

حَبْدُ الْمَتِين (7): در جستجوی آرامش و خوشحالی- از چشم‌انداز اسلام (2)



• نگاه اسلام به آرامش و خوشحالی

پروفسور ریچارد لایارد، نویسنده کتاب پر آوازه **خوشحالی** در اخیر تحقیقات خود برای بیرون رفت از بحران نارضایتی در زندگی پیشنهاد می‌کند که یکی از مهم‌ترین عوامل خوشحالی و رسیدن به آرامش، داشتن مجموعه‌ای از ارزش‌های پایدار و ثابت و مهم‌تر از آن، داشتن هدف در زندگی می‌باشد.

نکته جالب این جاست که اساساً اسلام، از هدف زندگی آغاز می‌شود. در جهان‌بینی اسلامی، رسیدن به آرامش از طریق پاسخ دادن به اساسی‌ترین سوالات زندگی بدست می‌آید. پاسخ به سه سوال اساسی: از کجا آمده‌ام؟ برای چه آمده‌ام؟ و کجا می‌روم؟ هر نوع پاسخ غلط و عدم قناعت بخش به این سوالات، منجر به ایجاد اضطراب در زندگی فرد می‌گردد. اما زمانی‌که یک فرد پاسخ درست، عقلی و قناعت بخش به این سوالات دریافت کند، منجر به آرامش ذهنی و اطمینان قلبی وی گردیده و فرد به سکینت دست می‌یابد.

اسلام می‌تواند راه‌های جالبی را در زندگی برای پیراوندش ترسیم کرده که با درک این می‌توانیم آنها و تطبیق آن بسیاری از مشکلات روانی انسان برطرف می‌گردد:

1- قضا و قدر: مفهوم قضا و قدر یکی از مفاهیم اساسی عقیده اسلامی بوده که توسط آن یک مسلمان درک می‌کند که بسیاری از مسائلی در زندگی وجود دارند که نمی‌توان آن را کنترل کرد. در حقیقت، انسان در دو دایره زندگی می‌کند که بالای یکی آن، که دایره اعمال است تسلط دارد؛ ولی بالای دایره دیگری، که بنام دایره حوادث یاد می‌گردد، تسلط ندارد.

در دایره زندگی‌ای که فرد بالای آن تسلط ندارد، زمانی است که حادثه رخ می‌دهد که خارج از کنترل فرد است و آن را دفع کرده نمی‌تواند. در این مورد، عقیده اسلامی برای ما تعلیم داده که خیر و شر همه از جانب الله سبحانه و تعالی است و در مورد بمیان آمدن حادثه نباید تشویش و نگرانی کرد یا عاقبت خیر و شر آن را تعیین نمود. این مسأله باعث می‌گردد که بسیاری از مسائلی که باعث نگرانی و تشویش یک فرد در زندگی می‌شود، از بین برود. و شخص در باره مسائلی که در آن کنترل ندارد، یا حادثه که بالای وی اتفاق افتیده یا در آینده چه چیزی بالای وی اتفاق می‌افتد؟ یا چرا مثل سایر اشخاص ثروتمند یا دارای مقام نیست؟ و امثالهم، تشویش نمی‌کند.

پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وسلم فرموده است: «اگر حادثه (گزندی) به تو رسید، نگو: اگر چنین می‌کردم، چنین و چنان می‌شد، اما بگو: قضای الله سبحانه و تعالی بود و هرچه خواست انجام داد، زیرا «اگر» دروازه نفوذ شیطان را می‌گشاید».

برای غرب، این یک مشکل بسیار عظیم است چون مفکوره غالب در غرب، مفکوره مادی است و به این نظر هستند که حالات و حوادث را آن‌ها می‌توانند کنترل کنند، یا بسیاری از نتایج و دست آوردها را به تلاش خود شان نسبت می‌دهند. مثلاً می‌گویند: اگر فرد در زمانش انتخاب مناسب داشته باشد می‌تواند به چنین دستاوردها دست یابد. البته این مفکوره درست نیست، زیرا بسیاری از مردم با وجود این‌که بیشترین تلاش را انجام می‌دهند باز هم به ناکام مواجه می‌شوند. پس در صورت عدم موجودیت مفهوم قضا و قدر، این ناکامی منجر به تشویش و نارضایتی عمیق در زندگی فرد می‌شود؛ که این حالت، زندگی فرد را از داخل می‌پوسد و به ورطه‌ی نابودی می‌کشاند.

2- مفهوم ثروت و مقام: با توجه به نفوذ و حاکمیت نظام سرمایه‌داری بر جهان، مفاهیم و مفکوره‌های مرتبط به ثروت و سرمایه در عصر ما اهمیت زیادی دارد. البته این نکته باید واضح شود که بسیاری از تحقیقاتی که در مورد نارضایتی در این نوشته بدان اشاره شده مربوط به ثروت اند که این طور فهم نگردد که هدف نوشته تائید برخی از مفکوره‌های دیگری در جهان می‌باشد که ثروت را ذاتاً شر می‌پندارند.

بلکه موضوع محوری، بحث بالای دیدگاه متفاوت اسلام در قبال ثروت است. اسلام داشتن ثروت را محکوم نکرده و آن را شر نپنداشته؛ بلکه مفکوره‌ها و دیدگاه مربوط به ثروت را اصلاح ساخته است. در واقع، اسلام ثروت را مایه‌ی امتیاز نمی‌داند، اما کسانی را که هم و غم و تمرکز اصلی زندگی شان را جمع‌آوری ثروت قرار داده‌اند و از آخرت غافل می‌باشند مورد حمله قرار داده و محکوم نموده.

در نصوص اسلامی، در مورد ثروت بحث‌های زیادی شده است. طوری‌که، یکی از موارد عقیده اسلامی در مورد ثروت است که می‌گوید رزق از جانب الله سبحانه و تعالی است و سبب ندارد. یعنی، امکانات، سهولت‌ها، مادیات و ثروت رزقی است که از جانب الله سبحانه و تعالی تعیین گردیده و برای فرد می‌رسد و تلاش فرد هیچ تأثیری بالای کمی و زیادی آن ندارد. البته

چنین فهم نگردد، چون رزق تعیین است پس فرد برای کسب رزق تلاش نکند، بلکه تلاش برای طلب رزق نیز یک حکم شرعی است و فرد باید برای طلب نفقه اش تلاش کند. اما اسلام از لحاظ فکری و روانی این مشکل را حل کرده است.

در ضمن، اسلام در برابر حسادت و بخل هشدار داده و این دو صفت باعث تولید نارضایتی عظیم و باعث قطع رابطه فرد با حالتش می‌گردد. طوری که فرد نمی‌تواند نعمت‌هایش را بشمارد چون احساس می‌کند که بسیاری از چیزهای که دیگران دارند وی از آن بی‌بهره است.

پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وسلم در مورد حسد و رقابت‌های مبتنی بر ثروت فرموده‌اند: «مراقب حسد باشید، حسد کردار نیک انسان را می‌خورد آنچه‌ان که آتش هیزم را می‌خورد» همچنان در حدیثی دیگر فرموده‌اند: «به کسی که پایان‌تر از شما است، بنگرید و به کسی ننگرید که بالاتر از شما است. این کار سزاوارتر است که نعمت خدا را کم و حقیر نشمارید.» [این لفظ مسلم است]

3- تعبیر خوب و مثبت: اسلام بالای تعبیر یک مسلمان بحث‌های زیادی دارد و به نحوی خوشبینی و مثبت‌گرایی را برای پیروانش تأکید نموده است و به این هدف بعضی از اساسی‌ترین تعبیرات را برای انسان گذاشته تا انسان بتواند در پرتوی این اساسات، خویشتن را از تعبیرات منفی دور نماید. تعبیراتی از قبیل: عدم تعیین خیر و شر در حوادث، رزق و اجل سبب ندارد، داشتن گمان خوب در مورد الله سبحانه و تعالی، داشتن خوف و رجاء در زندگی، و این‌که هر حادثه‌ای که بالای مؤمن واقع می‌شود در نهایت به خیر وی تمام می‌گردد.

در کنار این، اسلام بالای ارزش‌های داخلی انسان تأکید کرده که اساساً هر انسان مطابق به ارزش‌های داخلی خود تعبیر می‌کند و اگر این ارزش‌های داخلی نادرست باشند، حوادث را تعبیر سوء نموده و موارد مثبت را نیز منفی تصور می‌کند و نیمه خالی گilas را می‌بیند.

نکته جالب این‌جاست که اسلام برخلاف مبداء غرب انسان‌ها را به گمان خوب و نیک در مقابل یکدیگر نیز تشویق می‌کند و این حالت باعث کاهش کینه‌ها و کدورت‌ها گردیده و رقابت‌های اقتصادی و اجتماعی را در جامعه کمرنگ می‌سازد. امروزه مشکل بزرگ غرب مشکل بی‌اعتمادی است و اساس اعتماد بالای تعبیر خوب می‌چرخد و انسان غربی نمی‌تواند خود را از تعبیرات منفی آزاد سازد، چون مفکوره غرب وی را به بخل و حسادت و رقابت با دیگران تشویق می‌کند.

5- عدم دلبستگی به زندگی دنیا: اگر کسی هدف زندگی را درک کند، در می‌یابد که زندگی دنیا بسیار کوتاه و زودگذر است و وقت زیادی برای زندگی کردن نیست که دنیا وی را مجذوب و دلبسته‌ی خویش گرداند. البته این بدین معنی نیست که ما در زندگی به راهبان و زاهد‌های هندویی مبدل گردیم که به دنیا پشت نموده‌اند، بلکه هدف این است که دل‌ها و قلب‌های ما وابسته به دنیا نگردد و توجه و تمرکز اصلی ما از آخرت به دنیا معطوف نگردد.

فراموش کردن اینکه زندگی در دنیا مؤقتی است باعث می‌گردد که اگر حالات و حوادث به شکلی که ما می‌خواهیم به پیش نرود، یا در زندگی دچار زیان و نقصان گردیم یا جدی گرفتن مسائلی که در درازمدت [آخرت] زیاد مهم نیستند باعث تشویش و اضطراب و نگرانی بیش از حد می‌گردد.

الله سبحانه و تعالی در مورد حقیقت زندگی این دنیا فرموده است:

«اعْلَمُوا أَنَّهَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُوَ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ» [حدید: 20]

بدانید که زندگی دنیا، در حقیقت، بازی و سرگرمی و آرایش و فخرفروشی شما به یکدیگر و فزون‌جویی در اموال و فرزندان است.

همچنان، پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وسلم برای ما توصیه نموده: «مانند یک انسان غریب (بیگانه) و رهگذر زندگی کنید».

در نهایت، با در نظر داشت موارد ذکر شده، مفاهیم و ارزش‌های اسلامی به بهترین شکل انسان را به آرامش و سکینت می‌رساند، لیکن با این تفاوت که برای انسان تذکر می‌دهد که آرامش واقعی و حقیقی جز در جنت در دنیا میسر نمی‌گردد، پس بیهوده دنبال کسب آرامش دایمی نگردید.

پس ضرور است تا خود را از تأثیر فرهنگ غرب آزاد ساخته و از دویدهای بی‌جا عقب‌مقام، ثروت و کسب مناسب سیاسی بپرهیزیم تا بتوانیم به هدف بزرگتر زندگی که همانا کسب رضایت‌الله سبحانه و تعالی است برسیم. اما مانع بزرگی که در این راه وجود دارد همانا مفکوره‌ها و مفاهیمی که در طول زمان کسب کرده‌ایم. این مفاهیم نمی‌گذارند تا خود را از این دور باطل خارج سازیم؛ بلکه این افکار ما را در دام و زندان محبوس ساخته که از آینده ترس و اضطراب شدید داریم، و در مورد مسائلی که هیچ‌گهی قادر نیستیم آنها را خنثی سازیم نگران هستیم و این حالت زندگی را به بُن‌بست می‌کشاند.

فراموش نباید کرد که راه حل اساسی برای تغییر این وضعیت، ایجاد یک فضا واقعی تحت چتر ارزش‌های اسلامی است تا امت بتواند در چنین فضا خود را از ارزش‌های گنبدیده دموکراسی آزاد ساخته و با تطبیق ارزش‌های اسلام که مملو از ارزش‌های انسان‌دوستی، مثبت‌گرایی، خوشبینی توأم با رجاء می‌باشد؛ یکبار دیگر سکینت، خوشحالی، شکوت و جلال را همچو گذشته‌های طلایی به سرزمین‌های دردمند اسلامی به ارمغان آورده و با حمل این ارزش‌ها به سایر ملل، جهان را از دام ارزش‌های پوچ و اژدهای خون‌خوار سرمایه‌داری - دموکراسی نجات دهند. فرارسیدن چنین روزی در نظر کسی که انتظار آن را دارد نزدیک است.

مصدق سهاک

عضو دفتر مطبوعاتی حزب‌التحریر - ولایه افغانستان

