

رابطه دینداری و نشاط در زندگی

اگر ایمان به خدا در وجود انسان باشد، ضرر را چیزی می‌بیند که در آخرت باعث ضرر باشد نه هم در دنیا و هم آخرت.



اگر ایمان به خدا در وجود انسان باشد، ضرر را چیزی می‌بیند که در آخرت باعث ضرر باشد نه هم در دنیا و هم آخرت. انفاق، صدقه، هدیه، بخشش، مهربانی، محبت، گذشت، ایثار و بسیاری از این قبیل مسائل حتی احکامی مانند خمس و زکات، به ظاهر ضرر دنیایی دارند؛ اما در باطن دارای سود آخرتی هستند. پس فکر کردن به اینکه در ازای این کار یا ضرر دنیایی، خداوند در آخرت پاداشی بزرگ به انسان می‌دهد، ایجاد نشاط می‌کند.

انسان بر انجام هر کاری به انگیزه نیاز دارد و اگر بخواهد آن کار را به نحو احسن انجام دهد، باید نشاط و شادی داشته باشد. انسان روحش و جسمش با خمودگی، خستگی، ناامیدی و... نه سنخیت دارد و نه کنار می‌آید. هرگاه خستگی و ناامیدی سراغ انسان بیاید، او را از هر پیشرفت و رشدی باز می‌دارد یا کارش را نیمه تمام و ناقص می‌گذارد. روح انسان بسیار لطیف است و از برگ گل نازک تر، پس هرگونه فشار فکری و جسمی می‌تواند بر روی آن اثر بد بگذارد. این خستگی با دین داری هم منافات دارد و می‌تواند بر کیفیت اعمال عبادی اثر بگذارد. بسیاری از اتفاقات که سبب بدحالی یا بی حالی انسان می‌شود، ناآگاهی از ماهیت اتفاقات پیرامون، ماهیت رفتارها و وظایف، احساس تنهایی و شکست در رسیدن به هدف است. وقتی این آگاهی زیاد شود و رسیدن به اهداف میسر شود، بی حالی و خمودگی هم از بین می‌رود. دین اسلام برای ایجاد نشاط در انسان توصیه های زیادی دارد که یکی از آنها ارتباط با خداست، ارتباطی با توضیحات کامل. یعنی وقتی اسلام وظایفی را برای بندگان خدا تعیین می‌کند، اثرات و نتایج آن را هم توضیح می‌دهد. اینجاست که وقتی به ماهیت دستورات دینی نگاه می‌کنیم، چیزی جز رشد، پیشرفت و در نتیجه شادی و نشاط در آن نمی‌بینیم. شادمانی از عالی ترین صفات و خصایص انسانی بوده و یک نوع احساس رضایتمندی است که موجب سلامتی جسم و روح انسان می‌شود. وقتی جسم و روح سالم باشند، بی تردید عقل و خرد نیز عملکردهای سالمی را برای زندگی انسان تدارک می‌بیند.

دین اسلام برای «نشاط روح» به «نشاط جسم» قائل است؛ به همین دلیل احکام شرعی حول محور جسم، طهارت جسم، دوری از آلودگی جسم و... می‌گردد. خستگی جسمی و خستگی روحی به هم پیوسته هستند و هر یک باعث نشاط یا عدم نشاط یکدیگر می‌شوند. درصد زیادی از توصیه های دینی برای مراقبت از جسم به این دلیل است که عدم سلامت جسم می‌تواند به عدم سلامت روح و در نتیجه به عدم سلامت ایمان برسد. در رفتارهای دینی آدابی داریم که می‌تواند روح انسان را زیبا کند، دقیقاً مانند آدابی که باعث نشاط یا لذت جسم می‌شوند. یکی از یاران امام رضا(ع) می‌گوید روزی حضرت از ما پرسیدند: «کدام غذا خوشمزه تر است؟» هر کسی پاسخی داد. یکی گفت: «گوشت»، دیگری گفت: «زیتون»، سومی گفت: «شیر» و... آن گاه حضرت فرمودند: «خیر، بلکه نمک است.» (ظاهراً منظور آن بوده که اگر نمک نباشد، غذاهای دیگر هم لذت بخش نیست). سپس فرمودند: «روزی برای تفریح و هوا خوری بیرون رفته بودیم. جوان ها گوسفند چاقی را ذبح کردند، ولی نمک با خود نیاورده بودند. از این رو، نتوانستیم از گوشت به خوبی استفاده کنیم و لذت ببریم.» (وسائل الشیعه، ج 17، ص 60) کنایه از اینکه برخی مراقبت ها می‌تواند لذت زندگی را بیفزاید. مراقبت های دینی نشاط می‌آورد، درک درست احکام و دستورات دین هم نشاط می‌آورد، نشاط در انجام دستورات خداوند، یعنی شناخت ماهیت این دستورات.

ضمن آنکه خداوند زیبایی هایی در این دنیا قرار داده که می‌تواند جسم و روح انسان را از خستگی و خمودگی نجات دهد و او را شاداب کند. حتی تعالیم دینی به ما توصیه می‌کند برای ایجاد نشاط جسمی و روحی به سفر برویم. امام صادق(ع) می‌فرماید: «سافِرُوا تَصِحُّوا»؛ سفر کنید تا سالم باشید. (همان، ج 8، ص 251) همچنین امیرمؤمنان علی(ع) می‌فرماید: «چنانکه بدن خسته می‌شود، روح نیز خسته و دل تنگ می‌گردد و هر دو به تفریح و استراحت نیاز دارند. خستگی های بدن با دیدن منظره های زیبای جهان آفرینش، برطرف می‌شود و خستگی های روان با شناخت و فهم حقایق هستی.» (روضه المتقین، ج 4، ص 278) شناخت حقایق هستی و شناخت زیبایی های دین انگیزه ما را در انجام تکالیف بالا می‌برد و این انگیزه قوی باعث شادی و نشاط ما می‌شود. شادی مدنظر دین آن است که وقتی با خودمان خلوت می‌کنیم و به رفتارها و اتفاقات زندگی مان فکر می‌کنیم، احساس یأس، پشیمانی و ضرر نداریم. به عبارتی شادی و نشاطی ماندگار است که هر زمان که به آن فکر می‌کنیم دل مان شاد می‌شود. این نوع شادی انگیزه زندگی کردن را هم زیاد می‌کند.

از دیگر عوامل که در شادی و نشاط دینی مؤثر است، سودها و ضررهاست. انسان برای هر کارش حساب و کتاب می‌کند که آیا در آن سود کرده یا نه؟ اگر سود نکرده باشد دچار پشیمانی و خمودگی می‌شود، اما وقتی سود قابل توجهی در آن ببیند، احساس نشاط و سرزندگی می‌کند. البته سود و ضرر باید در دو بعد دنیایی و آخرتی دیده شود. اگر ایمان به خدا در وجود انسان

باشد، ضرر را چیزی می بیند که در آخرت باعث ضرر باشد نه هم در دنیا و هم آخرت. انفاق، صدقه، هدیه، بخشش، مهربانی، محبت، گذشت، ایثار و بسیاری از این قبیل مسائل حتی احکامی مانند خمس و زکات، به ظاهر ضرر دنیایی دارند؛ اما در باطن دارای سود آخرتی هستند. پس فکر کردن به اینکه در ازای این کار یا ضرر دنیایی، خداوند در آخرت پاداشی بزرگ به انسان می دهد، ایجاد نشاط می کند. این رفتارها حتی در دنیا هم به شرط شناخت ماهیت شان نشاط آور است. پس برای زندگی با نشاط و بانشاط بودن در انجام اعمال دینی باید ماهیت آن را بشناسیم.

در کنار در نظر گرفتن سود و ضرر که عادت هر انسانی است و مدخلی است برای ورود شیطان برای ناامید کردن انسان ها باید احساس نشاط را در هم کلام شدن، هم نشین شدن و هم سخن شدن با خداوند پیدا کنیم. این مهم نیاز به خداشناسی دارد. ما باید خدا را و خودمان را بشناسیم تا پی به مقامی که می توانیم در آن باشیم ببریم و این آگاهی ما را به نشاط برساند. امیرالمؤمنین علی(ع) می فرماید: «الدِّينُ حُبُّوْرٌ؛ دین سرور است.»(غررالحکم، ص762) در حقیقت هم همین است، دینداری نشاط می آورد زیرا فهم لذت ها، خوشی ها، سختی ها و اتفاقات مختلف زندگی می تواند انسان را از عواملی که نشاط و شادابی را از او می گیرد دور کند. این عوامل می تواند آلودگی به گناه باشد که خاصیتش ایجاد خستگی و خمودگی و ناامیدی است باشد یا همان عدم علم به برخی اتفاقات تلخ در زندگی که می تواند انسان را در زندگی به بی انگیزگی و ناامیدی بکشاند.

در کل انسانی که خود را در اطاعت پروردگار خود ببیند، در راه بندگی به سر برود و در حال انجام افعال حلال الهی باشد از زندگی و دینداری خود لذت می برد. امام رضا(ع) می فرماید: «کسی که ذکر خدا بگوید و اشتیاق به خدا در درونش نیاید، خودش را مسخره کرده است.»(مجموعه ورام، ج2، ص111) به طور مثال کسی که حسود است همیشه در سختی است و آسودگی ندارد. این حالت حتی به ضرب المثل هم تبدیل شده است. هچنین آدم بخیل، خسیس و لجاج همیشه در حال جنگیدن با خود و اطرافیان خود است. انسانی که غرور و تکبر دارد و کسی را جز خودش قبول ندارد همیشه تنهاست و این تنهایی او را به خمودگی و خستگی و در نتیجه غم و غصه می رساند.