شده است. فهم علمی و مستند این عوامل می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در ارتقای معنویت فردی و سلامت روانی جامعه ایفا کند.

با وجود تأکید فراوان آموزه‌های اسلامی بر اهمیت مرگ و کیفیت آن، همچنان این پرسش اساسی مطرح است که: چه عوامل اعتقادی، اخلاقی، رفتاری و محیطی، بر مرگ آسان یا دشوار از منظر آیات و روایات اسلامی تأثیرگذارند و این عوامل چگونه در سبک زندگی و سرنوشت اخروی انسان نقش‌آفرین هستند؟ هدف این پژوهش، شناسایی، دسته‌بندی و تحلیل جامع و تطبیقی عوامل تسهیل‌کننده یا دشوارکننده مرگ بر اساس قرآن و روایات معتبر اسلامی است؛ به گونه‌ای که ضمن ارائه تصویری نظام‌مند از این عوامل، راهکارهای عملی برای ارتقای معنویت فردی و اجتماعی و آمادگی برای مواجهه با مرگ ارائه گردد.

در عصر حاضر، با توجه به افزایش دغدغه‌های معنوی و روانی و نیز گسترش پدیده مرگ‌اندیشی در جوامع انسانی، تبیین علمی و مستند آموزه‌های اسلامی درباره مرگ و کیفیت آن، ضرورتی انکارناپذیر یافته است. این پژوهش می‌تواند ضمن پاسخ به نیازهای معرفتی و معنوی جامعه، به اصلاح سبک زندگی و تقویت امید و آرامش روانی در مواجهه با مرگ کمک کند و مبنایی برای سیاست‌گذاری‌های فرهنگی و تربیتی فراهم آورد.

در این زمینه آثار متعددی به رشته تحریر در آمده است، اما هر یک با رویکرد و دامنه‌ای خاص؛ از جمله: کتاب «زندگی پس از مرگ» تألیف گروه نویسندگان، ابعاد اعتقادی، فلسفی و کلامی مرگ و حیات پس از آن را با رویکرد تطبیقی بررسی می‌کند. همچنین، کتاب «منازل الاخره (زندگی پس از مرگ)» نوشته شیخ عباس قمی؛ به بررسی مراحل زندگی پس از مرگ و اتفاقاتی که در عالم برزخ و قیامت رخ می‌دهد

می‌پردازد. علاوه بر این، کتاب «معاد و جهان پس از مرگ» تألیف آیت‌الله ناصر مکارم شیرازی؛ که به بررسی و تبیین مباحث مربوط به معاد و زندگی پس از مرگ و جهان آخرت می‌پردازد. کتاب «سفر آخرت» اثر جواد محدثی؛ که درباره عالم پس از مرگ و سرنوشت انسان در برزخ و قیامت اشاره دارد. با وجود این آثار، پژوهشی که به صورت ساختارمند، جامع و تطبیقی، عوامل مؤثر بر مرگ آسان و دشوار را با دسته‌بندی اعتقادی، اخلاقی، رفتاری و شرایط لحظه احتضار از منظر آیات و روایات اسلامی تحلیل و مقایسه کند، وجود ندارد. این مقاله در پی پر کردن این خلأ علمی است و تلاش دارد تصویری منسجم، مستند و کاربردی از عوامل مؤثر بر کیفیت مرگ ارائه دهد تا زمینه‌ای برای پژوهش‌های آتی و ارتقای معنویت فردی و اجتماعی فراهم آورد.

۱. مبانی نظری، تعریف مفاهیم و اصطلاحات

هر پژوهش علمی، برای دستیابی به تحلیل دقیق و معتبر، نیازمند تبیین روشن مفاهیم و چارچوب‌های نظری مرتبط با موضوع خود است. بخش حاضر با هدف ایجاد زمینه‌ای علمی و نظام‌مند برای بررسی عوامل مؤثر در مرگ آسان یا دشوار، به تعریف و تبیین مفاهیم بنیادین و اصطلاحات کلیدی می‌پردازد. این رویکرد، ضمن یکپارچه‌سازی ادبیات موضوع، امکان فهم مشترک و ارزیابی دقیق‌تر یافته‌های پژوهش را فراهم می‌سازد و بستری مناسب برای تحلیل‌های تخصصی در فصول بعدی ایجاد می‌کند.

۱-۱ تعریف و مفهوم مرگ

در زبان عربی، واژه «موت» (مَوْتُ) از ریشه «موت» به معنای «از بین رفتن زندگی و زوال حرکت و احساس» است.^۱

در لسان‌العرب آمده است: «الموت: ضد الحیاء، و هو مفارقة الروح الجسد؛ یعنی: مرگ ضد زندگی است و به معنای جدایی روح از بدن می‌باشد».^۲

در فارسی، واژه «مرگ» به معنای «پایان زندگی، قطع حیات، و جدایی روح از بدن» آمده است.^۳

^۱ راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، ذیل واژه موت

^۲ ابن منظور، لسان العرب، ج ۱۵، ص ۴۰۲

^۳ دهخدا، لغت نامه دهخدا، ذیل واژه مرگ؛ معین، فرهنگ فارسی، ذیل واژه مرگ

مرگ در آموزه‌های اسلامی، نه پایان هستی انسان، بلکه انتقال به مرحله‌ای نوین از حیات تلقی می‌شود. در قرآن، مرگ به عنوان انتقال از عالم دنیا به عالم برزخ و سپس آخرت معرفی شده است: «كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ؛ یعنی هر نفسی چشنده مرگ است».^۱

این آیه، بر قطعیت و فراگیری مرگ برای همه انسان‌ها تأکید دارد و نشان می‌دهد که مرگ، بخشی از سنت الهی و قانون آفرینش است.^۲

در روایات، مرگ پلی میان دنیا و آخرت و آغاز مرحله‌ای نوین از حیات است. امام علی (ع) می‌فرماید: «مردم در خواب‌اند، وقتی می‌میرند بیدار می‌شوند».^۳ همچنین، پیامبر اکرم (ص) توصیه می‌فرماید «اکثروا ذکر هادم اللذات؛ مرگ، ویرانگر لذت‌هاست، پس بسیار به یاد آن باشید».^۴

این توصیه‌ها نشان می‌دهد که مرگ، نه تنها پایان نیست، بلکه فرصتی برای بازنگری در زندگی و آماده سازی برای حیات ابدی است.

۲-۱ تعریف و مفهوم سكرات موت

واژه «سكره» در لغت به معنای حالتی است که بر اثر شدت درد یا ترس یا شگفتی بر انسان عارض می‌شود و او را از حالت عادی خارج می‌سازد.^۵

در لسان‌العرب آمده است: «السَّكْرَةُ: الشَّدَّةُ الَّتِي تَغْشَى الْإِنْسَانَ عِنْدَ الْمَوْتِ؛ سكره، شدت و حالتی است که هنگام مرگ بر انسان عارض می‌شود».^۶

در فارسی، «سكرات» به معنای حالات سخت و بی‌هوشی و بی‌تابی هنگام مرگ آمده است.^۷

^۱ آل عمران: ۱۸۵

^۲ طباطبایی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۳، ص ۲۷۵

^۳ نهج البلاغه، حکمت ۱۳۳

^۴ مجلسی، بحارالانوار، ج ۶، ص ۱۳۳

^۵ راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، ذیل واژه سکر

^۶ ابن منظور، لسان العرب، ج ۴، ص ۳۴۷

^۷ دهخدا، لغت نامه دهخدا، ذیل واژه سكرات

قرآن کریم می‌فرماید: «وَجَاءَتْ سَكْرَةُ الْمَوْتِ بِالْحَقِّ ذَلِكَ مَا كُنْتَ مِنْهُ تَحِيدُ؛ و بی‌هوشی مرگ به حق فرا می‌رسد؛ این همان چیزی است که از آن می‌گریختی»^۱.

سکرات موت، حالات ویژه‌ای است که هنگام جان دادن بر انسان عارض می‌شود و شدت آن، تابع ایمان و اعمال فرد است.^۲

در روایات، میان سکرات موت مؤمن و کافر تفاوت ذکر شده است. امام صادق(ع) می‌فرماید: «مرگ برای مؤمن، چون بوییدن گلی خوشبوست و برای کافر، چون پوست کندن بدن در حالی که زنده است»^۳. این روایت، به تفاوت تجربه مرگ بر اساس کیفیت زندگی معنوی و اخلاقی اشاره دارد.

۳-۱ تبیین مرگ آسان و مرگ دشوار و ویژگی‌های آنان از منظر آیات و روایات

• مرگ آسان

مرگ آسان در متون اسلامی، مرگی است که با آرامش، رضایت، و کمترین رنج و اضطراب همراه باشد. قرآن کریم در وصف مؤمنان می‌فرماید: «الَّذِينَ تَتَوَفَّاهُمُ الْمَلَائِكَةُ طَيِّبِينَ يَقُولُونَ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ؛ فرشتگان جان آنان را در حالی که پاک و پاکیزه‌اند می‌گیرند و به آنان می‌گویند: سلام بر شما»^۴.

در تفسیر این آیه آمده است که فرشتگان با بشارت و آرامش، جان مؤمنان را می‌گیرند و آنان را به بهشت وعده می‌دهند.^۵

در روایات نیز مرگ آسان با تعبیری چون «درآوردن لباس چرکین و پوشیدن لباس پاکیزه» یا «رفتن از خانه‌ای ویران به خانه‌ای آباد» توصیف شده است.^۶ این توصیفات، نشان‌دهنده آرامش و امیدواری مؤمن در لحظه مرگ است.

^۱ ق: ۱۹

^۲ طباطبایی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۸، ص ۲۱۶

^۳ کلینی، اصول کافی، ج ۳، ص ۲۳۲

^۴ نحل: ۳۲

^۵ طباطبایی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۲، ص ۳۸۸

^۶ مجلسی، بحارالانوار، ج ۶، ص ۱۵۳

در قرآن کریم آمده است: « فَهَلْ عَسَيْتُمْ إِنْ تَوَلَّيْتُمْ أَنْ تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ وَتَقَطَّعُوا أَرْحَامَكُمْ »^۱. پیامبر اکرم (ص) فرمود: کسی که قطع رحم کند، هنگام مرگ با سختی و عذاب جان می‌دهد.^۲

• وابستگی شدید به دنیا، مال حرام و تعلقات مادی

وابستگی به دنیا، مال حرام و تعلقات مادی، موجب حسرت، اضطراب و سختی جان دادن است. در قرآن کریم آمده است: « يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ »^۳ خوردن مال حرام، آثار سوء در دنیا و آخرت دارد. امام صادق (ع) می‌فرماید: «کسی که مال حرام اندوخته باشد، هنگام مرگ با حسرت و عذاب جان می‌دهد».^۴

• بدخلقی، ناسپاسی و آزار دیگران

بدخلقی، ناسپاسی، زبان‌درازی و آزار رساندن به مردم، از جمله رفتارهایی است که در روایات به عنوان عامل سختی مرگ معرفی شده است. پیامبر اکرم (ص) فرمود: «کسی که با زبان و رفتار خود مردم را بیازارد، هنگام مرگ با سختی جان می‌دهد».^۵

امام صادق (ع) می‌فرماید: «بدخلقی، گناهان را زیاد می‌کند و مرگ را دشوار می‌سازد».^۶

• ترک توبه و اصرار بر ادامه خطا

اصرار بر گناه و ترک توبه، عامل مهمی در دشواری مرگ است. در قرآن کریم آمده است: «وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا؛ توبه و استغفار، راه نجات و آرامش است؛ ترک آن، موجب حسرت و عذاب در مرگ می‌شود».^۷

^۱ محمد: ۲۲

^۲ مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۴، ص ۴۹

^۳ نساء: ۲۹

^۴ کلینی، اصول کافی، ج ۳، ص ۲۳۴

^۵ مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۱، ص ۳۸۲

^۶ کلینی، اصول کافی، ج ۲، ص ۱۰۳

^۷ آل عمران: ۱۳۵

امام علی(ع) فرمود: «کسی که توبه را به تأخیر اندازد، هنگام مرگ فرصت جبران را از دست می‌دهد و با حسرت جان می‌دهد».^۱

۳-۳ عوامل در لحظه احتضار در مرگ دشوار از منظر آیات و روایات

• غفلت از یاد خدا و ترک تلقین شهادتین

در آموزه‌های اسلامی، یاد خدا و تلقین شهادتین در لحظه احتضار، نقش کلیدی در آرامش محتضر دارد. اگر این یادآوری و تلقین انجام نشود، مرگ برای فرد دشوار و پر از اضطراب خواهد بود. امام صادق(ع) می‌فرماید: «هر کس در لحظه مرگ، یاد خدا و شهادتین را بر زبان نیاورد، مرگش دشوار خواهد بود».^۲

در حدیثی دیگر آمده است: «تلقین شهادتین به محتضر، همچون نوشیدن آب گوارا در لحظه عطش است. اگر این کار ترک شود، جان دادن با سختی همراه خواهد شد».^۳

• تنهایی، نبود حمایت معنوی و عاطفی

حضور اطرافیان مؤمن، خانواده و دوستان و دعا و استغفار آنان برای محتضر، در روایات به عنوان عاملی مهم برای آرامش و سهولت جان دادن معرفی شده است. نبود این حمایت، موجب اضطراب، ترس و دشواری مرگ می‌شود. امام علی(ع) می‌فرماید: «در لحظه احتضار، با یاد خدا و حضور دوستان، روح را آرام کنید».^۴ در روایتی دیگر آمده است: «حضور اهل ایمان و دعا برای محتضر، موجب آرامش و سهولت مرگ است و نبود آن، مرگ را دشوار می‌کند».^۵

• محیط آلوده به گناه و فضای غفلت

محیط آلوده به گناه، بی‌توجهی اطرافیان به معنویت و غرق بودن در امور دنیوی، از جمله عواملی است که در روایات به عنوان زمینه‌ساز مرگ دشوار معرفی شده است.

^۱ مجلسی، بحارالانوار، ج ۶، ص ۱۵۷

^۲ کلینی، اصول کافی، ج ۳، ص ۱۲۶

^۳ مجلسی، بحارالانوار، ج ۶، ص ۲۵۸

^۴ همان، ج ۶، ص ۱۵۷

^۵ کلینی، اصول کافی، ج ۳، ص ۱۲۷

پیامبر اکرم(ص) فرمود: «در کنار محتضر، جز به نیکی سخن نگویند و برایش دعا کنید، چرا که سخنان ناپسند و فضای غفلت، جان دادن را بر او سخت می‌کند»^۱.

• رو به قبله نبودن محتضر

در سنت اسلامی، قرار دادن محتضر رو به قبله نشانه تسلیم به خداوند و عامل آرامش اوست. اگر این سنت رعایت نشود، در روایات آمده که مرگ ممکن است با سختی بیشتری همراه شود. امام صادق(ع) می‌فرماید: «هرگاه یکی از شما در حال احتضار بود، او را رو به قبله قرار دهید، زیرا این کار، نشانه تسلیم به خدا و موجب آسانی جان دادن است»^۲.

• نبود دعا و استغفار اطرافیان

دعا و استغفار اطرافیان برای محتضر، در روایات به عنوان سپری در برابر سختی‌های مرگ معرفی شده است. اگر اطرافیان به جای دعا و استغفار، به رفتارهای بی‌توجه و یا حتی ناامیدکننده بپردازند، جان دادن بر محتضر دشوار می‌شود. امام باقر(ع) می‌فرماید: «دعا و استغفار برای محتضر، همچون بارانی است که آتش عذاب را خاموش می‌کند»^۳.

• ترس، اضطراب و حسرت محتضر

در برخی روایات، به حالات روحی محتضر اشاره شده است که ترس از آینده، حسرت بر گذشته و اضطراب نسبت به سرنوشت، مرگ را دشوار می‌سازد.

امام علی(ع) می‌فرماید: «سه چیز است که هنگام مرگ انسان را رها نمی‌کند: حسرت بر گذشته، ترس از آینده و امید به رحمت خدا. اگر امید غالب شود، مرگ آسان می‌شود و اگر حسرت و ترس غالب شود، مرگ دشوار خواهد شد»^۴.

^۱ مجلسی، بحارالانوار، ج ۶، ص ۱۵۷

^۲ کلینی، اصول کافی، ج ۳، ص ۱۲۸

^۳ همان، ج ۶، ص ۲۵۷

^۴ مجلسی، بحارالانوار، ج ۶، ص ۱۵۷

نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با تحلیل عمیق و مستند آیات قرآن کریم و روایات معصومان(ع)، نشان داد که کیفیت مرگ انسان نه تنها یک فرایند زیستی، بلکه پدیده‌ای پیچیده و چندبعدی است که تحت تأثیر عوامل اعتقادی، اخلاقی، رفتاری و شرایط لحظه احتضار قرار دارد. یافته‌ها تأکید می‌کنند که ایمان قوی به توحید و معاد، باور به وعده‌های الهی، و حسن ظن به رحمت خداوند، پایه‌های اساسی تجربه مرگ آسان و آرامش‌بخش هستند. از سوی دیگر، ضعف ایمان، شک و تردید در معاد، سوءظن به خداوند و غفلت از یاد او، به شدت موجب اضطراب، وحشت و سختی جان دادن می‌شوند.

در حوزه اخلاق و رفتار، عمل صالح، احسان به دیگران، رعایت حقوق مردم، توبه مستمر، خوش‌خلقی و پرهیز از گناه، به عنوان عوامل مؤثر در تسهیل مرگ معرفی شدند. بالعکس، ارتکاب گناهان کبیره، ظلم، قطع رحم، وابستگی به دنیا و مال حرام، و ترک توبه، زمینه‌ساز مرگ دشوار و عذاب‌آور هستند. همچنین، شرایط معنوی و محیطی لحظه احتضار، مانند تلقین شهادتین، حضور معنوی اطرافیان، و فراهم کردن محیطی آرام و معنوی، نقش تعیین‌کننده‌ای در کاهش سختی‌های مرگ ایفا می‌کند.

این مطالعه، با روش توصیفی-تحلیلی و تحلیل محتوای متون دینی، نشان داد که آموزه‌های اسلامی مجموعه‌ای جامع از راهکارهای معنوی و رفتاری را برای ارتقای کیفیت مرگ و آمادگی وجودی انسان ارائه می‌دهند. این راهکارها نه تنها به بهبود وضعیت فردی در لحظه مرگ کمک می‌کنند، بلکه می‌توانند به ارتقای سلامت روانی و معنوی جامعه نیز منجر شوند. بنابراین، توجه به این آموزه‌ها و ترویج سبک زندگی دینی و اخلاقی، ضرورت انکارناپذیری برای تحقق مرگ آسان و آرامش‌بخش است که باید در برنامه‌های تربیتی، فرهنگی و بهداشتی مورد توجه قرار گیرد.

منابع

- قرآن کریم
- نهج البلاغه
- ۱. ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، تحقیق: جمال الدین میردامادی، بیروت: دارالفکر-دار صادر، چاپ سوم، ۱۴۱۴ ه. ق.
- ۲. دهخدا، علی اکبر، لغت نامه دهخدا، تهران، دانشگاه تهران، چاپ اول، ۱۳۸۵ ه. ش.
- ۳. معین، محمد، فرهنگ فارسی، تهران: انتشارات امیرکبیر، ۱۳۷۸ ه. ش.
- ۴. راغب اصفهانی، حسین ابن محمد، المفردات فی غریب القرآن، تحقیق: صفوان عدنان داودی، دمشق- بیروت: دار العلم - الدار الشامیه، ۱۴۱۲ ه. ق .
- ۵. طباطبایی، سید محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، قم: دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۴۱۷ ه. ق.
- ۶. کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، ترجمه: سید جواد مصطفوی، قم: انتشارات بینا، ۱۴۱۰ ه. ق.
- ۷. مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، بیروت: دار إحياء التراث العربی، چاپ دوم، ۱۴۰۳ ه. ق.