

عوامل بازدارنده سلامت معنوی

محمدجواد ابوالقاسمی^۱

چکیده

قلب و دل حقیقی انسان که با قلب صنوبری متفاوت است، خاستگاه و منبع اصلی عرفان و سلامت معنوی می‌باشد. این دل، همانند دیگر اعضا و جوارح انسان بیمار می‌گردد، لذا باید برای سلامتی دل تلاش کرد تا گرفتار بیماری نشود. ضروری است تا عوامل آسیب‌رسان و بازدارنده سلامت معنوی شناسایی شود و قبل از این‌که بیماری وارد قلب شود و او را فرا گیرد، پیشگیری‌های لازم انجام و مراقبت‌های ویژه اعمال گردد. به همین دلیل در این مقاله، با مرور آیات الهی، قرآن مجید و احادیث وارده از سوی معصومین (ع) و استفاده از آرای برخی از صاحب‌نظران مسلمان، بخشی از عوامل بازدارنده سلامت معنوی و عواملی که باعث آسیب، بیماری و حتی مرگ قلب می‌شود، شناسایی گردید. آسیب‌شناسی این عوامل می‌تواند زمینه را برای کنترل، پیشگیری و علاج آن فراهم آورد که اهم آن، عبارت است از: دل‌مردگی، دل‌دادگی و عاشق‌پیشگی نسبت به غیر خداوند، قساوت قلب و سنگدلی، عهدشکنی، استفاده از اموال نامشروع، طمع و آز، زورگویی، تکبر و ده‌ها عامل دیگر که در مقاله به آن اشاره شده است. این مطالعه توانسته است ادبیات نظری را برای یک مطالعه میدانی در حوزه آسیب‌شناسی سلامت معنوی فراهم آورد.

واژگان کلیدی

سلامت معنوی، قلب، بیماری دل، عوامل بازدارنده، آسیب‌شناسی

۱. عضو هیأت‌علمی سازمان مطالعه و تدوین کتاب‌های درسی دانشگاهی (سمت) و عضو گروه سلامت معنوی فرهنگستان علوم پزشکی، تهران، ایران.
Email: abolghasemi110@gmail.com

مقدمه

با عنایت به آنچه در تعریف سلامت معنوی بر آن تأکید گردیده است، سلامت معنوی به عنوان رکن چهارم سلامت از اهمیت فراوانی برخوردار می‌باشد، چون این نوع از سلامت علاوه بر این که می‌تواند در خدمت دیگر اضلاع سلامت چون سلامت جسمی و سلامت روانی و اجتماعی قرار گیرد، می‌تواند در پدیدآوردن انسان سالم و حرکت کردن به سوی تکوین انسان کامل ایفای نقش کند. در این راستا قلب به عنوان خاستگاه اصلی سلامت معنوی معرفی شده است؛ به این معنی که سلامت معنوی زمانی حاصل می‌شود که قلب و جان و روح انسان سالم باشد، اگر قلب و روح انسان سالم بود سایر اعضای بدن انسان تحت تأثیر او قرار می‌گیرند و راه سالم را می‌پیمایند و اگر مرکز کنترل روح و جسم که همان قلب انسان است دچار بیماری و آسیب شود، سایر قسمت‌ها آسیب می‌بینند و مسیر تکاملی انسان با چالش مواجه می‌گردد. در فرهنگ و نگاه قرآن و حدیث، «قلب حقیقی» که با «قلب صنوبری» متفاوت است، به عنوان یک منبع شناخت و عرفان و خاستگاه اصلی معرفت و سلامت معنوی به حساب می‌آید.^۱

علامه مجلسی می‌گوید: «قلب، شرف انسان و امتیاز بزرگی است؛ این جایگاه، به خاطر ظرفیت و استعدادی است که به وسیله آن قلب می‌تواند نسبت به خداوند شناخت پیدا کند و به همین دلیل در این دنیا دارای زیبایی، رشد و سربلندی گردیده و در آخرت تبدیل به یک گنج و سرمایه بزرگی شده است و به همین دلیل هم از سایر مخلوقات پیشی گرفته است. پس این قلب است که نسبت به خداوند معرفت پیدا کرده و می‌کند و همین قلب است که برای خداوند کار کرده و می‌کند و همین قلب است که تلاش کرده و می‌کند تا به خدا برسد و بالاخره همین قلب است که به خداوند نزدیک می‌شود و سایر اعضا و جوارح انسان دنبال‌رو

قلب هستند و مانند خدمت گزاران و ابزاری هستند که در اختیار قلب قرار گرفته اند و قلب از همه آنها استفاده می کند و همانند نوکرانی در خدمت پادشاه هستند و همانند رعیتی در خدمت ارباب و همانند ابزاری که در خدمت کشاورز یا صنعت گری قرار می گیرند.^۲

این قلب از آغاز آفرینش انسان، سالم و صاف آفریده شده است، چون پیامبر (ص) فرمود: «هر نوزادی با سرشت پاک متولد می شود.^۳ ولی گناه بر او سایه می افکند و گرد و غبار بر او می نشاند و او را تاریک می کند و تنها اشک چشم و سوزش دل در هنگام پشیمانی از گناه می تواند ظلمت و گرد و غبار و زنگارها را از او بزدايد و درخشش خود را باز یابد. به تعبیر فیض کاشانی، همان گونه که لباس کثیف مناسب شأن میهمانی بزرگان نیست، با قلبی که تمیز نباشد نمی تواند به محضر خداوند بار یافت. باید قلبها را شستشو داد تا امکان حضور فراهم گردد.^۴ وی می گوید: «نیت از قلب برخاسته می شود و میزان خلوص آن برگشت می کند به میزان معرفت و شناختی که فرد نسبت به خداوند داشته باشد. هر چقدر شناخت و معرفت، عمیق تر و صاف تر باشد، نیت نیز عمیق تر و صاف تر خواهد بود. کسی که دارای نیت خالص شد هوای نفس او مقهور عظمت خداوند می شود و در این شرایط است که از خداوند برای انجام هرگونه گناه و نافرمانی «حیا» می کند.^۵

با عنایت به آنچه بیان شد، همان گونه که جسم بیمار می شود، قلب و روح هم بیمار می گردد و همان گونه که باید در پی علاج جسمانی بود باید روح را نیز معالجه نمود.

علی (ع) در وصیت خود به پسرش فرمود: «ای پسر من یکی از بلاها و گرفتاری‌های روزگار، فقر و نداری است و از آن شدیدتر این است که بدن انسان دچار مریضی شود و از آن شدیدتر و بدتر این است که قلب انسان مریض شود.»^۶ «ملاصدرا» در شرح اصول کافی می‌گوید: «همان‌گونه که اعتدال در مزاج انسانی یعنی «صحت» و «سلامتی» زمانی امکان‌پذیر است که همه امراض از بدن رخت بریندد. همچنین است امراض قلبیه که همان اخلاق ناپسند می‌باشد. بنابراین سلامت و صحت معنوی و قلبی حاصل نمی‌شود، مگر این‌که آن اخلاق ناپسند به صورت کلی رخت بریندد و این نوع «سلامت» اعتدالی است در روح و قلب که اخلاق نیکو نامیده می‌شود. بنابراین همان‌گونه که زیبایی جسمی وقتی به دست می‌آید که همه اعضا و جوارح زیبا باشد. زیبایی و نیکویی اخلاق هم وقتی به دست می‌آید که همه ابعاد اخلاق نیکو به دست آمده باشد.»

بنابراین اگر قلب و دل آدمی سالم باشد بقیه اعضا و جوارح آدمی از نظر معنوی سالم است و اگر بیمار باشد بقیه اعضا و جوارح آدمی نیز از نظر معنوی بیمار خواهد بود.

امام جعفر صادق (ع) می‌فرماید: «همیشه و در هر جا که هستی و در هر شرایطی که می‌باشی در پی سلامت دینت، قلبت و خوب‌بودن آخر عاقبت باش و مرتب برای تأمین این سلامتی از خداوند کمک بخواه و دعا کن؛ این چنین نیست که هرکسی آرزوی داشتن این نوع سلامتی را دارد حتماً به آن می‌رسد. چگونه می‌توان تصور کرد کسی به این سلامتی دست یابد در حالی که خودش را در مسیر و معرض بلاها و گرفتاری‌های مختلف قرار می‌دهد و راه‌هایی را می‌پیماید که برخلاف سلامت است و با اصول و معیارهای سلامت در تعارض می‌باشد.»

با توجه به تبیین اهمیت و جایگاه قلب به عنوان خاستگاه اصلی سلامت معنوی، ضرورت دارد تا آسیب‌ها شناسایی و موانع و عوامل بازدارنده و تاریک‌کننده قلب کاویده شود، چون برای توسعه و اشاعه سلامتی و معالجه هر بیماری در گام نخست باید نوع بیماری، ریشه‌ها و عوامل ایجادکننده آن مورد شناسایی دقیق قرار گیرد. در این قسمت از مقاله، با بهره‌گیری از آیات قرآن، احادیث وارد شده از سوی معصومین (ع) و استفاده از دیدگاه‌های برخی از علمای اسلام، به عواملی که باعث می‌گردد چراغ دل خاموش شود و به منبع اصلی سلامت معنوی که قلب می‌باشد آسیب بزند اشاره خواهد شد؛ آن عوامل عبارت است از:

۱- دل‌مردگی

دل‌مردگی حالتی است که شور، نشاط و امید کم‌رنگ می‌شود و سرچشمه‌های معرفت و حقیقت‌بینی خشک می‌گردد. در این حالت، انسان چشم دارد، ولی نمی‌بیند، گوش دارد، ولی نمی‌شنود، قلب دارد، ولی عشق و عاطفه ندارد و... این حالت دارای علت‌هایی است که در قرآن و احادیث به آن اشاره شده است، من جمله:

الف - جمع شدن گناهان روی هم.

ب - گفتگوی بیش از نیاز با زنان نامحرم.

ج - مجادله و بحث‌های بیهوده با انسان‌های احمق و نادان.

چون تو می‌گویی آن هم می‌گوید، ولی در نهایت به جایی نخواهد رسید و نتیجه‌ای دربر نخواهد داشت.

د - هم‌نشینی با انسان‌های مرقه و توانگران خوشگذران.

ه - هم‌نشینی با فرومایگان.

و - هم‌نشینی با ثروتمندان.

ز - خنده‌های زیاد و بی‌مورد.

ح - هم‌نشینی با کسانی که عمل‌کننده به احکام الهی نیستند.^۸

۲- دل‌دادگی و عاشق‌پیشگی

یکی دیگر از عوامل بازدارنده که باعث می‌گردد نور قلب خاموش شود و سلامت معنوی را در مخاطره قرار دهد، عاشق‌پیشگی و دل‌داده‌شدن نسبت به فرد، موقعیت و یا هر چیز دیگر می‌باشد، چون هرکس عاشق شد چشمش کور می‌شود و دلش مریض می‌گردد. در این شرایط است که با چشم عیب‌ناک می‌بیند و با گوش ناشنوا می‌شنود. وقتی درست نتوانست ببیند و درست بشنود، شهوت‌ها و تمایلات نفسی بر عقل او مسلط می‌شوند و در نتیجه علاقمندی بیش از اندازه به دنیا دل او را می‌میراند.

مانند آنچه بیان شد احادیث فراوانی از معصومین (ع) وجود دارد که علاقمندی مفرط به هر چیزی را رد کنند، چون باعث می‌شود انسان حقیقت را نبیند، وقتی کور و کر می‌شود، نه جایی را می‌بیند و نه چیزی را می‌شنود؛ به همین دلیل است که توصیه شده است انسان باید عاشق و دل‌داده کسی و جایگاهی باشد که او به جایی و کسی نیازی ندارد و آن کس غیر از خداوند نمی‌باشد. حضرت ابراهیم (ع) می‌گوید: «لَا أَحِبُّ الْأَفْلِينَ؛ من غروب‌شونده‌ها و افول‌کننده‌گان را دوست ندارم.» (انعام: ۷۵)

۳- قساوت قلب و سنگدلی

یکی از معیارها و شاخص‌های اصلی سلامت معنوی، قلب و دل ملایم و نرم می‌باشد که در مقابل آن قساوت قلب و سنگدلی است. در فرهنگ قرآن و حدیث به عواملی اشاره می‌شود که باعث می‌گردد قساوت قلب و سنگدلی در فرد و جامعه گسترش پیدا کند و سلامت جامعه را مورد مخاطره قرار دهد که به برخی اشاره خواهد شد.

الف - قرآن عهدشکنی را عمل بزرگ پدیدارشدن سنگدلی در فرد و جامعه می‌داند: «فَبِمَا نَقُضِهِم مِّثَاقَهُمْ لَعَنَّاهُمْ وَجَعَلْنَا قُلُوبَهُمْ قَاسِيَةً؛ ولی بخاطر پیمان‌شکنی، آن‌ها را از رحمت خویش دور ساختیم و دل‌های آنان را سخت و سنگین نمودیم.» (مائده: ۱۳)

ب - پیامبر اکرم (ص) موارد بسیاری را بیان می‌دارد که باعث سنگدلی در فرد و جامعه می‌شود من جمله:

۱- زیاده‌گویی‌هایی که به یاد خدا و برای خدا نباشد.^۹

۲- بیهوده شنوی مانند گوش‌دادن به آهنگ‌ها و موسیقی‌های حرام و غیر مفید.

۳- به دنبال شکاررفتن.

۴- ترک عبادت و بندگی خداوند.^{۱۰}

ج - علی (ع) نیز در روایت‌های مختلف سنگدلی در فرد و جامعه را مورد بررسی قرار داده و عوامل آن را بیان داشته که به برخی اشاره می‌شود:

۱- افزایش گناه در فرد و جامعه انسان را سنگدل می‌کند و دیگر چشم‌ها

نمی‌گیرند.^{۱۱}

۲- دورپنداری معاد و روز آخرت.^{۱۲}

۳- بسیاری مال و ثروت دین را تباه و دل را سخت می‌کند.^{۱۳}

۴- نگاه‌کردن و توجه‌نمودن به انسان بخیل دل را سخت می‌کند.^{۱۴}

۴- حرام‌خواری و استفاده از اموال نامشروع

این عامل سرچشمه‌های حکمت را خشک می‌نماید، دل و قلب را کدر می‌کند. در روز عاشورا وقتی لشگریان عمر سعد از هرسو امام حسین (ع) را محاصره می‌کنند، امام حسین (ع) به نصیحت آنان می‌پردازد، ولی سودی نمی‌بخشد. پس از این‌که

از آن‌ها مایوس می‌شود علت حق ناشنوی آنان را بیان می‌دارد و می‌فرماید: «شکم‌های شما پر از حرام شده است و در نتیجه دل‌هایتان مهر خورده است.»^{۱۵}

۵- طمع

پیامبر اکرم (ص) طمع را یکی از عوامل بازدارنده می‌داند، چون طمع باعث می‌شود که انسان نسبت به جمع پول و امکانات و یا دستیابی به قدرت حریص شود و به وسیله دوستی و عشق به دنیا بر دل او مهر زده شود. «زنهار که در دام طمع بیفتی، چون طمع باعث حرص می‌شود و حرص و فزون‌خواهی آرامش دل را به هم می‌زند و در نهایت به خاطر دوستی بیش از اندازه دنیا دل‌ها مهر زده می‌شود.»^{۱۶} در حدیثی دیگر همین حالتی که به خاطر طمع پدید می‌آید به عنوان کلید همه گناهان معرفی شده است؛ «حرص و طمع کلید همه گناهان است و ریشه و آغاز هرگونه خطا و نافرمانی و علت اصلی سقوط و نابودشدن هر خوبی می‌باشد.»^{۱۷}

در قرآن مجید آیاتی وجود دارد که عوامل بازدارنده سلامت معنوی و بسته شدن کانون معنوی سلامت که قلب می‌باشد را بیان می‌دارد، آن عوامل به شرح ذیل می‌باشد:

۶- زورگویی، تکبر و سرکشی

در قرآن مجید کسانی را که بدون علم و دانش لازم پیرامون آیات الهی گفتگو و مجادله می‌کنند را نکوهش کرده و آن‌ها را متکبر و سرکش معرفی نموده است: «الَّذِينَ يُجَادِلُونَ فِي آيَاتِ اللَّهِ بِغَيْرِ سُلْطَانٍ أَتَاهُمْ كَبِيرٌ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ وَعِنْدَ الَّذِينَ آمَنُوا كَذَلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَى كُلِّ قَلْبٍ مُتَكَبِّرٍ جَبَّارٍ؛ همان‌ها که در آیات خدا بی‌آنکه دلیلی برایشان آمده باشد به مجادله برمی‌خیزند؛ (این کارشان) خشم عظیمی نزد خداوند و نزد

آنان که ایمان آورده‌اند به بار می‌آورد؛ این‌گونه خداوند بر دل هر متکبر جباری مَهْر می‌نهد» (غافر: ۳۵)

در آیه دیگر، تجاوزکاری و ستم‌پیشگی را عامل قفل‌شدن دل‌ها معرفی کرده است: «نَطْبُعُ عَلَى قُلُوبِ الْمُعْتَدِينَ؛ این‌چنین بر دل‌های تجاوزکاران مهر می‌نهمیم (تا چیزی را درک نکنند).» (یونس: ۷۴)

۷- نادانی و بی‌دانشی

در فرهنگ قرآن ریشه بسیاری از انحرافات و مشکلات اجتماعی را در جهل، نادانی و بی‌دانشی می‌داند: «كَذَلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِ الَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ؛ این‌گونه خداوند بر دل‌های آنان که آگاهی ندارند مهر می‌نهد.» (روم: ۵۹)

۸- حق‌پوشی و هواپرستی

قرآن کفرورزی و حق‌پوشی را آسیبی مهم برای سلامت قلب می‌داند: «يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِ الْكَافِرِينَ؛ این‌گونه خداوند بر دل‌های کافران مهر می‌نهد (و بر اثر لجاجت و ادامه گناه، حس تشخیص‌شان را سلب می‌کند).» (اعراف: ۱۰۱)

در آیه‌ای دیگر، هواپرستی و ترجیح‌دادن خواست‌های نفسانی بر خواسته‌های الهی را: «أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَ خَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَ قَلْبِهِ وَ جَعَلَ عَلَى بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ؛ آیا دیدی کسی را که معبود خود را هوای نفس خویش قرار داده و خداوند او را با آگاهی (بر این‌که شایسته هدایت نیست) گمراه ساخته و بر گوش و قلبش مهر زده و بر چشمش پرده‌ای افکنده است؟! با این حال چه کسی می‌تواند غیر از خدا او را هدایت کند؟! آیا متذکر نمی‌شوید؟!» (جاثیه: ۲۳)

۹- شهوت پرستی

یکی دیگر از عوامل بازدارنده و آسیب‌رسان به سلامت معنوی و خاستگاه اصلی آنکه قلب می‌باشد، شهوت پرستی و پیروی از خواسته‌های نامشروع درونی است، امام کاظم (ع) می‌فرمایند: «خداوند به داود (ع) پیام داد که ای داود، اصحابت را از حب شهوات و علاقه وافر به خواسته‌های نفسانی پرهیز و بیم ده، چون کسانی که دل در گرو شهوت‌های دنیایی دارند، پرده‌ای بر دل‌هایشان کشیده می‌شود و دیگر قادر نمی‌باشند با من ارتباط برقرار کنند.»^{۱۸}

پیامبر اکرم (ص) می‌فرمایند: «انسان مؤمن هرگاه مرتکب گناه و خطایی شد یک نقطه سیاه در قلبش پدید می‌آید. حال اگر متوجه شد و دست از گناه برداشت و جبران کرد آن سیاهی بر طرف می‌شود، ولی اگر توبه نکرد و باز گناه کرد این نقطه بزرگ‌تر می‌شود.»^{۱۹} تا این‌که تمامی قلب را فرا گیرد و این همان زنگاری است که خداوند فرمود: «كَأَلَّا بَلَّ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ، كَأَلَّا إِنَّهُمْ عَنْ رَبِّهِمْ يَوْمَئِذٍ لَمَّحْجُوبُونَ؛ چنین نیست که آن‌ها می‌پندارند، بلکه اعمالشان چون زنگاری بر دل‌هایشان نشسته است، چنین نیست که می‌پندارند، بلکه آن‌ها در آن روز از پروردگارشان محجوبند!» (مطففین: ۱۴ و ۱۵)

۱۰- لجاجت در امور

امام علی (ع) لجاجت‌ورزی و کش‌دادن بیهوده امور را عمل مهمی در پدیدآمدن زنگار به قلب و دورشدن از سلامت معنوی می‌داند. «کسی که لجاجت بورزد و بر موضع گمراهی پایداری ورزد، او همان پیمان‌شکن نگونساری است که خداوند بر دلش پرده کشیده است.»^{۲۰}

۱۱- فتنه‌ها و آشوب‌ها

یکی دیگر از عوامل آسیب‌رسان به سلامت معنوی در فرد و جامعه، پدید آمدن آشوب‌های اجتماعی و درهم آمیخته شدن حق و باطل و پدید آمدن فتنه در جامعه است. این شرایط باعث می‌شود که سلامت معنوی جامعه در مخاطره جدی قرار گیرد و دل‌های آن جامعه از مسیر اعتدال خارج شود و منحرف گردد.

«فتزیغ قلوب بعد الاستقامه و تَضِلُّ رِجَالٌ بَعْدَ سَلَامَةٍ؛ در آن شرایط دل‌ها از مسیر اعتدال منحرف می‌شود و انسان‌هایی که سالم بودند به گمراهی کشیده می‌شوند.»^{۲۱}

۱۲- هم‌سخن شدن با نامحرمان

یکی از عوامل آسیب‌رسان به سلامت معنوی فرد و جامعه که باعث انحراف دل می‌شود، هم‌سخن شدن و گفتگوی مستمر با زنان نامحرم می‌باشد. این عامل باعث می‌شود که قلب به عنوان خاستگاه اصلی سلامت معنوی آسیب ببیند. «گفتگوی با زنان نامحرم منجر به گرفتاری و باعث دل‌گرفتگی و تاریکی قلب می‌شود.»^{۲۲}

۱۳- استفاده غیر اصولی و غیر روشمند از آیات الهی در گفتمان اجتماعی

استفاده از آیات الهی در گفتمان‌های اجتماعی نیازمند رعایت چارچوب‌های کلی در فهم صحیح آن آیات می‌باشد و اگر قرار باشد هر کسی فهم خود را ملاک عمل قرار دهد و بر آن اساس نسبت به مسائل اجتماعی قضاوت کند کار به استکبار، زورگویی و خشونت اجتماعی می‌شود.

بهره‌مندی از هر دانشی نیازمند رعایت کردن اصول و چارچوب‌های تعریف شده آن می‌باشد. نمی‌توان انتظار داشت که قرآن توسط کسی تبیین و تفسیر شود که محکم و متشابه و عام و خاص و تمثیل و ده‌ها عنوان مرتبط دیگر را نمی‌شناسد و از همه بالاتر روح و جان او با قرآن عجین نشده و بهره‌مند از تقوا و عمل به قرآن نیست.

فهم و تفسیر قرآن نیازمند طی نمودن مقدماتی است و دارای چارچوب‌ها و اصول شناخته شده‌ای است که حتماً باید به آن توجه شود. «الَّذِينَ يُجَادِلُونَ فِي آيَاتِ اللَّهِ بِغَيْرِ سُلْطَانٍ أَتَاهُمْ كَبِيرٌ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ وَعِنْدَ الَّذِينَ آمَنُوا كَذَلِكَ يُطِيعُ اللَّهُ عَلَى كُلِّ قَلْبٍ مُتَكَبِّرٍ جَبَّارٌ؛ همان‌ها که در آیات خدا بی‌آنکه دلیلی برایشان آمده باشد به مجادله برمی‌خیزند، (این کارشان) خشم عظیمی نزد خداوند و نزد آنان که ایمان آورده‌اند به بار می‌آورد، این‌گونه خداوند بر دل هر متکبر جباری مَهر می‌نهد!» (غافر: ۳۵)

در این آیه مبارکه تصریح شده است کسانی که بدون اتکا به دلایل و براهین روشن و بدون استفاده از روش‌های علمی تعریف شده در آیات الهی بحث و گفتگو می‌کنند و نسبت به رد و قبول آن نظر می‌دهند، این افراد هم خداوند را به خشم می‌آورند و هم مؤمنان را چون این نوع بهره‌گیری از آیات الهی منجر می‌شود به بسته شدن فهم، درک و شعور قلبی و نتیجه قطعی آن تکبر، فزون‌خواهی و ظلم و ستم فردی و اجتماعی می‌باشد.

فیض کاشانی و غزالی بر این عقیده هستند که قلب همانند دژی است و شیطان دشمنی است که قصد ورود به این دژ و تسلط بر آن را دارد و هیچ‌کس نمی‌تواند دژ را از (ورود) دشمن نگاه دارد، مگر آنکه از درهای دژ و راه‌های ورودی و رخنه‌هایش پاسداری کند تا دشمن وارد نشود و کسی توان این کار را دارد که درهای دژ را بشناسد.^{۲۳}

آنان صفات و اخلاقیات مردم را راه‌های ورود شیطان و درهای آن می‌دانند و در دو کتاب «احیای العلوم» و «مَحْجَّةُ الْبِيضَاءِ» به صورت تفصیلی به آن پرداخته‌اند که برخی از موارد به صورت خلاصه در این بخش از نوشتار بیان خواهد گردید.

۱۴- حرص و حسد

هرگاه انسان به چیزی حریص باشد حرص او را کر و کور می‌کند. پیامبر (ص) فرمود: «اگر چیزی را دوست بداری تو را کر و کور می‌کند.»^{۲۴} نور بصیرت همان است که راه‌های ورود شیطان را می‌شناسد، و چون پرده حرص یا حسد آن را بپوشاند نمی‌بیند و شیطان فرصت پیدا می‌کند و در نظر شخص حریص تمام کارهایی که او را به خواسته‌اش می‌رساند نیکو جلوه می‌دهد، اگرچه زشت و ناپسند باشند، روایت شده که وقتی نوح (ع) بر روی دریا حرکت می‌کرد و در کشتی از هر جانداري دو جفت برد، چنانکه از طرف خدا مأمور شده بود در کشتی پیرمردی را دید که او را نمی‌شناخت. پس به او گفت: «چه چیز انگیزه ورودت شد؟ گفت وارد شدم که دل‌های یارانت را در اختیار گیرم تا دل‌هایشان با من و بدن‌هایشان با تو باشد، نوح (ع) گفت: ای دشمن خدا از کشتی بیرون شو که تو رانده درگاه خدایی، ابلیس به او گفت: پنج چیز است که مردم به سبب آن هلاک شده‌اند سه چیز را برایت می‌گویم، ولی دو تا را نمی‌گویم. خدا به نوح (ع) وحی کرد که به آن سه نیازی نداری به او دستور بده آن دو را برایت بگوید. نوح به شیطان گفت: آن دو چیست؟ گفت: دو چیزی است که در مورد آن دو مرا دروغگو نخوانی و با من مخالفت نکنی. مردم را حرص و حسد هلاک ساخته است. من به وسیله حسد لعنت شدم و شیطانی رانده شدم، اما حرص، تمام (نعمت‌های) بهشت بر آدم مباح شد و من به وسیله حرص وی به حاجتم رسیدم (و او را گمراه کردم).»^{۲۵}

۱۵- خشم

خشم عقل را تضعیف می‌کند و هرگاه لشکر عقل ضعیف شد، لشکر شیطان حمله می‌کند، و هر زمان که انسان خشمگین شود شیطان با او بازی می‌کند چنانکه کودک با توپ بازی می‌کند.

شیطان بر راهبی آشکار شد. راهب به او گفت: «کدام خوی آدمیزاده بیشتر به تو کمک کند؟ گفت: تندی و خشونت، زیرا بنده هرگاه تند شود او را زیر و رو می‌کنم، چنانکه کودکان توپ را زیر و رو می‌کنند.» گفته شده که شیطان می‌گوید: «چگونه آدمیزاده می‌تواند مرا مغلوب سازد؟ در حالی که هرگاه خشنود باشد، می‌آیم و در قلبش جا می‌گیرم و هرگاه خشمگین شود بر سر و روی او می‌پریم.»^{۲۶}

۱۶- علاقه مفرط به آراستگی لباس، اثاث و خانه

شیطان هرگاه این علاقه را در دل آدمی ببیند در آن لانه می‌کند و ماندگار می‌شود. پس همواره شیطان او را به آباد کردن خانه و تزیین سقف و دیوارها و توسعه بناهای آن فرا می‌خواند و نیز به آراستگی لباس و مرکبها دعوت می‌کند و در طول عمرش او را به فرمان خویش درمی‌آورد و هرگاه او را به این امور گرفتار ساخت دیگر نیازی ندارد که نزد او برگردد، زیرا یکی از این دلبستگی‌ها او را به دلبستگی دیگر فرا می‌خواند و همچنان ادامه می‌یابد تا اجلش برسد و بمیرد در حالی که راه شیطان و پیرو او می‌باشد. از این روست که بیم می‌رود فرجام کار آدمی به کفر انجامد. از بدفرجامی به خدا پناه می‌بریم.

۱۷- سیر شدن از غذا، اگرچه حلال و پاک باشد

سیری، شهوت را که اسلحه شیطان است تقویت می‌کند. روایت شده که ابلیس بر یحیی (ع) ظاهر شد. یحیی (ع) دید که همه نوع قفل به همراه دارد، لذا به شیطان گفت: «ای ابلیس این قفل‌ها چیست؟ گفت: این‌ها شهوت‌هاست که آدمیزاده

را به آن گرفتار می‌کنم. گفت: برای من هم قفلی هست؟ گفت: بسا باشد که از غذا سیر شوی پس تو را نسبت به نماز و یاد خدا سنگین (و بی‌میل) می‌سازم. یحیی گفت: آیا قفل دیگری هم هست؟ شیطان گفت نه. یحیی گفت: خدا را بر خود گواه می‌گیرم که هرگز شکمم را پر از غذا نکنم. ابلیس گفت: من نیز خدا را شاهد می‌گیرم که هرگز مسلمانی را نصیحت نکنم.^{۲۷}

۱۸- شتاب و پایدار نبودن در کارها

پیامبر خدا (ص) فرمود: «شتاب کار شیطان است و درنگ کار خداست.»^{۲۸} خدای متعال فرموده: «خُلِقَ الْإِنْسَانُ مِنْ عَجَلٍ؛ انسان از عجله آفریده شده است» [انبیاء: ۳۷] و فرمود: «وَ كَانَ الْإِنْسَانُ عَجُولًا؛ انسان همواره عجول است» [اسراء: ۱۱] و به پیامبرش (ص) فرمود: «وَ لَا تَعْجَلْ بِالْقُرْآنِ مِنْ قَبْلِ أَنْ يُقْضَى إِلَيْكَ وَحْيُهُ؛ و نسبت به قرآن عجله مکن پیش از آنکه وحی آن بر تو تمام شود.» [طه: ۱۱۴] این نهی از شتاب برای آن است که کارها را باید پس از بینش و شناخت انجام داد و بینش نیاز به فرصت و تأمل دارد و شتاب مانع از آن می‌شود. بنابراین در هنگام عجله شیطان از جایی که معلوم نمی‌شود شر خود را ترویج می‌کند.

۱۹- شبهه‌افکنی

یکی دیگر از راه‌های مهم ورود شیطان (به قلب) این است که عوام و افراد کم‌سواد را که از علم بهره کافی ندارند، وادار می‌کند که در ذات و صفات خدا و مطالبی که عقلشان به آن نمی‌رسد، بیندیشند تا بدین وسیله آن‌ها را در اصل دین به شک اندازد یا درباره ذات خدای متعال گرفتارشان سازد که خدا منزله از آن‌هاست و در نتیجه انسان کافر یا بدعت‌گذار می‌شود، حال آنکه خود از این کار شادمان است و به آنچه در اندیشه‌اش خطور کرده می‌بالد و گمان می‌کند که شناخت و بینش همین است و این مطالب از تیز هوشی و فزونی عقل بر او کشف شده است،

در حالی که نادان‌ترین مردم کسی است که خود را عاقل می‌داند، و عاقل‌ترین مردم کسی است که به خودش خوش گمان نباشد و به پرسیدن از علما حریص باشد. شخص عامی اگر هرگناهی انجام دهد به از آن است که راجع به علم سخن بگوید زیرا کسی که بدون آگاهی و پختگی، در علم مربوط به خدا و دین خدا سخن بگوید ندانسته کافر می‌شود مانند کسی که خود را به دریا بیفکند در حالی که شناگر نیست.

۲۰- سوء ظن و بدگمانی نسبت به دیگر مسلمانان

دیگر از راه‌های مهم ورود شیطان (به دل) بدگمانی به مسلمان‌هاست، از این رو خدای متعال فرموده است: «اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ؛ از بسیاری از گمان‌ها بپرهیزید، چراکه بعضی از گمان‌ها گناه است.» (حجرات: ۱۲) هرکس بر دیگری از روی گمان به بدی حکم کند شیطان او را به غیبت و می‌دارد در نتیجه یا هلاک شود یا در اقدام به ادای حقوق او کوتاهی کند یا در احترامش سستی نماید یا در او به نظر حقارت بنگرد و خود را از او بهتر بداند و تمام این امور هلاک‌کننده است، لذا دین از این‌که انسان خود را در معرض تهمت قرار دهد منع کرده است و پیامبر (ص) فرموده است: «از مواضع تهمت بپرهیزید»^{۲۹} تا آنجا که صفیه یکی از همسران پیامبر گوید: «پیامبر خدا (ص) در مسجد معتکف بود پس نزد او آمدم (صفیه)، و با او سخن گفتم و چون شب شد برگشتم. پیامبر برخاست و همراهم آمد. پس دو مرد از انصار به پیامبر (ص) برخوردند و سلام کردند و گذشتند. پیامبر آن‌ها را صدا زد و فرمود: این زن صفیه دخت حیی است. عرض کردند ای رسول خدا (ص) آیا ما به تو جز خوبی گمان دیگری می‌بریم؟! پیامبر (ص) فرمود: شیطان مانند خون در بدن آدمی جاری است و ترسیدم که گمان بدی به دلتان راه یابد.»^{۳۰}

پس هرگاه انسانی را دیدی که به مردم بدگمان است و در جستجوی عیب‌هاست باید بدانی که باطنش پلید است و همان پلیدی باطنی است که اثرش به بیرون تراوش می‌کند و دیگران را مانند خود می‌بیند، زیرا مؤمن در جستجوی یافتن راه عذر است و منافق در جستجوی عیب‌هاست و مؤمن درباره تمام مردم از قلبی پاک برخوردار است.^{۳۱}

نتیجه‌گیری

قلب و دل انسان، خاستگاه و منبع اصلی عرفان و سلامت معنوی می‌باشد. این دل؛ همانند دیگر اعضا و جوارح انسان بیمار می‌گردد، لذا باید برای سلامتی دل تلاش کرد تا گرفتار بیماری نشود. ضروری است تا عوامل آسیب‌رسان و بازدارنده شناسایی شود و قبل از این که بیماری وارد قلب شود و او را فرا گیرد، پیشگیری‌های لازم انجام و مراقبت‌های ویژه اعمال گردد. به همین دلیل با مرور آیات الهی، قرآن مجید و احادیث وارده از سوی معصومین (ع) و آرای برخی از صاحب‌نظران مسلمان، برخی از موانع و عوامل بازدارنده سلامت معنوی شناسایی گردید که اهم آن عبارت است از: دل‌مردگی، جمع‌شدن گناهان روی هم، همنشینی با کسانی که عمل‌کننده به احکام الهی نیستند، دل‌دادگی و عاشق‌پیشگی نسبت به غیر خداوند، قساوت قلب و سنگدلی، عهدشکنی، زیاده‌گویی‌هایی که به یاد خدا و برای خدا نباشد، بیهوده‌شنوی مانند گوش‌دادن به آهنگ‌ها و موسیقی‌های حرام و غیر مفید، به دنبال شکاررفتن، ترک عبادت و بندگی خداوند، نگرستن چشم‌ها که از افزایش گناه در فرد و جامعه پدید می‌آید، دورپنداری معاد و روز آخرت، بسیاری مال و ثروت، نگاه‌کردن و توجه‌نمودن به انسان بخیل، حرام‌خواری و استفاده از اموال نامشروع، طمع و آز، زورگویی، تکبر و سرکشی، تجاوزکاری و ستم‌پیشگی، جهل، نادانی و بی‌دانشی، حق‌پوشی و هواپرستی، شهوت‌پرستی و پیروی از خواسته‌های نامشروع درونی، لجاجت در امور، فتنه‌ها و آشوب‌ها، هم‌سخن‌شدن با نامحرمان، استفاده غیر اصولی و غیر روشمند از آیات الهی در گفتمان اجتماعی، حرص و حسد، خشم، علاقه مفراط به آراستگی لباس و اثاث و خانه، سیرشدن از غذا، اگرچه حلال و پاک باشد، شتاب‌زدگی و پایدارنبودن در کارها، سوء ظن و بدگمانی نسبت

به دیگر مسلمانان، شبهه افکنی در ذات و صفات خدا و مطالبی که عقل انسان از درک آن قاصر است.

شایان ذکر است این مقاله ادبیات نظری را برای یک مطالعه میدانی در حوزه آسیب‌شناسی سلامت معنوی فراهم آورده که نتایج آن در گسترش سلامت معنوی و پیشگیری از عوامل آسیب‌رسان کاربرد دارد.

پی‌نوشت‌ها

۱. برای آگاهی از تعریف سلامت معنوی در نگرش دینی و ابعاد آن مراجعه شود به مقاله «معنی‌شناسی سلامت معنوی» از همین قلم که در فصلنامه اخلاق پزشکی سال ۱۳۹۱ دوره ششم، شماره بیستم چاپ شده است.
۲. قال بعض المحققين: القلب شرف الإنسان و فضيلته التي بها فاق جملة من أصناف الخلق باستعداده لمعرفة الله سبحانه التي في الدنيا جماله و كماله و فخره و في الآخرة عدته و ذخره و إنما استعدّ للمعرفة بقلبه لا بجارحة من جوارحه فالقلب هو العالم بالله و هو العامل لله و هو الساعي إلى الله و هو المتقرب إليه و إنما الجوارح أتباع له و خدم و آلات يستخدمها القلب و يستعملها استعمال الملك للعبيد و استخدام الراعي للرعية و الصانع للآلة. (بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار. جلد شصت و هفتم، ص ۳۴)
۳. کلّ مولودٍ يولد علي الفطرة.
۴. فيض كاشاني. المحجة البيضاء. جلد هفتم، ص ۲۴.
۵. فيض كاشاني. المحجة البيضاء. جلد اول، ص ۳۵۸.
۶. بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار. جلد شصت و هفتم، ص ۵۱.
۷. قَالَ الصَّادِقُ (ع): اطْلُبِ السَّلَامَةَ أَيَّمَا كُنْتَ وَ فِي أَيِّ حَالٍ كُنْتَ لِذِينِكَ وَ قَلْبِكَ وَ عَوَاقِبِ أُمُورِكَ مِنَ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ فَلَيْسَ مَنْ طَلَبَهَا وَ جَدَّهَا فَكَيْفَ مَنْ تَعَرَّضَ لِلْبَلَاءِ وَ سَلَكَ مَسَالِكَ ضِدَّ السَّلَامَةِ وَ خَالَفَ أُصُولَهُ. مصباح الشريعة. ترجمه مصطفوی، صص ۵-۱۰۰.
۸. محمدی ری‌شهری، محمد. (۱۳۷۷ ش.). میزان الحکمه. قم: دار الحدیث، ویرایش سوم، مترجم حیدر رضاشیخی، جلد دهم، حدیث ۱۷۰۲۴ تا ۱۷۲۷.
۹. امالی طوسی. جلد سیزدهم، ص ۱؛ میزان الحکمه. جلد دهم، ص ۵۰۰۴، حدیث ۱۷۰۰۲.
۱۰. تنبیه الخواطر. جلد دوم، ص ۱۲۰؛ میزان الحکمه. حدیث ۱۷۰۰۵.
۱۱. علل الشرایع. ص ۸۱، حدیث ۱؛ میزان الحکمه. حدیث ۱۶۹۹۹.
۱۲. میزان الحکمه. حدیث ۱۷۰۰۴؛ کشف الغمه. جلد سوم، ص ۱۴۰.
۱۳. میزان الحکمه. جلد دهم، ص ۵۰۰۴، حدیث ۱۷۰۰۷.
۱۴. تحف العقول. ص ۲۱۴.
۱۵. فقد ملئت بطونكم من الحرام و طبع علی قلوبکم. بحار الانوار. جلد چهل و هفتم، ص ۸؛ میزان الحکمه. جلد دهم، ص ۴۹۹۶، حدیث ۱۶۹۷۷.
۱۶. ایکم و استشعار الطمع، فإنه يشوب القلب شدة الحرص و يختم علی القلوب بطباع حب الدنيا. اعلام الدین. ص ۳۴۰؛ میزان الحکمه. جلد دهم، حدیث ۱۶۹۷۶.

۱۷. وَ هُوَ مِفْتَاحُ كُلِّ سَيِّئَةٍ وَ رَأْسُ كُلِّ خَطِيئَةٍ وَ سَبَبُ إِخْطَاةٍ كُلِّ حَسَنَةٍ. مجلسی، محمدباقر بن محمدتقی. (۱۴۰۳ ق.). بحار الأنوار. بیروت، چاپ دوم.
۱۸. تحف العقول. حدیث ۳۹۷؛ میزان الحکمه. جلد دهم، ص ۵۰۰۰، حدیث ۱۶۹۸۵.
۱۹. نور الثقلین. جلد پنجم، ص ۵۳۲، حدیث ۲۴؛ کنز العمال. حدیث ۱۰۲۸۸.
۲۰. من لَجَّ و تَمَادَى فَهُوَ الرَّاکِسُ الَّذِی رَانَ اللهُ عَلَی قَلْبِهِ. نهج البلاغه. کتاب پنجاه و هشتم؛ میزان الحکمه. جلد دهم، حدیث ۱۶۹۹۰.
۲۱. نهج البلاغه. خطبه ۱۵۱.
۲۲. محادثة النساء تدعو إلى البلاء و تُرِيغُ الْقُلُوبَ. امام علی (ع). تحف العقول. ص ۱۵۱.
۲۳. راه روشن. ترجمه محجة البيضاء، جلد پنجم، ص ۸۳.
۲۴. این حدیث را ابو داود در سنن، جلد دوم، ص ۶۲۷ روایت کرده است.
۲۵. این حدیث را ابن ابی الدنیا در مکائد الشیطان و ابن عساکر از ابن عمر روایت کرده چنانکه در الدر المنثور. جلد سوم، ص ۳۲۳ آمده است.
۲۶. راه روشن. ترجمه محجة البيضاء، جلد پنجم، ص ۸۵.
۲۷. حدیث را ابن الشیخ در مجالس خود مفصل تر روایت کرده است به بحار الانوار. ج چهاردهم، ص ۶۲۰ رجوع کنید.
۲۸. این حدیث را ترمذی روایت کرده چنانکه در کنوز الحقایق مناوی باب العین چنین آمده است: «العجلة من الشیطان و الاناءة من الله؛ شتاب از شیطان و آرامش و تأنی از خداست.»
۲۹. این حدیث را مولی علی قاری در الموضوعات الکبیر، ص ۲۴ نقل کرده و گفته است: این از نظر معنی مانند گفته عمر است «من سلك مسالك التهم اتهم؛ هر که به راه های تهمت برود متهم شود» این روایت را خرائطی در مکارم الاخلاق به صورت موقوف از عمر روایت کرده به این لفظ «من اقام نفسه مقام التهم فلا یلوم من اساء به الظن؛ هر کس خود را در محل تهمت قرار دهد پس کسی را که به او بدگمان شود، نکوهش نکنند.»
۳۰. این حدیث را بخاری و مسلم روایت کرده اند، ج هفتم، ص ۸ و پیش از این گذشت.
۳۱. راه روشن. جلد پنجم، صص ۹۶-۸۳. موارد پیش گفته با استفاده از کتاب محجة البيضاء ترجمه، تلخیص و تنظیم گردیده است.

فهرست منابع

قرآن مجید.

ابوالقاسمی، محمدجواد. (۱۳۹۱ ش.). مفهوم‌شناسی سلامت معنوی در نگرش دینی. *فصلنامه اخلاق پزشکی*. دوره ششم، شماره بیستم.

صدرالدین شیرازی، محمد بن ابراهیم. (۱۳۸۳ ش.). *شرح اصول کافی*. تهران: مؤسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی، جلد اول، ص ۴۱۹.

صدوق، محمد بن علی بن حسین. (۱۴۱۴ ق.). *اعتقادات الامامیه*. قم: کنگره شیخ مفید.

علی ابن ابیطالب. (۱۴۱۴ ق.). *نهج البلاغه*. مترجم صالح صبحی، قم: نشر هجرت، خطبه ۱۰۹.

غزالی، ابوحامد. (۱۴۱۹ ق.). *رسائل الغزالی*. بیروت: دار الفکر،

فیض کاشانی، ملامحسن. (۱۳۷۳ ش.). *راه روشن*. مترجم محمد بن شاه مرتضی، مشهد: بنیاد پژوهش‌های اسلامی، چاپ اول، ص ۸۳.

فیض کاشانی، ملامحسن. (۱۳۷۶ ش.). *المحجّة البيضاء*. قم: نشر جامعه مدرسین، صص ۹۳-۸۳.

مجلسی، محمدباقر بن محمدتقی. (۱۴۰۳ ق.). *بحار الأنوار*. بیروت، دار احیای التراث العربی، چاپ دوم.

محمدی ری شهری، محمد. (۱۳۷۷ ش.). *میزان الحکمه*. مترجم حیدر رضاشیخ، قم: دار الحدیث، جلد دهم، ویرایش سوم.

مفید، محمد بن محمد بن نعمان. (۱۴۱۳ ق.). *تصحیح الاعتقاد*. قم: کنگره شیخ مفید، چاپ دوم.

مکارم شیرازی، ناصر. (۱۳۷۴ ش.). *تفسیر نمونه*. تهران: دارالکتب الإسلامیه، چاپ اول.

یادداشت شناسه مؤلف

محمدجواد ابوالقاسمی: عضو هیأت علمی سازمان مطالعه و تدوین کتاب‌های درسی دانشگاهی (سمت)

و عضو گروه سلامت معنوی فرهنگستان علوم پزشکی، تهران، ایران.

پست الکترونیک: abolghasemi110@gmail.com

Inhibiting factors of spiritual health

Mohammad Javad Abolghasemi

Abstract

The real human's heart which is different to the pineal one is the origin and the main source of mysticism and spiritual health. The heart, like other organs of the body, becomes sick. So we should try for heart's health. It is necessary to identify harmful factors and inhibitors, and before the disease enter the heart and surround the man, he must take special precautions. The present article, through Quran verses, infallibles' narrations and some Muslim scholars' views, studies some of inhibitors of spiritual health and factors of heart disease or even its death. By identifying these factors, the way for controlling and preventing it would be paved. Some of the most important factors are: Dejection, romance and love to anyone apart from God, atrocity and cruelty, unfaithfulness, illegal use of the property, greed, bullying, arrogance, and dozens of other factors that are mentioned in this article. This article has a field study in the pathology literature of spiritual health.

محمد جواد ابوالقاسمی

Keywords

Spiritual Health, Heart, Heart Disease, Inhibiting Factors, Pathology