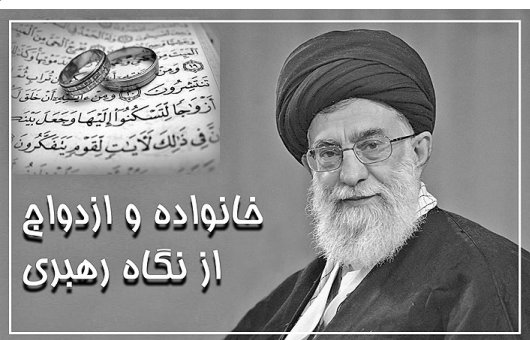




زن؛ عنصر اصلی تشکیل دهنده خانواده

در واقع، خانواده از زن به وجود می‌آورد و اداره می‌کند، این را بدانید. آن عنصر اصلی تشکیل خانواده زن است، نه مرد. بدون مرد، ممکن است خانواده‌ای باشد، یعنی اگر فرد کنیم در خانواده‌ای، مرد خانواده حضور نداشته باشد یا در دنیا رفته باشد، زن خانواده اگر عاقل و با تدبیر و خاندار باشد، خانواده را حفظ می‌کند، اما اگر زن از خانواده‌ای گرفته شد، مرد نمی‌تواند خانواده را حفظ کند، بنابراین، خانواده را زن حفظ می‌کند.

علت اینکه اسلام، این قدر به نقش زن در داخل خانواده اهمیت می‌دهد، همین است که زن اگر به خانواده پایبند شد، علاقه نشان داد، به تربیت فرزند اهمیت داد، به بچه‌های خود رسید، آنها را شیر داد، آنها را در آغوش خود بزرگ کرد، برای آنها آذوقه‌های فرهنگی، قصص، احکام، حکایت‌های قرآنی، ماجراهای آموزنده فراهم کرد و در هر فرصتی به فرزندان خود مثل غذای جسمانی چشاند، پسله‌ها در آن جامعه، پدرانه و رشید خوانده شد، این هنر زن است و منافاتی هم با درس خواندن و درس گفتن و کار کردن و ورود در سیاست و امثال اینها ندارد.^(۱)

رابطه زن و شوهر

رابطه درست‌زن و مرد این عرصهٔ مودت و رحمت، رابطه دوستی، رابطه مهربانی؛ هم یکدیگر را دوست بدارند و به هم عشق بورزند. هم با یکدیگر مهربان باشند.^(۲) شما اگر با هم مهربان، سازگار، همکار و همراز یکدیگر باشید، فضای زندگی صمیمی و درزندان شما نیز به لحاظ معنوی و اخلاقی سالم خواهد بود. مردان برای همسرانشان و زنان برای شوهرانشان احترام حقیقی و یک تکریم واقعی قائل باشندند و اعتماد و اطمینان قلبی یکدیگر را جلب کنند.^(۳)

۱- کتاب زن از دیدگاه مقام معظم رهبر، زمستان ۷۸، ص ۷۱.
۲- اجتماع خواهران در روزگاره آزادی به مناسبت جشن میلاد کوثر، ۷۶/۳/۲۰.
۳- دبدار با جمعی از نوسرسان کمیته امداد و کارکنان این نهاد، ۷۳/۱۲/۲۹ به نقل از کتاب آینه نو صص ۱۲۳ و ۱۲۵.

در محضر امام خمینی (ره)

محو در زیارت عاشورا

روز اول محرم در نوبل لوشوات مصادف بود با اولین شبی که مردم ایران در پشت‌بام‌ها تکبیر می‌گفتند. همان شب شخصی از تهران تلفن زد و گفت گوشی را می‌گذارم کنار پنجره تا صدای تکبیر مردم را که با گلوله مخلوط شده بود بشنود. صدا را ضبط کرده خدمت امام بردیم. امام در داخل اتاق تسبیح به دست در حال ایستاده مشغول ذکر بودند و زیارت عاشورا می‌خواندند در حالی که ما متوجه مسائل امام محرم نبودیم، ایشان در سرزمینی زیارت عاشورا می‌گفتند که شاید برای اولین بار در آنجا خوانده می‌شد.

«حجت‌الاسلام والمسلمین فردوسی-ر» روزنامه رسالت - ۶۸/۱۴/۶۸

استفتاء از رهبر عظیم انقلاب اسلامی

اتفاق زن از پول خود

(س) آیا زن جایز است بدون اذن شوهرش از پولی که شوهرش به او بخشیده یا از درآمد شغلی خودش اتفاق مستحبی انجام دهد؟

(ج) اشکال ندارد و اجازه همسر شرط نیست.

تشهد در حال تجافی

(س) هنگامی که نمازگزار در نماز جماعت به حالت تجافی نشسته است باید تشهد را همراه امام جماعت بگوید یا باید خربید و به آن شخص داد؟

(ج) در صدقات مستحبی اگر صندوق متعلق به کمیته امداد و نهاد

دیکری نباشد، بلکه صندوق شخصی باشد، مانعی ندارد.
پوشیدن کفش و یا روسری رنگی

(س) دختری جوان هستم می‌خواستم بپرسم پوشیدن کفش و یا روسری رنگی چه حکمی دارد؟

(ج) حجاب و پوشش، باید به گونه‌ای باشد که علاوه بر اینکه تمامی بدن زن (بجز صورت و دست‌ها تا مچ که استثنا شده) را بپوشاند، توجه نامحرم را هم جلب نکند.

خرید به شرط سالم بودن
(س) حکم خرید به شرط چاقو چیست؟
(ج) اشکال ندارد.

حجاب زن در هنگام دعا

(س) آیا زن هنگام دعا کردن باید حجاب داشته باشد؟ منظورم زیارات و ادعیه‌ای است که در آنها به معصومین (ع) سلام می‌فرستیم، مانند دعای عهد یا زیارت جامعه کبیره؟
(ج) در موارد مذکور با فرض نبود نامحرم، حجاب واجب نیست.

مقدرات و سرنوشت تغییر‌پذیر

براساس آموزه‌های قرآن، همه هستی براساس نظام حکمت و مشیت الهی سامان یافته و برای هر چیزی مقدر و اندازه‌ای است که نمی‌تواند از آن خارج شود. مقدرات الهی به دو دسته تقسیم می‌شود: ۱. مقدراتی که براساس حکمت کلی آفرینش مقرر شده و ثابت و تغییرناپذیر است؛ زیرا تغییر در آن خلاف حکمت و فلسفه آفرینش است؛ ۲. مقدراتی که قابل تغییر است؛ زیرا تغییر در آن خلاف حکمت نیست.

به عنوان نمونه خداوند برای هر انسان و امتی دو اجل معلق و حتمی (مسمی) در نظر گرفته است. اجل حتمی، اجلی است که در تئوین پردیده راه نمی‌یابد؛ اما اجل معلق در اختیار ما است. به این معنا که رفتار ما در کوتاهی و بلندی عمر تأثیر دارد. در روایات بیان شده که صله رحم و قطع آن موجب افزایش و کاهش عمر انسان می‌شود. این کاهش براساس ساختار اجل معلق است.

پس انسان می‌تواند مقدرات خویش را تغییر دهد. خداوند در آیات ۳۸ و ۳۹ سوره رعد از محو و انبیا مقدرات سخن به میان می‌آورد و در آیات ۲۱ تا ۲۶ سوره مائده بیان می‌کند که چگونه مقدرات خداوند را تغییر دادند. از راهی که از تغییر در مقدرات دعا توسط خداوندان یا کسانی است که اهل شفاعت هستند(ابراهیم، ص ۱۰۱، توح، آیات ۲ تا ۴). خداوند در آیه ۱۰ سوره رعد به صراحت از امکان تغییر در سرنوشت فرد و جامعه با تغییر رفتار و افکار سخن به میان آورده و در آیه ۹۶ سوره اعراف روشن می‌سازد که انسان و جامعه انسانی می‌توانند با عملکرد مثبت و منفی خود چون ایمان و تقوا یا کفر و فجور، برکت زندگی خود را افزایش یا کاهش داده و حتی از میان ببرند. پس بایبیم با شناخت وسایل و اسباب تغییر سرنوشت و تقدیر، مقدرات خود را قبل از امضا و قضا تغییر دهیم.

در نخستین بخش از مطلب حاضر دو مورد از مهارت‌های شناختی ششامل خدا شناسی و انسان شناختی برای ایجاد و افزایش تحمل فقدان عزیزان بررسی شد. در ادامه به‌مقوله موارد نشریح از نظر خوانندگان عزیز، می‌گذرد.

ج.روان‌شناختی

۱. نگرش مثبت به زندگی: براساس آموزه‌های دینی، یکی از ویژگی‌های مهم زندگی دنیا، ثواب بودن آن با درد و خوشحالی، سختی و راحتی است. کسی را در دنیا نمی‌توان یافت که همواره در خوشحالی به سر ببرد، همان‌گونه که شخصی را نمی‌توان یافت که همیشه غمگین باشد. آدمی به تناسب ظرفیت وجودی، براساس طبیعت زندگی دنیایی، حیاتی ثواب یا خوشبایندها و ناخوشایندها دارد. برعکس، سعادت اخروی همراه هیچ گرفتاری و غم و غصه‌ای نیست.چنانکه قرآن می‌فرماید: «هیچ خستگی‌ای در آنجا به آنها نمی‌رسد و هیچگاه از آن اخراج نمی‌گردند.» (حجر: ۲۸).

نگرش مثبت به زندگی به معنای آن است که آدمی - براساس اعتقاد به اینکه جهان هستی با حکمت الهی می‌چرخد و حوادث، بدون دلیل و مصلحت نیست - حوادث زندگی را با معنا و تاملپند بشمارد. معناداری زندگی آن است که انسان سختی‌ها را لازمهٔ اجتنابناپذیر زندگی، ابزار آزمایش، فراهم‌آورنده زمینه رشد و کمال، رسیدن به پاداش الهی و ابزار برگشت‌دهی آدمی به سوی خدا بداند.

قصران کریم، برای تحمل هر سختی و گرفتاری، خصوصاً تحمل فقدان، را این‌تو نگرش مثبت به زندگی در آیاتی تصریح کرده است:

«و ما شـما را با بدی‌ها و خوبی‌ها می‌آزمایم.»

(انبیاء: ۳۵)

«و ما هنگامی که برای امتحان، روزی‌اش را بر او

تنگ می‌گیرد.» (فجر: ۱۶)

«قطعا همه شما را با چیزی از ترس، گرسنگی و کاهش در مال‌ها و جان‌ها و میوه‌ها آزمایش می‌کنیم.» (بقره: ۱۵۵)

«آنها که هرگاه مصیبتی به ایشان می‌رسد، می‌گویند ما از آن خداییم و به سبوی او بازمی‌گردیم، آنان همان‌ها هستند که الطاف و رحمت خدا شامل حالشان شده و آنانند هدایت‌یافتگان - (بقره: ۱۵۶-۱۵۷)؛ «فقدان در خشکی و دریا به سبب اعمالی است که مردم انجام داده‌اند، آشکار شد، خدا می‌خواهد نتیجه بعضی از اعمال آنها را به آنان بچشاند، شاید بازگردند.» (روم: ۴۱).

این آیه شریفه ناظر است بر وبال دنیایی گناهان و چشاندن وبال بعضی از آنها نه همه آنها. معنای اینکه فرمود «علیهم یرجعون» آن است که خداوند می‌چشاند آنچه را می‌چشاند، برای اینکه شاید از شر کُشان و گناهانشان دست بردارند و به سوی توحید و اطاعت برگردند.^(۱) چنان‌که در آیات دیگر به رسیدن مصیبت به واسطه اعمال تصریح کرده و فرموده است: «وَمَا مِنْ مِّصْیَبٍ فَمَا کَسَبَتْ اَیْدِیْکُمْ» (شوری: ۳۰)؛ مصیبتی به شما رسد به سبب اعمالی است که انجام داداید.

کلمه مصیبت به معنای هر ناملایمی است که به انسان برسد؛ گویی از ره دور به قدر آدمی حرکت کرده تا به او رسیده است و مراد از جمله «ما کسبت ایدیکم» گناهان و زشتی‌هاست.^(۲)

در آیه از ضمیر جمع استفاده شده است، ولی بدان معنا نیست که منحصر در مصائب اجتماعی باشد بلکه براساس این اصل کلی که اعمال آدمی با حوادث عالم رابطه مستقیم دارد، شامل مصائب فردی نیز می‌شود. از مجموع آیات مذکور و آیات دیگر این حقیقت بروشنی آشکار می‌شود که ناخوشایندهای زندگی دارای بار معنایی است که آدمی باید مطابق آن معانی ارزیابی مثبت نسبت به حوادث داشته باشد که بعضی از این بار معنایی، عبارت از این است که حوادث وسیله آزمایش، فراهم‌آورنده زمینه رشد و کمال، رسیدن به پاداش الهی و برگشت آدمی به سوی خداست.

روشن است که اگر آدمی چنین نگرشی (معنادار بودن حوادث) درباره حوادث زندگی داشته باشد، شائد، پیوسه فقدان عزیز برای او تشنژ را نیست، بلکه چنین نگرشی بر توان تحمل او می‌افزاید.

تحمل‌ناپذیری حوادث به سبب آن است که از زندگی، راحتی بدون سختی را انتظار داشتیم و این ریشه در غیرواقعی بودن شناخت ما از دنیا دارد. آنچه مهارت‌های مقابله با سختی‌ها را به ما وجود می‌آورد و زندگی را تحمل‌پذیر می‌سازد، پذیرش این‌واقعیت است که سختی‌ها اجتنابناپذیر است. اگر انسان بداند دنیا جای راحتی نیست، راحت زندگی می‌کند و از ناملایمات به تنگ نمی‌آید.^(۳)

اگر ما از ناملایمات به تنگ می‌آیم برای آن است که ناملایمات را بی‌حاصل و بی‌معنا می‌دانیم که حالی که به واسطه شائد، استعدادهای بالقوه آدمی شکوفا می‌شود و او از تباه شدن و نابودی نجات می‌یابد. به تعبیر استاد مطهری:این باید مشقت‌ها تحمل کند و مشقت‌ها بگذشت زندگی تا هستی لایق خود را بیابد. خدا برای تربیت و پرورش جان‌آسان‌ها دو برنامه تشریی و تکوینی دارد و در هر برنامه، شائدند و سختی‌ها را درآنجائیده است. در برنامه تشریی، عبادات را فرض کرده و در برنامه تکوینی، مصائب را در سر راه بشر قرار داده است. روزه، حج، جهاد، انفاق، نماز، شائدنی است که با تکلیف ایجاد گردیده و صبر و استقامت در انجام آنها، موجب تکمیل نفوس و پرورش استعدادهای عالی انسانی است. گرسنگی، ترس، تلفات مالی و جانی، شائدنی است که در تئوین پردیده آورده شده است و به طور فوری انسان را دربر می‌گیرد.^(۴)

بنایی و بی‌قراری آدمی در شائدند به آن علت است که همان‌گونه که برای خوشایندهای زندگی، معنای باید، برای ناخوشاینده‌ها معنای نمی‌یابد؛ بلکه از سختی‌ها ارزیابی منفی می‌کند. بدیهی است که ارزیابی منفی توان آدمی را در تحمل مصائب کاهش می‌دهد. قرآن کریم به زیبایی، تحمل نکردن ناخوشایندها را نتیجهٔ ارزیابی منفی دانسته و فرموده است: «وَأَمَّا إِذًا مَا یَنذِرُ قَضَرُهُ عَلَیْهِ رَظَّةٌ فِیْقُولُ یَبِیْ أَتُحَنُّ» (فجر: ۱۶)، و اما هنگامی که برای امتحان، روزی‌اش را بر او تنگ می‌گیرد، مایوس می‌شود و می‌گوید: پروردگار مرا خوار کرده است.

اینکه انسان تنگی روزی را خواری می‌شمرد، نوعی از ارزیابی منفی است، غافل از آنکه تنگی روزی سبب خواری و ذلت نیست، بلکه حداقل باید گفت وسیله آزمایش است. به همین جهت تأکید می‌شود که در مهارت‌های تحمل فقدان، نگرش مثبت به زندگی (معنایی‌ای حوادث) است. آشکار است که بدبینی به جهان و اعتقاد داشتن به اینکه عالم، بدون غایت پدید آمده و در حوادث و رویدادهای بی‌هونه مصلحتی متصور نیست، بسیار رنج‌آور و دردناک است. این‌گونه مومنان از بهترین آرامش و آسایش روانی برخوردارند. بدان علت است که جهان و رخدادهای آن را هدفدار و از روی علم و حکمت می‌دانند، نه اینکه رویدادهای این جهان، بر محور گیجی، منگی و بی‌خبری از نتایج کار، استوار شده باشد. یکپارستان درباره بدی‌ها و شر بر این عقیده‌اند که هیچ چیز بی‌هوده و حساب نگرده نیست. بدی‌ها و لایا، یا کثیری هستند نادلانه یا امتحان و ابتلایی هستند هدفدار و پاداش‌آور.^(۵)

۲. نگرش مثبت به مرگ (معناداری مرگ) و ابدی بودن انسان: آموزه‌های دینی، علاوهبر آنکه مرگ را یک سنتست همگانی معرفی نموده، این واقعیت را به ما آهه گوشزد کرده است که مرگ مساوی با نیستی و پوچی نیست، بلکه سرآغاز زندگی ابدی است. پرواض است شخصی که نگرش مثبت به مرگ داشته باشد و

برای آن معنایی قائل باشد، این نوع بینش، فقدان را قابل تحمل می‌کند؛ زیرا چنین شخصی براساس آموزه‌های دینی، مرگ را پایان حیات نمی‌شمارد، بلکه زندگی دنیا را مقدمه حیات آخرت می‌داند و گذر از این جهان را به سبوی جهان آخرت و برگشت به سوی خدا را ضروری می‌داند.

در آیات و روایات به معنادهی مرگ (بازگشت به سوی خدا) تصریح شده است، از جمله:

«و اگر بمیرید یا کشته شوید، به سوی خدا مشحور می‌شوید.» (آل‌عمران: ۱۵۸)

«و همه آنان (روز قیامت) نزد ما احضار می‌شوند.»

(یس: ۳۲)؛

«و هر انسانی مرگ را می‌چشد، سپس شما را به سوی ما بازمی‌گردانند.» (عنکبوت: ۵۷).

از چنین آیاتی برمی‌آید که مرگ دارای معناست؛ یعنی مرگ، نیستی و پوچی نیست، بلکه نخستین گام به سوی جهان آخرت و بازگشت به سوی خالق هستی است. جالب توجه آنکه قرآن برای رساندن معنادر بودن مرگ، از آن به توفی تعبیر کرده است. به اتفاق نظر تمام لغت‌نویسان «توفی» یعنی استفا کردن و تحویل گرفتن یک چیز به گونه کامل. «لِلّهِ یَتَوَفّٰی الْأَنْفُسَ حِیْنَ مَوْتِهَا» (زمر: ۴۲) خدا نفس‌ها را در وقت مردن به تمام و به کمال می‌گیرد.^(۶)

این تعبیر بیانگر آن است که مرگ دارای معناست

و آن این است که مرگ، مقدمه ورود به جهان آخرت

است نه نیستی و پوچی و پایان حیات.

معارفMaaref@Kayhan.ir

برسد، به هنگام مرگ عزیزان این باور توان تحمل او را افزایش می‌دهد. با این نوع بینش او با خود می‌گوید عزیزم سرتراجم روزی می‌یابست کوچ می‌کرد و ندای حق را لبیک می‌گفت و آن کسی که می‌آورد و می‌برد مالک آدمی است و بشر هیچ اختیاری در آوردن بشر به سرای دنیا و بردن آن به سرای دیگر ندارد: «إِنَّا نَحْنُ نُحْیِیْهِ وَنَمِیْتُهِ وَآلِیْنَا الْغَصِیْرُ» (ق ۴۳) ماییم که زنده می‌کنیم و می‌میرانیم و بازگشت تنها به سوی ماست. وانگهی می‌تایی‌کسرن، عزیز از دست رفتن را بازنی‌م‌گرداند، بلکه سبب افزایش نگرانی و مصیبت می‌شود. در آیات متعددی به این سنت همگانی تصریح شده است، از جمله:

«لَکَ نَفْسٌ ذَاقَةُ الْمَوْتِ» (آل‌عمران: ۱۸۵)؛ هرکسی

مرگ را می‌چشد.

این آیه به قانونی‌آشاره می‌کند که بر تمام موجودات

زنده جهان حاکم است و می‌گوید تمام زندگان خواه و ناخواه روزی مرگ را خواهند چشید.^(۷)

«هرچا باشید مرگ شما را درمی‌یابد، هرچند در برحالی محکم باشید» (نساء: ۷۸)؛

«بگو مرگی که از آن فرار می‌کنید سرتراجم با شما ملاقات خواهد کرد.» (جمعه: ۸).

جالب توجه آنکه قرآن کریم برای باورلاندن این سنت

در دو آیه از مرگ، به یقین تعبیر کرده است.

« و پیرودارگار از عبادت کن تا یقین (=مرگ) تو

فرارسد» (حجر: ۹۹)؛

مراد از یقین در این آیه مرگ است؛ زیرا به ناچار

مهارت‌های تحمل فقدان عزیزان در قرآن

عبداللهی پاکزاد



بخش دوم

در آیات متعددی از این تعبیر (توفی) استفاده شده است که دو نمونه ذکر می‌شود:

۱. «وَلَقَدْ تَوَفَّیْکُمْ مَلَکُ الْمَوْتِ الَّذِیْ وُکِّلَ بِکُمْ ثُمَّ اِیْنِیْ رَیْکُمْ ثُمَّ تُرْجَوْنَ» (سجده: ۱۱) بگو فرشته مرگ که بر شما مأمور شده روح شما را می‌گیرد، سپس شما را به سوی روزگارتان بازمی‌گرداند.

۲. «لِلّهِ یَتَوَفّٰی الْأَنْفُسَ حِیْسَ مَوْتِهَا» (زمر: ۴۲)؛

خداوند ارواح را به هنگام مرگ قبض می‌کند.

به تعبیر استاد مطهری: مجموعه آنچه که ما از آیات قرآن می‌فهمیم این است که مردن در منطق قرآن تباهی نیست، صرف خراب شدن نیست، انهدام نیست، بلکه مرگ انتقال است و آن که می‌میرد در همان آنی که می‌میرد، در لحظه‌ای که می‌میرد، از اینجا منتقل می‌شود به جای دیگر و در جای دیکر زنده است. هست و هست و هست، تا روز قیامت که مسئله قبور و حشر جسمانی پیدا شود و بدن ما از خاک بیرون بیایند. مرگ نخستین اصل قرآنی که مرگ معنادار است، معصومان (هم به معنادر بودن مرگ تصریح کرده‌اند تا آدمی در پرتو نگرش مثبت به مرگ، احساسات و هیجانات خویش را مهار کند و توان تحمل فقدان مرگ عزیزان را افزایش دهد.

حضرت محمّدبن علی علیه‌السلام فرمود: شخصی به علی بن الحسین (ع) عرض کرد: مرگ چیست؟ فرمود: ریشه در غیرواقعی بودن شناخت ما از دنیا دارد. آنچه مهارت‌های مقابله با سختی‌ها را به ما وجود می‌آورد و زندگی را تحمل‌پذیر می‌سازد، پذیرش این‌واقعیت است که سختی‌ها اجتنابناپذیر است. اگر انسان بداند دنیا جای راحتی نیست، راحت زندگی می‌کند و از ناملایمات به تنگ نمی‌آید.^(۳)

اگر ما از ناملایمات به تنگ می‌آیم برای آن است که ناملایمات را بی‌حاصل و بی‌معنا می‌دانیم که حالی که به واسطه شائد، استعدادهای بالقوه آدمی شکوفا می‌شود و او از تباه شدن و نابودی نجات می‌یابد. به تعبیر استاد مطهری:این باید مشقت‌ها تحمل کند و مشقت‌ها بگذشت زندگی تا هستی لایق خود را بیابد. خدا برای تربیت و پرورش جان‌آسان‌ها دو برنامه تشریی و تکوینی دارد و در هر برنامه، شائدند و سختی‌ها را درآنجائیده است. در برنامه تشریی، عبادات را فرض کرده و در برنامه تکوینی، مصائب را در سر راه بشر قرار داده است. روزه، حج، جهاد، انفاق، نماز، شائدنی است که با تکلیف ایجاد گردیده و صبر و استقامت در انجام آنها، موجب تکمیل نفوس و پرورش استعدادهای عالی انسانی است. گرسنگی، ترس، تلفات مالی و جانی، شائدنی است که در تئوین پردیده آورده شده است و به طور فوری انسان را دربر می‌گیرد.^(۴)

بنایی و بی‌قراری آدمی در شائدند به آن علت است که همان‌گونه که برای خوشایندهای زندگی، معنای باید، برای ناخوشاینده‌ها معنای نمی‌یابد؛ بلکه از سختی‌ها ارزیابی منفی می‌کند. بدیهی است که ارزیابی منفی توان آدمی را در تحمل مصائب کاهش می‌دهد. قرآن کریم به زیبایی، تحمل نکردن ناخوشایندها را نتیجهٔ ارزیابی منفی دانسته و فرموده است: «وَأَمَّا إِذًا مَا یَنذِرُ قَضَرُهُ عَلَیْهِ رَظَّةٌ فِیْقُولُ یَبِیْ أَتُحَنُّ» (فجر: ۱۶)، و اما هنگامی که برای امتحان، روزی‌اش را بر او تنگ می‌گیرد، مایوس می‌شود و می‌گوید: پروردگار مرا خوار کرده است.

اینکه انسان تنگی روزی را خواری می‌شمرد، نوعی از ارزیابی منفی است، غافل از آنکه تنگی روزی سبب خواری و ذلت نیست، بلکه حداقل باید گفت وسیله آزمایش است. به همین جهت تأکید می‌شود که در مهارت‌های تحمل فقدان، نگرش مثبت به زندگی (معنایی‌ای حوادث) است. آشکار است که بدبینی به جهان و اعتقاد داشتن به اینکه عالم، بدون غایت پدید آمده و در حوادث و رویدادهای بی‌هونه مصلحتی متصور نیست، بسیار رنج‌آور و دردناک است. این‌گونه مومنان از بهترین آرامش و آسایش روانی برخوردارند. بدان علت است که جهان و رخدادهای آن را هدفدار و از روی علم و حکمت می‌دانند، نه اینکه رویدادهای این جهان، بر محور گیجی، منگی و بی‌خبری از نتایج کار، استوار شده باشد. یکپارستان درباره بدی‌ها و شر بر این عقیده‌اند که هیچ چیز بی‌هوده و حساب نگرده نیست. بدی‌ها و لایا، یا کثیری هستند نادلانه یا امتحان و ابتلایی هستند هدفدار و پاداش‌آور.^(۵)

۱. نگرش مثبت به زندگی به معنای آن است که آدمی – براساس اعتقاد به اینکه جهان هستی با حکمت الهی می‌چرخد و حوادث، بدون دلیل و مصلحت نیست – حوادث زندگی را با معنا و نظاممند بشمارد. معناداری زندگی آن است که انسان سختی‌ها را لازمهٔ اجتناب‌ناپذیر زندگی، ابزار آزمایش، فراهم‌آورنده زمینه رشد و کمال، رسیدن به پاداش الهی و ابزار برگشت‌دهی آدمی به سوی خدا بداند.

مطمئن در صحنه بودند، بعضی از آنان به بعضی دیگر می‌گفتند: بنگرید که آنان چگونه از مرگ نجات یافته‌اند؟ در آن صحنه وحشتناک امام حسین به ایشان می‌فرمود: پایداری کنید ای گرمای‌زاگان. مرگ چیزی نیست جز پلی که شما را از سختی و آسیب می‌گذراند و به بهشت عظیم و نعمت‌های جاودان می‌رساند. کدام‌یک از شما دوست ندارد که از زندانی به قصر منتقل شود، در حالی که آن برای دشمنانتان همانند پلی است که آنها را از کاخ به زندان و شکنجه‌گاه می‌رساند. زیر پدمر از پیامبر خدا (ص) برابم بازگفت: دنیا زندان مومن و بهشت کافر است و مرگ پل مومنان به بهشت ایشان و پل کافران به آتش سوزان دوزخ است. نه این را به من دروغ گفتند و نه من دروغ می‌گویم.^(۶)

آری اگر این نگرشی مثبت به مرگ (معناداری مرگ) داشته باشد، توان تحمل او بر فقدان افزایش می‌یابد. به قول کلینکه: وقتی قرآی مرگ معنایی پیدا کنیم، تمام‌آنها را از انسان ترسناک می‌پوشانیم.^(۷)

مطلق آموزه‌های دینی، اگر مرگ ملاقات ذات اقدس حق باشد، چه چیزی شریبن‌تر از آن وجود دارد که آدمی به دنبال آن بگردد؟

د.جهان‌شناختی

۱. مرگ، سنتی همگانی: یکی از مهارت‌های شناختی ارئه شده در قرآن بر تحمل فقدان (مرگ عزیزان) این است که مرگ را یک سنت همگانی می‌پنداریم که مرگ مساوی با نیستی و پوچی نیست، بلکه سرآغاز زندگی ابدی است. پرواض است شخصی که نگرش مثبت به مرگ داشته باشد و

و فایده آن را این می‌داند که انسان نه از ناخوشی‌ها غمگین شود و نه از خوشی‌ها سرمست: «هیچ مصیبتی ناخواسته در زمین و نه در وجود شما روی نمی‌دهد مگر اینکه همه آنها قبل از آنکه زمین را بیافرینیم در لوح محفوظ ثبت است و این امر برای خدا آسان است. این برای آن است که برای آنچه از دست داده‌اید تأسف و توبخیده و به آنچه به شما داده است، دل بسته و شادمان نباشید.» (حدید: ۲۲-۲۳).

باور به مقدر بودن حوادث انسان را در برابر آن بیمه می‌کند تا بتواند سختی‌ها را تحمل کند و از گردنش را امان بآشد. علی (ع) به نقش برجسته باور به تقدیر الهی تصریح فرموده است: «نَعَمْ الطَّارُءُ لِلْهَمِّ الْاِتِّکَالُ عَلَی الْقَدَرِ»^(۱)؛ بهترین دفع‌کننده غم و اندوه، تکیه بر تقدیر الهی است.

امام صادق(ع) نیز برای افزایش تحمل در مشکلات، انسان‌ها را به مقدر بودن حوادث رهنمون سساخته و فرموده است: «لَنْ کَانَ کُلُّ شَیْءٍ بَقَضَاءِ مِنْ اِلَهِ وَ قَدَرُهُ قَالَحَزَنٌ لِمَادَا؟»^(۲) اگر هر چیزی به قضا و قدر الهی است، پس اندوه برای چیست؟

آری یکی از مهارت‌های شناختی برای تحمل مرگ عزیزان در قرآن مقدر بودن حوادث از جانب خداست که در آیاتی بیان شده است. بر پایه همین شناخت، اگر انسان به مقدر بودن حوادث باور داشته باشد و آن را تصادفی نپندارد، توان تحمل او بر مرگ عزیزان افزایش می‌یابد، چون شخصی که به قضا و قدر الهی باور دارد، برای هر چیزی اندازه و حدی از طرف خدا قائل است و همه حوادث را مقدر از ناحیه خدا می‌داند.

۳. معادباوری: در باب معاد و زندگی پس از مرگ، دو نوع جهان‌بینی وجود دارد: بر پایه یکی، پس از مرگ همه چیز تمام می‌شود؛ اما بر پایه دیگری، انسان پس از مرگ برای همیشه باقی می‌ماند. فلسفه دین و ارسال رسل این است که انسان متقاعد شود زندگی دنیا اصلی نیست، بلکه مقدماتی است برای سرای دیگر.^(۳)

راز اصرار قرآن بر آگاهی‌بخشی به وقوع معاد و فلسفه آن این است که نوع بینش آدمی در رفتارش اثرگذار است؛ چون شناخت، منشأ رفتار و احساسات آدمی است. نمونه قرآنی بر تأثیر شناخت و باور در رفتار آدمی، ایمان آوردن سحارحان فرعون، به خداوند است. حداقل رهیافت آیات سوره «طه» این است که عمل اصلی تغییر عقیده و رفتار آنان در برابر تهدید فرعون، شناخت و باور بوده است. این چون به فزون و رموز سحر آگاه بودند بروشنی درافکند که عمل حضرت موسی (ع) سحر و جادو نیست، بلکه معجزه الهی است. قرآن کریم نقش باور آنها بر تحمل تهدیدات و شکنجه‌ها را به زیبایی ترسیم کرده است: «گفتند: سوگند به آن کس که ما را آفریده، هرگز تو را بر دلائل روشنی که برای ما آمده

مثبت نگری و رضا به قضای الهی

به وقوع خواهد پیوست.^(۴)
- «و همواره روز جزا را انکار می‌کردیم؛ تا زمانی که مرگ ما فرا رسید» (ممدت: ۴۶-۴۷).
معروف در میان مفسران این است که منظور از «یقین» در اینجا مرگ است؛ چون مرگ برای مومن و کافر امری یقینی محسوب می‌شود.^(۵)

تعبیر کردن از یقین به مرگ‌آشاره به این است که هر قوم و جمعیتی، بر عقیده‌ای داشته باشند و هر چیز را بتوانند انکار کنند، این واقعیت را نمی‌تواند منکر شوند

که زندگی سرتراجم پایانی دارد. و از آنجا که انسان‌ها به سبب عشق به حیات یا به گمان اینکه مرگ مساوی فنا و نابودی مطلق است، همواره از نام و مظاهر آن گریزانند، تعبیر «دَیْرُکُمْ» (نساء: ۷۸) به آنها گوشزد می‌کند که گریختن از این واقعیت قطعی عالم همیشه بی‌هوده است؛ زیرا معنای «دَیْرُکُمْ» این است که کسی از چیزی فرار کند و آن به دنبالش بدود.^(۶)

معصومان (هم به این سنتست عمومی تصریح کرده و از این مهارت شناختی برای تحمل فقدان بهره گرفته‌اند) از جمله علی (ع) فرموده‌اند: «فحق الله خطاه الی امله»^(۷)؛ نفس‌های آدمی کدام‌ها و به سوی مرگ است. نیز فرموده‌اند: «لَنْ کَانَ شَیْءٌ مَدَّةً وَاجِبًا»^(۸)؛ همانا هر چیزی را وقت مشخص و سرآمدی معین است. امام حسن عسکری (ع) هم به واسطه پدران بزرگوارش از موسی بن جعفر (ع) روایت کرده که ایشان فرمودند: وقتی مرگ اسماعیل فرزند پسر پدرم امام صادق(ع) را به او خبر دادند. و به حضرت کرد: گفتند: رسول‌الله! چیز شگفتی می‌بینیم، شما به مصیبت فقدان فرزند دل‌بندتان گرفتار شدید و با این حال، رخصتان کمالا عادی است»^(۹). حضرت فرمودند: چرا این‌گونه؟

نباشم که شما می‌نگرید و حال آنکه در خبر راستگوترین منزل و (پوشیدن) سخت‌ترین شکنجه‌هاست.^(۱۰) براساس همین بینش که مرگ بازگشت به سوی خدا و لقای معبود است، امام حسین علیه‌السلام مرگ را از آغوش می‌گیرد. حضرت زین‌العابدین(ع) فرموده است: در روز عاشورا آنکه که زار به امام حسین (ع) دشوار شد، چون یاران آن حضرت بر چهره‌اش نگاه داشتند، بروشنی محسوس بود برخلاف دیگران که رنگ پریده و مضطرب گشتند و ندانسان می‌لرزند و تیش قلبشان بیشتر شده و تغییر کرده، ایشان و چند تن از خواص یا چهره‌ای درخشان و بدنی کاملاً آرام و دلی توان تحمل او بر مصیبت افزایش می‌یابد. برای روشن

شده است که مرگ به تقدیر الهی بودن تصریح شده است: «فَکُلُّ فَرْدٍ نَزَعَتْهُ الْفُتُورُ مَمَّا نَحْنُ یَقْشِرُون» (واقع: ۶۰)؛ ما در میان شما مرگ را مقدر ساختیم و هرگز کسی بر ما پیشی نمی‌گیرد. منظور از «فَرْدٌ» «فَرْدٌ خَاصٌّ بِتَیْمَکَ الْمَوْتُ» این است که بفهماند اولاً مر