



اثر ذکر و توجه به خدا در سبک زندگی دینی؛ از بصیرت دل تا سعه صدر

زندگی دینی مشخصات و شرایطی دارد که بدون داشتن و رعایت آن حیات معنوی مورد خواست دین بدست

زندگی دینی مشخصات و شرایطی دارد که بدون داشتن و رعایت آن حیات معنوی مورد خواست دین بدست نمی آید، یکی از این شرایط "ذکر و یاد خدا" است که بر سراسر حیات انسان تأثیرات شگرفی می گذارد. به گزارش خبرگزاری مهر، یکی از مباحثی که امروز زیاد از آن صحبت می شود "سبک زندگی دینی" است. یعنی اینکه انسان به شیوه مورد تایید دین زندگی کند که این امر هم شرایط و مشخصاتی دارد. بدون شک یاد و ذکر خداوند اولین گام در مسیر زندگی دینی است. اینکه انسان بداند که توجه به خالق اثرات فراوانی بر زندگی فردی و اجتماعی او می گذارد و وضعیت زندگی او را به طور کلی دگرگون می سازد، با اینکه اثرات یاد و ذکر خداوند بی شمار و بی پایان است، اما به برخی از آنها اشاره می کنیم.

- نورانیت و بصیرت دل

آدمی، زمانی که قلب و زبان و اندیشه اش به یاد خداست و به ذکر او مشغول است نوری از باطن بر نفس او می تابد و سراسر روح و قلبش را تابناک می کند و در متون دینی هم از ذکر و یاد خدا به عنوان "نور دل ها" و "جلای قلوب" تعبیر شده است. با همین نور قلب ها زنده و نیرومند می گردند. امیرمومنان علی (ع) می فرماید: مداومت و استمرار بر یاد خدا موجب قدرت و قوت روح هاست.

قرآن در آیه 201 سوره اعراف می فرماید: افراد پرهیزکار هنگامی که شیطان آنها را وسوسه کند متذکر شده به یاد خدا می افتند و در همه حال بصیرت می یابند.

- آرامش قلبی و توان روحی

ذکر باعث می شود که انسان به آسایش و آرامش روحی برسد کسی که به خداوند توجه ندارد و در واقع تمام حواس خود را جلب امور دنیوی و ظاهری کرده است چنین فردی هر قدر در جهت کسب نعمت های دنیوی تلاش کند و به بهره های فراوانی نیز دست یابد هرگز راضی نشده و همیشه در حسرت به سر می برد و دلش آرام و قرار نمی گیرد چنین فردی هنگام روبرو شدن با مصائب، شکست ها و ناراحتی ها به سرعت دستخوش اندوه و تالمات روحی می شود. خداوند در این باره در آیه 124 سوره طه می فرماید: کسی که از یاد من رو گرداند، زندان او تنگ می شود.

اما کسی که همواره و پیوسته به خدا توجه دارد و می داند که زندگانی او تحت نظارت دقیق ذات اقدس الهی است فریب لذت های زود گذر را نمی خورد. میزان آرامش قلبی هر کسی، متناسب با میزان توجه او به خداست. *الا بذکرالله تطمئن القلوب*؛ تنها با یاد خدا دل ها آرام می گیرند.

- جلب نظر الهی

برای آدمی چه چیز می تواند بالاتر از این باشد که خداوند توجه ویژه به او کند و در همه حال به یاد او باشد. آنچه قرآن به ما می آموزد این است که بنده خدا با ذکر می تواند توجه محضر خدا را به خود معطوف سازد، آنجا که در سوره بقره می فرماید: مرا یاد کنید تا من نیز شما را یاد نمایم.

کلید دستیابی به محبت الهی، یاد خدا معرفی شده بدیهی است که محب واقعی نباید حتی کوچک ترین فرصت را از دست بدهد و در تمامی احوال، خود را مشغول به یاد خدا گرداند.

- پرهیز از گناه

نعمت الهی بوسیله گناه از بین می رود و سبب می شود تا توجه و نظر خداوند متعال از انسان برگرفته شود. بر همین اساس گناه، عامل نکبت و بدبختی آدمی شمرده شده است به سبب همین عواقب ناگوار است که هر انسانی می کوشد تا گناه را از خود دور سازد و به بارگاه رحمت الهی وارد شود. یکی از راه های مهم دوری از گناه، یاد خدا و ذکر است و یکی از ذکر های مهم نماز است. اقم الصلاه

لذکری؛ نماز را برای یاد کردن من به پا دارد. همین نماز است که انسان را از گناه و زشتی ها دور می کند.

- به دست آوردن سعه صدر

سعه صدر و گشادگی، از نعمت های بزرگ الهی است. انسان هایی که دارای سعه صدر هستند مشکلات و گرفتاری ها را به راحتی پشت سر می گذارند و از خود خویشتنداری در مقابل ناملایمات نشان می دهند و به همین وسیله به گناه هم آلوده نمی شوند و یکی از راه های بدست آوردن سعه صدر، ذکر و یاد خداست. حضرت علی (ع) فرمود: یاد خدا موجب وسعت سینه و شرح صدر است.

امام صادق (ع) فرمود: خداوند متعال فرموده، ای پسر آدم مرا در نفس خودت یاد کن تا تو را در نفس خودم یاد کنم. ای پسر آدم، در خلوت مرا یاد کن تا در خلوت تو را یاد کنم. این پسر آدم، مرا در اجتماع یاد کن، تا تو را در اجتماع بهتر از اجتماع خودت یاد کنم و فرمود: هر بنده ای که خدا را در بین مردم یاد کند خدا او را در بین ملائکه یاد می کند. (وسائل الشیعه جلد 4 صفحه 185)