



حضرت امام رضا علیه السلام:

قَالَ النَّاسُ لَوْ عَلِمُوا مَحَاسِنَ كَلَامِنَا لَاتَّبَعُونَا

هر آینه اگر مردم زیبایی های سخن ما را دریابند، از ما پیروی خواهند کرد.

صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۱، ص ۳۰۷.

# مناسبات اجتماعی



شناسه

انتشارات بنیاد بین المللی فرهنگی هنری امام رضا علیه السلام

سبک زندگی رضوی (۲) - مناسبات اجتماعی

محمد تقی فعّالی

انتشارات بنیاد بین المللی فرهنگی هنری امام رضا علیه السلام

§§§§§§§§§§

نجف نجفی

اول، تابستان ۱۳۹۴

چایخانه ؟؟؟؟؟؟؟

۳۰۰ جلد

؟؟؟؟؟؟؟ تومان (قیمت دوره ؟؟؟؟؟؟ تومان)

9 V  $\wedge$  -  $\phi$  , . - V V  $\psi$  , - ,  $\wedge$  -  $\wedge$

9VΛ-ε. . -VVε. - . 9-Δ

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.  
دورنگار: ۰۲۵-۳۲۶۰۳۰۹۱

سرشناسه: فعالی، محمد تقی، ۱۳۴۱  
عنوان: سبک زندگی رضوی (۲) - مناسبات اجتماعی.

نام بدلد آود: محمد تقی، فعال

نام پدیدآور: محمد تقی فغانی.

فرہنگی ہنری امام رضاؑ۔

فرہنگی امام رضاؑ

مشتخصات ظاهري: ٢٦٤ ص.

شاپک: ۸-۸۰-۷۷۴۰-۶۰-۹۷۸

شابک دورہ: ۹-۰-۷۷۴۰-۶۰-۹۷۸

وضعیت شهر نونسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه.

موضوع: سبک زندگی اسلامی

ردبندی کنگره: ؟؟؟؟  
موضوع: امنیت راه‌آبی استراتژی

ردبندی دیویی:؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟  
ردبندی صحرایی:؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟

شماره کتابشناسی ملی: ؟؟؟؟  
ردیفی دیگری: .....  
.....

# فهرست مطالب

مقدمه / ۱۲

دیباجه / ۱۲

فصل اول: مناسبات اجتماعی / ۱۲

۱) نظام آراستگی / ۱۲

یک) تجمل‌گرایی / ۱۲

الف) تجمل‌دوستی / ۱۲

ب) تجمل‌پرستی / ۱۲

دو) گونه‌ها / ۱۲

الف) آراستگی ظاهری / ۱۲

اول) لباس زیبا و مرتب / ۱۲

دوم) نظافت و پاکیزگی / ۱۲

ب) آراستگی رفتاری / ۱۲

اول) سبک نشستن / ۱۲

دوم) شیوه خوردن / ۱۲

سوم) نحوه خوابیدن / ۱۲

چهارم) رعایت نظم / ۱۲

۲) آئین خویشاوندی / ۱۲

یک) جایگاه / ۱۲

الف) در قرآن و روایات / ۱۲

ب) فرهنگ رضوی / ۱۲

ج) در روان‌شناسی / ۱۲

دو) مفهوم‌شناسی / ۱۲

سه) پیامدها / ۱۲

الف) ازدیاد عمر / ۱۲

ب) افزایش روزی و نعمت / ۱۲

ج) آبادانی سرزمین / ۱۲

د) آسان‌گیری حسابرسی در قیامت / ۱۲

ه) افزایش جمعیت / ۱۲

۳) همسایه‌داری / ۱۲

نتیجه‌گیری / ۱۲

فصل دوم: سفر و اوقات فراغت / ۱۲

۱) چیستی / ۱۲

۲) کارکردها / ۱۲

۳) ویژگی‌های فراغت در عصر حاضر / ۱۲

۴) مبانی اسلامی اوقات فراغت / ۱۲

۵) الگوهای تجویزی گذران اوقات فراغت / ۱۲

یک) عبادت / ۱۲

دو) تفکر / ۱۲

سه) دیدار با خویشان و دوستان / ۱۲

چهار) همیاری / ۱۲

پنج) کتابخوانی / ۱۲

شش) بازی؛ رایانه و اینترنت / ۱۲

الف) نهی از قمار / ۱۲

ب) اجتناب از شطرنج / ۱۲

ج) راهکاری جالب / ۱۲

هفت) فعالیت‌های هنری / ۱۲

هشت) شرکت در برنامه‌های کانون فرهنگی و تربیتی / ۱۲

نه) فعالیت‌های علمی / ۱۲

ده) ورزش / ۱۲

یازده) سفر و سیاحت / ۱۲

الف) اهمیت و جایگاه سیر و سیاحت در قرآن و احادیث / ۱۲

ب) فواید و آثار / ۱۲

اول) آثار فردی / ۱۲

دوم) آثار اجتماعی / ۱۲

سوم) آثار روحی و روانی / ۱۲

ج) انواع سفر / ۱۲

اول) سفرهای عبادی و زیارتی / ۱۲

دوم) سفرهای علمی / ۱۲

سوم) سفرهای تبلیغی / ۱۲

چهارم) سفرهای تجاری و اقتصادی / ۱۲

پنجم) سفرهای تاریخی / ۱۲

د) سفر در فرهنگ رضوی / ۱۲

اول) برگشت از مسیر / ۱۲

دوم) ایام سفر / ۱۲

سوم) دعای سفر / ۱۲

چهار) سفر دریا / ۱۲

پنجم) خوردنی‌های سفر / ۱۲

ششم) جوانمرد مسافر / ۱۲

نتیجه‌گیری / ۱۲

## فصل سوم: مؤلفه‌ها و بایسته‌های روابط اجتماعی / ۱۲

۱) سنت‌های اجتماعی / ۱۲

۲) انسان سرنوشت‌ساز / ۱۲

۳) اخلاق محوری / ۱۲

۴) امام‌مداری / ۱۲

۵) عقلانیت دینی / ۱۲

یک) در لغت / ۱۲

دو) در قرآن / ۱۲

۶) حق‌مداری و مسئولیت‌پذیری / ۱۲

یک) رفتار متعهدانه / ۱۲

دو) مسئولیت‌پذیری / ۱۲

الف) ویژگی‌ها / ۱۲

ب) محورها / ۱۲

ج) مسئولیت‌پذیری و بهداشت روانی / ۱۲

۷) ارزش‌های اجتماعی / ۱۲

یک) ارزش‌های مثبت / ۱۲

الف) خوش‌بینی و امیدبخشی / ۱۲

اول) امیدواری به خدا / ۱۲

دوم) زیباترین جهان / ۱۲

ب) زهدگرایی و قناعت‌ورزی / ۱۲

ج) صداقت / ۱۲

د) بردباری / ۱۲

ه) گذشت / ۱۲

دو) ارزش‌های منفی / ۱۲

الف) پرخاشگری / ۱۲

ب) دروغ / ۱۲

ج) آزار دادن / ۱۲

د) بخل‌ورزی / ۱۲

اول) جایگاه / ۱۲

دوم) ویژگی‌ها / ۱۲

ه) پیروی از هوای نفس / ۱۲

نتیجه‌گیری / ۱۲

کتابنامه / ۱۲

## مقدمه

برگزاری جشنواره بین‌المللی امام رضا علیه السلام به صورت سالانه از سوی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در داخل و خارج از کشور به مناسبت میلاد با سعادت و سراسر نورعالم آل محمد علیهم السلام حضرت امام علی بن موسی الرضا علیه السلام و کریمه اهل بیت حضرت فاطمه معصومه علیها السلام و بزرگداشت حضرت شاهچراغ علیه السلام در دهه کرامت (از یکم تا یازدهم ذی‌القعدة) از این جهت اهمیت مضاعف می‌یابد که همه ساله اندیشمندان، پژوهشگران، هنرمندان و در یک کلام پدیدآورندگان آثار فاخر رضوی با خلق آثار فاخر و ارزنده زمینه ترویج بیش‌ازپیش فرهنگ، سیره و معارف رضوی را با همکاری دستگاه‌ها و نهادهای عضو جشنواره و با حمایت اقشار مختلف مردم و با پشتیبانی دولت محترم و عنایت مجلس محترم شورای اسلامی، خصوصاً اعضاء محترم کمیسیون فرهنگی مجلس و به‌ویژه رهنمودهای مراجع عظام و علمای اعلام در یک فضای معنوی فراهم می‌نمایند.

## الف) برنامه‌های موضوعی

برنامه‌های موضوعی تعریف شده در جشنواره بین‌المللی امام رضا<sup>علیه السلام</sup> شامل آن دسته از برنامه‌هایی می‌شود که توسط ادارات کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان‌ها، نهادها و سازمان‌های عضو، به صورت انتشار فراخوان و دریافت آثار و انتخاب برگزیدگان پرداخته می‌شود و در حال حاضر ۸۵ شاخه از جشنواره به موضوعات علمی، پژوهشی، فرهنگی، هنری، سینمایی، مطبوعاتی، دیجیتالی و کودک و نوجوان اختصاص دارد که اهتمام به ارتقاء کمی و کیفی این برنامه‌ها در چارچوب کارگروه‌های تخصصی تحت تولید معاونت‌ها و حوزه‌های تخصصی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی می‌باشد.

## ب) امور بین‌الملل

برنامه‌های تعریف شده برای خارج از کشور در جشنواره بین‌المللی امام رضا<sup>علیه السلام</sup> با بهره‌گیری از ظرفیت علمی، فرهنگی اندیشمندان و دانشمندان جهان همچنین مشارکت ارادتمندان هشتمین اختر تابناک آسمان امامت و ولایت در اقصی نقاط جهان با رویکرد علمی، پژوهشی، فرهنگی و هنری برگزار می‌گردد. این بخش با محوریت سازمان فرهنگ و ارتباطات اسلامی، همکاری نهادهای فرهنگی مرتبط با خارج از کشور به‌ویژه مجمع جهانی اهل‌البیت<sup>علیهم‌السلام</sup>، جامعة المصطفی العالمیة و مرکز مدارس خارج از کشور می‌باشد.

## ج) برنامه‌های عمومی

سازماندهی برنامه‌های عمومی جشنواره بین‌المللی امام رضا<sup>علیه السلام</sup> با ایجاد فرصت‌های معنوی دهه کرامت در سراسر کشور اعم از شهر و روستا در قالب جشن‌های مردمی با مشارکت اقشار مختلف و با پیش‌بینی ۱۷ کارگروه از نهادها و تشکل‌های مردمی با نظارت شورای هماهنگی جشن‌های دهه کرامت و با محوریت ستاد عالی کانون‌های فرهنگی هنری مساجد کشور و با همکاری ۳۰ دستگاه فرهنگی و مرتبط کشور به عنوان مجری عهده دار این ساماندهی می‌باشند.

## د) تکریم امامزادگان و بقاع متبرکه

بزرگداشت امامزادگان به عنوان قطب‌های فرهنگی جامعه یکی از محورهای اصلی برنامه‌های روز پنجم ذیقعد در تقویم فرهنگی کشور و در دهه کرامت می‌باشد که همه ساله در تمامی استان‌ها برنامه‌ریزی و به‌مورد اجرا گذاشته می‌شود و در طی سال‌های اخیر این بزرگداشت به صورت جهانی و در چارچوب همایش و کنگره در دستور کار سازمان اوقاف و امور خیریه کشور قرار گرفته است.

## ه) بزرگداشت قدمگاه‌های حضرت امام رضا<sup>علیه السلام</sup>

برگزاری جشن‌های سالروز ورود امام رضا<sup>علیه السلام</sup> از سوی مردم در قدمگاه‌های مسیر هجرت حضرت امام رضا<sup>علیه السلام</sup> از شلمچه تا مرو با راهاندازی کاروان‌های نمادین و مراسم ویژه از جمله برنامه‌هایی می‌باشد که با حضور و مشارکت گسترده مردم در استان‌های مسیر هجرت و قدمگاه‌ها نهاده شده است.

## و) هفته‌های فرهنگ رضوی

جاری و ساری نمودن یاد و نام امام رضا<sup>علیه السلام</sup> در طول سال با برگزاری هفته‌های فرهنگ رضوی به منظور بهره‌مندی از تعالیم و آموزه‌های رضوی با ایجاد فضای بانشاط معنوی در سطح جامعه از جمله برنامه‌های سالانه این جشنواره می‌باشد که در استمرار دهه کرامت در سطح استان‌های کشور توسط ادارات کل فرهنگ و ارشاد اسلامی و دستگاه‌های عضو به مرحله اجرا گذاشته می‌شود.

## ز) برگزیدگان

یکی از دستاوردهای بزرگ جشنواره بین‌المللی امام رضا<sup>علیه السلام</sup> شناسایی پدید آورندگان آثار فاخر فرهنگی و هنری در زمینه فرهنگ رضوی می‌باشد که در برنامه‌های مختلف و در استان‌های مختلف از سوی هیأت داوران هر یک از رشته‌های علمی، فرهنگی، هنری، سینمایی و مطبوعاتی و دیجیتالی

آثار برگزیده منتخب شناسایی و نفرات اول تا سوم پدید آورنده هریک از این آثار به عنوان برگزیده شناخته شده و طی مراسم اختتامیه برنامه موضوعی هر یک از استان‌ها و دستگاه‌ها مورد تقدیر قرار می‌گیرند.

### ح) خادمان فرهنگ رضوی

یکی از برنامه‌های مراسم اختتامیه جشنواره بین‌المللی امام رضا (ع) معرفی خادمان فرهنگ رضوی می‌باشد که از سوی کمیته انتخاب خادمان فرهنگ رضوی جشنواره ۱۶ چهره برجسته علمی، فرهنگی و هنری در داخل و خارج از کشور که دارای خدمات برجسته‌ای در ساحت مقدس فرهنگ رضوی باشند معرفی و با اهداء نشان رضوی از آنان تجلیل می‌گردد.

### ط) افتتاحیه و اختتامیه جشنواره بین‌المللی فرهنگی و هنری امام رضا (ع)

جشنواره بین‌المللی امام رضا (ع) در دهه کرامت همزمان با میلاد حضرت فاطمه معصومه (ع) در شهر مقدس قم افتتاح و پس از اجرا در ۳۱ استان کشور و سطح وسیعی از نقاط جهان، اختتامیه آن در شب میلاد با سعادت حضرت علی بن موسی الرضا (ع) با حضور مسئولان عالی رتبه، اقشار مختلف، برگزیدگان جشنواره اصحاب فرهنگ و هنر با تجلیل از خادمان فرهنگ رضوی در مشهد مقدس به کار خود پایان می‌دهد.

### ی) انتشارات

یکی از برنامه‌های مستمر بنیاد بین‌المللی فرهنگی و هنری امام رضا (ع) که تحت نظارت وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی فعالیت می‌کند انتشار محصولات پژوهشی جشنواره بین‌المللی امام رضا (ع) می‌باشد. کتاب حاضر یکی از آن آثار است که بر اساس مصوبات شورای سیاستگذاری جشنواره بین‌المللی امام رضا (ع) در چارچوب رهنمودهای مقام معظم رهبری در زمینه سبک زندگی اسلامی، مبتنی بر آموزه‌های رضوی تدوین و به زیور طبع و نشر آراسته شده است تا ان شاء الله منبعی باشد برای بهره‌مندی عموم جامعه و همچنین

دست مایه‌ای برای آفرینش‌های علمی، فرهنگی و هنری مخاطبان این رویداد فرهنگی و معنوی.

### بنیاد بین‌المللی

فرهنگی و هنری امام رضا (ع)



## دیناچه

مفهوم سبک زندگی از جمله مفاهیم جدیدی است که پژوهشگران حوزه جامعه‌شناسی و مطالعات فرهنگی برای بیان رفتارشناسی انسان‌ها بیان می‌کنند. دامنه به‌کارگیری این مفهوم تا جایی رواج یافته که امروزه جانشین بسیاری از مفاهیم و واژگان سنتی شده است. اصطلاح سبک زندگی، پیوند نزدیکی با مجموعه‌ای از مفاهیم دارد نظیر فرهنگ، جامعه، ذهن، رفتار، معنا، شخصیت، محیط، وراثت، نیاز، سلیقه، مد، منزلت و سنت. مفهوم سبک زندگی از یک‌سو جزئی‌ترین رویدادهای حیات بشر و از سوی دیگر تا اعماق وجود آدمی را دربر می‌گیرد، لذا هم شامل و هم عمیق است.

این مسئله در خلال دهه ۸۰ م. در حوزه علوم اجتماعی و نظریه‌های جامعه‌شناسی مطرح شد. بسیاری از اندیشمندان علوم اجتماعی در این زمینه به بیان عقیده پرداختند.<sup>۱</sup>

به اعتقاد گیدنز، سبک زندگی را می‌توان به مجموعه‌ای به‌نسبت جامع از

۱. کاویانی، سبک زندگی اسلام و ابزار سنجش آن، ص ۹۰-۷۰.

عملکردهایی تعبیر کرد که فرد آن را به کار می گیرد؛ زیرا رفتارهای فرد نه تنها بیانگر نیازهای او، بلکه روایت خاصی از اندیشه و هویت شخصی اوست.<sup>۱</sup>

رایزمن، معتقد است که فرد در گذشته کمتر حق انتخاب داشت و عملاً گزینشی در فرهنگ سنتی وجود نداشت. این سنت و رسوم گذشته بود که برنامه های از پیش تعیین شده را بر افراد تحمیل می کرد و در اجرا، نوعی جبر پنهان وجود داشت. اما با گذشت زمان و گذشتن از دوران درون راهبر، وارد دوران دگرراهبر شده ایم و در این مقطع دیگران یعنی وسایل ارتباط جمعی سعی دارند مخاطب را آگاه ساخته، حق انتخاب او را شکوفا کنند و از این طریق تغییر در جهان مدرن با سرعت و به صورت شگفت انگیزی در جریان است.<sup>۲</sup>

لیزر، سبک زندگی را از جنس رفتار دانسته و ارزش ها و نگرش ها را بیرون از دایره این مفهوم قرار می دهد.<sup>۳</sup>

از دیدگاه چینی، سبک زندگی، سازمان اجتماعی مصرف است که راه الگومند مصرف یا ارج نهادن به فرهنگ مادی را بیان می کند.<sup>۴</sup>

سبک زندگی، وابسته به انتخاب و انتخاب، وابسته به اطلاعات است. اطلاعات، محصولی از فرایند ارتباطات است. ارتباطات می تواند میان فردی یا رسانه ای باشد. رابطه رسانه ها و سبک زندگی، چرخه ای به هم پیوسته و متقابل است. رسانه ها، سبک های جدید حیات را پیش روی انسان قرار می دهند و انسان ها با خواسته ها و نیازهای جدید، سبک های جدید را آشکار می سازند. رسانه ها از طریق بمباران اطلاعات، فرهنگ مصرف گرا و مصرف فرهنگ را برجسته ساخته و حوزه فرهنگ را فربه می کنند.

امروزه رادیو، تلویزیون، ماهواره، موزه، سایت، وبلاگ، تالار گفتگو و ده ها نوع دیگر محصولات فرهنگی، فضایی فراهم آورده اند که همه پیرامون آنها می نشینند و بخش مهمی از عمر خویش را به آنها اختصاص می دهند و از این طریق، سبک زندگی تا عمیق ترین لایه های خانواده ها نفوذ می کند.

۱. همان.
۲. همان.
۳. همان.
۴. همان.

## ۱) الگوها و محدوده ها

امروزه الگوهای متنوعی برای سبک زندگی وجود دارد: سبک زندگی دخترانه یا پسرانه، روستایی یا شهری، سنتی یا مدرن، مصرف گرایانه یا تولیدی، زاهدانه یا عاشقانه، فردمحور یا جمعی، ایرانی، عربی، غربی یا شرقی، بالاشهر یا پایین شهر، خشونت مدار یا عاطفی، فمینیستی، سیاسی، پلیسی، طبقاتی، رفاه طلب، جهان وطنانه، بسیجی، توده وار، قوم گرایانه، مدگرا، شیطانی، خطرپذیر، مهاجران، قدرت گرا، اوقات فراغت، ارزش مدار و توحیدی.

سبک زندگی در حوزه ها و محدوده های وسیعی نفوذ می کند: شاخص های شناختی، مدیریت تصمیم گیری، اخلاق اجتماعی، معاشرت، پوشش، آرایش، مد، غذا و تغذیه، آشپزی، معماری، دکوراسیون داخلی، طراحی صنعتی، تفریح و گردش، استفاده از جواهرات، تندرستی، ارتباطات گفتاری، محیط زیست، کسب و کار، روابط زناشویی، شغل، سخن گفتن، گذراندن اوقات فراغت، الگوی مصرف، سبک راه رفتن و مدیریت احساس ها.

## ۲) نقش دین در سبک دهی

در عصر جدید بخش قابل توجهی از مطالعات درباره فنون زیستن، به نقش دین در مفهوم سبک زندگی بازمی گردد. یکی از مهم ترین ابعاد مفهوم سبک زندگی این است که دین می تواند به عنوان نیروی برتر، نقش حیاتی در الگوی حیات و نحوه زیستن آدمیان بر روی زمین ایفا کند. دین به عنوان نظامی از باورها، ارزش ها و رفتارها می تواند به آدمی برای دستیابی به سبکی الهی در زندگی کمک کند.

در این میان، اسلام از جایگاه ویژه ای برخوردار است. بر اساس معارف عمیق اسلامی که ریشه در آیات قرآن، احادیث معتبر، مفاهیم مربوط به ادعیه و سیره بزرگان دارد، می توان الگویی برای سبک زندگی در این جهان تعریف کرد، به گونه ای که آدمی را آماده ورود به زندگی ابدی و زیستن بی پایان کند. مفاهیم مربوط به سبک زندگی در منابع اسلامی بسیار فراوان اما به ندرت استخراج شده است.

دین به گونه‌های مختلف می‌تواند در سبک زندگی انسان‌ها تأثیرگذار باشد. دین حاوی آگاهی‌ها، بینش‌ها و نگرش‌های اصیلی بوده که در سبک‌دهی به زندگی انسان‌ها نقش‌آفرین است. دین، شناخت‌ها و نگرش‌های اصیلی را در ارتباط با خدا، جهان دیگر و انسان به آدمی می‌دهد تا از این طریق بتواند تصاویر روشنی از جهان پیرامون و خویش‌تن داشته باشد. دین، مجموعه ارزش‌ها و هنجارها را در اختیار انسان قرار می‌دهد تا به وی کمک کند الگوی مناسب برای زندگی بیابد، رفتارهایش را تنظیم کند و الگویی برای کنش‌ها و شیوه‌های زیستن پیدا کند.

دین، احساس‌هایی نظیر احترام، رضایت‌مندی، گناهکاری، پشیمانی، ترس و عشق را درون انسان برمی‌انگیزد. این حالت‌ها می‌توانند احساس‌های دیگری نظیر اعتماد به نفس و اعتماد به خدا را در انسان‌ها تضعیف یا تقویت کنند و از این طریق منشأ شکل‌گیری الگوهای متفاوتی در انسان شوند.

دین، قادر است بر خلاقیت فرد تأثیر گذارد و او را در مواجهه با محدودیت‌های وراثتی یا محیطی توانا یا ناتوان سازد. یکی از الگوهای سبک زندگی، پدیده خلاقیت یا نوآوری است که بدون شک دین این بُعد انسانی را پرورش داده و تقویت می‌سازد.

دین، می‌تواند نهادهای اجتماعی کارآمدی را سامان بخشد، افرادی را حول محور این نهادها گرد آورد و از این طریق، شناخت از محیط را افزایش و رفتارهای جمعی او را تحت تأثیر قرار داده و شکل دهد.

اسلام به‌عنوان برترین دین، کارآمدی خود را در بُعد فردی و اجتماعی نشان داده است. آخرین دین آسمانی برای تمامی نیازهای درونی و بیرونی راهکار نشان داده و با عرضه الگوهای رفتاری متنوع، انسان را به سر منزل مقصود رهنمون شده است.

### ۳) بیماری‌های سبک زندگی جدید

در حال حاضر بشر با بیماری‌های مختلف سبک زندگی جدید مواجه بوده و این سبک، نحوه سخن گفتن انسان‌ها را تغییر داده است. شبکه‌های

اجتماعی نظیر فیس‌بوک و ماهواره با عرضه امکانات نوین، انسان‌ها را به رفتارهای نابهنجار سوق داده‌اند. بسیاری از انحراف‌های اجتماعی مانند طلاق، اعتیاد، خودکشی، سرقت مسلحانه، خشونت، آدم‌ربایی، جرائم سازمان‌یافته، جرائم اینترنتی، قاچاق انسان و کودک آزاری، معلول همین شیوه زندگی اجتماعی است.

امروزه، خانواده با آسیب‌های گوناگونی مانند مشاجره، ضرب و شتم، فرزندآزاری، رضایت نداشتن، مشکلات جنسی، خیانت و تجمل‌گرایی روبرو شده که بسیاری از آنها در اثر اتخاذ الگوی نادرست زیستن به‌وجود آمده است.

شیوه‌های نادرست گذران اوقات فراغت از موارد دیگر بیماری‌های سبک زندگی مدرن است. همچنین می‌توان به موارد دیگری مانند مدرگرایی، آرایش‌های نامشروع، بدپوشی، تغییر خوراکی‌ها و آشامیدنی‌ها، ترویج فرهنگ فست‌فود، افزایش بیماری‌های مقاربتی، کاستن از میزان کار مفید، کمبود کیفیت کار، ارائه الگوهای نامناسب معماری، پرخاشگری، آزاررسانی کلامی، عیب‌جویی، محرومیت و حرمت‌شکنی اشاره کرد.

الگوهای سبک زندگی مدرن علی‌رغم فرصت‌ها و امکاناتی که در اختیار بشر قرار داده، بیماری‌ها و آسیب‌های متعددی را نیز به ارمغان آورده است. اسلام به‌عنوان آخرین و برترین دین الهی، الگوها و مدل‌های متعادل و جامعی را در اختیار انسان قرار می‌دهد تا آدمی بتواند ضمن رهایی از تهدیدها و آسیب‌ها، به سعادت دنیوی و اخروی دست یابد.

### ۴) چپستی

مسئله سبک زندگی با تمامی ابعاد حیات بشر ارتباط تنگاتنگ دارد. گستره مسئله مزبور به وسعت تمام شئون زندگی بشر است. امروزه، مؤسسه‌ها و شرکت‌های بین‌المللی سبک زندگی، خدمات متنوعی ارائه می‌دهند. برخی از این سرویس‌ها عبارت‌اند از: مشاوره‌های فردی، کارگاه‌های گروهی، ارائه آزمون‌های روان‌شناختی، انجام مطالعات گروهی، ارائه راهبردهایی برای

برون رفت از مشکلات جسمی و بیان چالش‌ها و بحران‌های سبک زندگی مدرن.

با توجه به اهمیت مسئله و نظر به اهمیت دو رویکرد جامعه‌شناختی و روان‌شناختی، ضروری است حقیقت و ماهیت سبک زندگی مطرح و بررسی شود.<sup>۱</sup>

وبلن، پیشگام مسئله سبک زندگی در حوزه جامعه‌شناختی، با تأکید بر رفتار، سبک زندگی را چنین تعریف کرده است:

سبک زندگی الگوی رفتار جمعی است. سبک زندگی فرد، تجلی رفتار و سازوکار روحی و عادت‌های فکری است.

زیمل، با رویکرد جامعه‌شناختی، تعریفی متفاوت از سبک زندگی ارائه می‌کند:

سبک زندگی، تجسم تلاش انسان است برای یافتن ارزش‌های بنیادی خود در فرهنگ عینی.

از نگاه زیمل، انسان بر اساس ارزش‌های بنیادی خود، فردیت برتر و نیز صورت‌های رفتاری خویش را برمی‌گزیند. این گزینش بر اساس سلیقه شکل می‌گیرد و در زندگی عینی به صورت الگوهای رفتاری به هم پیوسته نمود پیدا می‌کند.

ماکس وبر، با تأکید بر اینکه سبک زندگی از جنس رفتار است تعریف زیر را ارائه می‌دهد:

سبک زندگی، رفتاری است که تمایل‌ها، آن‌را هدایت می‌کند و فرصت‌های زندگی بستر عرضه آن‌را فراهم می‌نماید.

سبک زندگی از نظر بورديو چنین است:

سبک زندگی، فعالیت‌های نظام‌مندی است که از ذوق و سلیقه فرد ناشی می‌شود.

از نظر او، سبک زندگی، بیشترین توانمندی را برای ارائه الگوهای رفتاری

۱. همان، ص ۹۵-۱۱۵.

دارد. سبک مانند معادله‌ای، تمام فعالیت‌ها و تلاش‌های بشر را دربر گرفته، از این طریق جنبه عینی و خارجی پیدا می‌کند و نیز به فرد هویت بخشیده و او را در میان اقشار اجتماعی متمایز می‌سازد.

گیدنز با طرح بحث سیاست زندگی، سبک زندگی را چنین توصیف می‌کند:

سیاست زندگی، سبک زندگی است. سیاستی که با منازعات و کشمکش‌ها در باب یک سؤال پیوند دارد: چگونه ما باید در دنیایی زندگی کنیم که در آن، آنچه به وسیله طبیعت یا سنت تثبیت شده بود اکنون موضوع تصمیم‌گیری انسان قرار گرفته است؟

با بررسی تعاریف پیش‌گفته به این نتیجه می‌رسیم که محورهای اصلی سبک زندگی در الگودهی، هویت، عینیت زندگی و رفتارشناسی خلاصه می‌شوند. امروزه، دو رویکرد کلی در ارتباط با سبک زندگی وجود دارد: رویکرد جامعه‌شناسانه که بیشتر تحت تأثیر ماکس وبر و نیز رویکرد روان‌شناسانه که متأثر از آلفرد آدلر است. این دو، بر عنصر رفتار در مسئله سبک زندگی تأکید اساسی دارند. بر این اساس، می‌توان تمامی تعاریف مزبور را خلاصه و به شکل زیر عرضه کرد: سبک زندگی، مجموعه‌ای از الگوهای رفتاری پایدار است که از بینش‌ها، ارزش‌ها، خواسته‌ها و محیط متأثر باشد و به صورت عینی تجلی یابد.

تعریف اخیر به ما می‌گوید رفتارهای بشر از عوامل مختلفی تأثیر می‌پذیرد. از سوی دیگر، رفتارهای ناپایدار، با مسئله سبک زندگی ارتباطی ندارند. بنابراین سبک زندگی به صورت دقیق و مشخص به الگوها و مدل‌های رفتاری نظر دارد، چنان‌که رفتار و فعالیت باید به نسبت پایدار نیز باشد.

انسان‌ها هنگام پوشش، خوردن، آشامیدن، آرایش، ارتباط، کار، گذران اوقات فراغت، دکوراسیون داخل منزل یا اداره و ازدواج، از خود رفتارهایی نشان می‌دهند که دارای الگوهای خاصی است. سبک زندگی، چیزی جز همین رفتارهای به نسبت پایدار نیست. سبک زندگی، به مجموعه‌ای از الگوهای رفتاری اطلاق می‌شود که تمام حیات بشر را دربر می‌گیرد.

## ۵) شاخصه‌ها و مؤلفه‌ها

سبک زندگی دارای شاخصه‌ها و مؤلفه‌های متعددی است که می‌توان آنها را به شرح زیر بیان کرد:

### یک) فردی و اجتماعی

بررسی موضوع‌های سبک زندگی نشان می‌دهد که دو بُعد فردی و اجتماعی را دربر می‌گیرد. اموری نظیر روابط اجتماعی، شیوه‌های گذران اوقات فراغت، خوردن و آشامیدن، نحوه مصرف و روابط خانوادگی به بُعد اجتماعی انسان بازمی‌گردد. از سوی دیگر آدمی بُعد فردی نیز دارد. بیماری‌ها، علقه‌ها، سلیقه‌ها، افسردگی‌ها و احساس‌های درونی از دیگر ابعاد وجودی انسان است که با پدیده سبک زندگی ارتباط تنگاتنگی دارد.

### دو) نقش بینش‌ها و ارزش‌ها

هر انسانی نگاه خاصی به خدا، جهان، حیات بعد از مرگ و اختیار بشر دارد. این بینش‌ها و نگرش‌ها، ارزش‌هایی را برای آدمی رقم می‌زنند، مثلاً برای فردی، مصرف و برای دیگری، تولید؛ برای یکی، مال‌اندوزی و برای دیگری، بخشندگی؛ برای یکی، خودپرستی و برای دیگری، فداکاری؛ برای یکی، سرافرازی میهن و برای دیگری، بیگانه‌پرستی؛ برای یکی، رعایت سنت‌ها و برای دیگری، مُد؛ برای یکی اعتماد به خدا و برای دیگری اتکا به این و آن، ارزش است.

نکته مهم اینک، بینش‌ها، ارزش‌ها را و ارزش‌ها، رفتارها را شکل می‌دهند، مثلاً اگر در چهارراه، چراغ راهنما نبود یا برای دقایقی خراب شد، در این صورت، فرد باگذشت، دیگران را مقدم داشته و به آنها راه عبور می‌دهد، اما انسان خودخواه فقط به این فکر می‌کند که چگونه پیش از دیگران عبور کند یا مثلاً کسی که پایبند به نظم باشد، اتاق یا محل کارش چیدمان منظمی دارد، اما کسی که نظم برای او ارزش محسوب نشود اتاق یا محل کارش به شکل دیگری است.

از آنجا که رفتارها تحت تأثیر هنجارها و ارزش‌ها شکل می‌گیرند و ارزش‌های آدمی با نگرش‌ها و بینش‌های او در ارتباط است، می‌توان گفت سبک زندگی، محصول باورها و ارزش‌های آدم است و از آنجا که نظام کلی بینشی یعنی نظام مؤمنانه و نظام غیرمؤمنانه وجود دارد، می‌توان گفت دو الگوی اصلی سبک زندگی وجود دارد: سبک زندگی مؤمنانه و غیرمؤمنانه.

### سه) تأثیر وضعیت جغرافیایی و اقلیمی

یکی از عواملی که در سبک‌دهی به زندگی انسان‌ها نقش دارد، شرایط اقلیمی و جغرافیایی است.<sup>۱</sup> این شرایط می‌تواند طبایع، مزاج‌ها، حالت‌ها و سلیقه‌های انسان را شکل دهد. بدون شک رفتار فردی که در منطقه گرمسیری و خشک زندگی می‌کند به گونه‌ای خاص بوده و با رفتار فردی که در منطقه معتدل و مرطوب زیست می‌کند، متفاوت است.

تنوع اقلیمی و آب و هوایی بر پوشش، خوردنی‌ها، آشامیدنی‌ها، نحوه گذران اوقات فراغت، ازدواج و روابط اجتماعی تأثیرگذار می‌گذارد. نحوه پوشش در اقلیم‌ها و مناطق مختلف، کاملاً متفاوت و متنوع بوده و مهم این است که بدانیم این تنوع از نظر اسلام و پیشوایان دین پذیرفته است.

نمونه تاریخی این مسئله در ادامه بیان می‌شود:

رسول خدا ﷺ به مسلمانان دستور داده بودند محاسن خود را رنگ نکنند تا همرنگ یهودیان و مسیحیان نباشند.<sup>۲</sup> روزی فردی به حضرت علی علیه السلام اعتراض کرد که چرا شما محاسن خود را رنگ نمی‌کنید. ایشان در پاسخ، به نکته زیبایی اشاره فرمودند که نباید ظاهر و پوسته دین را گرفت بلکه باید روح دستورهای دین را فهمید، دستور پیامبر صلی الله علیه و آله مربوط به زمان اندک تعداد مسلمانان بود و هر بار دشمنان از دور نگاه می‌کردند آنها را پیر و با ریش سفید می‌دیدند. مسلمانان می‌توانستند با محاسن سفید ظاهر شوند. هر کس می‌تواند هرگونه که دوست دارد رفتار کند.<sup>۳</sup>

۱. شریفی، سبک زندگی اسلامی/ایرانی، ص ۳۰-۲۰.

۲. صدوق، الخصال، ج ۲، ص ۹۸.

۳. نهج البلاغه، کلمه قصار ۱۷.

## چهار) رفتارهای درون‌زا

از آنجا که محور سبک زندگی، رفتارهای آدمی بوده و انسان، موجودی انتخابگر و صاحب اختیار بوده، سبک زندگی، ناظر به رفتارهای خودجوش و درون‌زا است.<sup>۱</sup> سبک زندگی، پدیده‌ای تحمیلی نیست؛ بلکه اقناعی است. به تعبیری، نمی‌توان مدل خاصی از رفتار را برای زمانی طولانی به فردی اجبار و تحمیل کرد؛ بلکه او خودش باید آن رفتار را برگزیند و انتخاب کند.

هر گونه تلاشی که از سوی فرد، گروه یا حاکمیت برای تغییر الگوهای رفتاری انجام می‌شود باید مبتنی بر این اصل مهم باشد: از زور و اجبار استفاده نشود؛ بلکه شیوه‌هایی اتخاذ شود تا انسان‌ها رفتارهای مورد نظر را خودشان برگزینند و آن‌را انتخاب کنند. به عبارت دیگر نباید و نمی‌توان تلاش کرد تا دیگران را به اتخاذ رفتار و سبکی خاص سوق داد. تغییر الگوهای سبک زندگی با قانون‌گذاری یا استفاده از قوه قهریه حاصل نمی‌شود، بلکه باید درون‌زا و خودجوش باشد. ضروری است الگوهای سبک زندگی، جامعه‌پذیر باشند و مخاطبان با اختیار خود آن الگوها را انتخاب کنند.

## پنج) سبک زندگی پدیده‌ای تدریجی

مدل‌های سبک زندگی به صورت ناگهانی ایجاد نمی‌شوند تا بتوان به صورت دفعی و ناگهانی تغییر داد. اگر رفتاری پایدار در انسان به صورت ملکه و پایدار درآمده باشد این امر نشان از پیشینه‌ای به نسبت طولانی دارد. نهادینه شدن یک رفتار و تثبیت یک فعالیت، صبوری و تحمل می‌طلبد.

اگر بخواهیم مثلاً جایگزینی برای فرهنگ فست‌فود بیابیم و آن الگو را جامعه‌پذیر کنیم، لازم است الگو، بدیل، جذاب و پذیرفتنی باشد و با استفاده از روش‌ها و فنون مؤثر آن‌را در زمانی مناسب نهادینه کرد.

آنگاه که رسول خدا ﷺ به اذن الهی اراده فرمودند فرهنگ جاهلیت را تغییر دهند، آن انسان والا چنان از خود تحمل، حوصله و شکیبایی نشان دادند که خداوند با لحنی خاص به ایشان فرمود:

۱. شریفی، سبک زندگی اسلامی ایرانی، ص ۳۰-۳۵.

لَعَلَّكَ بَاخِعٌ نَفْسِكَ أَلَّا يَكُونُوا مُؤْمِنِينَ؛ شاید تو از اینکه [مشرکان] ایمان نمی‌آورند، جان خود را تباه سازی.<sup>۱</sup>

حاصل آنکه سبک زندگی جنبه‌های فردی و اجتماعی را به صورت یکسان دربر می‌گیرد، سبک زندگی، از بینش‌ها و ارزش‌های انسان‌ها تأثیر می‌پذیرد، شرایط اقلیمی و جغرافیایی در آن نقش‌آفرینند، شامل رفتارهای درون‌جوش و درون‌زا است، به صورت تدریجی حاصل می‌شود و مهم‌ترین نکته اینکه عمدتاً ناظر به رفتارهای انسانی است؛ البته رفتارهای به نسبت پایدار نه رفتارهای گذرا و موقتی.

## ۶) حضرت رضا و سبک زندگی

شاید در ابتدا این گونه به نظر آید که روایت‌های اهل بیت؛ و نیز احادیث رضوی، با شیوه و سبک زندگی آدمیان ارتباط چندانی نداشته باشد. اما هر آنچه در احادیث امامان و سیره آنان بیشتر تتبع و تدبیر کنیم، مطالبی افزون‌تر و عمیق‌تر به دست می‌آید. به عنوان مثال می‌توان از روایت‌های امام هشتم نام برد. اگر گفته شود صدها روایت به نقل از امام رضا درباره سبک زندگی وجود دارد، اغراق نشده است. مسئله این نیست که گفته‌های پیشوایان و معصومان کم است، بلکه مسئله این است که ما کمتر مراجعه و استفاده می‌کنیم. به جاست در این احادیث نورانی دقت بیشتری کرد تا از این اقیانوس بی‌کران، دُر‌ها و گهرهای فراوان برگرفت و به صورتی زیبا بسته‌بندی کرد.

کالای نیک را باید نیک بسته‌بندی کرد.

## ۷) ویژگی‌های اثر حاضر

یک) پرداختن به مباحث سبک زندگی و نیز فنون موفقیت به سه شکل امکان‌پذیر است: روش اول اینکه تمامی مباحث مربوط به این دو حوزه را همان‌گونه که در جهان غرب رخ داده است از راه ترجمه، برگزاری کارگاه و

۱. شعر/۳.

تألیف کتاب به کشور منتقل و به مخاطبان مسلمان که دارای باورهای قرآنی و اسلامی هستند عرضه کرد. بازخورد مخاطب خارج از دو شکل نیست: اگر پذیرای آنها شود این امر به معنای ایجاد تغییر در نگرش‌ها، بینش‌ها و باورهای اوست. بر این اساس خواسته امپراطوری فرهنگی غرب تأمین شده است. اما اگر بازخورد مخاطب به حد پذیرش نرسید، حداقل عرضه این گونه افکار، در وی ایجاد تضاد درونی کرده و این امر به معنای توسعه ناامنی ایمانی در جامعه است.

روش دوم اینکه این گونه مباحث را آنگاه که به ایران می‌رسد با چند آیه و حدیث همراه و به تعبیری سبک زندگی غربی را بومی و اسلامیزه کرد. هدف کسانی که این گونه آمیزش‌ها و التقاط‌های نامبارک را انجام می‌دهند یافتن گوش‌های بیشتر در میان مخاطبان مسلمان است تا از این طریق بازار کسب و کار خویش را رونق بخشند. اگر فنون کسب ثروت را آموزش می‌دهند درواقع از این طریق سود سرشار نصیب خود می‌کنند. پیداست که این شیوه به‌جز آسیب پیش‌گفته، نوعی خیانت تلقی می‌شود، زیرا از یکسو دو امر ناسازگار را کنار هم نشانده‌ایم تا به دروغ نشان دهیم آن‌دو سازگارند و از سوی دیگر موجب سوءبرداشت از کلام خدا شده‌ایم و از طرف سوم کتاب خدا را وسیله‌ای برای ارتزاق در دنیا قرار داده‌ایم.

شیوه سوم این است که ۱. آیات و احادیث، مبنای اصلی قرار گیرند؛ ۲. درصدد باشیم دیدگاه دین را در باب مسائلی که امروز در حوزه سبک زندگی و نیز موفقیت مطرح است جويا شویم. به تعبیری، مسائل را به دین عرضه کنیم نه اینکه بر آن تحمیل کنیم؛ ۳. به آنچه از متن دین برآمد پایبند باشیم؛ ۴. در عرضه مباحث، از ادبیات جدید نظیر داستان، کلمه‌های قصار و شعر استفاده کنیم.

به بیان دیگر میان «مبنا» و «روش» تفکیک قائل شویم یعنی مبنای استنباط و استخراج دیدگاه‌ها، آیات و احادیث باشد اما در روش عرضه از شیوه‌های جذاب بهره گیریم. اثر حاضر سعی دارد از روش سوم پیروی کند. پس روش اول «غربی»، شیوه دوم «التقاطی» و اسلوب سوم «دینی» است،

زیرا تنها با نگاه سوم، سبک زندگی دینی و توحیدی در اختیار ماست.

**دو)** با رویکرد سبک زندگی و فنون موفقیت می‌توان دو گونه مواجه شد: سلبی و ایجابی. اعتقاد نگارنده بر این است که نگاه ایجابی اولویت داشته و از اهمیت برخوردار است. لذا شیوه طرح مباحث به‌صورت انتقادی و سلبی نیست بلکه هدف، بیان دیدگاه‌های دینی است که از آیات و روایت‌ها می‌توان به‌دست آورد. درعین حال مباحث، از مطالب سبک زندگی و فنون موفقیت بیگانه نیست، بلکه «ناظر» به آنهاست. هر کس با آن مباحث آشنا باشد و اثر حاضر را به‌دقت بخواند تفاوت‌ها را درمی‌یابد.

**سه)** مباحث سبک زندگی می‌تواند به دو گونه مطرح شود: نظری و کاربردی. نگارنده سعی دارد از رویکرد نظری کمتر پیروی کند و بیشتر به مباحث کاربردی که واقعاً بتواند در زندگی روزمره به‌کار آید، بپردازد.

**چهار)** اثر پیش‌رو سعی دارد تا حد امکان تمام نکات قرآنی در باب فرهنگ رضوی پیش‌نگاه خوانندگان قرار گیرد، گذشته از اینکه از مثال، جمله‌های کوتاه و کلمه‌های قصار استفاده شده است.

**پنج)** نگاشته حاضر عضوی از یک مجموعه است. این مجموعه با عنوان کلی «سبک زندگی رضوی» به‌صورت مسلسل منتشر می‌شود. هر کدام از این سری، با عنوان خاص به زیور طبع درمی‌آید.

**شش)** سازماندهی نوشتار حاضر در سه فصل انجام شده است؛ فصل اول به روابط اجتماعی، فصل دوم به سفر و اوقات فراغت و فصل سوم به مؤلفه‌ها و بایسته‌های روابط اجتماعی پرداخته است.

در اینجا بر خود لازم می‌دانم از مساعی ارزشمند آقای سیدمحمد رفعتی‌پور که در تهیه پرونده علمی مرا یاری دادند، تشکر کنم. همچنین از مساعی ارزشمند جناب آقای دکتر علی سروری‌مجد عضو هیأت علمی پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و نیز جناب آقای سیدجواد جعفری مدیر عامل محترم بنیاد بین‌المللی فرهنگی و هنری امام رضا (ع) سپاسگزارم.



## فصل اول

## مناسبات اجتماعی

فرهنگ رضوی در زمینه مناسبات اجتماعی ابعاد گسترده‌ای دارد. ارتباطات اجتماعی، اصلاح روابط، تقویت بنیان‌های برادری، توصیه اخلاق و معاشرت، رعایت آراستگی ظاهری و رفتاری و نیز مراعات آیین خویشاوندی و آداب همسایه‌داری از جنبه‌های مختلف مناسبات اجتماعی است. حضرت رضا<sup>علیه السلام</sup> در این رابطه مطالب فراوان و توصیه‌های گوناگونی ارائه کرده‌اند.

### ۱) نظام آراستگی

آراستگی، در زیبادوستی انسان ریشه دارد، زیرا آدمی، زیبایی را دوست دارد، آن را می‌پسندد و به‌سوی آن کشیده می‌شود. پس به حکم همین کشش درونی، آراستگی را انتخاب می‌کند، چون آراستگی می‌تواند جلوه‌گر زیبایی‌ها باشد. هنگامی که انسان و محیط اطراف او زیبا و آراسته باشد، خود را با جهان هستی هم‌آهنگ می‌یابد. بنابراین، آراستن، آراستگی و زیبایی، حقایقی هستند که با هم ارتباط نزدیک دارند. از یک طرف انسان، آفریده موجودی زیباست که زیبایی را می‌پسندد. از سوی دیگر، به کمک زینت‌ها و



زیورها می‌کوشد خود و محیط پیرامونش را بیاراید. او خود آراسته است و از آراستگی لذت می‌برد.

تعالیم دینی سرشار از دستورهای ظریف و دقیقی است که بر پاکیزگی تأکید دارد و آن را نشانه ایمان به مکتب می‌داند. سفارش حضرت علی علیه السلام به نظم پس از سفارش به تقوا، اهمیت نظم در زندگی را یادآور می‌شود. نظم و ترتیب و وقت‌شناسی در اجرای برنامه‌های عبادی و دستورهای دینی از جمله نماز، به اندازه‌ای روشن است که نیاز به توضیح ندارد. رساله‌های عملیه، که بیانگر بخشی از دستورهای اسلام است، تحت عنوان مطهرات مفاهیم برجسته و عالی از نظام آراستگی را مطرح می‌کنند. رهنمودهای پیشوایان دین در مورد لباس، مسکن، ظاهر فردی، پاکیزگی در بهداشت و نظافت، بیانگر توجه اسلام به آراستگی است.

اصلاح روابط بین فردی و اجتماعی، تقویت بنیان‌های برادری و وحدت در جامعه اسلامی به وسیله زدودن موانع فرهنگی و اخلاقی، بخش قابل توجهی از تعالیم اسلامی است که نظام آراستگی را دربر می‌گیرد. در فرهنگ ملی ایرانیان، جشن نوروز از جایگاه و اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. خانه‌تکانی قبل از عید نوروز و توجه به بازسازی محیط زندگی و ظاهر فردی، پوشیدن لباس نو، به دیدار خویشان و دوستان رفتن، رعایت ادب و احترام و خلاصه نو شدن انسان و محیط زندگی همگام با نو شدن طبیعت و دور شدن از پلیدی‌ها و پلشتی‌های درونی و بیرونی، از هدف‌های برگزاری آیین نوروز است.

آراستگی و آراستن به معنای زینت دادن و تزئین کردن است. معانی دیگری مانند منظم، مرتب، هماهنگ، آماده و مهیا بودن نیز برای این واژه بیان شده که به‌طور کامل با معنای اول مرتبط است، زیرا تزئین کردن، با نوعی نظم و هماهنگی همراه و معرف آماده و مهیا بودن برای مقصود مورد نظر است، در مقابل آراستن که به‌طور معمول با نوعی افزایش همراه است، پیراستن قرار دارد که ویژگی آن کاستن و زدودن شاخ و برگ است.<sup>۱</sup>

کارمندی که به پاکیزگی و آراستگی خود اهمیت ندهد، به پاکیزگی

۱. معین، فرهنگ فارسی معین، ج ۱، ص ۴۹.

سازمان و تجهیزات نیز اهمیت نمی‌دهد. هر سازمان یا نهادی متناسب با ماهیت فعالیت خود، مصداق‌های خاص آراستگی کارکنانش را مشخص می‌کند. نظم در تردد، ظاهر و رفتار فردی و جمعی با ارباب رجوع، از مصداق‌های بارز آراستگی کارکنان است.

آراستگی در اسلام از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. خداوند متعال ستارگان را زینت آسمان قرار داد و از آن با عنوان نعمت یاد کرد:

إِنَّا زَيْنَّا السَّمَاءَ الدُّنْيَا بِزِينَةِ الْكَوَاكِبِ؛ ما آسمان این دنیا را به زیور اختران آراستیم.<sup>۱</sup>

در آخرین نامه آسمانی، به آراستگی فراخوانده و عقیده کسانی را که به اشتباه، آراستگی و زینت را با دین و آموزه‌های دینی در تضاد می‌پندارند، مردود می‌شمارد:

قُلْ إِنَّمَا حَرَّمَ رَبِّي الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ وَالْإِثْمَ وَالْبَغْيَ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَأَنْ تُشْرِكُوا بِاللَّهِ مَا لَمْ يُنَزَّلْ بِهِ سُلْطَانًا وَأَنْ تَقُولُوا عَلَى اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ؛ بگو: «پروردگار من فقط زشتکاریها را- چه آشکارش [باشد] و چه پنهان- و گناه و ستم ناحق را حرام گردانیده است و [نیز] اینکه چیزی را شریک خدا سازید که دلیلی بر [حقانیت] آن نازل نکرده و اینکه چیزی را که نمی‌دانید به خدا نسبت دهید».<sup>۲</sup>

امیرمؤمنان علی علیه السلام که در نهایت زهد و ساده‌زیستی بود، هرگز سهل‌انگاری در آراستگی و آراسته بودن را روا نمی‌دانستند. از نگاه آن حضرت، رفاقت، صمیمیت و خویشاوندی نیز نباید سبب کوتاهی در این امر شود. در روایتی آمده است:

هر یک از شما برای برادری که به دیدن‌شان می‌آید خود را بیارایید، چنان که برای بیگانه‌ای که مایلید در بهترین قیافه شما را ببیند زینت می‌کنید.<sup>۳</sup>

۱. صافات/۶.

۲. اعراف/۳۳.

۳. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۳۹.

## یک) تجمل‌گرایی الف) تجمل‌دوستی

در آیین زیبای اسلام سخت‌گیری در زندگی معنا ندارد، تنگ گرفتن و ایجاد محدودیت نكوهیده شده و زندگی باید پر تلاش و راحت باشد. آموزه‌های دینی به ما نشان می‌دهند که علاوه بر توسعه کمی و افزایش امکانات در زندگی، بر بهبود زندگی کیفی تأکید شده است. زیبایی یکی از نیازهای مبرم بشر است که باید اشباع گردد. نعمت‌های الهی به جز اینکه فراوان است زیبا نیز هست. یکی از نام‌های زیبای خدا اسم «جمیل» است. خداوندی که در اوج زیبایی است و خالق تمام زیبایی است، از انسان‌ها خواسته است که زیبا زندگی کنند. مولا علی علیه السلام در کلامی زیبا می‌فرمایند:

خداوند زیبا است و زیبایی را دوست دارد و اگر به بنده‌اش نعمتی داده دوست دارد اثر آن نعمت بر او دیده شود<sup>۱</sup>.

امام صادق علیه السلام در کلامی زیبا فرمودند:

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْجَمَالَ وَ التَّحَمُّلَ وَ يَكْرَهُ الْبُؤْسَ وَ التَّبَاؤُسَ وَ إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ إِذَا أَنْعَمَ عَلَى عَبْدِهِ نِعْمَةً يُحِبُّ أَنْ يَرَى أَثَرَ نِعْمَتِهِ عَلَيْهِ؛ خدا زیبایی و زیباسازی را دوست می‌دارد و فقر و فقرنمایی مورد نفرت خداست. اگر به بنده‌اش نعمتی داد دوست دارد اثر آن نعمت را در او ببیند<sup>۲</sup>.

نعمت‌هایی که خداوند به انسان‌ها داده، برای استفاده، بهره‌برداری و آراستن است. امکاناتی را باید در زندگی به‌کار بست و از آنها با صورت آراسته استفاده کرد. فقیر نباید فقر خود را نشان دهد، چنان‌که ثروتمند هم نباید ثروت خویش را به رخ کشد و هر دو گروه باید با آراستن متعادل در جامعه ظاهر شوند. زیباسازی وظیفه مؤمن است، چه به‌لحاظ فردی و چه اجتماعی، چنان‌که فرد باید ظاهری آراسته و پسندیده داشته باشد، کوچه‌ها و خیابان‌ها

۱. طبرسی، مکارم/لاخلاق، ص ۱۰۳.  
۲. دیلمی، ارشاد القلوب، ج ۱، ص ۱۹۵.

هم عقب مانده و منغور نباشند:

وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ؛ و از نعمت پروردگار خویش (با مردم) سخن گوی<sup>۱</sup>.

## ب) تجمل‌پرستی

بر اساس اندیشه‌های ناب دینی، ثروت و رفاه مطلوب بوده، جمال و تجمل توصیه شده است و مؤمنان باید ظاهری آراسته و شهری زیبا داشته باشند؛ اما تجمل‌پرستی و رفاه‌زدگی نامطلوب است. افراط در آراستن و آرایش، چه به‌صورت فردی و چه اجتماعی، پیامدهای نامطلوبی دارد. انسان‌ها را از شکر خدا غافل می‌کند، روحیه خوشگذرانی را به اوج می‌رساند، موجب رفتارهای ناپسند می‌شود و غفلت، سراسر وجود انسان را فرا می‌گیرد. انسان‌های عیاش و «مترف» کسانی هستند که سرمست ثروت‌اندوزی شده‌اند و خوشگذرانی پیشه کرده‌اند:

وَإِذَا أَرَدْنَا أَنْ نُهْلِكَ قَرْيَةً أَمَرْنَا مُتْرَفِيهَا فَفَسَدُوا فِيهَا فَحَقَّ عَلَيْهَا الْقَوْلُ فَدَمَّرْنَاَهَا تَدْمِيرًا؛ و چون بخواهیم شهری را هلاک کنیم، خوشگذران‌هایش را وادار می‌داریم تا در آن به انحراف (و فساد) بپردازند و در نتیجه، عذاب بر آن (شهر) لازم شود، پس آن‌را (یکسره) زیر و بم کنیم<sup>۲</sup>.

از آثار جامعه رفاه‌زده این است که محرومان همیشه در محرومیت می‌مانند، زندگی هرگز به کام آنها نمی‌چرخد و در امکانات ثروتمندان سهم نیستند. رفاه در صورتی مطلوب است که منافعش به همه برسد، انسان‌ها را به سمت تجمل‌پرستی و برتری‌طلبی پیش نبرد، فخرفروشی را به ثروتمندان هدیه نکند و هرگز موجب نشود دارندگان امکانات به دارایی‌های خویش بیالند.

۱. ضحی/۱۱.  
۲. اسراء/۱۶.

- انسان‌ها نباید به دلیل ثروت‌اندوزی سرکشی کنند؛<sup>۱</sup>
  - افراد خوشگذران و عیاش مورد نکوهش خداوند قرار گرفته‌اند؛<sup>۲</sup>
  - هرگاه رفاه‌زدگی و ثروت‌اندوزی دامنگیر جامعه شود، عذاب همگان را فرامی‌گیرد؛<sup>۳</sup>
  - تجمل‌پرستی، موجب روحیه استکباری و برتری‌طلبی در انسان‌ها می‌شود؛<sup>۴</sup>
  - آخرت برای کسانی است که دنبال فساد و برتری‌جویی نباشند؛<sup>۵</sup>
  - تکبر ناشی از ثروتمندی و به رخ کشیدن آن نسبت به فقرا، به شدت مورد نکوهش قرار گرفته است.<sup>۶</sup>
- زهد هرگز به معنای برخوردار نشدن از نعمت‌ها و امکانات نیست بلکه به معنای دل‌نهیستن به داشته‌های خویش است. فرد زاهد پرتلاش است. در سر، رؤیاهای بزرگی می‌پروراند، به دنبال کسب نعمت‌های بی‌شمار می‌رود؛ اما ثروت‌اندوز و مال‌پرست نیست، بدین معنا که اگر نیازی دید، نیازمند را بر خود مقدم می‌شمارد.<sup>۷</sup>
- بر اساس آموزه‌هایی که از سیره رضوی به‌دست می‌آید آن امام همام علیه السلام به مسئله آراستگی اهتمام نشان می‌دادند. ارائه دو نمونه می‌تواند شاهی گویا باشد.
- نمونه اول:** یکی از غلامان امام رضا علیه السلام به نام عبید گوید: گروهی از مردم خراسان نزد حضرت رضا علیه السلام آمدند و بر لباس‌هایی که آن حضرت پوشیده بود ایراد گرفتند.

۱. شوری/۲۷.  
۲. قصص/۵۷.  
۳. اسراء/۱۶.  
۴. حدید/۲۳.  
۵. قصص/۸۳.  
۶. طبرسی، مکارم/الاخلاق، ص ۴۲۹.  
۷. همان.

حضرت رضا علیه السلام به آنان فرمودند: یوسف بن یعقوب پیغمبر و فرزند پیغمبر بود، پارچه‌های دِبا می‌پوشید، در مجالس آل فرعون می‌نشست و این لباس‌ها و معاشرت‌ها، او را از مقامش فرو نیاورد.

خداوند متعال بر امام واجب کرده که هرگاه حکم کرد جانب عدالت را مراعات کند و هرگاه به کسی وعده داد، وفا کند و هرگاه سخن گفت راست بگوید.

خداوند متعال اشیایی را حرام کرده چه کوچک باشد چه بزرگ و چیزهایی را حلال کرده است، چه کم باشد و چه زیاد.<sup>۸</sup>

**نمونه دوم:** بنظری از حضرت رضا علیه السلام روایت کرده که فرمودند: پدرم فرمودند: نظر شما درباره لباس زیبا چیست؟

گفتم: در اخبار رسیده که حسن علیه السلام لباس‌های زیبا می‌پوشیدند و جعفر بن محمد علیه السلام لباس‌های تازه می‌خریدند، در آب فرو می‌بردند، سپس در بر می‌کردند.

به من گفتند: تو هم بیوش و خود را نو کن، زیرا علی بن الحسین علیه السلام جبه‌های خز را ۵۰۰ درهم می‌خریدند و مطرف خز را ۵۰ درهم خریداری می‌کردند و زمستان می‌پوشیدند. بعد آن‌را می‌فروختند و به فقرا انفاق می‌کردند و می‌فرمودند: مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ؛ زیورهایی را که خدا برای بندگان پدید آورده و آنیز [روزی‌های پاکیزه را چه کسی حرام گردانیده]؟<sup>۹</sup>

## دو گونه‌ها

آراستگی دو نوع است: ظاهری و رفتاری. اسلام به‌عنوان دین جامع به هر دو نوع توجه داشته و مدنظر قرار داده است.

۸. طبرسی، مکارم/الاخلاق، ص ۹۸؛ مجلسی، بحار/الانوار، ج ۷۶، ص ۳۰۸.  
۹. حر عاملی، وسائل الشیعة، ج ۵، ص ۷.  
۱۰. اعراف/۳۲.

## الف) آراستگی ظاهری

نعمت حجب و حیا از الطافی است که خداوند در فطرت انسان قرار داده و او را از سایر جانداران متمایز ساخته است. روشن ترین شکل بروز این گرایش فطری، احساس نیاز به پوشش و پوشاندن بدن از دیگران است و چه خوب است که این پوشش، زیبا، تمیز و شایسته شأن انسان و منزلت اجتماعی فرد باشد تا آدمی را در منظر دیگران خوشایند سازد.

رنگ لباس و پوشش تأثیر زیادی در برقراری ارتباط با دیگران دارد. درواقع رنگ لباس و پوشش و به طور کلی وضعیت ظاهری انسان، شخصیت فرد را آشکار می سازد. رنگ لباس و نحوه پوشش، بر روحیه، خلق و حتی سلامتی فرد تأثیر می گذارد و آرامش روحی را در پی دارد.

از سوی دیگر، پوشش نه تنها از شخصیت انسان حکایت دارد، بلکه در شکل گیری و تحول شخصیت نیز نقش بسزایی دارد. آراستگی ظاهر اگر با تهذیب اخلاقی همراه شود، موفقیت انسان را در جلب محبت و راه یافتن به دل ها تضمین می کند. در روایتی امام صادق علیه السلام می فرماید:

إِنَّ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ يُحِبُّ الْجَمَالَ وَ التَّحَمُّلَ وَ يَكْرَهُ الْبُؤْسَ وَ النَّبَاؤُسَ؛  
خداوند، زیبایی و آراستن را دوست دارد و ژولیدگی و فقیرنمایی را نمی پسندد.<sup>۱</sup>

در ادامه روایت حضرت می فرمایند:

خداوند چون نعمتی به بنده خویش عطا کند، دوست دارد اثر آن را در وی ببیند. پرسیدند: چگونه؟ فرمودند: با پوشیدن لباسی نظیف، استفاده از عطر، گچ کاری خانه و آراستن محل سکونت، جار کردن و تمیز نگاه داشتن حیات، حتی روشن کردن چراغ قبل از غروب خورشید، فقر را می زداید و بر روزی می افزاید.<sup>۲</sup>

لباس تمیز، آراستگی و مرتب بودن موها، احساس اطمینان و اعتماد به نفس را در انسان تقویت می کند. اگر شخص نسبت به خودش احساس خوبی داشته باشد دیگران هم آن را درک می کنند و حسی دلپذیر به وجود می آید. نبی مکرم اسلام صلی الله علیه و آله فرمودند:

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ مَنْ عَبْدَهُ إِذَا خَرَجَ إِلَى إِخْوَانِهِ أَنْ يَتَهَيَّأَ لَهُمْ وَ يَتَجَمَّلَ؛  
خداوند دوست دارد زمانی که بنده اش به سوی برادرانش بیرون می آید، خود را برای آنها آماده و زیبا سازد.<sup>۱</sup>

در روایت دیگری امام صادق علیه السلام به یکی از یاران خود می فرماید:

إِظْهَارُ التَّعَمُّةِ أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنْ صِيَانَتِهَا فَإِنَّكَ أَنْ تَتَزَيَّنَ إِلَّا فِي أَحْسَنِ زَيِّ قَوْمِكَ؛ نزد خدا نمایان کردن نعمت، از نگه داشتن آن محبوب تر است. پس مبدا جز در بهترین شکل آرایش مرسوم قوم خویش، خود را بیارایی.<sup>۲</sup>

زندگی انسان، اجتماعی است. حضور در جمع هموعان نیازمند آن است که در ارتباط با دیگران، از عوامل تنفرآمیز پرهیز کرد تا زمینه برقراری مهر و الفت قلب ها فراهم شود. آراستگی ظاهر نه تنها در استحکام پیوند اجتماعی افراد مؤثر است، بلکه آثار مثبتی نیز در خود فرد به وجود می آورد. مرتب بودن، آراستگی ظاهر و دوری از هر گونه آشفتگی و پریشانی، در مرحله نخست، از نظام فکری و ذوق سلیم انسان سرچشمه می گیرد. آشفتگی بیرونی بر آشفتگی درونی دلالت خواهد داشت. کسانی که با داشتن فهم و برخورداری از فطرت سلیم، به آراستگی ظاهر بی اعتنا هستند، باید علت را از یک آشفتگی و بی نظمی در درون خود جستجو کنند، چرا که بی نظمی و بی توجهی به مرتب بودن ظاهر، از کشمکش های درونی حکایت دارد.

از نظر اسلام، انسان نباید خود را در معرض اهانت و سبک شمردن قرار دهد. وضع ظاهری ژولیده و مراعات نکردن پاکیزگی و آراستگی ظاهر،

۱. همان، ص ۳۵؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۶، ص ۲۴۹.

۲. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۴۰؛ مجلسی، مرآة العقول، ج ۲۲، ص ۳۱۵؛ حویزی، نورالتقاین، ج ۵، ص ۶۰۲.

آدمی را در دیده‌ها خوار کرده و زبان طعن و سرزنش را می‌گشاید. بنابراین در تعالیم اسلامی سفارش شده خود را بینوا، افسرده و نامرتب نشان ندهید.

رسول خدا ﷺ مردی را دیدند که موی سرش ژولیده، جامه‌هایش چرکین و ظاهرش آشفته است، به او فرمودند:

مِنَ الدِّينِ الْمُتَعَهُ؛ بهره‌مند شدن از مواهب زندگی، جزو دین است.<sup>۱</sup>

آراستگی ظاهر، شامل مجموعه‌ای از عناصر می‌شود که جنبه‌های مختلف آن مورد توجه اسلام قرار گرفته است. لباس زیبا و مرتب، نظافت و پاکیزگی عمومی، رسیدگی به موی سر، نظافت پوست، بهداشت ناخن، محافظت از چشم، بهداشت دهان و عطر زدن مجموعه‌ای است که آراستگی ظاهر را دربر می‌گیرد.

### اول) لباس زیبا و مرتب

در آیات الهی و فرمایش معصومان (ع) مضامین فراوانی در ارتباط با پوشش و لباس آمده است. در این میان جنبه‌هایی شایان ذکر است. حجاب و پوشش، نعمتی الهی است که خداوند متعال به انسان‌ها ارزانی داشته و هدف از این نعمت، پوشاندن زشتی‌های بدن انسان است:

يَا بَنِي آدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُؤَارِي سَوْآتِكُمْ؛ ای فرزندان آدم، در حقیقت، ما برای شما لباسی فرستادیم که عورت‌های شما را پوشیده می‌دارد.<sup>۲</sup>

انسان، موجودی اجتماعی است. حضور او در اجتماع اقتضاء می‌کند که در پوشش بدن خود، نظافت و تناسب با شأن و منزلتش را رعایت کند. پوشش مناسب شامل آراستگی، وقار و نظم در ظاهر است و محیط کار، تحصیل و کوچه و خیابان هر یک پوشش خاصی را می‌طلبد. پوشش افراد از یک‌سو، هویت اعتقادی، قومی و اجتماعی، نژادی و سرزمینی را مشخص

۱. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۳۹؛ مجلسی، مرآة العقول، ج ۲۲، ص ۳۱۲.  
۲. اعراف/۲۶.

می‌کند و از سوی دیگر، ویژگی‌های شغلی، نگرش سیاسی، مذهبی، شأن و منزلت اجتماعی، اقتصادی و طبقاتی را هویدا می‌سازد.

رنگ لباس و پوشش در محیط کار تأثیر زیادی در برقراری ارتباط با دیگران دارد. در نگاه و برخورد فرد با دیگران، نوع پوشش و رنگ آن است که می‌تواند شخصیت فرد را آشکار سازد. از این‌رو نه‌تنها نوع پوشش بلکه مهم‌تر از آن، رنگ لباس، بر روحیه، خلق و حتی سلامتی فرد نیز تأثیرگذار است.

به‌وسیله لباس، به خودمان آراستگی و زیبایی می‌بخشیم. خودآرایی و زینت نه‌تنها آثار مثبت روحی و روانی بر دیگران دارد، بلکه موجب آرامش روحی شده و اثر روانی مثبتی در فرد بر جای می‌گذارد.

آراستگی ظاهر اگر با تهذیب اخلاقی و آراستگی درونی همراه شود، موفقیت انسان در جلب محبت و نفوذ به دل‌ها تضمین خواهد شد، به‌گونه‌ای که بدون برخورداری از این دو کلید طلایی در ارتباطات، انتظار پیدا کردن محبوبیت، انتظار بی‌جایی خواهد بود.

در مواجهه با مردم، اولین برداشت آنها بسیار مهم است. نوع پوشش شما نشانه‌ای است که دیگران با استفاده از آن، در مورد شما می‌توانند قضاوت کنند.

### ویژگی نخست) لباس تمیز و آراسته

انسان باید خوش‌بو، موهای مرتب، لباس اتوکشیده و تمیز و کفش واکس‌زده داشته باشد.

اهمیت پوشش تا حدی است که در دین مبین اسلام سفارش‌های ویژه‌ای نسبت به نوع پوشش، شکل، جنس و رنگ آن شده است. آخرین فرستاده الهی فرمودند:

در حد توان خود، پاکیزگی را مراعات کنید، زیرا خداوند اسلام را برای پاکیزگی بنا کرده و تنها افراد پاکیزه وارد بهشت می‌شوند.<sup>۱</sup>

۱. پاینده، نهج‌النصاحه، ص ۳۹۱.

از امام صادق علیه السلام روایت شده است:

لباس زیبا بپوش، زیرا خداوند زیباست و زیبایی را دوست دارد؛  
اما باید از حلال باشد<sup>۱</sup>.

نبی مکرم اسلام صلی الله علیه و آله هنگام بیرون رفتن از خانه، در آب یا آینه می‌نگریستند و خود را مرتب می‌کردند. روش پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله این‌گونه بیان شده است:

مردی در خانه پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله ایستاده و منتظر دیدن آن حضرت بود. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله از اتاق خارج شدند و کنار ظرف آبی ایستادند. نگاهی به آب انداختند، ریش خود را صاف کردند و به خانه برگشتند. عایشه با تعجب گفت: ای رسول خدا صلی الله علیه و آله تو سید فرزند آدم و رسول خدایی، کنار ظرف آب ایستادی و سر و صورت را درست کردی؟! پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمودند: ای عایشه! خداوند دوست دارد وقتی بنده مؤمنش برای ملاقات برادرش از خانه خارج می‌شود، خود را آراسته و مهیا کند<sup>۲</sup>.

رعایت پاکیزگی و نظافت لباس، حضور انسان را نزد دیگران خوشایند می‌سازد. از این‌رو، اسلام به آن توجه ویژه‌ای نشان داده است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله ضمن توصیه به تمیزی لباس فرمودند:

مَنْ اتَّخَذَ ثَوْبًا فَلْيَنْظِفْهُ؛ هر کس لباس می‌پوشد، باید آن را تمیز نگه دارد<sup>۳</sup>.

حضور در بین مردم با ظاهری آراسته و لباس‌های تمیز به‌گونه‌ای مورد توجه نبی مکرم اسلام صلی الله علیه و آله بوده است که می‌فرمایند:

لباس‌های خود را پاکیزه و زین مرکب خود را درست کنید تا همچون خال سیاه در میان مردم نمایان باشید<sup>۴</sup>.

یکی از یاران حضرت رضا علیه السلام به نام محمد بن عیسی اظهار می‌دارد که

۱. ابن حیون، دعائم الاسلام، ج ۲، ص ۱۵۴؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۶، ص ۳۰۵؛ نوری، مستدرک الوسائل، ج ۳، ص ۲۳۵؛ حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۵، ص ۶.  
۲. مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۶، ص ۲۴۹.  
۳. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۴۱.  
۴. همان.

روزی آن حضرت را دیدم در حالیکه لباسی از پارچه دیباج به رنگ آبی بر تن داشت<sup>۱</sup>.

اباصلت هروی می‌گوید زمانی که امام رضا علیه السلام از نیشابور کوچ می‌کرد؛ با ایشان همراه بودم. آن حضرت سوار بر قاطر ابلق<sup>۲</sup> بود. در این حال سر مبارک خویش را از کجاوه بیرون آورد در حالی که ردایی از حریر همراه با نقش و نگار و دارای دو طرف بود در تن داشت<sup>۳</sup>.

روایت جالب دیگری است که در آن با مضمون متفاوتی مواجه می‌شویم؛ روزی برخی از جهله صوفیه<sup>۴</sup> امام صلی الله علیه و آله را دیدند که در حالی که لباس حریری بر تن داشت. آنان تعجب کرده به امام صلی الله علیه و آله اظهار داشتند: گمان می‌کردیم که تو زاهدی. در این حال امام رضا علیه السلام لباس حریر را کنار زد و آنان مشاهده کردند که زیر آن لباسی از پشم است. در این حال امام صلی الله علیه و آله فرمود: این لباس پشم برای خدا و آن لباس حریر برای مردم<sup>۵</sup>.

### ویژگی دوم) تناسب پوشش با محیط

با توجه به اینکه ظاهر شخص در محیط اهمیت فراوانی دارد، ظاهر انسان باید با وضعیت کار هماهنگ باشد. اگر هتل یا واحد اقامتی، لباس متحد خاصی ندارد، بهتر است آقایان از کت و شلوارهای مناسب محیط کار و پیراهن‌هایی با رنگ ملایم استفاده کنند. پوشیدن پیراهن‌های تیره یا رنگ‌های تند و زننده مناسب نیست. در مورد بانوان نیز استفاده از رنگ‌های تند و زننده و لباس‌های تنگ با محیط کار تناسبی ندارد.

باید به این نکته مهم توجه داشت که پوشش هر انسانی به‌ویژه در محیط جامعه باید مناسب باشد، به‌گونه‌ای که اندام فرد را حفظ کند، محرک نباشد و با فرهنگ و عرف زمان و محل زندگی نیز هماهنگ باشد. از این‌رو مرزهایی

۱. کلینی، ج ۶، ص ۴۴۸. (طیلسان به پارچه دیباج می‌گویند که خواص از علما و مشایخ بر تن می‌کردند. البته این لباس در اصل از البسه مردم ایران بوده است).  
۲. دو رنگ.  
۳. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۱۳۴.  
۴. برخی از صوفیان که از اعتدال خارج شده سخنانی ضد شریعت اظهار می‌کردند.  
۵. ابن ابی جمهور، عوالی الثالی، ج ۲، ص ۲۹.



برای آراستگی بیان شده است. به عنوان مثال در فقه، لباس شهرت پوشیدن، خود را شبیه کافران کردن و پوشش با هدف فتنه انگیزی جایز نیست. همان طور که آراستگی حلال و شایسته موجب استحکام و ایجاد نشاط و سلامت در ارتباطها می شود، آراستگی ناشایست و حرام، با این امور منافات داشته و برای فرد و جامعه مفسده به همراه دارد. امام صادق علیه السلام می فرمایند:

الْبَسْ وَ تَجَمَّلْ فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ يُحِبُّ الْجَمَالَ مَا كَانَ مِنْ حَلَالٍ؛  
لباس زیبا بپوش و خود را بیارای؛ زیرا خداوند زیباست و زیبایی را دوست دارد، ولی باید از حلال باشد<sup>۱</sup>.

در آراستگی، تشبیه مردان به زنان یا عکس آن روا نیست. امام علی علیه السلام شخصی را دیدند که با شکل و شمایل زنانه وارد مسجد پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله شد. حضرت او را بیرون راندند و فرمودند: از رسول خدا صلی الله علیه و آله شنیدم می فرمایند:

خداوند مردانی که خود را به شکل زنان و زنانی که خود را شبیه مردان درمی آورند از رحمت خویش دور کرده است!<sup>۲</sup>

همچنین پوشیدن لباس شهرت که موجب انگشت نما شدن باشد، جایز نیست، زیرا موجب خود بزرگ بینی یا حقارت و ضعف در شخصیت می شود. امام صادق علیه السلام می فرمایند:

إِنَّ اللَّهَ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى يُبْغِضُ شُهْرَةَ اللَّيَاسِ؛ خداوند متعال لباس شهرت را مبغوض می دارد.<sup>۳</sup>

از امام حسین علیه السلام نیز نقل شده است:

مَنْ لَبَسَ ثَوْبًا يَشْهَرُهُ كَسَاهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ ثَوْبًا مِنَ النَّارِ؛ کسی که لباس شهرت بر تن کند، خداوند روز قیامت لباسی از آتش بر او می پوشاند.<sup>۴</sup>

حسن بن علی و شاء گوید: از حضرت رضا علیه السلام شنیدم می فرمود: حضرت سجاد علیه السلام در تابستان دو جامه را به پانصد درهم می خرید و در بر می کرد<sup>۱</sup>.

## دوم) نظافت و پاکیزگی

تمیزی و پاکیزگی به معنای پیشگیری، پرهیز از کثیفی و پاکیزه نگه داشتن محیط، اموال، افراد و حذف یا کنترل آلاینده هاست. هدف از تمیزی، پاک کردن و نظافت تمام منزل، محیط کار و لوازم مورد استفاده است، طوری که هیچ گرد و غبار و آلودگی وجود نداشته باشد. این پاکسازی و نظافت معمولاً همراه با بازبینی است و باعث می شود که لوازم و وسایل مورد استفاده همواره در مناسب ترین شرایط باشند. تمیز و مرتب بودن وسایل علاوه بر ایجاد محیطی دلپذیر، سبب نگهداری بهینه و وسایل مورد استفاده می شود و اشکال های احتمالی نیز به آسانی قابل مشاهده خواهد بود.

پاکیزگی فردی نیز عامل مؤثری بر احساس ها و ادراک های مردم است. به عبارت دیگر، چهره های که از خود نمایش می دهید، بر دیگران تأثیر می گذارد. نظافت و پاکیزگی، گذشته از تأثیری که بر سلامت شخصی و اجتماعی انسان دارد و موجب دلپذیری و جلب نظر بیننده می شود، یکی از خواسته های فطری انسان است. در کلام معصومان علیهم السلام، پاکیزگی جزئی از ایمان شمرده شده است:

النَّظَافَةُ مِنَ الْإِيمَانِ؛ پاکیزگی، جزئی از ایمان است.<sup>۲</sup>

در کلام امام رضا علیه السلام، پاکیزگی و نظافت، از اخلاق انبیاء بیان شده است.<sup>۳</sup> رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله به آینه یا آب نگاه می کردند و با ظاهری آراسته با مردم مواجه می شدند. آن حضرت علاوه بر پاکیزگی لباس، به پاکیزگی و نظافت بدن نیز توجه داشتند و بدان توصیه می کردند. در حدیثی آمده است:

خویشتن را با آب از هر بوی بد و زندهای که موجب اذیت

۱. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۴۱؛ مجلسی، مرآة العقول، ج ۲۲، ص ۳۱۶؛ بحرانی، حلیة الأبرار، ج ۴، ص ۳۳۵؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ج ۵، ص ۱۵.  
۲. پاینده، نهج الفصاحة، ص ۷۹۰.  
۳. صدوق، الفقیه، ج ۱، ص ۱۳۱.

۱. ابن حیون، دعائم الاسلام، ج ۲، ص ۱۵۴؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۶، ص ۳۰۵.  
۲. مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۳، ص ۳۴۱.  
۳. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۴۵؛ مجلسی، مرآة العقول، ج ۲۲، ص ۳۲۱.  
۴. همان.

می‌شود پاکیزه کنید و خود را عهده‌دار این کار سازید، زیرا خداوند کسی را که به سبب کثیفی و آلودگی موجب اذیت هم‌نشین خود شود دشمن می‌دارد.<sup>۱</sup>

### ویژگی نخست) رسیدگی به موی سر

موی سر از جلوه‌گرترین اجزای بدن است. زیبایی صورت با موی سر جلوه ویژه‌ای پیدا می‌کند. در کلام معصومان علیهم‌السلام سفارش‌هایی درباره موی سر بیان شده است. امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: «موی نیکو و قشنگ از زیباترین زیبایی‌هاست»<sup>۲</sup>.

در روایتی دیگر آمده است:

الشَّعْرُ الْحَسَنُ مِنْ كِسْوَةِ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ فَأَكْرَمُوه؛ موی زیبا از پوشش خداست. پس آن را گرمی بدارید.<sup>۳</sup>

امام رضا علیه‌السلام عطر زدن و مو گذاشتن را از سیره پیامبران بیان می‌کنند.<sup>۴</sup>

همچنین در روایت‌های اسلامی توصیه‌هایی درباره نگاه‌داری از مو بیان شده است. پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم می‌فرماید: «کسی که موی سرش را بلند می‌کند باید خوب نگهداری کند»<sup>۵</sup>.

در روایت‌های زیادی نسبت به شانه زدن مو توصیه شده است. امام صادق علیه‌السلام در تفسیر کلمه زینت در آیه ۳۱ سوره اعراف می‌فرماید:

شانه زدن زینت است، زیرا روزی می‌آورد، مو را زیبا می‌کند، حاجت را برآورده می‌سازد و بلغم را از بین می‌برد.<sup>۶</sup>

استفاده از روغن برای مو از دیگر مواردی بوده که مورد توجه امامان

معصوم علیهم‌السلام قرار گرفته است. امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: «روغن زدن به مو، ژولیدگی را دور می‌کند»<sup>۱</sup>.

در سیره امام صادق علیه‌السلام وارد شده که از انواع روغن برای موی سر استفاده می‌کردند.<sup>۲</sup>

آن حضرت ضمن توصیه به استفاده از روغن در مورد آداب آن می‌فرماید:

موقع مالیدن روغن به موی سر بگو: بارالها از تو درخواست زیبایی و زینت دارم.<sup>۳</sup>

خضاب و رنگ کردن مو از دیگر مواردی بوده که مورد توجه قرار گرفته است. امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: «پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم و امام حسن، امام حسین و امام باقر علیهم‌السلام از گیاهی به نام «کتم» برای خضاب کردن استفاده می‌کردند»<sup>۴</sup>. از پیامبر اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم نقل شده است:

با حنا خضاب کنید، چون چشم را روشن می‌کند، مو را می‌رویاند، بوی بد بدن را پاک می‌کند و به همسر انسان آرامش می‌دهد.<sup>۵</sup>

از نگاه اسلام، موی بلند از جلوه‌های آراستگی است که باید با روغن مالیدن و خضاب کردن، از آن مراقبت کرد. باید توجه داشت که هر چند توصیه‌های بیان‌شده درباره مو، در مورد بانوان نیز وجود دارد اما مناسب است به این نکته توجه کرد که بانوان در کیفیت حضور در اجتماع باید به عرف و موازین شرعی توجه کنند.

سلیمان بن یحیی گوید:

حضرت رضا علیه‌السلام در یکی از روزها می‌خواستند نزد مأمون بروند و من هم نگهبان منزل آن حضرت بودم. در این هنگام شانه‌ای خواستند و سر و ریش

۱. همان، ص ۴۸۸.

۲. مکارم اخلاق، ص ۳۳.

۳. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۵۲۰.

۴. همان، ص ۴۸۱.

۵. همان.

۱. مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۳، ص ۸۴.

۲. کلینی، الکافی، ج ۱، ص ۱۱۹.

۳. ابن حنبل، دعائم الاسلام، ج ۱، ص ۱۲۵؛ صدوق، الفقیه، ج ۱، ص ۱۲۹؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۳، ص ۸۳.

۴. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۲۸۵.

۵. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۸۵؛ صدوق، الفقیه، ج ۱، ص ۱۲۹.

۶. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۸۹.



خود را شانه زدند و فرمودند: حضرت رسول ﷺ فرمودند: هر کس شانه را هفت بار بر سر و صورت و سینه خود بکشد مریض نمی‌شود.<sup>۱</sup>

سلیمان جعفری گوید: «حضرت رضا ﷺ فرمودند: موی سر اگر در جلوی سر باشد، دلیل یمن و سعادت است. اگر روی صورت باشد دلیل بر سخاوت است و اگر موی سر به هم بافته شده باشد دلیل شجاعت است»<sup>۲</sup>.

### ویژگی دوم) نظافت پوست

پوست روشن، سالم و لطیف یکی از عناصر مهم در زیبایی ظاهر به‌شمار می‌آید. استفاده از مواد گیاهی و روغن‌های مفید برای حفاظت از پوست، امر رایجی بوده است. روایت‌های اسلامی نیز بیانگر اهمیت توجه به مراقبت از پوست هستند. مولا علی ؑ می‌فرماید:

الدَّهْنُ يُلَيِّنُ الْبَشِيرَةَ وَيَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ وَيُسَهِّلُ مَجَارِيَ الْمَاءِ وَيُذْهِبُ الْقَشْفَ وَيُسْفِرُ اللَّوْنَ؛ روغن زدن، پوست را نرم و نیروی عقل را زیاد می‌کند، آلودگی پوست را برطرف ساخته و به آن روشنی می‌بخشد.<sup>۳</sup>

امام باقر ؑ فواید روغن زدن را این‌گونه بیان می‌فرماید:

روغن زدن هنگام شب، باعث رسیدن آن به رگ‌ها می‌شود و پوست را سیراب و صورت را سفید می‌کند.<sup>۴</sup>

از این‌روی مراقبت و زیبایی پوست مورد توجه اسلام بوده و باید با استفاده از روغن‌ها و کرم‌ها از این نعمت الهی محافظت کرد. توجه به این نکته نیز ضروری است که استفاده از کرم‌ها هنگام حضور در اجتماع تابع موازین شرعی و عرف جامعه است.

یکی از اموری که در بهداشت پوست تأثیر مستقیم دارد، شستن پوست

به‌صورت کامل و مناسب در حمام است. حضرت رضا ﷺ در این رابطه نکات جالبی را بیان فرمودند که می‌توان به نمونه‌هایی اشاره کرد.

**نمونه نخست:** سلیمان جعفری گوید: مریض شدم به اندازه‌ای که گوشت‌های بدنم ریخت، خدمت حضرت رضا ﷺ رسیدم فرمودند: دوست داری که بار دیگر گوشت‌هایت برگردد، عرض کردم آری.

فرمودند: حمام برو تا گوشت‌هایت بازگردد، ولیکن اگر ادامه بدهی و زیاد بروی مبتلا به سل می‌شوی.<sup>۱</sup>

**نمونه دوم:** سلیمان جعفری گوید:

حضرت رضا ﷺ فرمودند: حمام یک روز در میان، گوشت بدن را زیاد می‌کند و هر روز حمام رفتن، پیه‌های کلیه را آب می‌سازد.<sup>۲</sup>

**نمونه سوم:** حضرت رضا ﷺ فرمودند:

هر کس روز جمعه حمام برود و موهای زائد بدن خود را پاک کند، اگر گرفتار برص شد، باید خود را ملامت کند.<sup>۳</sup>

**نمونه چهارم:** حسن بن جهم گوید: خدمت حضرت رضا ﷺ رسیدم مشاهده کردم آن حضرت محاسن خود را با خضاب سیاه کرده‌اند. عرض کردم: محاسن خود را سیاه کرده‌اید؟ فرمودند: خضاب اجر دارد و عفت زنان را زیاد می‌کند، اگر مردها خضاب می‌کردند و خویششان را آماده می‌کردند زنان از جاده عفاف بیرون نمی‌شدند.

گوید: «عرض کردم: می‌گویید حنا آدمی را پیر می‌کند. فرمودند: چه چیز آدمی را پیر می‌کند. هر روز که از عمر انسان می‌گذرد به طرف پیری می‌رود»<sup>۴</sup>.

حضرت ثامن الحجج ؑ برای بهداشت پوست توصیه‌های جالبی دارند. ایشان بیان می‌کنند:

۱. همان، ص ۴۹۷؛ همان، ص ۳۹۷.

۲. همان، ص ۴۹۶؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۲۲، ص ۳۹۷؛ حرّ عاملی، وسائل‌الشیعه، ج ۲، ص ۳۱.

۳. همان، ص ۵۰۳؛ مجلسی، مرآة‌العقول، ج ۲۲، ص ۴۰۶.

۴. همان، ص ۴۸۰؛ همان، ص ۳۷۲.

هر گاه خواستی حمام بروی و در سر خود ناراحتی پیدا نکنی، هنگام ورود، ابتدا پنج جرعه آب گرم بنوش، در این صورت به خواست خدای تعالی، از سردرد و درد شقیقه در امان خواهی بود. بعضی گفته‌اند هنگام ورود به حمام پنج مشمت آب گرم روی سر خود بریز. بدان که حمام هم ترکیبی مانند ترکیب بدن دارد یعنی همان‌طور که بدن دارای چهار طبع بوده حمام نیز دارای چهار خانه است: خانه اول: سرد و خشک است؛ خانه دوم: سرد و مرطوب؛ خانه سوم: گرم و مرطوب و خانه چهارم: گرم و خشک. اگر می‌خواهی بدنت جوش؛ دانه و غیره نزند، هنگام ورود به حمام ابتدا بدنت را با روغن بنفشه چرب کن، اگر می‌خواهی بدنت مبتلا به زخم، ترکیدگی و لکه‌های سیاه نشود، بیش از آنکه نوره بکشی خود را با آب سرد بشوی. فایده حمام این است که بدن را به اعتدال می‌رساند، چرب را پاک می‌کند، پی و رگ‌ها را نرم می‌گرداند، اندام‌های بزرگ بدن را تقویت و اضافه‌ها و عفونت‌های بدن را ذوب می‌سازد<sup>۱</sup>.

سلیمان جعفری گفت:

بیمار شدم تا جایی که گوشت بدنم تحلیل رفت. نزد امام رضا - درود خدا بر او باد - رسیدم، فرمودند: آیا دوست داری گوشت تو دوباره به بدنت برگردد. گفتم: آری! حضرت فرمودند:

یک روز در میان حمام برو تا گوشتت دوباره برگردد و از اینکه هر روز حمام بروی بهره‌ی که عادت کردن به استحمام هر روز، سل می‌آورد<sup>۲</sup>.

### ویژگی سوم) بهداشت ناخن

ناخن یکی از نعمت‌های الهی و نمود زیبایی انسان است. در برخی از روایت‌ها به جنبه زیبایی آن برای زنان نیز اشاره شده است. در روایتی امام

۱. طب‌الرضا، ص ۲۹.

۲. همان.

صادق علیه السلام از رسول خدا نقل می‌کنند که فرمودند:

لِلرِّجَالِ قُصُوْا أَظْفَارَكُمْ وَ لِلنِّسَاءِ اثْرُكُنَّ فَإِنَّهُ أُزِينُ لَكُنَّ؛ به مردان فرمودند: ناخن‌های خود را کوتاه کنید و به زنان فرمودند: ناخن‌های خود را بلند نگه دارید که برای شما زیباتر است<sup>۱</sup>.

پیشوایان دینی نسبت به نظافت ناخن تأکید فراوان داشته و توصیه‌های زیادی برای کوتاه کردن آن بیان داشته‌اند. امام علی علیه السلام می‌فرماید:

تَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ يَمْنَعُ الدَّاءَ الْأَعْظَمَ وَ يُدِرُّ الرِّزْقَ؛ کوتاه کردن ناخن‌ها، از بیماری‌ها جلوگیری می‌کند و موجب سرازیر شدن روزی می‌شود<sup>۲</sup>.

امام باقر علیه السلام ناخن بلند را محل استقرار شیطان دانسته و فراموشی را از عوارض کوتاه نکردن ناخن بیان می‌کنند:

إِنَّمَا قُصَّ الْأَظْفَارُ لِأَنَّهَا مَقِيلُ الشَّيْطَانِ وَ مِنْهُ يَكُونُ النَّسِيَانُ؛ همانا ناخن‌ها کوتاه می‌شوند به دلیل اینکه محل استقرار شیطان است و بر اثر (آلودگی) آن فراموشی به وجود می‌آید<sup>۳</sup>.

به نظر می‌رسد منظور از «محل استقرار شیطان» اشاره به اجتماع میکروب زیر ناخن باشد. دلیل استفاده از لفظ شیطان به جای میکروب از سوی پیشوایان معصوم علیه السلام به دلیل نامأنوس بودن این اصطلاح برای مردم آن زمان بوده است.

بنابراین، کوتاه کردن ناخن و توجه به نظافت آن برای مردان سزاوارتر است. از سوی دیگر، هر چند بلند کردن ناخن برای زنان، زینت بوده، اما رعایت بهداشت و احکام اسلامی هنگام حضور در اجتماع ضروری است.

خلف گوید:

۱. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۹۱؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۳، ص ۱۲۳؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ج ۲، ص ۱۳۴.

۲. همان، ص ۴۹۰؛ مجلسی، مرآة العقول، ج ۲۲، ص ۳۸۷.

۳. همان.

در خراسان حضرت رضا<sup>علیه السلام</sup> را در حالی که چشمم درد می کرد مشاهده کردم، فرمودند: شما را دلالت کنم بر چیزی که اگر آن را به کار بندی هرگز مبتلا به چشم درد نمی شوی، عرض کردم: بفرمایید. فرمودند: روزهای پنجشنبه ناخن های خود را بگیر. از آن روز همین کار را کردم و تا امروز چشم درد ندیده ام<sup>۱</sup>.

### ویژگی چهارم) مراقبت از چشم

چشم از اعضای حساس و ظریف بدن است که نقش مهمی در زیبایی انسان دارد. در اسلام برای حفظ و سلامتی این عضو سفارش هایی شده است. امام صادق<sup>علیه السلام</sup> به سرمه کشیدن در شب و روز توصیه می کنند و برای هر یک حکمتی بیان می فرمایند:

الْكحلُّ بِاللَّيْلِ يَنْفَعُ الْعَيْنَ وَهُوَ بِالنَّهَارِ زِينَةٌ؛ سرمه کشیدن در شب برای چشم منفعت دارد و در روز برای انسان زینت است<sup>۲</sup>.

خداوند متعال در قرآن وظایفی را برای زنان بیان کرده است:

وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا؛ و به زنان باایمان بگو: دیدگان خود را [از هر نامحرمی] فرو بندند، پاکدامنی ورزند و زیورهای خود را آشکار نگردانند مگر آنچه که [طبعاً] از آن پیداست<sup>۳</sup>.

در ادامه آیه از وظیفه اخیر یعنی آشکار نساختن زینت، مواردی استثناء می شود. «إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا؛ آن مقدار که طبیعتاً ظاهر است.» مفسران، ذیل این آیه روایت هایی را آورده اند که موارد استثناء را بیان می کند. در روایتی از امام صادق<sup>علیه السلام</sup>، زینت ظاهر، سرمه و انگشتر بیان شده است<sup>۴</sup>.

یکی از امور مورد عنایت ائمه<sup>علیهم السلام</sup> از جمله حضرت رضا<sup>علیه السلام</sup>، سرمه کشیدن

است. ایشان برای این عمل قواعدی بیان داشتند و فرمودند: «هر کس ضعف چشم داشته باشد هنگام خواب سرمه بکشد. چهار بار در چشم راست و سه بار در چشم چپ، این عمل موی چشم را می رویند و نورش را زیاد می کند»<sup>۱</sup>.  
نادر خادم گوید: «حضرت رضا<sup>علیه السلام</sup> به یکی از کسانی که در محضرشان بود فرمودند: سرمه بکش. بعد معلوم شد آن مرد در خانه خود زینت نمی کند. امام<sup>علیه السلام</sup> فرمودند: تقوا داشته باش و سرمه کشیدن را ترک نکن»<sup>۲</sup>.

### ویژگی پنجم) بهداشت دهان

دندان های تمیز و سفید علاوه بر سلامت جسمی، در زیبایی ظاهری افراد نیز مؤثر است. پیامبر اسلام<sup>صلی الله علیه و آله</sup> فرمودند:

جبرئیل، مرا چنان به مسواک زدن سفارش کرد که گمان بردم آن را واجب خواهد کرد<sup>۳</sup>.

از سوی دیگر، بوی بدن دهان مانع ارتباط بهتر با دیگران است و در طرف مقابل، بوی مطبوع دهان و رعایت بهداشت دندان ها زمینه ارتباط بهتر را فراهم می آورد. اسلام برای روابط اجتماعی اهمیت زیادی قائل است. از نظر اسلام، اهمیت استشمام بوی خوش از دهان انسان مسلمان به اندازه ای است که با وجود سفارش بسیار اسلام برای حضور در مسجد، کسی که دهانش بوی ناخوشایندی مانند بوی سیر یا پیاز بدهد، حق حضور در مسجد را ندارد<sup>۴</sup>.

ابو ایوب انصاری، شبی میزبان نبی گرامی اسلام<sup>صلی الله علیه و آله</sup> بود. برای آن حضرت غذایی همراه سیر و پیاز آماده و به محضرشان آورد.

حضرت از آن غذا نخوردند. وقتی دلیل را جویا شد، حضرت فرمودند: «به خاطر بوی غذا آن را نخوردم»<sup>۵</sup>.

معمر بن خلاد گوید: «حضرت رضا<sup>علیه السلام</sup> فرمودند: سزاوار نیست انسان حتی

۱. همان، ص ۴۶.

۲. همان، ص ۴۷؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۳، ص ۹۶.

۳. صدوق، الامالی، ص ۴۲۸.

۴. طوسی، تهذیب الاحکام، ج ۳، ص ۲۵۵.

۵. مقریزی، امتاع الاسماع، ج ۷، ص ۳۰۹.

۱. همان، ص ۴۹۱؛ مجلسی، مرآة العقول، ج ۲۲، ص ۳۸۹؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۶۰.

۲. همان، ص ۴۹۴؛ همان، ص ۳۹۳.

۳. نور، ۳۱.

۴. طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۲۳۲؛ فیض کاشانی، تفسیر الصافی، ج ۳، ص ۴۳۰؛ شریف لاهیجی، تفسیر شرف لاهیجی، ج ۳، ص ۲۸۰؛ کاشانی، تفسیر المعین، ج ۲، ص ۹۲۸.

یک روز استعمال بوی خوش را ترک کند، اگر قدرت نداشت یک روز در میان خود را خوشبو کند و اگر باز هم نتوانست در روز جمعه حتماً بوی خوش استعمال کند»<sup>۱</sup>.

حضرت رضا<sup>ع</sup> مانند پزشکی حاذق، مسائل بهداشتی را متذکر شده و در ارتباط با بهداشت دهان و دندان می‌فرمایند:

مسواک زدن نور چشم را بیشتر می‌کند. مو را می‌رویاند و آب‌ریزش چشم را از میان می‌برد. مرغوب‌ترین چیزی که با آن مسواک می‌زنی بوته اراک است که دندان را تمیز، دهان را خوشبو و لثه‌ها را محکم می‌کند. در برابر پوشیدگی دندان‌ها مفید است، هر گاه به مقدار اعتدال مصرف شود؛ اما زیاده‌روی در استفاده از آن، دندان‌ها را نازک و لق و ریشه آنها را سست می‌کند.

پس هر که می‌خواهد دندان‌های سالم خود را نگه دارد، مقدار مساوی از شاخ سوخته بز کوهی، گزمازگ (میوه درخت گز)، مشک گل، سنبل رومی، حب الاثل و یک چهارم این مقدار، نمک اندرانی (بلور) بردارد، همه را بکوبد و با این مخلوط مسواک بزند که دندان‌ها را محکم می‌سازد و از ریشه دندان‌ها در برابر آفت‌هایی که می‌رسد محافظت می‌کند.

هر که می‌خواهد دندان‌هایش سفید باشد، مقداری نمک بلور و به همان مقدار کف دریا بردارد، خوب پودر کند و با آن مسواک بزند<sup>۲</sup>.

همچنین معمر بن خلاد از امام رضا<sup>ع</sup> روایت کرده است حضرت هنگامی که در خراسان بودند پس از خواندن نماز صبح، در مکان خواندن نمازشان می‌نشستند و کیسه‌ای را که در آن چند مسواک بود می‌آوردند و

۱. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۵۱۰؛ صدوق، الخصال، ج ۲، ص ۳۹۲؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۸۶، ص ۳۴۶.  
۲. طب الرضا<sup>ع</sup>، ص ۵۰.

با همه آنها مسواک می‌زدند. سپس مقداری کندر می‌آوردند و حضرت آن را می‌جویدند، سپس این کار را به پایان رسانده، نزد او قرآنی می‌آوردند و از روی آن تلاوت می‌فرمودند<sup>۱</sup>.

### ویژگی ششم) بوی خوش

آراستگی ظاهر محدود در دیدنی‌ها نیست، بلکه بوی خوش نیز نوعی زیبایی و آراستگی به شمار می‌آید. ظاهر شدن در میان مردم آدابی دارد؛ استعمال بوی خوش از جمله آن آداب است که مورد توجه ویژه دین مبین اسلام بوده است. در سیره پیامبر اسلام<sup>ص</sup> آمده است که هزینه عطر آن بزرگوار بیشتر از خوراکشان بوده است<sup>۲</sup>. استعمال عطر و مشک نزد آن حضرت به گونه‌ای بود که شب‌های تاریک قبل از آن که دیده شوند از بوی خوش‌شان شناخته می‌شدند<sup>۳</sup>. امام صادق<sup>ع</sup> سیره پیامبر اکرم<sup>ص</sup> را در مورد استفاده از بوی خوش این گونه بیان می‌کنند:

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يُنْفِقُ عَلَى الطَّيِّبِ أَكْثَرَ مَا [مِمَّا] يُنْفِقُ عَلَى الطَّعَامِ؛ پیامبر خدا<sup>ص</sup> برای بوی خوش بیشتر از غذا هزینه می‌کردند<sup>۴</sup>.

درباره امام صادق<sup>ع</sup> نیز وارد شده است که جایگاه و محل عبادت آن حضرت در مسجد، از بوی عطرشان شناخته می‌شد<sup>۵</sup>. امام صادق<sup>ع</sup> دو رکعت نماز با بوی خوش را بهتر از هفتاد رکعت بدون بوی خوش می‌دانند<sup>۶</sup>.

نکته جالب اینکه اسراف در دین مبین اسلام، مذموم و ناپسند است ولی امام صادق<sup>ع</sup> هزینه برای خرید عطر را جزء اسراف بیان نمی‌کنند:

مَا أَتَقَشَّتْ فِي الطَّيِّبِ فَلَيْسَ بِسَرَفٍ؛ آنچه در راه بوی خوش

۱. صدوق، الفقیه، ج ۱، ص ۵۰۴؛ طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۳۰۵؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۸۳، ص ۱۳۰.  
۲. طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۳۴.  
۳. همان، ص ۳۳.  
۴. همان، ص ۳۴.  
۵. همان، ص ۴۲.  
۶. همان.

مصرف شود، اسراف نیست.<sup>۱</sup>

درباره استفاده از بوی خوش، از حضرت ثامن الحجج علیه السلام احادیث متعددی به یادگار مانده است. بدین منظور به نمونه‌هایی اشاره می‌شود.

**نمونه نخست:** و شاء از حضرت رضا علیه السلام روایت کرده که فرمودند: «امام سجاد علیه السلام مشک‌دانی داشتند که در آن عطریات بود و هر گاه می‌خواستند از منزل بیرون بروند از آن استعمال می‌کردند».<sup>۲</sup>

**نمونه دوم:** بزنتی از امام رضا علیه السلام روایت کرده که فرمودند: «استعمال بوی خوش از سنت‌های پیامبران است».<sup>۳</sup>

**نمونه سوم:** یاسر خادم گوید: «حضرت رضا علیه السلام فرمودند: حضرت رسول صلی الله علیه و آله فرمودند: جبرئیل به من گفت: یک روز در میان بوی خوش استعمال کن و روز جمعه را ترک نکن».<sup>۴</sup>

**نمونه چهارم:** حضرت رضا علیه السلام فرمودند: «علی بن ابی طالب علیه السلام فرمودند: پیغمبر اکرم صلی الله علیه و آله با دست خود یک گل به من دادند. هنگامی که گل را نزدیک دماغم بردم فرمودند آن گل سرآمد گل‌های بهشت بعد از گل یاس است».<sup>۵</sup>

**نمونه پنجم:** امام رضا علیه السلام فرمودند: «محلّی که امام صادق علیه السلام در مسجد جلوس می‌کردند با بوی خوش شناخته می‌شد و مردم از بوی خوشی که از آنجا می‌آمد می‌دانستند آنجا محل آن حضرت است».<sup>۶</sup>

**نمونه ششم:** محمد بن یحیی صولی بیان می‌کند که روزی در خانه حضرت رضا علیه السلام بودیم. در خانه ایشان عود هندی روشن بود. آن حضرت قصد

۱. همان، ص ۴۱

۲. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۵۱۰؛ مجلسی، مرآة العقول، ج ۲۲، ص ۴۱۵؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ج ۲، ص ۱۴۴.

۳. همان.

۴. همان، ص ۵۱۱؛ همان، ص ۴۲۷؛ همان، ج ۷، ص ۳۶۵.

۵. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۴۱؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۳، ص ۱۴۶؛ نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱، ص ۴۳۳.

۶. طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۴۲؛ کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۵۱۱؛ مجلسی، مرآة العقول، ج ۲۲، ص ۴۱۶.

بیرون رفتن داشتند، اما پیش از آن، از گلاب و مُشک استفاده کردند.<sup>۱</sup>

هوای اطراف ما با عطر و بوهای پر شده که انواع پیام‌ها را به ما می‌رسانند و غالباً حس بویایی، ناخودآگاه ما را در شکل دادن نگرش‌های دیگران کمک می‌کند. بوی خوش، در دل‌انگیز کردن محیط نقش بسزایی دارد. رایحه مطبوع، عامل قدرتمندی در به‌وجود آوردن تصویری جالب و جذاب از یک فعالیت است. رایحه خوش عنصری است که به‌صورت غیرمحموس برفرایند ارزیابی مردم اثر می‌گذارد. در طرف مقابل، بوهای نامناسب، ارزش‌ها و جنبه‌های مثبت محیط را تحت تأثیر قرار داده و اثر منفی بر دیگران می‌گذارد.

### ویژگی هفتم) زینت با انگشتری

یکی از اموری که در سیره اهل بیت علیهم السلام و نیز پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله رایج بوده، استفاده از انگشتر به‌منظور آراستگی و زینت بخشیدن است. پیشوایان دین همواره با انگشتر عقیق و نیز فیروزه ارتباط نیکی داشته‌اند. آنان برای استفاده از انگشتر، فوائد و آثاری نیز بیان داشته‌اند که می‌توان به مواردی اشاره کرد.

**نمونه نخست:** بزنتی گوید: در خدمت حضرت رضا علیه السلام بودیم، آن جناب انگشتر پدرشان و جدشان را بیرون آوردند، در خاتم امام صادق علیه السلام نوشته شده بود: أَنْتَ ثِقَتِي فَأَعِصْمَنِي مِنَ النَّاسِ؛ خدایا تو تکیه‌گاه من هستی. مرا از مردم محافظت فرما و در خاتم موسی بن جعفر علیه السلام نوشته شده بود: حَسْبِيَ اللَّهُ؛ خدا مرا کفایت می‌کند و در آن یک شاخه گل و یک هلال هم نقش شده بود.<sup>۲</sup>

**نمونه دوم:** احمد بن محمد گوید: «حضرت رضا علیه السلام فرمودند: انگشتر عقیق، فقر را از بین می‌برد و نفاق را از دل‌های مردم زائل می‌کند».<sup>۳</sup>

**نمونه سوم:** امام رضا علیه السلام فرمودند: «حضرت رسول صلی الله علیه و آله فرمودند: انگشتر عقیق در دست کنید که شما را اندوه فرا نخواهد گرفت مادامی که انگشتر در

۱. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۱۷۹.

۲. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۷۳؛ مجلسی، مرآة العقول، ج ۲۲، ص ۳۶۲؛ فیض کاشانی، الوافی، ج ۲۰، ص ۷۷۶.

۳. همان، ص ۴۷۰؛ همان، ص ۳۵۷؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ج ۵، ص ۸۵.

دست داشته باشید»<sup>۱</sup>.

**نمونه چهارم:** دارم بن قبیصه از حضرت رضا علیه السلام از پدرانشان از علی علیه السلام روایت کرده که فرمودند: از رسول خدا صلی الله علیه و آله شنیدم می فرمودند: «انگشتر عقیق در دست کنید زیرا او اولین کوهی است که به وحدانیت خداوند، نبوت من، ولایت تو ای علی و به دخول شیعانیت به بهشت ایمان آورد»<sup>۲</sup>.

**نمونه پنجم:** علی بن محمد صیمری گوید: با دختر جعفر بن محمود ازدواج کردم و او را بسیار دوست داشتم، ولیکن مدتی گذشت از وی فرزندی نیامد، خدمت حضرت رضا علیه السلام رسیدم و موضوع را عرض کردم، تبسم کردند و گفتند: در انگشتری که نگین آن فیروزه باشد بنویس: رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ، پروردگارا مرا تنها مگذار که تو از همه بازماندگان بهتری. گوید: «این کار را کردم و یک سال از این قضیه گذشت. خداوند به من پسری عنایت فرمود»<sup>۳</sup>.

## ب) آراستگی رفتاری

بخش دیگری از آراستگی، مربوط به حوزه رفتار فردی است. شاید ملاک و معیار آراسته بودن رفتار برای برخی مبهم باشد. از این رو لازم است با مراجعه به سیره عملی حضرت رضا علیه السلام معیارهای مختلفی را به دست آورد تا راهنما و هدایتگر باشد. انسان ها در شرایط مختلف، رفتارهای گوناگونی دارند. لازم است در این زمینه الگوی رفتاری مناسبی را در نظر گرفت تا بتوان بر اساس آن، «رفتار معیار» ارائه کرد. مراجعه به احادیث رضوی ما را با هنجارهای مختلف آشنا می سازد.

## اول) سبک نشستن

نشستن، آدابی دارد که مراعات آنها می تواند از انسان فردی آراسته و مرتب بسازد. این آداب را می توان به گونه های مختلف ملاحظه کرد.

## گونه نخست) محل نشستن

حضرت رضا علیه السلام در هر مکانی نمی نشستند و برای نشستن، محل مناسبی را انتخاب می کردند. در این زمینه مواردی را می توان نام برد:

### ■ فرش بوریا

حضرت رضا علیه السلام هنگام نشستن محل خاصی را انتخاب می کردند. ابی عباد روایت کرده است:

رویه حضرت رضا علیه السلام این بود که در تابستان بر فرش بوریا و در زمستان بر ردائی ساخته شده از مو می نشستند. لباسش دیبای محکم بود تا در نظر مردم، آراسته و زیبا جلوه کند<sup>۱</sup>.

### ■ زیرانداز نرم

محمد بن عیسی روایتی ظریف از حضرت رضا علیه السلام نقل می کند. امام رضا علیه السلام فرمودند:

همانا ضعفایی از دوستداران ما مایلند که بر فرش پست (لبود)<sup>۲</sup> نشینند و لباس خشن پوشند. اما امروز زمانه تحمل چنین کارهایی را ندارد<sup>۳</sup>.

از این حدیث شریف نکات جالبی به دست می آید. از یک طرف می توان گفت اصل پوشش و پوشاندن بدن از ضروریات دین بوده و اسلام بر آن تأکید ورزیده است؛ اما نحوه پوشش می تواند به شرایط زمان و مکان ارتباط داشته و پوشش در مناطق گرمسیر با سردسیر متفاوت باشد. چنان که احتمال دارد نحوه پوشش در قبایل مختلف و ملیت های گوناگون، متفاوت باشد. به بیان دیگر از این فرمایش نورانی امام رضا علیه السلام می توان اصلی را به دست آورد:

۱. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۱۷۸.

۲. لبود به فرش پشمی گویند که بر پشت اسب و زیر زین قرار می دهند، بستانی، فرهنگ ابجدی، ص ۷۴۸.

۳. طوسی، مکارم الاخلاق، ص ۹۲؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۶، ص ۳۰۹.

۱. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۴۷؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعه، ج ۵، ص ۸۶.

۲. همان، ص ۷۰؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۲۷، ص ۲۸۰.

۳. طوسی، الامالی، ص ۴۹؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۹۲، ص ۳۴۳؛ ج ۱۰۱، ص ۷۸.



### اصل پوشش، ضروری و واجب است؛ اما زمان و مکان می تواند در نحوه پوشش نقش داشته باشد.

از سوی دیگر، بیان پیش گفته نشان دهنده مذاق حضرت رضا علیه السلام است. ایشان این گونه می پسندند که پیروان و شیعیان، باشکوه و به صورتی زیبا باشند، زیرا عزت و عظمت مسلمان و شیعه برای ائمه اطهار علیهم السلام اصلی مهم بوده است. آنان دوست نداشتند به شیعیان به عنوان انسان های خوار، ذیل و پست بنگرند.

#### ■ بر فرش مصور نباشد.

سیره رضوی این گونه بود که حضرت علیه السلام روی زیراندازی که عکس یا تصویر داشت نمی نشستند. همچنین بر این گونه فرش ها نماز نمی گزاردند. شخصی به نام سعدبن اسماعیل از ابی الحسن علیه السلام درباره فرش های عکس دار سؤال کرد. حضرت علیه السلام فرمودند:

بر فرش عکس دار و مصور نشین. همانا من از این کار کراهت دارم<sup>۱</sup>.

#### گونه دوم) نحوه نشستن

یکی از یاران حضرت رضا علیه السلام به نام فتح بن یزید جرجانی بیان می کند که با حضرت رضا علیه السلام در مسیر رفتن به سمت همراه بودم. در میان راه از امام علیه السلام استفاده های زیادی بردم تا اینکه در یکی از منزل های بین راه ایستادیم و ایشان وارد خیمه خود شدند. من بر امام علیه السلام وارد شدم و ایشان را این گونه دیدم: حضرت رضا علیه السلام در حالتی که تکیه کرده بودند گندم برشته ای را هم می زدند<sup>۲</sup>.

در برخی احادیث پیش گفته ملاحظه شد که حضرت رضا علیه السلام تکیه

۱. طبرسی، استبصار، ج ۱، ص ۳۹۴؛ طوسی، تهذیب الاحکام، ج ۲، ص ۳۷۰؛ فیض کاشانی، الوافی، ج ۷، ص ۴۶۵.  
۲. مجلسی، بحار الانوار، ج ۵۰، ص ۱۸۰؛ مسعودی، اثبات الوصیة، ص ۲۳۶.

نمی کردند؛ اما در این حدیث ملاحظه شد که آن حضرت علیه السلام تکیه کرده بودند. می توان وجه جمعی ارائه کرد و آن اینکه اگر در محضر امام علیه السلام کسی حاضر بود، ایشان برای رعایت ادب تکیه نمی کردند؛ اما در صورت تنهایی، تکیه می کردند. بر این اساس می توان گفت که در سبک نشستن باید ملاحظه ادب را داشت و به اقتضای ادب عمل کرد.

#### گونه سوم) بعد از نشستن

معمولاً انسان ها بعد از نشستن برمی خیزند. در سیره حضرت ثامن الحجج علیه السلام آمده که اگر کسی حتی زمان کوتاهی بنشیند و بعد از آن قصد برخاستن داشته باشد، بهتر است هنگام برخاستن، ۲۵ مرتبه استغفار کند<sup>۱</sup>.

#### دوم) شیوه خوردن

شاید بپنداریم که خوردن، ساده ترین کارهاست و آدابی ندارد؛ اما فرایند خوردن در عین سادگی، از حساسیت برخوردار است. امروزه مسئله تغذیه و بهداشت در زمینه خوردنی ها و آشامیدنی ها مهم تلقی می شود و در این رابطه، سازمان های گسترده ای شکل گرفته است. در هر کوی و برزن، فروشگاه های مختلف برای ارضای حس خوردن بر پا شده و هر یک به گونه ای سعی در جذب مشتریان دارند. اگر در زمینه تغذیه و خوردنی ها وضعیت حاضر را با ۵۰ سال پیش مقایسه کنیم تفاوت های زیادی هویدا می شود. وضعیت تا بدان پایه مهم است که شبکه های ماهواره ای و نیز رسانه های دیداری و شنیداری، برنامه های گسترده و متنوعی برای شیوه های نوین آشپزی، نگهداری مواد غذایی، سفره آرای و سبک های نوین سلف غذا تهیه دیده اند. از این رو می توان گفت مسئله تغذیه امروزه از جایگاه و اهمیت ویژه ای برخوردار است.

مراجعه به آیات آخرین کتاب آسمانی و نیز سیره معصومان علیهم السلام در این زمینه، ما را با حقایق بی شماری آشنا می سازد. در این میان، سخنان نورانی هشتمین امام شیعیان علیه السلام جایگاه خاصی دارد. آن بزرگوار درباره تغذیه، خوراکی ها، آشامیدنی ها و شیوه ها، مسائل جالبی را عرضه کرده اند.

۱. حلی، علل الداعی، ص ۲۶۵؛ طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۳۰۰.

طب الرضا<sup>۱</sup> یا رساله<sup>۲</sup> ذهبیه، کتابی پزشکی از امام رضا<sup>ع</sup> است که بر خلاف کتاب‌های دیگر - که معمولاً توصیه‌های پزشکی را از میان احادیث ائمه<sup>ع</sup> گلچین می‌کنند - وجود مبارک امام رضا<sup>ع</sup> آن را نگاشته‌اند. این کتاب از دو جهت دارای اهمیت است: اول اینکه کتابی علمی در زمینه پزشکی است و دیگر اینکه چون از ناحیه امام معصوم صادر شده، از اشتباه‌های مرسوم و رایج در علوم تجربی مبری است.

رساله<sup>۲</sup> ذهبیه، مجموعه بیانات ارزشمند علمی و پزشکی امام<sup>ع</sup> است که در آن با شرح خواص اغذیه و اشربه، راهکارهای بهزیستی و بهداشت و سلامت را به انسان می‌آموزد و فنون مقابله با بیماری‌ها و آسیب‌های روحی و روانی را مورد توجه و نقد و بررسی قرار می‌دهد. این رساله<sup>۲</sup> با اهمیت پزشکی، به درخواست مأمون، خلیفه عباسی، توسط امام<sup>ع</sup> بزرگوارانه ظاهراً خطاب به مأمون تقریر و تحریر شده است؛ اما در متن بیان‌ها، افاضات جنبه خطاب عمومی داشته و از مفاد آن شمیم افادات همگانی به مشام می‌رسد. بخشی از آن رساله<sup>۲</sup> گرانمایه به بحث درباره اهمیت حیاتی حجامت و فصد (شکافتن رگ بیمار) پرداخته و این راهکار حیات‌بخش را درمانگر بسیاری از بیماری‌های لاعلاج عنوان کرده است. اهمیت و تأثیر اعجاب‌آور این اثر گوهریار به قدری بود که مأمون را بر آن داشت تا دستور دهد آن را با آب طلا بنویسند.

تردیدی در صحت و اصالت سند این رساله نیست، زیرا در برخی از روایت‌ها سند آن به نام محمد بن جمهور و در بعضی از این سندها نام حسن بن محمد نوفلی به چشم می‌خورد که نجاشی او را توثیق کرده و درباره او گفته است: «ثقه و جلیل‌القدر است و از امام رضا<sup>ع</sup> رساله‌ای روایت کرده است [که منظور او همان رساله<sup>۲</sup> ذهبیه است]»<sup>۱</sup>.

شاید شهرت این رساله میان دانشمندان و اجماع آنها درباره نسبت آن به امام رضا<sup>ع</sup> در دوران مختلف و عدم ورود خدشه‌ای از جانب احدی بر این انتساب، از جمله اسبابی است که به پژوهشگر، اطمینانی نزدیک به یقین بخشیده که این رساله از عطایای شخص امام رضا<sup>ع</sup> است. این رساله<sup>۲</sup> بلیغ

۱. نجاشی، رجال، ص ۱۳۷.

علمی، از نفیس‌ترین و گران‌بهاترین مواریث اسلامی در زمینه دانش پزشکی است و به‌طور مختصر مشتمل بر رشته‌هایی از علوم پزشکی مانند علم تشریح، زیست‌شناسی، وظایف‌الاعضا و علم‌الامراض و بهداشت و جز آن بوده و بخش زیادی از طب پیشگیری را نیز بیان کرده و نیز شامل دانش شیمی و تغذیه و بسیاری از گرایش‌های علمی و دانش بشری است. مناسب است فرمایش‌های حضرت رضا<sup>ع</sup> را به دو گونه دسته‌بندی کنیم:

### گونه نخست) چه بخوریم؟

غور در بیکرانه روایت‌های رضوی ما را به این نتیجه می‌رساند که آن حضرت خوردنی‌هایی را برمی‌گزیدند. البته می‌توان گفت خوردنی‌ها متناسب با ذائقه ایشان بوده است و نمی‌توان آنها را برای جوامع عصر جدید تجویز کرد. اما باید به این نکته توجه داشت که خوردنی‌ها دو دسته‌اند: ماندگار و از بین رفتنی. روایت‌هایی که از امام رضا<sup>ع</sup> در باب خوراکی‌ها رسیده عمدتاً از نوع اول است. گذشته از اینکه علم تغذیه نشان می‌دهد که انتخاب آن مواد غذایی توسط آن بزرگوار توجه علمی نیز داشته است، زیرا دانش تغذیه، آثار و فواید بی‌شماری برای آن خوراکی‌ها اثبات می‌کند. پس می‌توان آنها را برای امروز و فردا نیز تجویز کرد.

### ■ خرما

چندین روایت از امام رضا<sup>ع</sup> وجود دارد که علاقه آن حضرت را به خوردن خرما بیان می‌کنند. می‌توان به دو نمونه اشاره کرد.

**نمونه نخست:** سلیمان بن جعفر که از یاران حضرت رضا<sup>ع</sup> است می‌گوید بر آن حضرت وارد شدم در حالی که پیش آن بزرگوار خرمای برنی<sup>۱</sup> موجود بود و آن حضرت با تمایل مشغول خوردن آن خرما بود و از من دعوت به همراهی نمود. وی سپس بیان می‌کند که از آن حضرت<sup>ع</sup> پرسیدم: چرا خرما را برای خوردن انتخاب نموده‌اید؟ آن بزرگوار پاسخ داد: زیرا که رسول خدا<sup>ص</sup> اهل خرما بود، علی<sup>ع</sup> اهل خرما بود، حسن<sup>ع</sup> اهل خرما بود، حسین<sup>ع</sup> اهل خرما بود، ابوجعفر<sup>ع</sup> اهل خرما بود، ابو عبدالله<sup>ع</sup> اهل خرما بود، پدرم

۱. گونه‌ای از خرما است که به رنگ قرمز بوده بسیار لذیذ می‌باشد.



اهل خرما بود و من اهل خرما هستم و شیعیان ما اهل خرما هستند؛ زیرا که آنها از طینت ما آفریده شدند و دشمنان ما به مسکرات علاقه‌مندند<sup>۱</sup>.

**نمونه دوم:** یکی از یاران حضرت رضا<sup>علیه السلام</sup> اظهار می‌دارد که روزی حضرت رضا<sup>علیه السلام</sup> بر ما وارد شد در حالی که از انجام کاری خسته شده بود. آن حضرت به من فرمود: مقداری خرما برای من بیاور. من تعدادی خرما را در ظرفی نظیف گذاشتم و برای آن حضرت بردم. آن بزرگوار شروع به خوردن خرماها کرد در حالی که من ایستاده بودم و ظرف خرما هنوز در دست من بود. گویا آن حضرت جان گرفت و سپس برخاست و گفت:

در میان خوراکی‌ها برای من دوست‌داشتنی‌تر از خرما نیست<sup>۲</sup>.

#### ■ نخود پخته

یکی از اصحاب امام رضا<sup>علیه السلام</sup> به نام احمد بن محمد ابی‌نصر بیان می‌دارد که آن حضرت نخود پخته را قبل از غذا و پس از آن تناول می‌فرمودند. آن بزرگوار بیان می‌کردند که نخود برای کمردرد خوب است<sup>۳</sup>.

جالب اینکه امام رضا<sup>علیه السلام</sup> در این حدیث شریف به جنبه درمانی این ماده غذایی نیز اشاره فرموده‌اند. این امر نشان می‌دهد که امامان شیعه<sup>علیهم السلام</sup> به مسئله بدن و امراض آن توجه داشته و برای رفع آنها نسخه می‌پیچیدند.

#### ■ آب

**نمونه نخست:** امام رضا<sup>علیه السلام</sup> فرمودند: «بهترین آب‌ها برای نوشیدن، آبی است که چشمه آن از سمت مشرق و سبک و روشن باشد. سالم‌ترین و بهترین آنها، آبی است که با داشتن صفات مزبور از محل خود بجوشد و مجرای آن شکاف تپه‌ها و کوه‌های خاکی باشد»<sup>۴</sup>.

**نمونه دوم:** امام رضا<sup>علیه السلام</sup> فرمودند: «آب‌های شور و سنگین موجب یبوست

معهده می‌شود و آب برف و یخ برای غالب مزاج‌ها، مضر و خطرناک است»<sup>۱</sup>.

**نمونه سوم:** امام رضا<sup>علیه السلام</sup> فرمودند:

هر کس می‌خواهد معده‌اش او را آزار ندهد، در میان غذا خوردن آب ننوشد تا این غذا تمام شود و هر که آب میان غذا بنوشد، رطوبت در بدنش جای گرفته، معده‌اش ضعیف می‌شود، رگ‌ها نمی‌توانند انرژی غذا را جذب کنند، زیرا هر گاه آب پشت سر هم نوشیده شود معده بزرگ می‌شود<sup>۲</sup>.

#### ■ آویشن

**نمونه نخست:** پیشوایان اسلام به‌قدری این گیاه را مفید می‌دانستند که حضرت رضا<sup>علیه السلام</sup> فرمودند: «آویشن، تنها داروی امیرالمؤمنین<sup>علیه السلام</sup> بوده است. آویشن، معده را تقویت و بلغم را برطرف می‌کند و نیز انسان را از لقوه در امان نگه می‌دارد»<sup>۳</sup>.

**نمونه دوم:** مردی در خدمت امام هشتم<sup>علیه السلام</sup> از رطوبت مزاج و علاج آن سؤال کرد. حضرت دستور دادند آویشن را بکوبد و ناشتا بخورد<sup>۴</sup>.

#### ■ انجیر

محمد بن عرفه گفت:

در روزگار امام رضا<sup>علیه السلام</sup> و مأمون در خراسان بودم. از امام رضا<sup>علیه السلام</sup> پرسیدم: ای پسر خوب رسول خدا<sup>صلی الله علیه و آله</sup>، درباره انجیر چه می‌فرمایید؟ فرمودند: برای قولنج خوب است، آن را بخورید<sup>۵</sup>. انجیر بوی بد دهان را می‌برد، دهان و استخوان را محکم می‌کند، سبب رویش مو می‌شود، درد را می‌برد و با وجود او، به دوائی نیاز نیست<sup>۶</sup>.

۱. همان.

۲. همان.

۳. همان، ص ۹.

۴. همان.

۵. مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۳، ص ۱۸۵؛ حرعاملی، الفصول المهمة، ج ۳، ص ۱۶۹.

۶. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۳۵۸.

۱. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۳۴۵؛ بحرانی، حلیه الابرار، ج ۴، ص ۴۶۱.

۲. برقی، المحاسن، ص ۵۳۹؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۳، ص ۱۴۰.

۳. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۳۴۳.

۴. طب الرضا<sup>علیه السلام</sup>، ص ۸.

■ به

**نمونه نخست:** امام رضا علیه السلام می فرمایند: خداوند، پیغمبری را نفرستاد مگر اینکه در او بوی به را به وجود آورد<sup>۱</sup>.

**نمونه دوم:** امام رضا علیه السلام فرمودند: یک عدد به تقدیم پیامبر صلی الله علیه و آله شد، حضرت، به را به دست گرفتند و چند تکه کردند. حضرت، به بسیار دوست داشتند، آن را خوردند و مقداری نیز به بارانشان که حضور داشتند تقدیم کردند و فرمودند: بر شما باد خوردن به که قلب را جلا می دهد و سنگینی سینه را می برد<sup>۲</sup>.

■ سیب

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

برای جلوگیری از سحر، سم و دیوانگی که به واسطه مرض به وجود می آید و بلغمی که بر انسان غلبه داشته باشد... چیزی بهتر و نافع تر از سیب برای معالجه نیافتم<sup>۳</sup>.

■ سویق (قوتو)

**نمونه نخست:** حضرت رضا علیه السلام فرمود: سویق، چه نیکو خوراکی است! اگر گرسنه باشی، سیر می کند و اگر سیر باشی، غذایت را گوارش می دهد<sup>۴</sup>.

**نمونه دوم:** ابو هاشم جعفری گفت: نزد امام رضا علیه السلام بودم که بسیار تشنه شدم ولی از شکوه و جلال حضرت نتوانستم درخواست آب کنم. حضرت، درخواست آب کرد و جرعه ای از آن نوشید. سپس حضرت فرمود: ای ابا هاشم! بنوش که سرد و گواراست. پس از آن آب نوشیدم ولی دوباره تشنه شدم. حضرت نگاهی به خدمتکار انداخت و فرمود: شربتی از آب و سویق و شکر بیاور! سپس به او فرمود: سویق و شکر را اندکی مرطوب کن و بیاور! و سپس

۱. همان، ص ۱۱.

۲. برقی، المحاسن، ج ۲، ص ۵۴۹؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۳، ص ۱۶۹.

۳. همان، ص ۵۳۳؛ کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۳۵۵؛ طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۱۷۳؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۳، ص ۱۷۴.

۴. همان، ص ۴۹۰؛ همان، ص ۳۰۵؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۳، ص ۲۸۰.

فرمود: ای اباهاشم! بنوش که رفع عطش می کند<sup>۱</sup>.

**نمونه سوم:** علی بن سلیمان گفت: نزد امام رضا علیه السلام مشغول خوردن کله پاچه بودیم که حضرت سویق خواست. گفتم: من سیر شده ام. حضرت فرمود: مقدار کمی از سویق، کله پاچه را هضم می کند و دوی آن می باشد<sup>۲</sup>.

**نمونه چهارم:** ابراهیم بن بسطام به نقل از مردی مروی گفت: امام رضا علیه السلام فردی را نزد من فرستاد و سویق خواست. مقداری سویق مرطوب برای ایشان فرستادیم. حضرت آن را نزد من برگرداند و فرمود: هر گاه ناشتا، سویق خشک خورده شود حرارت بدن و تلخه زرداب را کم می کند و هر گاه مرطوب باشد چنین تأثیری نخواهد داشت<sup>۳</sup>.

■ غسل

حضرت رضا علیه السلام فرمودند:

هر که می خواهد در طول زمستان سرما نخورد، هر روز سه لقمه غسل بخورد. هر که بخواند حواس پرتی او کم و حافظه اش قوی شود، هر روز باید سه زنجبیل با غسل بخورد و هر روز با غذایش مخلوطی از خردل بخورد. هر که می خواهد عقلش زیاد شود، از خانه بیرون نرود مگر اینکه ناشتا، سه هلیله سیاه با شکر طبرزد (نبات) بجود. در غسل، درمان هر دردی است. هر که یک قاشق از آن را ناشتا بخورد، بلغم از بین می رود، صفرا فروکش می کند، ذهن صفا داده می شود و هر گاه با کندر خورده شود حافظه را تقویت می کند<sup>۴</sup>.

■ گوشت قرمز

**نمونه نخست:** حسن بن خالد گفت: به امام رضا علیه السلام عرض کردم: مردم بر

۱. مجلسی، بحار الانوار، ج ۴۹، ص ۴۸.

۲. طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۱۶۳؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۳، ص ۷۸.

۳. همان.

۴. همان، ص ۱۸.

این باور هستند که هر که سه روز گوشت نخورد، بداخلاق می شود.<sup>۱</sup>

**نمونه دوم:** امام رضا<sup>علیه السلام</sup> فرمود: هر که چهل روز گوشت نخورد، اخلاق و بدن او تغییر می کند زیرا نطفه در مدت چهل روز تغییر شکل می یابد.<sup>۲</sup>

**نمونه سوم:** سهل بن زیاد از یکی از یارانش که گمان می کنم محمد بن اسماعیل باشد، گفته است: یکی از ما، در حضور ابوالحسن الرضا<sup>علیه السلام</sup> از گوشت سخن به میان آورد و گفت: هیچ گوشتی گوارتر از گوشت بز نیست. امام رضا<sup>علیه السلام</sup> نگاهی به او انداخت و فرمود: اگر خداوند، گوشتی گوارتر از گوشت میش آفریده بود همان را به جای قربانی کردن اسماعیل می فرستاد.<sup>۳</sup>

#### ■ نمک

در کتاب عیون اخبار الرضا<sup>علیه السلام</sup> از عبدالله بن عبدالرحمان معروف به صفوانی روایت شده است:

کاروانی از خراسان به سوی کرمان رفت. راهزنان راه را بر مسافران بستند و مردی را که گمان می کردند دارایی بسیاری دارد گرفتند. مرد، مدتی در اسارت دزدان بود. او را شکنجه دادند تا اینکه مقداری پول به آنها داد و خود را آزاد ساخت. دزدان، مرد را در میان برف رها و دهانش را از برف پر کرده و بستند. همسر یکی از راهزنان، دلش به حال مرد سوخت، او را آزاد کرد و مرد را فراری داد. ولی دهان و زبان مرد آسیب دید طوری که نتوانست حرف بزند. سپس به خراسان برگشت و شنید علی بن موسی الرضا<sup>علیه السلام</sup> در نیشابور هستند. در خواب دید گویا یک نفر به او می گوید: فرزند پیامبر خدا<sup>صلی الله علیه و آله</sup> به خراسان آمده است، درباره بیماری ات از حضرت پیرس، شاید دارویی به تو یاد دهد که از آن سود ببری.

مرد گفت: در خواب احساس کردم نزد حضرت رفتم و از آنچه گرفتار شده بودم شکایت کردم. حضرت به من فرمودند مقداری زیره، آویشن و نمک بردار، نرم کن و روزی دو یا سه مرتبه در دهانت نگه دار تا خوب شوی.

۱. همان، ص ۲۲.

۲. همان.

۳. همان.

مرد از خواب بیدار شد و به آنچه در خواب دیده بود اعتنا نکرد تا اینکه به دروازه نیشابور رسید. به او گفته شد: علی بن موسی الرضا<sup>علیه السلام</sup> از نیشابور بیرون رفته و در رباط سعد هستند.

مرد تصمیم گرفت به سوی حضرت برود و بیماری اش را بگوید تا شاید دارویی سودمند به او داده شود.

به سوی رباط سعد رفت، داخل کاروانسرا شد و به حضرت گفت: ای پسر پیامبر خدا<sup>صلی الله علیه و آله</sup> ماجرای من چنین و چنان است و دهان و زبانم آسیب دیده است طوری که به سختی می توانم حرف بزنم، به من دارویی یاد بدهید تا از آن سود ببرم.

امام رضا<sup>علیه السلام</sup> فرمودند: آیا به تو یاد ندادم؟ برو آنچه در خواب گفتم انجام بده.

آن مرد گفت: ای پسر پیامبر خدا<sup>صلی الله علیه و آله</sup>، اگر مصلحت می دانید دوباره برایم تکرار کنید.

امام رضا<sup>علیه السلام</sup> فرمودند: مقداری زیره، آویشن و نمک را با یکدیگر مخلوط و مقداری از آن را هر روز، دو یا سه مرتبه در دهان بگذار که خوب خواهی شد.

مرد گفت: از دارویی که حضرت برایم تجویز کردند استفاده کردم و خوب شدم.<sup>۱</sup>

#### گونه دوم) چگونه بخوریم؟

احادیث امام رضا<sup>علیه السلام</sup> به جز اینکه دربردارنده خوردنی ها، آشامیدنی ها و نیز خواص آنهاست، مطالب فراوانی نیز در ارتباط با سبک خوردن و نحوه آشامیدن دارد. بهداشت غذا و مواد غذایی در احادیث رضوی فراوان به چشم می آید. نکاتی که حضرت در ارتباط با تغذیه و شیوه آن بیان داشته اند کاملاً مستند و علمی است و می توان تک تک آنها را با استناد به دستاوردهای علوم جدید، مستند ساخت و اعتبار و وجاهت آنها را آشکار کرد. برخی از شیوه های خوردن و آشامیدن شامل موارد ذیل هستند:

۱. صدوق، عیون اخبار الرضا<sup>علیه السلام</sup>، ج ۲، ص ۲۱۱.

## ■ کم خوری

عبدالسلام بن صالح هروی بیان می کند آن زمان که امام علیه السلام وارد سناباد شدند به کوهی اشاره کردند که از آن ظرف می ساختند. سپس امر فرمودند که از این کوه برایشان ظروفی تهیه شود و بیان داشتند غذا را در غیر این ظروف میل نمی کنند. سپس عبدالسلام به این نکته اشاره می کند و می گوید: آن حضرت کم غذا بودند و هنگام صرف غذا، آهسته آهسته می خوردند.<sup>۱</sup>

حضرت رضا علیه السلام به نقل از جدشان رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمودند:

لَيْسَ شَيْءٌ أَبْغَضَ إِلَى اللَّهِ مِنْ بَطْنٍ مَلَأَنَ؛ هیچ چیزی نزد خداوند از پر بودن شکم بدتر نیست.<sup>۲</sup>

## ■ با غلامان

شیوه حضرت رضا علیه السلام این بود که با غلامان غذا می خورد و به هنگام صرف غذا از آنان دعوت می کرد. می توان گفت که آن بزرگوار ضمن این که غذا می خورد طعام را به دیگران می خوراند. رویه امام هشتم علیه السلام این بود که غلامان را در کنار خود می نشاند که آنان احساس بزرگی کنند و در کنار حضرت دمی بیایند تا پاداشی برای زحمات روزانه آنان باشد.

یکی از یاران امام علیه السلام می گوید روزی به مسجد در آمدم و بعد از نماز محضر حضرت رضا علیه السلام شرفیاب گشتم. آن بزرگوار چون دانست که من روزهام مرا به منزل دعوت کرد تا با ایشان غذا خورم. به هنگامی که سفره آماده شد آن حضرت غلامان را یک به یک صدا کرد تا بر سر سفره نشینند و سپس امام علیه السلام شروع به غذا خوردن نمود.<sup>۳</sup>

## ■ بر سر یک سفره نشستن

سیره رضوی به ما نشان می دهد که آن حضرت برای صرف غذا چندین سفره نمی گستراند و میان خود و دیگران فاصله نمی افکند بلکه به هنگام غذا

خوردن به تناسب افراد، یک سفره می انداخت و همه را بر سر سفره ای واحد جمع می نمود. یکی از یاران آن حضرت به نام ابو هاشم داود بن قاسم به این نکته اشاره می کند.<sup>۱</sup>

## ■ به کار نگرفتن خادمان به هنگام صرف غذا

یکی از خادمان امام رضا علیه السلام مردی ایرانی است به نام نادر. وی نقل می کند که فرزند پیامبر صلی الله علیه و آله هر گاه سفره می انداخت از خادمان برای تناول نمودن غذا دعوت می نمود و هر کسی با ایشان هم غذا می شد، مادام که مشغول خوردن بود به او کاری نمی گفت.<sup>۲</sup>

## ■ با اشتها

دو گونه می توان بر سر سفره نشست و غذا خورد؛ با اشتها و بی اشتها، رویه ثامن الحجج علیه السلام این بود که همواره با رغبت و اشتها بخوردن غذا مشغول می شد. فردی از آن امام همام علیه السلام در این باره سؤال کرد. حضرت علیه السلام در پاسخ فرمود: دوست دارم با اشتها و میل غذا بخورم.<sup>۳</sup>

## ■ (سوم) نحوه خوابیدن

یکی از کارهایی که هر انسانی در شبانه روز انجام می دهد، خوابیدن است. خوابیدن، علی رغم ظاهر ساده ای که دارد از جایگاه و اهمیت ویژه ای برخوردار است. برای فهم اهمیت خواب و نقش آن در حیات بشر، کافی است ۴۸ ساعت نخوابید. بی خوابی های پی در پی و نیز پریشان خوابی ها، انسان را به معضله های مهمی در زندگی مبتلا می سازد.

قرآن کریم مسئله شب و خواب را به گونه های مختلف مطرح و اهمیت آن را گوشزد کرده است. از نظر آخرین کتاب آسمانی، شب، کارکردهای متنوعی دارد، خوابیدن در شب برای استمرار حیات بشر اهمیت ویژه ای دارد و خداوند، سکونت، قرار و خواب را در شب قرار داده است.

۱. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۲۲۸؛ بحرانی، حلیه الابرار، ج ۴، ص ۴۷۳؛ قمی، انوار البهیة، ص ۲۱۶.  
۲. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۲۹۸؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۴۹، ص ۱۰۲.  
۳. بحرانی، حلیه الابرار، ج ۴، ص ۴۶۱.

## نکته اول) شب و کارکردهای آن

یکی از پدیده‌های طبیعی که ارتباط مستقیم با روح و روان انسان دارد، پدیدهٔ شب است. شب همراه روز، شبانه‌روز و تکرار شبانه‌روز، ماه‌ها و تکرار ماه‌ها، سال‌ها و در نهایت عمر انسان را تشکیل می‌دهند. شب و روز نقش‌ها و کارکردهای مختص به خود را دارند. حالت‌های انسان در شب و روز متفاوت است. انسان‌ها معمولاً در شب راحت‌تر و آرام‌ترند، گویی شب را برای استراحت و روز را برای فعالیت ساخته‌اند. قرآن کریم در چند آیه به مسئلهٔ مهم آرام‌بخشی شب اشاره می‌کند و می‌فرماید: از نشانه‌های رحمت الهی این است که شب، وسیلهٔ سکونت و روز، زمان جمع نعمت است:

وَمِن رَّحْمَتِهِ جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلِعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ؛ و از رحمتش برایتان شب و روز را قرار داد تا در این [یک] بیارامید و [در آن یک] از فزون‌بخشی او [روزی خود] بجوید باشد که سپاس بدارید.<sup>۱</sup>

تفاسیر عمدتاً به کارکرد مهم شب یعنی استراحت و جبران نیروهای از دست‌رفته اشاره کرده‌اند؛<sup>۲</sup> انسان‌ها معمولاً هنگام روشنایی روز، به امر معیشت و کسب و کار می‌پردازند. آنان تلاش می‌کنند تا روزی خود و خانواده را فراهم سازند و از این راه به رفاه نسبی دست یابند. کار و تلاش روزانه از یک‌طرف، سبب کاهش قوای بدن می‌شود و از سوی دیگر، باعث رنج و خستگی فکر و روان انسان. از این‌رو ضرورت یافت که بخشی از شبانه‌روز به استراحت اختصاص یابد تا نیروهای از دست‌رفته جبران شده و فکر و روح انسان راحت شود. دست خلقت زمانی را در شبانه‌روز برای استراحت و بازگشت قوا فراهم کرد. بر این اساس کارکرد شب، استراحت و تجمع قوا است. مسئلهٔ مزبور در آیه‌ای دیگر بیان شده است:

هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِرًا إِنَّ فِي ذَلِكَ

۱. قصص/۷۳.

۲. نخجوانی، الفوائد/الالهية، ج ۲، ص ۹۰؛ حسینی شیرازی، تفریب القرآن، ج ۴، ص ۱۷۴؛ مراغی، تفسیر مراغی، ج ۲۰، ص ۸۹.

لَا يَاتِ لِقَوْمٍ يَسْمَعُونَ؛ اوست کسی که برای شما شب را قرار داد تا در آن بیارامید و روز را روشن [کرد] بی‌گمان در این [امر] برای مردمی که می‌شنوند نشانه‌هایی است.<sup>۱</sup>

خداوند کسی است که شب را به نفع انسان‌ها آفرید تا در آن سکونت و آرامش یابند و از رنج روز، آسایش پذیرند. شامگاهان کار روزانه، راکد شده آدمیان ادامه تأمین معاش را به روز بعد موکول می‌کنند. تدبیر عام خلقت این بود<sup>۲</sup> که با ظهور تاریکی شب انسان‌ها از کار باز ایستند، تحرکات خویش را تقلیل دهند و اصلاح امور خویش را به زمانی دیگر واگذارند.

بجز استراحت و جبران نیروهای از دست رفتهٔ جسمی، فکری و روانی، کارکردهای دیگری برای شب بیان شده است؛<sup>۳</sup> شب برای انس با خانواده است، شب برای کاستن از ناراحتی‌های دیگران است، شب برای تمتع است.

نقش مهم دیگری که در میانهٔ شب محقق می‌گردد این که مشتاقان، شب را عبادتگاه خویش و روزنه رفتن به آسمان می‌دانند. شب زمان گفتگو با خداست، شب سید اهل وصال است و سیاهی اهل فراق. اهل قرب با شب سازگارند و طولانی شدن شب آروزی آنان. مضامین پیش گفته در آیات دیگری هم بیان شده است: غافر / ۶۱، قصص / ۷۲ و نمل / ۸۶.

پرسشی نمایان می‌گردد؛ شب مهم‌تر است یا روز؟ نگاه خالق به ما می‌گوید شب اصالت داشته از روز بهتر است. ویژگی‌های شب را مرور کنیم:

**شب زنده‌داری:** در قرآن تنها یک آیه حاوی واژه «تَهَجَّد» است:

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا؛ و پاسی از شب را زنده‌دار تا برای تو [به منزله] نافله‌ای باشد امید که پروردگارت تو را به مقامی ستوده برساند.<sup>۴</sup>

۱. یونس/۶۷.

۲. طباطبائی، المیزان، ج ۱۰، ص ۹۴.

۳. فخر رازی، مفتاح الغیب، ج ۱۷، ص ۲۸۰؛ ابن عاشور، التحریر و التنویر، ج ۱۱، ص ۱۳۱؛ طباطبائی، المیزان، ج ۱۰، ص ۹۴.

۴. اسراء/۷۹.

تهجد به معنای تیقظ و شب‌زنده‌داری یا احیا است. در این آیه یکی از وظایف انحصاری پیامبر ﷺ بیان شده که آن احیای بخشی از شب می‌باشد و باید همراه با تلاوت قرآن و نماز گذاردن باشد. این امر برای دیگران به عنوان یک سنت مستحبی تلقی می‌گردد.

یکی از ویژگی‌های اختصاصی شب، تهجد است. در قرآن احیای روز مطرح نیست بلکه زنده داشتن شب مطرح است. بجز این که در شب مزاحمت‌ها و ارتباطات کمتر بوده طبعاً آرامش خاصی در شب حاکم است، شب دارای خاصیتی است که در آن مناجات، دعا و نیایش بهتر صورت می‌گیرد.

در پایان آیه به پاداش تهجد بر می‌خوریم؛ تهجد در شب موجب نیل به «مقام محمود» می‌شود. از آنجا که برای مقام، وصف «محمود» به صورت مطلق بیان شده است، نشان از آن دارد که این مقام، منزلتی است که مورد ستایش همگان است و هیچ مقامی مورد ستایش همگان قرار نمی‌گیرد مگر آن که همه از آن بهره‌مند باشند و مقامی که نفع آن به همه می‌رسد، مقام شفاعت کبری در قیامت است. این مطلب را روایات هم تأیید می‌کنند.<sup>۱</sup>

ویژگی «مقام محمود» در موارد اندکی بیان شده است؛ یکی از این موارد در زیارت عاشوراست؛ جایی که انسان از خدا می‌خواهد که او را به مقام محمود برساند. با توجه به جمله بعد که در خواست مقام شهادت است، «وَ أَسْأَلُهُ أَنْ يُبَلِّغَنِي الْمَقَامَ الْمُحْمَدَ لَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ وَ أَنْ يَرْزُقَنِي طَلَبَ ثَارِي»<sup>۲</sup>، شاید بتوان گفت که مراد از مقام محمود، مقام شهادت است. از سوی دیگر می‌دانیم که شهید، حق شفاعت دارد.

**روزنه‌ای به آسمان:** شب پدیده‌ای است که دارای دو خصوصیت است؛

یکی «أَشَدُّ وَطْأً». این تعبیر کنایه از این است که در شب ثبات قدم بیشتر است یا صفای باطن افزون‌تر یا این که در شب زبان بیشتر قلب را همراهی می‌کند.<sup>۳</sup>

۱. طباطبایی، المیزان، ج ۱۳، ص ۱۸۰ - ۱۷۶.  
۲. قمی، مفاتیح الجنان، زیارت عاشورای معروفه.  
۳. طباطبایی، المیزان، ج ۲۰، ص ۶۴.

شاخصه دیگر شب «أَفْؤُمٌ قَيْلاً» است. این ویژگی کنایه از آن دارد که در شب، حضور قلب و انقطاع انسان بیشتر است.<sup>۱</sup> بنابراین شب خاصیتی دارد که در روز نیست؛ حضور قلب در شب بیشتر است، انقطاع در شب بیشتر است، صفای باطن در شب افزون است و ارتباط انسان با آسمان در شب فزونی می‌گیرد:

إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْأً وَأَفْؤُمٌ قَيْلاً؛ قطعاً برخاستن شب رنجش بیشتر و گفتار [در آن هنگام] راستین‌تر است.<sup>۲</sup>

**میقات:** بی‌جهت نیست که میقات موسی ﷺ در چهل شب به انجام رسید:

فَتَمَّ مِيقَاتُ رَبِّهِ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً؛ تا آن که وقت معین پروردگارش در چهل شب به سر آمد.<sup>۳</sup>

**معراج:** معراج پیامبر ﷺ در شب صورت گرفت:

سُبْحَانَ الَّذِي أَسْرَى بِعَبْدِهِ لَيْلًا؛ منزه است آن [خدایی] که بنده‌اش را شبانه‌ای سیر داد.<sup>۴</sup>

**مقدّرات جهان و نزول قرآن:** بی‌دلیل نیست که مقدّرات انسان و جهان در شبی با نام «لیله القدر» صورت می‌گیرد و در همان شب قرآن نازل می‌شود:

إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ الْقَدْرِ؛ ما [قرآن را] در شب قدر نازل کردیم.<sup>۵</sup>

**پوشاندن و دویدن:** از ویژگی‌های شب، پوشش و پوشاندن است. اگر شب «لباس» است از این‌روست که شب تاریکی را بر زمین می‌پوشاند و این تقدیر الهی است:

۱. همان.  
۲. زمزم، ۶/۷.  
۳. اعراف/۱۴۲.  
۴. اسراء/۱.  
۵. قدر/۱.

وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا؛ و شب را [برای شما] پوششی قرار دادیم<sup>۱</sup>.

تعبیر پوشاندن «بغشی» در قرآن با صراحت در چند آیه بیان شده است  
نظیر: شمس / ۴، لیل / ۱ و اعراف / ۵۴. بنابراین شب خصیصه‌ای دارد و آن  
این که تاریکی خود را بر زمین یا خورشید می‌گستراند و با ظلمت خود زمین  
را می‌پوشاند و این یکی از افعال الهی است:

وَأَغْطَشَ لَيْلَهَا؛ و شبش را تیره گردانید<sup>۲</sup>.

نکته جالبی که در یکی از آیات مربوط به شب وجود دارد این که شب  
طالب روز است و این طلب به سرعت محقق می‌شود:

يُغْثِي اللَّيْلُ النَّهَارَ يَطْلُبُهُ حَثِيثًا؛ روز را به شب که شتابان آن را  
می‌طلبد می‌پوشاند<sup>۳</sup>.

مرحوم علامه طباطبایی از این آیه استفاده‌ای کرده است<sup>۴</sup> و آن این که  
اصل برای زمین ظلمت است اما روز که از درخشش خورشید پدید می‌آید  
امر عارضی است. توگویی شب به دنبال روز می‌دود، روز را تعقیب می‌کند، بر  
آن هجوم می‌آورد، آن را می‌پوشاند و خود را چون لباسی بر تن آن می‌افکند.

**عبادتگاه:** در آیات مختلف سخن از عبادت و بندگی خدا در شب به  
میان آمده است. هر چند بیشتر این آیات مربوط به پیامبر اکرم ﷺ می‌باشد  
اما به عنوان یک الگو و روش می‌توان گفت که شب زمان گفتگو با خداست:

وَمِنَ اللَّيْلِ فَسَبِّحْهُ وَأَدْبَارَ الشُّجُودِ؛ و پاره‌ای از شب و به دنبال  
سجود [به صورت تعقیب و نافله] او را تسبیح گوی<sup>۵</sup>.

وَمِنَ اللَّيْلِ فَسَبِّحْهُ وَإِدْبَارَ النُّجُومِ؛ و [انیز] پاره‌ای از شب و در  
فروشدن ستارگان تسبیح گوی او باش<sup>۶</sup>.

۱. نباء/۱۰.
۲. نازعات/۲۹.
۳. اعراف/۵۴.
۴. طباطبایی، المیزان، ج ۸، ص ۱۵۰.
۵. ق/۴۰.
۶. طور/۴۹.

قُمِ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا؛ به پا خیز شب را مگر اندکی<sup>۱</sup>.

وَمِنَ اللَّيْلِ فَاسْجُدْ لَهُ وَسَبِّحْهُ لَيْلًا طَوِيلًا؛ و بخشی از شب را در  
برابر او سجده کن و شب [های] دراز او را به پاکی بستی<sup>۲</sup>.

همچنین از ویژگی خوبان یکی این که در میانه شب به راز و نیاز با خدا  
مشغولند و نامه او می‌خوانند:

يَتْلُونَ آيَاتِ اللَّهِ آنَاءَ اللَّيْلِ وَهُمْ يَسْجُدُونَ؛ آیات الهی را در دل  
شب می‌خوانند و سر به سجده می‌نهند<sup>۳</sup>.

اهل تقوا و احسان، اندکی از شب را می‌خوابند و سحرگاهان از خدا طلب  
آمرزش می‌کنند:

كَانُوا قَلِيلًا مِّنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ؛ و از شب  
اندکی را می‌غنودند و در سحرگاهان [از خدا] طلب آمرزش  
می‌کردند<sup>۴</sup>.

**نشانه:** فرشتگان به زکریا ﷺ از غیب خبر دادند که او فرزندی به نام  
یحییٰ ﷺ خواهد داشت. وی از خدا نشانه خواست و خداوند نشانه او را چنین  
معرفی فرمود: سه شب با مردم سخن نگو:

قَالَ آيُشْكُ إِلَّا تُكَلِّمُ النَّاسَ ثَلَاثَ لَيَالٍ سَوِيًّا؛ فرمود نشانه تو  
این است که سه شبانه [روز] با این که سالمی با مردم سخن  
نمی‌گویی<sup>۵</sup>.

قرآن در پایان به مهمترین نقش شب باز می‌گردد و شب را وسیله  
آرامش‌زایی انسان معرفی می‌کند:

وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ؛ سوگند به شب چون آرام گیرد<sup>۶</sup>.

۱. مزمل/۲.
۲. انسان/۲۶.
۳. آل عمران/۱۱۳.
۴. ذاریات/۱۸ - ۱۷.
۵. مریم/۱۰.
۶. ضحی/۲.



واژه سجی از ریشه «سَجَو» به معنای سکونت و آرامش می‌باشد. لذا شب از دیدگاه خالقش، آرامش‌بخش بشر می‌باشد.<sup>۱</sup>

از مباحث پیش‌گفته به دست می‌آید که شب دارای کارکردها و نقش‌آفرینی‌های فراوانی است؛ نقش‌ها و آثاری نظیر: جبران نیروهای از دست رفته، راحتی فکر و روح، انس با خانواده، کاستن از ناراحتی‌ها، تمتّع، شب‌زنده‌داری، روزنه‌ای به آسمان، میقات، معراج، تنظیم مقدرات جهان، نزول قرآن، پوشاندن روز، دویدن در پی روز، عبادتگاه و نشانه.

در این میان، خالق جهان نقشی مهم به شب واگذار نمود و آن این‌که شب، اهل خود را به آرامش می‌رساند. ذهن، فکر، روان و روح آنها را تسکین می‌بخشد، رنج‌ها، خستگی‌ها و سستی‌های آنها را کاهش می‌دهد.

### تو گویی شب، رنج‌های بشر را به جان می‌خورد و آرامش و راحتی به او می‌بخشد.

شب مانند دستگاه شارژکننده بشر عمل می‌کند، آن زمان که انسان وارد شب شد، این پدیده وظیفه خود می‌داند که روح انسان را شارژ و تقویت کند.

### انسان عاقل، تمام شب نمی‌خوابد، بخشی از آن را به گفتگو با عزیز عالم و یار دیرین در زیر آسمان پرستاره می‌گذراند.

خواجه عبدالله انصاری در بیانی زیبا و دلنشین گفتگوی روز و شب را این‌گونه به تصویر می‌کشد:<sup>۲</sup>

در عالم معنا، روز عالم‌افروز، بر شب شکسته‌دل مفاخرت می‌کرد که ای شب، مرا خورشید درخشان است و تاب آفتاب نورافشان

۱. شوکانی، فتح‌التقدیر، ج ۵، ص ۵۵۷؛ طباطبایی، المیزان، ج ۲۰، ص ۳۱۰؛ مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۲۷، ص ۹۷.  
۲. انصاری، ارکان عرفان، ص ۷۷ - ۷۶.

است. ای شب، مرا صفت تصرفات زر و سیم است، معاملات شور و بیم است. ای شب، مرا صفت جماعت جمعه و پنج وقت نماز است. روزه ۳۰ روزه اهل نیاز است. ای شب، جهاد و حج در من است. تکبیرات عیدین بر من است. ای شب، من معدن کرامتم. دمنده قیامتم، کوکبه‌ای که من دارم کراست؟ علم عالم‌افروز من راست آیت و النهار مبصر است.

شب به حضرت عزّت بنالید که الهی اگر روز بنده رومی درگاهست، بجاه نبی قرشی که این حبشی را بر رومی روز فیروز گردان.

باری عزّ اسمّه خطاب کرد که ای روز بعد از این بر شب شکسته‌دل مفاخرت منماید که شب، پرده عصمت، جذبه رحمت، باغ یقین، چمن آذان المتقین، پناه انبیا، خلوتگاه اولیا، سجده‌گاه عباد، خلوتگاه زهاد، خزینه اسرار، سفینه ابرار، خزان احسان بر و سرمه روشنایی چشم سر است.

خواجه در گفتگوی روز و شب بعد از آنکه روز، روشنایی خود و سیاهی شب را به رخ شب می‌کشد، پاسخ شب را این‌گونه به تصویر می‌کشد:<sup>۱</sup>

ای روز اگر من سیاهم باکی نیست. جامه کعبه، بیت‌الله، حجرالاسود و یمین‌الله سیاه است. ای روز، اگر سیاهم، باکی نیست، مداد سیاه است و مدد ادب است. اطلس سیاه است و زینت خطب است. ای روز، اگر سیاهم، باکی نیست، سنگ محک سیاه و عزّت صرافان است. ای روز، اگر سیاهم، باکی نیست، زیت سیاه و شفای بیماران است. نرگس چشم، سیاه و غارتگر قلب مشتاقان است. هلیله، سیاه و دواى دردمندان است. علم عید، سیاه است و زیبا می‌نماید. زلف و ابرو سیاه است و دل‌ها می‌رباید. ای روز، اگر سیاهم، باکی نیست، خال مهوشان، سیاه و مرغوب است. گیسوی دلبران، سیاه و به غایت محبوب است.

۱. همان، ص ۸۳ - ۸۲.



## نکته دوم) خواب شب و اهمیّت آن

یکی از نیازهای طبیعی و فیزیولوژیک بدن، خواب است. در صورت بروز هرگونه اختلالی در خواب، جسم و روان انسان با پریشانی و تنیدگی مواجه می‌شود. بهره‌مندی از خواب درست، باعث بالا رفتن آستانه تحمل شخص و به دنبال آن افزایش توانایی در مواجهه با محرک‌های تنش‌زا می‌شود. اهمیت خوابیدن تا جایی است که می‌توان گفت خواب خود، روشی برای درمان است و می‌تواند درمانگر باشد. بد خوابی در همه افراد باعث بروز مشکلات ارگانیک مانند رنجوری، خستگی و تنبلی می‌شود. از سوی دیگر هرگونه ناآرامی و نگرانی می‌تواند مانع خوابیدن باشد. لذا نسبت خواب و آرامش، متقابل است. بدین معنا که ناآرامی منشأ بد خوابی و خواب بد باعث بروز نگرانی است. پریشان خوابی حتی می‌تواند منشأ بروز اختلال‌های مغزی، دیدن رؤیاهای ترسناک، از خواب پریدن‌های مکرر و فشار خون شود. تمامی ابعاد وجود انسان اعم از جسم، مغز، ذهن، روان و روح نیازمند خواب است و خداوند، خواب را سبب آرامش جسم و روح انسان قرار داد. روز برای جنبش، شب برای پوشش و خواب برای آرامش است:

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِيَاسَا وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا؛  
و اوست کسی که شب را برای شما پوششی قرار داد و خواب را  
[مایه] آرامش و روز را زمان برخاستن [شما] گردانید<sup>۱</sup>.

## نکته سوم) شب و سکونت

بیشترین حجم آیات مربوط به سکینه (آرامش)، در ارتباط با شب وارد شده است. قرآن کریم از ۱۵ مورد استعمال لفظ سکینه، شش مورد را به شب ربط داده که در پنج مورد حرف «فیه» به کار رفته است:

هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِرًا إِنَّ فِي ذَلِكَ  
لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ؛ اوست کسی که برای شما شب را قرار داد تا  
در آن بیارامید و روز را روشن [گردانید] بی‌گمان در این [امر]

۱. فرقان/۴۷.

برای مردمی که می‌شنوند نشانه‌هایی است<sup>۱</sup>.

در آیه قبل که سخن از محدوده مالکیت خدا به میان آمد، به این نکته اشاره می‌شود که گستره مالکیت خداوند به اندازه کل هستی و ماسوی است. لذا مالک، فقط خداست و یکی از انواع توحید، توحید مالکیت است. شرک در مالکیت روا نیست و عالم هستی هیچ‌گونه شرکی را بر نمی‌تابد. در ادامه، قرآن به عنوان نمونه به مسئله مهم شب و روز اشاره کرده و کارکرد هر یک را مشخص می‌فرماید. از نظر خالق، شب، برای سکونت و روز، برای روشنایی و فعالیت خلق شده است. تعبیر «لام» در «لِتَسْكُنُوا» برای غایت و تعبیر «فیه» مفید ظرف است، بدین معنا که غایت خلقت شب، سکونت در ظرف شب است، لذا می‌توان گفت: «خداوند، شب را برای سکونت آفرید».

تفاسیر، این‌گونه بیان می‌کنند که در روز معمولاً انسان‌ها مشغول فعالیت هستند. آنها برای امرارمعاش، فعالیت می‌کنند. تلاش و فعالیت، نیازمند حرکت است و فعالیت‌های جسمی، قوای بدن را تحلیل می‌برند. خداوند، شب را آفرید و قرین تاریکی کرد تا انسان‌ها از فعالیت بازایستند و رنج‌ها و خستگی‌های خود را جبران کنند. استراحت مقداری از شب موجب بازگشت نیروهای از دست‌رفته جسمی می‌شود. در صورتی که در روزگاران، شب وجود نداشت چه‌بسا آدمی به‌حدی در روشنایی روز فعالیت می‌کرد که از پای درمی‌آمد<sup>۲</sup>.

علاءالدین بغدادی به تعریفی از سکونت اشاره دارد:

أصل السكون الثبوت بعد الحركة؛ اصل سکون، ثبات بعد از حرکت است<sup>۳</sup>.

سکون در معنای اصلی عبارت است از اینکه آدمی از حرکت بازایستد و به مقام ثبات بعد از حرکت نائل آید. از مطالب پیش گفته می‌توان به‌دست آورد

۱. یونس/۶۷.

۲. طوسی، التبیان، ج ۵، ص ۴۰۵؛ رازی، روض الجنان، ج ۱۰، ص ۱۷۳؛ طبرسی، مجمع البیان، ج ۵، ص ۱۸۸؛ سمرقندی، بحر العلوم، ج ۲، ص ۱۲۴؛ زمخشری، الکشاف، ج ۲، ص ۳۵۸؛ مغنیه، الکشاف، ج ۴، ص ۴۷۷؛ مغنیه، المبین، ج ۱، ص ۲۷۶؛ حسینی شیرازی، تقریب القرآن، ج ۲، ص ۵۱۴؛ شبّر، الجواهر الثمین، ج ۳، ص ۱۷۳.

۳. بغدادی، لباب التأویل، ج ۳، ص ۴۵۳.

که سکونت در شب، ناظر به «آرامش جسمی» است.

شاید برخی پندارند که شب یعنی تاریکی و تاریکی، امر عدمی است و «جعل» به امر عدمی تعلق نمی‌گیرد، اما ناگفته پیداست که پیدایش تاریکی در بخشی از زمین مرهون هزاران بلکه بی‌شمار عوامل وجودی است که خالق هستی باید به آنها اذن وجود بدهد تا در آخرین حلقه زنجیره عوامل، خورشید به بخشی از زمین نتابد و در آن منطقه، فرصتی نعمت‌گونه برای آرامش بشر فراهم آید:

اللّٰهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِرًا إِنَّ اللَّهَ لَنُورٍ فَضْلٌ عَلَي النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَشْكُرُونَ؛ خدا [همان] کسی است که شب را برای شما پدید آورد تا در آن آرام گیرید و روز را روشنی‌بخش اقرار داد. آری خدا بر مردم بسیار صاحب تفضل است ولی بیشتر مردم سپاس نمی‌دارند.<sup>۱</sup>

در این فراز به دو نعمت مهم الهی اشاره شده است: شب و روز. روز، روشنی‌بخش است و به کار، تلاش و فعالیت می‌آید. این دو نعمت به‌عنوان فضل و کرم به انسان‌ها عطا شد تا آدمیان به آن توجه کنند و برنامه شکر را در باب آنها اجرا کنند. اما بیشتر انسان‌ها بی‌دقتی کرده، احساس قدردانی در آنها پدید نمی‌آید. به‌راستی اگر همواره تاریکی شب، زمین را فراگیرد یا همیشه تابش خورشید به زمین روشنایی بخشد، زندگی روی زمین به‌گونه‌ای دیگر بود، چه‌بسا زیستن طولانی‌مدت برای آدمی امکان‌ناپذیر می‌شد. تفاسیر در باب سکونت در شب به دو معنا اشاره می‌کنند:

**معنای اول:** تلاش‌ها و سختی‌های روز، نیروهای کالبد جسمی را سست کرده و خستگی پدید می‌آورند. لذا جسم، نیازمند بی‌تحركی و ترمیم قوای از دست‌رفته است. خداوند، شب را قرار داد تا «آرامش جسمی» به انسان بازگردد، چه‌بسا بتوان خواب را در همین راستا ارزیابی کرد.<sup>۲</sup>

۱. غافر/ ۶۱.

۲. میبیدی، کشف الاسرار، ج ۸، ص ۴۹۳؛ ابن کثیر، تفسیر ابن کثیر، ج ۷، ص ۱۴۱؛ ابن عجبیه، البحر المادی، ج ۵، ص ۱۴۷؛ مراغی، تفسیر مراغی، ج ۲۴، ص ۸۸؛ قاسمی، محاسن التاویل، ج ۷، ص ۳۱۷.

**معنای دوم:** در روز، حواس پنجگانه انسان فعال است. آدمی می‌بیند، می‌شنود، می‌چشد، می‌بوید و لمس می‌کند. حواس انسان آستانه ظرفیت دارد، اگر بیش از اندازه از آنها بهره‌برداری شود، به رنجوری و خستگی می‌افتد. خداوند، شب را آفرید تا چشم در تاریکی، از فعالیت بازایستد، صدایی نباشد تا گوش بشنود و به‌دنبال آن دیگر حواس ظاهری بشر تقریباً از کار بیفتند و به‌جای آن انسان آرمیده و خواب بر او غالب شود تا در این‌صورت نیروهای حسی انسان استراحت کنند و ترمیم شوند. تو گویی تاریکی شب و خواب، موتور شارژ‌کننده بشر است. لذا آیات سکونت در شب به ما می‌گوید شب و خواب در آن، موجب جبران قوای حسی و «آرامش ذهنی» است.<sup>۱</sup>

فَالْقُلُوبُ الْإِصْبَاحُ وَجَعَلَ اللَّيْلَ سَكَنًا وَالشَّمْسُ وَالْقَمَرُ حُسْبَانًا ذَلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ؛ [هموست که] شکافنده صبح است و شب را برای آرامش و خورشید و ماه را وسیله حساب قرار داده، این، اندازه‌گیری آن توانای داناست.<sup>۲</sup>

خداوند را اسمایی است. از این شریفه به‌دست می‌آید که ترکیب دو اسم «عزیز» و «علیم» فرایند «تقدیر» را رقم می‌زند. خداوند، عالم را آفرید، برای تک‌تک اجزای عالم و نیز کل هستی، بی‌شمار خصیصه تعیین فرمود، مثلاً در چه زمانی باشند، در کدام مکان تحقق یابند، با چه اجزایی و چگونه در ارتباط باشند و در یک نگاه کلی چگونه پدید آیند و چگونه هستی را ترک گویند. از جمله مقدرات عالم این است که شب برای سکونت قرار داده شد و خداوند به شب کارکردی داد که آن «سکن» یعنی مایه آرامش است.

تفاسیر ضمن اشاره به دو معنای پیش‌گفته و دو آرامش جسمی و ذهنی،<sup>۳</sup> می‌افزایند که سکونت دو نوع است؛ یکی آرامش جسمی و دیگری آرامشی است که بر فکر، ذهن و اندیشه انسان غالب می‌شود. از اینروست که می‌بینیم

۱. رازی، مفاتیح الغیب، ج ۲۷، ص ۵۲۹؛ بیضاوی، انوار التنزیل، ج ۵، ص ۶۲؛ نخجوانی، الفوائد الالهیه، ج ۲، ص ۲۶۷؛ کاشانی، زیادة التفاسیر، ج ۶، ص ۱۵۱؛ آلوسی، روح المعانی، ج ۱۲، ص ۳۳۴.

۲. انعام/ ۹۶.

۳. طبرسی، مجمع البیان، ج ۴، ص ۵۲۴؛ زمخشری، الکشاف، ج ۲، ص ۴۹؛ آل‌غازی، بیان المعانی، ج ۳، ص ۲۳۳؛ قاسمی، محاسن التاویل، ج ۴، ص ۴۴۰.

به جز انسان بسیاری از حیوانات هم در شب ترک فعالیت کرده به جایی پناه می‌برند تا ببارانند. به هنگام خواب نبض کاهش می‌یابد، تنفس کند می‌شود، جریان خون به آهستگی می‌گراید، حواس و شعور انسان تضعیف می‌گردد، دستگاه عصبی استراحت می‌کند و در یک کلام تمام اندام و افکار آرامش می‌یابند تا قوای خویش را باز یابند.<sup>۱</sup>

شایان ذکر است که سه آیه دیگر (قصص / ۷۲ و ۷۳ و نمل / ۸۶) مشابه مضامین سابق را مطرح کرده‌اند. نکته این‌که اولاً در تمام شش مورد از فعل «جعل» استفاده شده، ثانیاً در تمام موارد هدف از قرار دادن شب، سکونت بیان شده و ثالثاً در همه آنها به نحوی به جنبه آیه بودن لیل و نهار و نیز شکر نظر شده است. خداوند را در جهان نشانه‌هایی است و اساساً همه هستی نشانه اوست و آدمی را سزد تا نشانه‌شناس باشد. از آنجا که انسان دارای دو جنبه جسم و ذهن است و این دو بعد بر اثر فعالیت و تحرک، ضعیف می‌شوند، خالق هستی شب را جهت آرامش جسم و ذهن آفرید تا نشانه‌ای دیگر از او در عالم رخ نماید.

#### نکته چهارم) کم‌خوابی برای راز و نیاز با خدا

سیره پیشوایان دین این بوده است که میزان قابل توجهی از شب را به بیداری می‌گذراندند تا با خدای خویش راز و نیاز کنند، قرآن بخوانند و به نماز شب مشغول باشند. آنان از این راه، روح خویش را صفا داده، زنگارهای دل را می‌زدودند و با باطنی نورانی وارد روز شده تا روابط اجتماعی سازنده‌ای را برقرار کنند. یک از اصحاب حضرت رضا علیه السلام رویه ایشان را این‌گونه توصیف می‌کند:

[حضرت رضا علیه السلام] در شب کم می‌خوابیدند و زیاد شب‌زنده‌داری می‌کردند. بیشتر شب را تا صبح به احیاء می‌گذراندند. ایشان همچنین در شب به نیازمندان کمک می‌کردند و در این زمینه بی‌مانند بودند.<sup>۲</sup>

۱. مراغی، تفسیر مراغی، ج ۷، ص ۱۹۹.

۲. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۱۸۴؛ ابن شهر آشوب، المناقب، ج ۴، ص ۳۶۰؛ بحرانی، حلیه الابرار، ج ۴، ص ۳۶۲؛ ابن صباغ، الفصول المهمة، ص ۲۵۱؛ نوری، مستدرک الوسائل، ج ۲۷، ص ۱۸۵.

در ارتباط با سبک خوابیدن حضرت رضا علیه السلام به نکته‌ای جالب برمی‌خوریم. ابی‌جریر قمی می‌گوید از امام رضا علیه السلام درباره بالشت و رختخواب ایشان سؤال کردم. آن حضرت علیه السلام اظهار داشتند که پدرم بر رختخوابی از پر پرندگان می‌خوابیدند و من نیز چنین می‌کنم.<sup>۱</sup>

#### چهارم) رعایت نظم

نظم و انضباط اجتماعی یکی از مباحث مهمی بوده که در جامعه‌شناسی مورد بحث است. این موضوع از زمان پیدایش اولین جرقه‌های علم الاجتماع مورد اهتمام اندیشمندان بوده و نماینده حاکمیت افراد است. نظم اجتماعی، محصول پایداری ساختارها و نهادهای اجتماعی است، چنان‌که پایبندی افراد جامعه را به رعایت هنجارها و قوانین نشان می‌دهد. شناخت ماهیت نظم و چگونگی تحقق آن همواره یکی از دغدغه‌های بشر در طول تاریخ بوده است. سازوکارهای ایجاد، تحقق، حفظ و تقویت نظم و انضباط اجتماعی از مباحث مهم جامعه‌شناسی است. در این رابطه نظریه‌های مهمی مطرح شده و مکاتبی پدید آمده است.

اسلام به‌عنوان آخرین کتاب آسمانی، برای نظم و برنامه‌ریزی فردی و اجتماعی اهمیت خاصی قائل است. منابع دینی سرشار از آموزه‌هایی است که هر یک بخشی از نظم فردی و اجتماعی را مطرح می‌کنند. اهمیت نظم تا بدان پایه است که اولین پیشوای شیعیان علیه السلام در بستر شهادت بدان توصیه فرمودند:

أَوْصِيكُمْ بِجَمِيعِ وَلَدِي وَأَهْلِي وَمَنْ بَلَغَهُ كِتَابِي بِتَقْوَى اللَّهِ وَنَظْمِ أَمْرِكُمْ؛ شما و همه فرزندانم و کسانم و آن‌را که نامه من بدو رسد، به ترس از خدا و آراستن کارها سفارش می‌کنم.<sup>۲</sup>

#### نکته نخست) جایگاه و اهمیت

اهمیت و ارزش رعایت نظم و انضباط اجتماعی را دو گونه می‌توان نشان داد:

۱. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۵۰؛ بحرانی، حلیه الابرار، ج ۴، ص ۳۱۹.

۲. نهج البلاغه، نامه ۴۷.

## ■ اهمیت در جهان امروز

شناخت ماهیت نظم و انضباط اجتماعی و نیز چگونگی تحقق آن، یکی از دغدغه‌های مهم انسان است. مسئله نظم و برنامه‌ریزی اجتماعی از مباحث مهم جامعه‌شناسی است. یکی از جامعه‌شناسان به نام الکساندر جفری پیرامون اهمیت نظم و انضباط چنین می‌گوید:

هیچ نظریه‌ای در جامعه‌شناسی نیست مگر اینکه بایسته است راه‌حلی در قبال مسئله نظم داشته باشد.<sup>۱</sup>

آگوست کُنت نخستین بار اصول جامعه‌شناسی را تدوین کرد؛ اما همواره به جامعه‌شناسی به عنوان علمی نظم‌دهنده می‌نگریست، زیرا وی به سبب انقلاب فرانسه، آشوب‌های اجتماعی آن را دیده بود.<sup>۲</sup>

در دنیای معاصر و با توجه به پیشرفت فزاینده علوم، می‌توان به اهمیت نظم پی برد. فرایند جهانی‌شدن و بروز تحولات سریع اجتماعی و نیز مسئله نظم نوین جهانی ما را بر آن می‌دارد که بیش از پیش به مسئله نظم و نحوه پاسداری از آن اهتمام ورزیم.

## ■ اهمیت بر پایه دین

آفرینش بر پایه نظم استوار است. دستگاه خلقت، هر پدیده‌ای را در جای خود قرار داده و برای آن مأموریت و رسالتی متذکر شده است. اجرام آسمانی در مدار معینی حرکت می‌کنند، حرکت زمین نظم خاصی دارد، فصول و گذر روز و شب یادآور نظم معین است و حکمت الهی اقتضا می‌کند هر حادثه‌ای در زمان معین شکل گیرد. حرکت سیاره‌ها، نظم زمین و تمام اجزای درون آن و نیز نظم که بر اندام انسان حاکم است، همه و همه معلول تدبیر خداوند حکیم و مدبر است:

إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ؛ ما یبیم که همه چیز را به اندازه آفریدیم.<sup>۳</sup>

۱. روزنبرگ، نظریه‌های بنیادی جامعه‌شناسی، ص ۱۳۱.

۲. همان، ص ۱۸۷.

۳. قمر/ ۴۹.

قرآن کریم نظم حاکم بر جهان را به رخ انسان می‌کشد و به او متذکر می‌شود تا با تدبیر در آن قدرت بی‌نهایت، خالق را ببیند و به توحید دست یابد. حال که نظم در پهنه گیتی و صحنه هستی موج می‌زند، چه بهتر که انسان هم در زندگی فردی و اجتماعی خود نظم و ترتیب را مراعات کند و به زندگی خویش رنگ نظم بزند.

## نکته دوم) نظم و انضباط

شاید در نگاه نخست به نظر آید که نظم و انضباط یکی است و تفاوتی میان آن دو وجود ندارد. اما بررسی نشان می‌دهد که این دو واژه به یک معنا نیستند. انضباط جنبه درونی و نظم جنبه بیرونی را نشان می‌دهد. انضباط آن است که انسان درون خویش، ملزم به رعایت ضوابط و قوانین باشد. به عبارت دیگر پایبندی به قوانین و تسلط بر خویش را انضباط گویند. اما نظم شامل نحوه ارتباط انسان با دیگران و فعالیت‌های جمعی و گروهی است. اگر فردی تابع قانون باشد، به وعده‌های خود وفا کند، ظاهرش آشفته نباشد و اتاق و خانه‌اش چیدمانی زیبا داشته باشد، او را فردی منظم می‌گویند. در غیر این صورت، وی شخصی آشفته یا شلخته به حساب می‌آید.

## نکته سوم) مؤلفه‌های نظم

اسلام به منظور فراگیری نظم و انضباط فردی و اجتماعی، اصول و قواعدی را پیش کشیده است. رعایت این اصول می‌تواند تضمین‌کننده نظم در زندگی انسان باشد.

## ■ توحیدگرایی

دین اسلام برای تأمین سعادت دنیا و آخرت بشر، دعوت خویش را از توحید شروع کرد. اسلام می‌خواهد تمام انسان‌ها خدای واحد را بپرستند و در این راستا از پرستش دیگر خدایان دروغین پرهیز کنند. توحید به عنوان مهم‌ترین اصل اعتقادی، ضامن اجرای قوانین دینی نیز است. انسان موحد و مؤمن سعی دارد تا تکالیف خویش را به خوبی انجام داده و دین خدا را تحقق بخشد.

جهان خلقت موجودی به نام انسان را پدید آورد تا برای پیشرفت و تکامل

تلاش کند. پیشرفت و نیل به سعادت، تنها در گرو تبعیت از قوانین و ضوابطی بوده که خالق هستی و انسان برای انسان نازل کرده است. اگر آدمی از هوای نفس تبعیت کند و قوانین آفرینش را رعایت نکند، زمین رو به فساد گذاشته و برای انسان تباهی به ارمغان می‌آورد:

وَلَوْ اتَّبَعَ الْحَقُّ أَهْوَاءَهُمْ لَفَسَدَتِ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ بَلْ أَتَيْنَاهُمْ بِذِكْرِهِمْ فَهُمْ عَنْ ذِكْرِهِمْ مُعْرِضُونَ؛ و اگر حق از هوس‌های آنها پیروی می‌کرد قطعاً آسمان‌ها و زمین و هر که در آنهاست تباه می‌شد [آن‌ها] بلکه یادنامه‌شان را به آنان داده‌ایم ولی آنها از [پیروی] یادنامه خود رویگردانند<sup>۱</sup>.

اعتقاد به توحید، کارکرد نظم‌بخشی دارد، زیرا توحید به انسان می‌گوید همه انسان‌ها از خدای واحدند، یکی را بر دیگری برتری نیست، به اعمال همه انسان‌ها در کنار یکدیگر در عالم حشر رسیدگی می‌شود، توحید، انسان را فردی اخلاقی می‌کند و با حاکمیت اخلاق و دین در زندگی شخص نظم استقرار می‌یابد.

### ■ عدالت محوری

هر نظامی تابع هدفی است. در اینجا پرسشی رخ می‌نماید و آن اینکه از نظر اسلام، نظم اجتماعی، به دنبال کدام هدف است؟

گذری بر آیات قرآن به ما نشان می‌دهد که از مهم‌ترین اهداف بعثت انبیاء، ظهور عدالت اجتماعی است. خداوند، پیامبران خویش را با دلایل روشن فرستاد و با آنها کتاب و میزان را به عنوان مهم‌ترین عامل نظم‌بخش نازل کرد تا مردم به عدالت قیام کنند و عدالت موقعیت اجتماعی پیدا کند.

لَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلَنَا بِالْبَيِّنَاتِ وَأَنْزَلْنَا مَعَهُمُ الْكِتَابَ وَالْمِيزَانَ لِيَقُومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ وَأَنْزَلْنَا الْحَدِيدَ فِيهِ بَأْسٌ شَدِيدٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَلِيَعْلَمَ اللَّهُ مَنْ يَنْصُرُهُ وَرُسُلَهُ بِالْغَيْبِ إِنَّ اللَّهَ قَوِيٌّ عَزِيزٌ؛ به راستی [ما] پیامبران خود را با دلایل آشکار روانه کردیم و با آنها کتاب و ترازو را فرود

۱. مؤمنون/۹۱.

آوردیم تا مردم به انصاف برخیزند و آهن را که در آن برای مردم خطری سخت و سودهایی است پدید آوریم تا خدا معلوم بدارد چه کسی در نهان، او و پیامبرانش را یاری می‌کند. آری خدا نیرومند شکست‌ناپذیر است<sup>۱</sup>.

عدالت اجتماعی آرمان همه انسان‌ها است. تحقق این امر مهم، پاسخ به همه نیازهای انسانی است. پر واضح است که صرف داشتن قانون، عدالت ضمانت اجرایی پیدا نمی‌کند بلکه انسان باید به لحاظ درونی منضبط بوده عدالت را رعایت نماید. از سوی دیگر برخی متجاوزان و قانون شکنان خود را از کیفر می‌رهانند. از این رو قوانین آسمانی حاوی ضوابط کیفری نیز شده است. امیر مؤمنان علیه السلام در نامه‌ای خطاب به مالک اشتر نوشت:

به خدا سوگند، بیت المال تاراج شده را هر کجا که بیایم به صاحبان اصلی آن باز می‌گردانم، گر چه با آن ازدواج کرده و کنیزانی خریده باشند؛ زیرا در عدالت، گشایشی برای عموم است و آن کسی که عدالت بر او گران آید، تحمل ستم برای او سخت‌تر است<sup>۲</sup>.

### ■ رعایت دستورالعمل‌های اسلامی

اسلام حاوی آموزه‌ها و دستورالعمل‌هایی است. بر مسلمان ضروری است که این قوانین را با دقت رعایت کند تا اصلاح در جامعه پدید آید. برخی از این دستورالعمل‌ها عبارت‌اند از:

#### ● حفظ شأن و کرامت انسان در روابط اجتماعی

#### ✓ احترام به همه انسان‌ها

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْوَرْدِ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا؛ و به راستی ما فرزندان آدم را گرامی داشتیم و آنان را در خشکی و دریا [بر مرکب‌ها]

۱. حدید/۲۵.

۲. نهج البلاغه، نامه ۸.

برنشانندیم. از چیزهای پاکیزه به ایشان روزی دادیم و آنها را بر بسیاری از آفریده‌های خود برتری آشکار دادیم.<sup>۱</sup>

### ✓ رعایت حریم دیگران

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَدْخُلُوا بُيُوتًا غَيْرَ بُيُوتِكُمْ حَتَّى تَسْتَأْذِنُوا وَتُسَلِّمُوا عَلَى أَهْلِهَا ذَلِكَ خَيْرٌ لَّكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ\* فَإِنْ لَمْ تَجِدُوا فِيهَا أَحَدًا فَلَا تَدْخُلُوهَا حَتَّى يُؤْذَنَ لَكُمْ وَإِنْ قِيلَ لَكُمْ ارْجِعُوا فَارْجِعُوا هُوَ أَزْكَى لَكُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید به خانه‌هایی که خانه‌های شما نیست داخل مشوید تا اجازه بگیرید و بر اهل آن سلام گوید. این برای شما بهتر است باشد که پند گیرید \*و اگر کسی را در آن نیافتید پس داخل آن مشوید تا به شما اجازه داده شود و اگر به شما گفته شد برگردید، برگردید که آن برای شما سزاوارتر است و خدا به آنچه انجام می‌دهید داناست.<sup>۲</sup>

### ✓ پرهیز از تمسخر و عیب‌جویی

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید نباید قومی، قوم دیگر را ریشخند کند، شاید آنها از اینها بهتر باشند و نباید زنانی، زنان [دیگر] را [ریشخند کنند]، شاید آنها از اینها بهتر باشند. از یکدیگر عیب مگیرید و به همدیگر لقب‌های زشت مدهید. چه ناپسند است نام زشت پس از ایمان و هر که توبه نکرد آنان خود ستمکارند.<sup>۳</sup>

### ✓ همکاری در امور اجتماعی

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْلُوا شَعَائِرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ

۱. اسراء/۷۰.  
۲. نور/۲۸-۲۷.  
۳. حجرات/۱۱.

وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا آيِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَتَتَعُونَ فُضُلًا مِنْ رَبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَتَائُ قَوْمٍ أَنْ صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَنْ تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید حرمت شعائر خدا و ماه حرام و قربانی بی‌نشان، قربانی‌های گردن‌بنددار و راهبان بیت‌الحرام را که فضل و خشنودی پروردگار خود را می‌طلبند نگه دارید. چون از احرام بیرون آمدید [می‌توانید] شکار کنید، البته نباید کینه‌توزی گروهی که شما را از مسجدالحرام بازداشتند شما را به تعدی و دارد و در نیکوکاری و پرهیزگاری با یکدیگر همکاری کنید. در گناه و تعدی دستیار هم نشوید و از خدا پروا کنید که خدا سخت کیفر است.<sup>۱</sup>

### ✓ مشورت در امور

وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ؛ و کسانی که [ندای] پروردگارشان را پاسخ [مثبت] داده و نماز برپا کرده‌اند، در کارشان مشورت است و از آنچه روزیشان داده‌ایم انفاق می‌کنند.<sup>۲</sup>

### ● ایمان و عمل به منشور روابط اجتماعی

### ✓ بازسازی هویت اجتماعی

وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنفِرُوا كَافَّةً فَلَوْلَا نَفَرَ مِنْ كُلِّ فِرْقَةٍ مِنْهُمْ طَائِفَةٌ لِيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ؛ و شایسته نیست مؤمنان همگی [برای جهاد] کوچ کنند. پس چرا از هر فرقه‌ای از آنان دسته‌ای کوچ نمی‌کنند تا [دسته‌ای] بمانند و [در دین آگاهی پیدا کنند، قوم خود را وقتی به‌سوی

۱. مائده/۲.  
۲. شوری/۳۸.



آنان بازگشتند بیم دهند باشد که آنان [از کیفر الهی] بترسند<sup>۱</sup>.

#### ✓ آگاهی نسبت به بازخواست از مسئولیت‌های اجتماعی

وَلَا تَقْرَبُوا مَالَ الْيَتِيمِ إِلَّا بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ حَتَّىٰ يَبْلُغَ أَشُدَّهُ وَأَوْفُوا بِالْعَهْدِ إِنَّ الْعَهْدَ كَانَ مَسْئُولًا؛ و به مال یتیم جز به بهترین وجه نزدیک مشوید تا به رشد برسد و به پیمان [خود] وفا کنید، زیرا از پیمان، پرسش خواهد شد<sup>۲</sup>.

#### ✓ انتقادپذیری

وَالَّذِينَ اجْتَنَبُوا الطَّاغُوتَ أَنْ يَعْبُدُوهَا وَأَنَابُوا إِلَى اللَّهِ لَهُمُ الْبُشْرَىٰ فَبَشِّرْ عِبَادِ\* الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَٰئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَٰئِكَ هُمْ أُولُوا الْأَلْبَابِ؛ و[الی] آنان که خود را از طاغوت دور می‌دارند تا مبادا او را بپرستند و به‌سوی خدا بازگشته‌اند آنان را مژده باد. پس بشارت ده به آن بندگان من که \* به سخن گوش فرامی‌دهند و بهترین آن‌را پیروی می‌کنند، اینانند که خداپشان راه نموده و اینانند همان خردمندان<sup>۳</sup>.

#### ✓ سعه صدر در برخوردها

قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي؛ گفت پروردگارا سینه‌ام را گشاده گردان<sup>۴</sup>.

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ؛ آیا برای تو سینه‌ات را نگشاده‌ایم<sup>۵</sup>.

#### ✓ صبر و بردباری

وَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَاهْجُرْهُمْ هَجْرًا جَمِيلًا؛ و بر آنچه می‌گویند

شکیبا باش و از آنان با دوری‌گزیدنی خوش، فاصله بگیر<sup>۱</sup>.

#### • خویشتن‌داری در روابط اجتماعی

#### ✓ عفو و گذشت

فِيمَا نَقُضُهُمْ بَيْثَانَهُمْ لَعْنَاهُمْ وَجَعَلْنَا قُلُوبَهُمْ قَاسِيَةً يُحَرِّفُونَ الْكَلِمَ عَنْ مَوَاضِعِهِ وَنَسُوا حَظًّا مِمَّا ذُكِّرُوا بِهِ وَلَا تَزَالُ تَطَّلِعُ عَلَى خَائِنَةٍ مِنْهُمْ إِلَّا قَلِيلًا مِنْهُمْ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاصْفَحْ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ؛ پس به [سزای] پیمان شکستنشان لعنتشان کردیم، دل‌هایشان را سخت گردانیدیم [به‌طوری‌که] کلمه‌ها را از مواضع خود تحریف می‌کنند. بخشی از آنچه بدان اندرز داده شده بودند به فراموشی سپردند و تو همواره بر خیانتی از آنان آگاه می‌شوی مگر [شماری] اندک از ایشان [که خیانتکار نیستند]. پس از آنان درگذر و چشم‌پوشی کن که خدا نیکوکاران را دوست می‌دارد<sup>۲</sup>.

وَلَا يَأْتِلِ أُولُوا الْفَضْلِ مِنْكُمْ وَالسَّعَةِ أَنْ يُؤْتُوا أُولِي الْقُرْبَىٰ وَالْمَسَاكِينَ وَالْمُهَاجِرِينَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ؛ و سرمایه‌داران و فراخ‌دولتان شما نباید از دادن [مال] به خویشاوندان، تهیدستان و مهاجران راه خدا دریغ ورزند، باید عفو و گذشت کنند. مگر دوست ندارید که خدا بر شما ببخشد و خدا آمرزندهٔ مهربان است<sup>۳</sup>.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ مِنْ أَرْوَاحِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوًّا لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ وَإِنْ تَعَفُّوا وَتَصْفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، در حقیقت برخی از همسران و فرزندان شما دشمن شمایند، از آنان برحذر باشید و اگر ببخشایید، درگذرید و بیامرزید، به راستی خدا آمرزندهٔ مهربان است<sup>۴</sup>.

۱. مزمل/۱۰.

۲. مائده/۱۳.

۳. نور/۲۲.

۴. تغابن/۱۴.

۱. توبه/۱۲۲.

۲. اسراء/۳۴.

۳. زمر/۱۷-۱۸.

۴. طه/۲۵.

۵. انشراح/۱.

وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَإِنَّ السَّاعَةَ لَآتِيَةٌ  
فَاصْطَفِ الصَّفْحَ الْجَمِيلَ؛ و ما آسمان ها و زمین و آنچه را که میان  
آن دو است جز به حق نیافریده ایم و یقیناً قیامت فراخواهد  
رسید، پس به خوبی صرف نظر کن.<sup>۱</sup>

#### ✓ پرهیز از خشم و غضب

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ  
النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ؛ همانان که در فراخی و تنگی انفاق  
می کنند و خشم خود را فرو می برند و از مردم درمی گذرند و  
خداوند نیکوکاران را دوست دارد.<sup>۲</sup>

وَالَّذِينَ يَحْتَسِبُونَ كِبَاءَ الْأَثَمِ وَالْفَوَاحِشَ وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ؛ و  
کسانی که از گناهان بزرگ و زشت کاری ها، خود را دور می دارند  
و چون به خشم درمی آیند درمی گذرند.<sup>۳</sup>

#### ✓ عذرپذیری

إِنَّ هَؤُلَاءِ مُتَّبَرِّ مَا هُمْ فِيهِ وَبَاطِلٌ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ؛ درحقیقت آنچه  
ایشان در آنند، نابود [و زائل] و آنچه انجام می دادند، باطل است.<sup>۴</sup>

#### ✓ پاسخ بدی با خوبی

إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَى أَهْلِهَا وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ  
تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ إِنَّ اللَّهَ نِعِمَّا يَعِظُكُمْ بِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ سَمِيعًا بَصِيرًا؛ خدا  
به شما فرمان می دهد که سپرده ها را به صاحبان آنها رد کنید  
و چون میان مردم داوری می کنید، به عدالت داوری کنید. در  
حقیقت، نیکو چیزی است که خدا شما را به آن پند می دهد.  
خدا شنوای بیناست.<sup>۵</sup>

۱ . حجر/ ۸۵  
۲ . آل عمران/ ۱۳۴  
۳ . شوری/ ۳۷  
۴ . اعراف/ ۱۳۹  
۵ . نساء/ ۵۸

#### ✓ پایبندی به عهد و پیمان

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَوْفُوا بِالْعُقُودِ أُحِلَّتْ لَكُمْ بَيْعَةُ الْأَنْعَامِ إِلَّا مَا  
يُشْلَى عَلَيْكُمْ غَيْرَ مُجْلِي الصَّيْدِ وَأَنْتُمْ حُرْمٌ إِنَّ اللَّهَ يَحْكُمُ مَا يُرِيدُ؛ ای  
کسانی که ایمان آورده اید به قراردادهای خود وفا کنید. برای  
شما [گوشت] چارپایان حلال شده جز آنچه [حکمش] بر شما  
خوانده می شود در حالی که نباید شکار را در حال احرام، حلال  
بشمیرید. خدا هر چه بخواهد فرمان می دهد.<sup>۱</sup>

وَأَوْفُوا بِعَهْدِ اللَّهِ إِذَا عَاهَدْتُمْ وَلَا تَنْقُضُوا الْأَيْمَانَ بَعْدَ تَوْكِيدِهَا وَقَدْ  
جَعَلَهُ اللَّهُ عَلَيْكُمْ كَفِيلًا إِنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا تَفْعَلُونَ؛ و چون با خدا  
پیمان بستید به پیمان خود وفا کنید و سوگندهای [خود را]  
پس از استوار کردن آنها مشکنید، با اینکه خدا را بر خود ضامن  
[و گواه] قرار داده اید، زیرا خدا آنچه را انجام می دهید می داند.<sup>۲</sup>

#### ● رعایت تقوای الهی در روابط اجتماعی

#### ✓ صداقت در گفتار و عمل

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ؛ ای کسانی که  
ایمان آورده اید از خدا پروا کنید و با راستان باشید.<sup>۳</sup>

وَلَا تَلْسِسُوا الْحَقَّ بِالْبَاطِلِ وَتَكُنُوا الْحَقَّ وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ؛ و حق را  
به باطل درنیامیزید و حقیقت را با آنکه خود می دانید کتمان  
نکنید.<sup>۴</sup>

#### ✓ میانه روی در عمل

وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَاعْصُصْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ  
الْحَيْرِ؛ و در راه رفتن خود میانه رو باش و صدایت را آهسته ساز

۱ . مائده/ ۱  
۲ . نحل/ ۹۱  
۳ . توبه/ ۱۱۹  
۴ . بقره/ ۴۲



که بدترین آوازاها بانگ خران است.<sup>۱</sup>

وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا؛ و کسانی‌اند که چون انفاق کنند نه ولخرجی می‌کنند و نه تنگ می‌گیرند و میان این دو [روش] حد وسط را برمی‌گزینند.<sup>۲</sup>

وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعَدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا؛ و دستت را به گردنت زنجیر مکن و بسیار [هم] گشاده‌دستی منما تا ملامت‌شده و حسرت‌زده بر جای مانی.<sup>۳</sup>

#### ● رعایت عدالت در روابط اجتماعی

##### ✓ قانون‌مندی و قانون‌گرایی

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكَ خَيْرٌ وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا؛ ای کسانی‌که ایمان آورده‌اید خدا را اطاعت کنید و پیامبر و اولیای امر خود را [نیز] اطاعت کنید. پس هر گاه در امری [ادینی] اختلاف‌نظر یافتید اگر به خدا و روز بازپسین ایمان دارید آن‌را به [کتاب] خدا و [سنت] پیامبر [او] عرضه بدارید، این بهتر و نیک‌فرجام‌تر است.<sup>۴</sup>

##### ✓ رعایت انصاف در روابط تجاری

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِنْكُمْ وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ رَحِيمًا؛ ای کسانی‌که ایمان آورده‌اید اموال همدیگر را به ناروا مخورید مگر آنکه داد و ستدی با تراضی یکدیگر از شما [انجام گرفته] باشد و خودتان را مکشید زیرا خدا همواره با شما مهربان است.<sup>۵</sup>

۱. لقمان/۱۹.
۲. فرقان/۶۷.
۳. اسراء/۲۹.
۴. نساء/۵۹.
۵. نساء/۲۹.

##### ✓ پرهیز از ظلم

قَالَ أَمَّا مَنْ ظَلَمَ فَسَوْفَ نُعَذِّبُهُ ثُمَّ يُرَدُّ إِلَىٰ رَبِّهِ فَيُعَذِّبُهُ عَذَابًا ثَكْرًا؛ گفت اما هر که ستم ورزد عذابش خواهیم کرد سپس به سوی پروردگارش بازگردانیده می‌شود آنگاه او را عذابی سخت خواهد کرد.<sup>۱</sup>

##### ✓ ظلم‌ستیزی و مقابله با فساد و تباهی

وَإِذَا رَأَيْتَ الَّذِينَ يَخُوضُونَ فِي آيَاتِنَا فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ حَتَّىٰ يَخُوضُوا فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ وَإِمَّا يُنْسِيَنَّكَ الشَّيْطَانُ فَلَا تَقْعُدْ بَعْدَ الذِّكْرِیٰ مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ؛ و چون ببینی کسانی [به قصد تخطئه] در آیات ما فرو می‌روند، از ایشان روی برتاب تا در سخنی غیر از آن درآیند و اگر شیطان تو را ادر این باره] به فراموشی انداخت پس از توجه [ادیگر] با قوم ستمکار منشین.<sup>۲</sup>

قَالَ رَبِّ بِمَا أَنْعَمْتَ عَلَيَّ فَلَنْ أَكُونَ ظَهِيرًا لِلْمُجْرِمِينَ؛ [موسی] گفت پروردگارا به پاس نعمتی که بر من ارزانی داشتی هرگز پشتیبان مجرمان نخواهم بود.<sup>۳</sup>

#### ● خیرخواهی در روابط اجتماعی

##### ✓ امر به معروف و نهی از منکر

لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّنْ نُّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا؛ در بسیاری از رازگویی‌های ایشان خیری نیست مگر کسی که [بدین‌وسيله] به صدقه یا کار پسندیده یا سازشی میان مردم فرمان دهد و هر کس برای طلب خشنودی خدا چنین

۱. کهف/۸۷.
۲. انعام/۶۸.
۳. قصص/۱۷.

کند، به زودی او را پاداش بزرگی خواهیم داد<sup>۱</sup>.

الَّذِينَ إِنْ مَكَّنَّاهُمْ فِي الْأَرْضِ أَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ وَأَمَرُوا بِالْمَعْرُوفِ وَنَهَوْا عَنِ الْمُنْكَرِ وَلِلَّهِ عَاقِبَةُ الْأُمُورِ؛ همان کسانی که چون در زمین به آنان توانایی دهیم نماز برپا می‌دارند، زکات می‌دهند، به کارهای پسندیده واهی دارند و از کارهای ناپسند باز می‌دارند. فرجام همه کارها از آن خداست<sup>۲</sup>.

#### ✓ سعی در بهره‌مندی عموم از رفاه

مَا آفَاءَ اللَّهِ عَلَى رَسُولِهِ مِنْ أَهْلِ الْقُرَى فَلِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ وَلِإِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينِ وَابْنِ السَّبِيلِ كِي لَا يَكُونَ دُولَةٌ بَيْنَ الْأَغْنِيَاءِ مِنْكُمْ وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ؛ آنچه خدا از [دارایی] ساکنان آن قریه‌ها عاید پیامبرش گردانید از آن خدا، پیامبر [او] و متعلق به خویشاوندان نزدیک [وی]، یتیمان، بینوایان و دراهماندگان است تا میان توانگران شما دست به دست نگردد و آنچه را فرستاده [او] به شما داد آن را بگیرید و از آنچه شما را بازداشت بازایستید و از خدا پروا بدارید که خدا سخت کیفر است<sup>۳</sup>.

#### ✓ ترجیح دادن دیگران

وَيُطْعَمُونَ الصَّغَامَ عَلَىٰ حُبِّهِ مِسْكِينًا وَيَتِيمًا وَأَسِيرًا\* إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكُورًا؛ و به [پاس] دوستی [خدا] بینوا، یتیم و اسیر را خوراک می‌دادند\* ما برای خشنودی خداست که به شما می‌خورانیم و پاداش و سپاسی از شما نمی‌خواهیم<sup>۴</sup>.

۱. نساء/۱۱۴.  
۲. حج/۴۱.  
۳. حشر/۷.  
۴. انسان/۸۷.

#### ✓ حساسیت به امور مردم و مسائل اجتماعی

التَّائِبُونَ الْعَابِدُونَ الْحَامِدُونَ السَّاجِدُونَ الرَّاٰكِعُونَ السَّاجِدُونَ الْأَمْرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَالنَّهْيُونَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَالْحَافِظُونَ لِحُدُودِ اللَّهِ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ؛ [آن مؤمنان] همان توبه‌کنندگان، پرستندگان، سپاسگزاران، روزه‌داران، رکوع‌کنندگان، سجده‌کنندگان، وادارندگان به کارهای پسندیده و بازدارندگان از کارهای ناپسند، پاسداران مقررات خداوند و مؤمنان را بشارت ده<sup>۱</sup>.

#### ✓ تکیه بر اشتراک‌ها به جای افتراق‌ها

وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَلَفَّ بِهِنَّ قُلُوبُكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا وَكُنْتُمْ عَلَىٰ شَفَا حُفْرَةٍ مِنَ النَّارِ فَأَنْقَذَكُمْ مِنْهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ؛ و همگی به ریسمان خدا چنگ زنید، پراکنده نشوید و نعمت خدا را بر خود یاد کنید، آنگاه که دشمنان [یکدیگر] بودید پس میان دل‌های شما الفت انداخت تا به لطف او برادران هم شدید و بر کنار پرتگاه آتش بودید که شما را از آن رها کند. این گونه خداوند نشانه‌های خود را برای شما روشن می‌کند، باشد که راه یابید<sup>۲</sup>.

#### ● رعایت اصل جاذبه در روابط اجتماعی

#### ✓ گشاده‌رویی در برخورد با دیگران

وَإِذَا جَاءَكَ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِنَا فَقُلْ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَىٰ نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ أَنَّهُ مَنْ عَمِلَ مِنْكُمْ سُوءًا بِجَهَالَةٍ ثُمَّ تَابَ مِنْ بَعْدِهِ وَأَصْلَحَ فَأَنَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ؛ و چون کسانی که به آیات ما ایمان دارند نزد تو آیند بگو درود بر شما، پروردگارتان رحمت را بر خود مقرر کرده که هر کس از شما به نادانی کار بدی کند و آنگاه به توبه

۱. توبه/۱۱۲.  
۲. آل عمران/۱۰۳.

و صلاح آید پس وی آمرزنده مهربان است.<sup>۱</sup>

وَإِذَا حُيِّتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ حَسِيبًا؛ و چون به شما درود گفته شد شما به [صورتی] بهتر از آن درود گوید یا همان را [در پاسخ] برگردانید که خدا همواره به هر چیزی حسابرس است.<sup>۲</sup>

#### ✓ نرمی و لطافت در گفتار

فَقُولَا لَهُ قَوْلًا لَّيِّنًا لَّعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَى؛ و با او سخنی نرم گوید شاید که پند پذیرد یا بترسد.<sup>۳</sup>

وَإِذْ أَخَذْنَا مِيثَاقَ بَنِي إِسْرَءِيلَ لَا تَعْبُدُونَ إِلَّا اللَّهَ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينِ وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ ثُمَّ تَوَلَّيْتُمْ إِلَّا قَلِيلًا مِّنْكُمْ وَأَنتُمْ مُّعْرِضُونَ؛ و چون از فرزندان اسرائیل پیمان محکم گرفتیم که جز خدا را نپرستید، به پدر و مادر، خویشان و یتیمان و مستمندان احسان کنید، با مردم [به زبان] خوش سخن بگوئید، نماز را به پا دارید و زکات را بدهید آنگاه جز اندکی از شما [همگی] به حالت اعراض روی برتافتید.<sup>۴</sup>

وَقُلْ لِّعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزِعُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوًّا مُّبِينًا؛ و به بندگانم بگو آنچه را که بهتر است بگویند که شیطان میانشان را به هم می‌زند زیرا شیطان همواره برای انسان دشمنی آشکار است.<sup>۵</sup>

#### ✓ آراستگی ظاهر

وَتِبَّابَكَ فَطَهِّرْ \* وَالرُّجْزَ فَاهْجُرْ؛ و لباس خوشتن را پاک کن \* و

از پلیدی دور شو.<sup>۱</sup>

#### ✓ وظیفه‌شناسی

لَيْسَ الْبِرُّ أَنْ تُولُوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَآتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ؛ نیکوکاری آن نیست که روی خود را به‌سوی مشرق و [یا] مغرب بگردانید؛ بلکه نیکی آن است که کسی به خدا، روز بازپسین، فرشتگان، کتاب [آسمانی] و پیامبران ایمان آورد و مال [خود] را با وجود دوست داشتن، به خویشاوندان، یتیمان، بینوایان، در راه‌ماندگان، گدایان و در [راه آزاد کردن] بندگان بدهد، نماز را برپای دارد و زکات را بدهد. آنان که چون عهد بندند، به عهد خود وفادارند و در سختی و زیان و هنگام جنگ، شکیبایانند، آنانند کسانی که راست گفته‌اند و آنان همان پرهیزگارانند.<sup>۲</sup>

#### ✓ قانون‌گرایی

إِنَّا أَنْزَلْنَا التَّوْرَةَ فِيهَا هُدًى وَنُورٌ يَحْكُمُ بِهَا النَّبِيُّونَ الَّذِينَ أَسْلَمُوا لِلَّذِينَ هَادُوا وَالزَّبَّانِيُّونَ وَالْأَحْبَارُ بِمَا اسْتُحْفِظُوا مِنَ كِتَابِ اللَّهِ وَكَانُوا عَلَيْهِ شُهَدَاءَ فَلَا تَخْشَوُا النَّاسَ وَاخْشَوُا اللَّهَ وَلَا تَشْتَرُوا بِآيَاتِي ثَمَنًا قَلِيلًا وَمَنْ لَّمْ يَحْكَمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْكَافِرُونَ \* وَكُنْتُمْ عَلَيْهِمْ فِيهَا أَنْفُسٌ بَالِغٌ فِي الْبُغْضِ وَالْعَيْنُ بِالْعَيْنِ وَالْأَنْفُ بِالْأَنْفِ وَالْأُذُنُ بِالْأُذُنِ وَالسِّنُّ بِالسِّنِّ وَالْجُرُوحُ قِصَاصٌ فَمَنْ تَصَدَّقَ بِهِ فَهُوَ كَفَّارَةٌ لَهُ وَمَنْ لَّمْ يَحْكَمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ \* وَلِيَحْكُمَ أَهْلُ الْإِنْجِيلِ بِمَا أَنْزَلَ

۱. مدثر/۵-۴.

۲. بقره/۱۷۷.

۱. انعام/۵۴.

۲. نساء/۸۶.

۳. طه/۴۴.

۴. بقره/۸۳.

۵. اسراء/۵۳.

اللَّهُ فِيهِ وَمَنْ لَمْ يَحْكَمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ؛ ما تورات را که در آن رهنمود و روشنایی بود نازل کردیم. پیامبرانی که تسلیم [فرمان خدا] بودند به موجب آن برای یهود داوری می کردند و [همچنین] الهیون و دانشمندان به سبب آنچه از کتاب خدا به آنان سپرده شده و بر آن گواه بودند، پس از مردم نترسید، از من بترسید و آیات مرا به بهای ناچیزی بفروشید. کسانی که به موجب آنچه خدا نازل کرده داوری نکرده اند آنان خود کافراند\* و در [تورات] بر آنان مقرر کردیم که جان در مقابل جان، چشم در برابر چشم، بینی در برابر بینی، گوش در برابر گوش و دندان در برابر دندان است و زخم ها [نیز به همان ترتیب] قصاصی دارند. هر که از آن [قصاص] درگذرد پس آن کفاره [اگناهان] او خواهد بود. کسانی که به موجب آنچه خدا نازل کرده داوری نکرده اند آنان خود ستمگرانند\* و اهل انجیل باید به آنچه خدا در آن نازل کرده داوری کنند و کسانی که به آنچه خدا نازل کرده حکم نکنند آنان خود نافرمانند<sup>۱</sup>.

#### ✓ مسئولیت پذیری

وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ تَفَرَّقُوا وَاخْتَلَفُوا مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْبَيِّنَاتُ وَأُولَئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ؛ و چون کسانی مباشید که پس از آنکه دلایل آشکار برایشان آمد پراکنده شدند، با هم اختلاف پیدا کردند و برای آنان عذابی سهمگین است<sup>۲</sup>.

#### ✓ انضباط اقتصادی

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِّنْكُمْ وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا؛ ای کسانی که ایمان آورده اید اموال هم دیگر را به ناروا مخورید مگر آنکه داد و ستدی با تراضی یکدیگر از شما [انجام گرفته] باشد

و خودتان را مکشید زیرا خدا همواره با شما مهربان است<sup>۱</sup>.

#### نکته چهارم) هنجارهای نظم بخش

در آیین محمدی ﷺ با سلسله هنجارهایی روبرو می شویم که ماهیت نظم بخشی دارند. در صورتی که مسلمانان به این هنجارها عمل کنند، می توان انتظار داشت جامعه اسلامی نظم و نسق یافته است.

#### ■ برپا کردن نماز

نماز یکی از فریضه های الهی است که مراعات آن در اوقات روزانه واجب است. برپا کردن نماز جماعت یکی از مستحبات نماز است. رعایت این امر مهم، مسلمانان را منظم ساخته و موجب می شود نظم فردی و اجتماعی پدید آید. گذشته از اینکه اسلام به نماز جمعه اهتمام ورزیده است، رسول خدا ﷺ نیز نماز جمعه و قرائت آن را ابداع کردند و برای نخستین بار این سنت را برپا داشتند. رعایت نمازهای مستحب و نماز جمعه به جامعه اسلامی سازمان می دهد و نظم را در آن پایه ریزی می کند. امیرمؤمنان ﷺ فرمودند:

وَالزُّمُّو السَّوَادَ الْأَعْظَمَ فَإِنَّ يَدَ اللَّهِ [عَلَى] مَعَ الْجَمَاعَةِ وَإِذَا كُفِرَ الْفُرْقَةُ فَإِنَّ الشَّاذَّ مِنَ النَّاسِ لِلشَّيْطَانِ كَمَا أَنَّ الشَّاذَّ مِنَ الْغَمِّ لِلذُّنْبِ؛ به جمعیت عظیم مسلمانان بیونید که دست خدا با جماعت است. از پراکندگی دوری کنید که انسان تنها، بهره شیطان است، چنان که گوسفند تکرور، طمعه گرگ می شود<sup>۲</sup>.

#### ■ آیین حج

حج از نظر قرآن، کارکردهای مختلفی دارد. یکی از مهم ترین ابعاد حج، نقش معنوی آن است. حج، بریدن از خلق و رویکردی به سوی حق است. سفر از خلق به حق و دور شدن از غیر خدا، انسان با رفتن به حج، مزه های از ملکوت می چشد. او خموشی است که به بارگاه نور بهجت و سرور راه یافته است، حج گزار، به سوی خدا فرار می کند. سلوک حج، منازل و مقاماتی دارد

۱. نساء/۲۹.

۲. نهج البلاغه، خطبه ۱۲۷.

۱. مائده/۴۵-۴۷.

۲. آل عمران/۱۰۵.

که دیدار حق، اوج آن است. حج، راه رستگاری و فوز عظیم است.

هر عبادتی مخصوص کاری است؛ اما حج، تنها عبادتی است که تمام عبادت‌ها را دربر می‌گیرد. نماز، استغفار، زهد و فلسفه اشک، در حج معنا و نمودار می‌شود. راز و نیاز با خدا، نجوا و همنشینی با او در کنار خانه‌اش به اوج می‌رسد. زائر چون ستاره‌ای درخشان در آسمان تاریکی‌ها می‌درخشد و نامش در دفتر خدا ثبت می‌شود. انسانی که به حج می‌رود، مهمان خداست و خدا از او میزبانی می‌کند. زیارت خانه خدا، جمع کردن سنگریزه‌ها، رفتن به عرفات، ورود به صحرای مشعر، گام نهادن در سرزمین پر رمز و راز منا و گردش به دور خانه یار، همه و همه غذاهایی است که خدای سبحان بر سر سفره خود نهاده تا باریافتگان ملکوت، از آن بهره بگیرند.

از دیگر کارکردهای حج، نقش اجتماعی و سیاسی است. حج با لغو امتیازهای گروهی و طایفه‌ای، افراد را در کنار یکدیگر قرار می‌دهد و از این طریق روابط عاطفی میان مسلمانان افزایش یافته همبستگی اعتقادی پدید می‌آید. اجرای مراسم حج موجب می‌شود تا هر مسلمانی در کنار دیگر مسلمانان نظم اجتماعی را تجربه کرده به سوی تشکیل جامعه بزرگ اسلامی و الهی گام بردارد.<sup>۱</sup>

### ■ سیره رضوی

یکی از نکات جالب قابل‌مشاهده در روش زندگی حضرت رضا (ع) این است که ایشان نظم را رعایت می‌کردند و با رفتار خویش نیز به دیگران آموزش می‌دادند. در این رابطه نمونه‌هایی را می‌توان جست.

**نمونه نخست:** معمر بن خلاد بیان می‌کند که حضرت رضا (ع) مرا برای کاری فرستادند. بعد از انجام آن، خدمت امام (ع) رسیدم؛ اما ایشان فرمودند: «بازگرد، فردا بعد از طلوع خورشید برای گزارش بیا».<sup>۲</sup>

**نمونه دوم:** حضرت رضا (ع) در نامه‌ای خطاب به حسین بن مهران این‌گونه

نگاشتند:

در کارهایت نظم را رعایت کن و گرنه کارت به اعوجاج می‌انجامد<sup>۱</sup>.

## (۲) آئین خویشاوندی

آیین خویشاوندی یا صلۀ رحم یکی از مهم‌ترین راهبردهای اخلاقی و حقوقی در اسلام برای ایجاد همبستگی اجتماعی است. شبکه خویشاوندی از طریق صلۀ رحم تقویت‌شده و تحکیم می‌یابد. صلۀ رحم، رفتاری اجتماعی و دینی و حاکی از صمیمیت و محبت است. اصولاً ارتباط با دیگران نیازی انسانی بوده و صلۀ رحم از مهم‌ترین مکانیسم‌ها برای ارضای این نیاز بنیادی است. رابطه خویشاوندی، بستری برای شکوفایی استعدادها و آشکارسازی توانمندی‌هاست. افراد در سایه ارتباط گرم انسانی، احساس آرامش و رضایتمندی می‌کنند، از تنش‌ها و مشغله‌های ذهنی رهایی پیدا کرده و به نیازی درونی پاسخی مثبت می‌دهند.

از دیدگاه اسلام، نگاه به ارحام، نگاه به نعمت‌ها و ارزش‌های الهی است. اگر ارحام با یکدیگر ارتباط برقرار نکنند یا برای قطع رحم اقدام کنند، کفران نعمت کرده و آثار مخربی در انتظار آنهاست. دین‌داری، با صلۀ رحم نسبت دارد، چنان‌که قطع رحم سبب خروج آدمی از مدار تعاون و هم‌گرایی می‌شود و به‌سوی کفر پیش می‌رود. صلۀ رحم تأثیری شگرف بر بهزیستی، سلامت و بهداشت روانی و اجتماعی دارد. یکی از عواملی که تربیت دینی را شکل می‌دهد، صلۀ رحم است. همچنین به این نکته می‌توان اشاره کرد که ارتباط خویشاوندی، یکی از حقوق ارحام نسبت به یکدیگر است.

خواجه نصیرالدین طوسی، اساس صلۀ رحم را مبتنی بر عقل و نقل دانسته و معتقد است عقل، مهجور بودن انسان در میان انبوه هم‌نوعان خود را جایز نمی‌داند و آن‌را از اقسام رهبانیتی می‌داند که موجب زوال قوای نفسانی انسان و خسران اخروی و دنیوی او می‌شود. لذا به حکم عقل، آدمی به ارتباط

۱. کشی، رجال الکشی، ص ۵۹۹.

۱. مانده ۹۷.  
۲. طوسی، تهذیب، ج ۲، ص ۳۲۰.

با دیگران نیازمند است تا در سایه این ارتباط، حیات خود را ذیل اخلاق و حیات معنوی ادامه دهد و نیز حوائج مادی خود را نیز برآورده کند. احیای این ارتباط، به نظر عقل ضروری است، اما با تمام اهمیت، در وهله دوم از ضرورت عقلی قرار می گیرد، زیرا عقل پس از بیان اهمیت و خواص ارتباط انسان با سایر هم نوعانش و نیاز انسان به برقراری این ارتباط، در حقیقت رابطه با خویشاوندان را در وهله اول قرار می دهد تا آغاز روابط گسترده اجتماعی قرار گیرد.

خواجه نصیرالدین طوسی، تأکید قرآن و حدیث را به لزوم برقراری صلۀ رحم به عنوان یک فضیلت، مطابق با حکم عقل دانسته و معتقد است عقل و نقل در تأکید بر فضیلت صلۀ رحم هماهنگ اند.<sup>۱</sup>

## یک) جایگاه (الف) در قرآن و روایات

قرآن کریم برای مسئله خویشاوندی و ارتباط فامیلی، جایگاه ویژه ای قائل شده است، به گونه ای که صلۀ رحم یکی از واجبات شرعی شمرده می شود. آیات قرآن و نیز روایت های متعدد، شاهی گویا بر این مدعاست:

### ● سوره نساء حاوی آیه ای است:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا؛ ای مردم از پروردگارتان که شما را از نفس واحدی آفرید و جفتش را [نیز] از او آفرید و از آن دو مردان و زنان بسیاری پراکنده کرد پروا دارید. از خدایی که به [نام] او از همدیگر درخواست می کنید پروا کنید و زنه از خویشاوندان نبرید که خدا همواره نگهبان شماست.<sup>۲</sup>

۱. طوسی، کشف المراد، ص ۳۱۷.  
۲. نساء/۱.

در این آیه احتمال های مختلفی از سوی مفسرین مطرح شده است.<sup>۱</sup> که همگی آنها دلالت بر این نکته دارد که صلۀ رحم واجب است و قطع آن حرام. ● آیه ۲۱ سوره رعد، مسلمانان را به وصل تشویق می کند. خداوند به صلۀ رحم امر کرده و بر پیروان دین رسول خدا ﷺ لازم است از آن تبعیت کنند:

المر تِلْكَ آيَاتُ الْكِتَابِ وَالَّذِي أُنْزِلَ إِلَيْكَ مِنْ رَبِّكَ الْحَقُّ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يُؤْمِنُونَ؛ الف، لام، میم، راء. این است آیات کتاب، و آنچه از جانب پروردگارت به سوی تو نازل شده، حق است، ولی بیشتر مردم نمی گروند.<sup>۲</sup>

● یکی از تعبیر زیبای قرآن، «ذی القربی» است. قرآن کریم از طریق به کارگیری واژه مذکور، مسلمانان را به رعایت پیوند خویشاوندی توصیه و آنرا به عنوان میثاق الهی ذکر می کند:

وَإِذْ أَخَذْنَا مِيثَاقَ بَنِي إِسْرَائِيلَ لَا تَعْبُدُونَ إِلَّا اللَّهَ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينِ وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ ثُمَّ تَوَلَّيْتُمْ إِلَّا قَلِيلًا مِّنْكُمْ وَأَنتُمْ مُّعْرِضُونَ؛ و چون از فرزندان اسرائیل پیمان محکم گرفتیم که جز خدا را نپرستید و به پدر و مادر، خویشان و یتیمان و مستمندان احسان کنید، با مردم [به زبان] خوش سخن بگویید، نماز به پا دارید و زکات بدهید. آنگاه جز اندکی از شما [همگی] به حالت اعراض روی برتافتید.<sup>۳</sup>

● در میان آیات الهی، مواردی یافت می شود که به شدت قطع رحم را مذمت کرده و آنرا به منزله فساد در زمین بیان می کند:

وَالَّذِينَ يَنْتُصُونَ عَهْدَ اللَّهِ مِنْ بَعْدِ مِيثَاقِهِ وَيَقْطَعُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيُفْسِدُونَ فِي الْأَرْضِ أُولَٰئِكَ لَهُمُ اللَّعْنَةُ وَلَهُمْ سُوءُ الدَّارِ؛

۱. فخر رازی، مفاتیح الغیب، ج ۹، ص ۱۳۵؛ طبرسی، مجمع البیان، ج ۲، ص ۶؛ زمخشری، الکشاف، ج ۱، ص ۴۶۲.  
۲. رعد/۱.  
۳. بقره/ ۸۳.



و کسانی که پیمان خدا را پس از بستن آن می‌شکنند و آنچه را خدا به پیوستن آن فرمان داده، می‌گسلند و در زمین فساد می‌کنند، بر ایشان لعنت است و بد فرجامی آن، سرای ایشان راست<sup>۱</sup>.

● رحم و خویشاوندی در روایات به صورت گسترده مطرح شده جایگاه والایی پیدا کرده است. در حدیثی به این نکته برمی‌خوریم که کلمه «رَحِم» مشتق از نام زیبای «رحمان» می‌باشد. هر کسی رابطه خویشاوندی را برقرار نموده آن را تحکیم نماید از رحمت خدا بهره‌مند است. حضرت علی علیه السلام فرمود:

خداوند تعالی خطاب به رحم فرموده است: من رحمان هستم و نام رحم را از اسم خودم مشتق کرده‌ام، پس هر کس صلۀ رحم و با بستگان خود پیوند کند، او را با رحمت خود صله می‌کنم و هر کس قطع رحم کند، رحمت خود را از او قطع خواهیم کرد<sup>۲</sup>.

● در روایتی از امام صادق علیه السلام آمده است که اولین عضوی که در قیامت سخن می‌گوید رحم است:

اولین عضو سخنگو از اعضا و جوارح انسان در روز قیامت رحم است که خطاب به خداوند می‌گوید: خدا یا کسی که با من در دنیا وصل کرد، در این روز با او وصل کن و کسی که در دنیا مرا قطع کرد، در این روز با او قطع کن<sup>۳</sup>.

● رسول خدا صلی الله علیه و آله به حقیقتی زیبا اشاره فرمود: رحم در کنار قرآن و اهل بیت: می‌تواند در قیامت شفاعت نماید:

در قیامت پنج شفیع وجود دارد: قرآن، رحم، امانت، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و اهل بیت علیهم السلام<sup>۴</sup>.

۱. رعد/۲۵.

۲. مجلسی، بحار الانوار، ج ۲۳، ص ۲۶۶؛ نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۵، ص ۲۴۳.

۳. مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۱، ص ۱۰۱؛ کوفی اهوازی، الزهد، ص ۳۶.

۴. ابن شهر آشوب، المناقب، ج ۲، ص ۱۶۴؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۸، ص ۴۳.

## ب) فرهنگ رضوی

حضرت رضا علیه السلام بیان‌های گوناگونی در ارتباط با جایگاه و منزلت رابطه خویشاوندی ارائه کردند. از آن بزرگوار احادیث متعددی نقل شده است که می‌توان به نمونه‌هایی از آن اشاره کرد.

**نمونه نخست:** حضرت رضا علیه السلام میان صلۀ رحم و تقوا، ارتباطی ساختاری برقرار کردند. ایشان فرمودند:

کسی که با رحم خود ارتباط نداشته باشد از تقوای الهی برخوردار نیست<sup>۱</sup>.

**نمونه دوم:** حضرت ثامن الحجج علیه السلام در نامه‌ای که از خراسان خطاب به فرزندان ارسال کردند چنین اظهار داشتند:

یکی از منت‌هایی که خداوند بر تو گذاشته این است که اگر صلۀ رحم انجام دهی، خداوند بر تو وسعت گیرد<sup>۲</sup>.

**نمونه سوم:** شخصی به نام اسماعیل بن سعد اشعری از امام رضا علیه السلام پرسید: «مردی قسم خورده که با رحم خود قطع رابطه کند. حکم آن چیست؟» امام فرمودند:

نذر در باب معصیت روا نیست، چنان که قسم در باب قطع رحم جایز نیست<sup>۳</sup>.

**نمونه چهارم:** از امام رضا علیه السلام روایتی طولانی به نقل از محمد بن ابی‌نصر بیان شده است. حضرت در این حدیث ویژگی‌های مؤمن را برشمردند. آن امام همام علیه السلام ضمن بیان مسئله رحم، بر این نکته تأکید می‌فرمایند که رعایت پیوند خویشاوندی نزد خدا جایگاه دارد<sup>۴</sup>.

۱. صدوق، الخصال، ج ۱، ص ۱۵۶؛ صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۱، ص ۲۵۸؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۱، ص ۶۸ و ج ۹۳، ص ۱۲.

۲. عیاشی، تفسیر عیاشی، ج ۱، ص ۱۳۱.

۳. کلینی، الکافی، ج ۷، ص ۴۴۰؛ طوسی، تهذیب، ج ۸، ص ۲۸۵.

۴. حلی، عادة الداعی، ص ۵۶؛ بحرانی، تفسیر برهان، ج ۱، ص ۱۸۵؛ حمیری، قرب الاسناد، ص ۳۸۵؛ حویزی، نور الثقلین، ج ۱، ص ۱۷۱.

## ج) در روان شناسی

در بیشتر نظریه‌ای روان‌شناختی فرض شده است که یک نیاز بنیادی برای ارتباط نزدیک با دیگران وجود دارد<sup>۱</sup>. این بدین معناست که در صورت برآورده نشدن این نیاز عملکرد سالم انسانها به خطر می‌افتد. در حوزه روان‌شناسی اجتماعی و روان‌شناسی شخصیت، پژوهش‌های بسیاری در خصوص اهمیت روابط صمیمی انجام شده است. بسیاری از این پژوهش‌ها تحت عنوان دلبستگی انجام گرفته است<sup>۲</sup>.

در چارچوب نظریه دلبستگی، عمدتاً فرض می‌شود روابط بین کودکان و مراقبان اولیه آنان، شکل ابتدایی روابط بعدی با دیگران است و دلبستگی‌های ایمن با مراقبان برای پایدار ماندن روابط سالم در زندگی بعدی و برای سلامت و بهزیستی عمومی، حیاتی است. ساراسون و همکاران (۱۹۹۱) مفهوم دلبستگی در کودکی و حمایت اجتماعی ادراک‌شده در بزرگسالی را دو مفهوم موازی فرض می‌کنند. بر اساس این دیدگاه، افرادی که ارتباطی مطمئن و قابل اعتماد با اولین مراقبت‌کننده خود تجربه می‌کنند، الگوهای کاری شکل‌گرفته‌شان از افراد دیگر حاکی از قابل دسترس و حمایتگر بودن آنهاست. این الگوهای کاری، ساختارهای شناختی پویایی هستند که خطاره‌ها، ادراک‌ها و انتظارهای فرد را در ارتباط با افراد مهمی که در کاهش آشفتگی سودمند و مؤثرند، شامل می‌شود.

بالبی عقیده دارد که اگر چه الگوهای کاری مربوط به خود و دیگران در اوایل نوزادی پدید می‌آیند، اما آنها تداوم می‌یابند و تحول‌کنش‌مند و ادراک ارتباطات در بزرگسالی را تحت تأثیر قرار می‌دهند و گرچه تجارب بعدی ناشی از تعامل با افراد خاص، ادراک‌های حمایت را متأثر می‌کنند، با وجود این، بازخوردهایی که نسبت به دیگران در اوایل زندگی ایجاد می‌شوند، تمایل‌ها و گرایش‌های کلی برای ارزیابی در دسترس بودن حمایت یا عدم

دسترسی به آن را متأثر می‌کند.

از میان نظریه‌پردازان تحولی، پیازه نیز رشد اجتماعی را به‌طور اجتناب‌ناپذیری با کل تحول انسان مرتبط می‌داند. افراد از خلال تجربه‌ها و تعامل‌های اجتماعی، چیزهایی درباره جهان می‌آموزند و به انطباق و تمرین مهارت‌های اجتماعی که در تعامل‌های قبلی آموخته‌اند، می‌پردازند و به تجربه روی می‌آورند. به‌نظر می‌رسد از طریق یادگیری مشاهده‌ای نیز که بندورا معرفی کرد، به یادگیری رفتارهای اجتماعی می‌پردازند. کودکی که تعامل مادرش را با بستگان مشاهده کرده است، در بازی‌های خود آن را تمرین کرده و در خزانه رفتاری‌اش ذخیره می‌کند تا در آینده، آنها را به کار گیرد. بنابراین، اگر دختر بچه‌ای روابط سالم را مشاهده کرده باشد، رفتارهای بزرگسالی او با دیگر افراد نیز متأثر از آن می‌شود. بندورا تا آنجا پیش می‌رود که می‌گوید معیارهای اخلاقی نیز از طریق تعامل با الگوها رشد می‌کنند.

آدلر نیز مفهوم «علاقه اجتماعی» را معرفی و چنین تعریف کرده است:

استعداد فطری فرد برای همکاری با دیگران برای دستیابی به هدف‌های شخصی و اجتماعی<sup>۱</sup>.

از آنجا که همکاری کردن، مستلزم روابط اجتماعی مطلوب است، از این‌رو، علاقه اجتماعی به مفهوم صلۀ رحم بسیار نزدیک است. با وجود آنکه از دید آدلر، نیروهای اجتماعی بسیار بیشتر از نیروهای زیستی بر ما تأثیر دارند، استعداد، علاقه اجتماعی فطری است. با این حال، درجه‌ای که استعداد فطری ما برای علاقه اجتماعی تحقق می‌یابد، به تجربه‌های اولیه ما بستگی دارد<sup>۲</sup>.

شاید به همین دلیل باشد که بالبی به تعامل ظریف مادر و کودک اشاره می‌کند که رفتار دلبستگی در کودک را شکل می‌دهد. به عقیده بالبی، رفتار دلبستگی هم از یک نیاز فطری و هم از اکتساب‌ها منتج می‌شود که دارای دو کنش مهم است: یکی، کنش حمایتی که به کودک ایمنی می‌بخشد و فرصت می‌دهد تا فعالیت‌های لازم را از مادر خویش برای ادامه حیات بیاموزد

۱. کاویانی، سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن، ص ۹۰.

۲. شولتز، نظریه‌های شخصیت، ترجمه یحیی سید محمدی، ص ۹۸.

۱. غباری بناب و دیگران، «آثار صلۀ رحم از دیدگاه اسلام و روانشناسی و کاربردهای تربیتی آن»، دوفصلنامه تربیت اسلامی، سال ۳، ش ۵، ص ۸۱-۱۱۴.

۲. اتکینسون، زمینه روانشناسی، ترجمه براهینی، ص ۱۹۷-۱۸۹.



و دیگری، کنش اجتماعی شدن است. دلبستگی کودک در جریان چرخه‌های زندگی، از مادر به نزدیکان و سپس به بیگانگان و سرانجام به گروه‌های از پیش وسیع‌تری گسترش می‌یابد و به‌صورت عاملی مهم برای ساخت‌دهی شخصیت کودک درمی‌آید.<sup>۱</sup>

از دیگر نظریه‌هایی که در مورد روابط انسانی و اجتماعی سخن گفته‌اند، می‌توان نظریه کارن هورنای را نام برد. به عقیده هورنای نوع روابطی که ما انسان‌ها با دیگران برقرار می‌کنیم بستگی به این دارد که ما چگونه در برابر «اضطراب بنیادی» از خود دفاع کنیم. اضطراب بنیادی از نظر هورنای «احساس فراگیر و به تدریج فزاینده تنها و درمانده‌بودن در دنیای خصمانه» تعریف می‌شود به نظر هورنای، در کودکی به چهار طریق می‌کوشیم تا از خود در برابر اضطراب بنیادی محافظت کنیم به دست آوردن محبت و عشق دیگران، سلطه‌پذیر بودن، دست یافتن به قدرت یا کناره‌گیری کردن. این چهار مکانیزم محافظت از خود، که هورنای آنها را معرفی کرد یک هدف دارند و آن هم دفاع در برابر اضطراب بنیادی است. برای مثال، در سلطه‌پذیر بودن، شخص با اطلاعات از دیگران مطمئن می‌شود که دیگر آسیبی به او نخواهد رسید. همچنین وقتی که شخص به قدرت می‌رسد، دیگران نمی‌توانند به او صدمه‌ای برسانند؛ بنابراین از نظر هورنای تمام روابط روان‌رنجور انسان‌ها با همدیگر، ریشه در «اضطراب‌های بنیادی» دارند. هورنای سه‌گرایش روان‌رنجور را که حاصل مکانیزم‌های محافظت از خود می‌باشند معرفی کرد.<sup>۲</sup> حرکت به سوی مردم (شخصیت مطیع)؛ حرکت علیه مردم (شخصیت پرخاشگر)؛ حرکت به دور از مردم (شخصیت جدا).

هر چند دوران کودکی در شکل‌گیری شخصیت و روابط اجتماعی بزرگ‌سالی اهمیت زیادی دارد، اما با توجه به مسائل و تغییرهای فرهنگی نمی‌توان روابط انسانی را به‌درستی تحلیل کرد. برای مثال، در نتیجه تغییر و تحول‌های اجتماعی، از جمله پیشرفت در فناوری و ارتباطات، نوع رابطه انسان‌ها نیز تغییر کرده است. امروزه امکان دارد صله رحم، با تلفن، ارسال

۱. همان، ص ۱۳۳.

۲. همان، ص ۲۵۵.

پیامک یا پست الکترونیکی صورت گیرد، اما برخی معتقدند ارتباط انسان‌ها نسبت به گذشته از عمق کمتری برخوردار است و انسان‌ها خود را بیش از گذشته تنها احساس می‌کنند. چنان‌که اریک فروم می‌گوید مردم با به‌دست آوردن آزادی بیشتر، احساس تنهایی، بی‌معنایی و بیگانگی بیشتری کرده‌اند و برعکس هر چه مردم آزادی کمتری داشته‌اند، احساس تعلق و امنیت آنها بیشتر بوده است.<sup>۱</sup>

بنابراین، صله رحم به‌عنوان نمودی از ارضای نیاز روان‌شناختی از طریق ایجاد آرامش روانی، کاهش اضطراب و دردهای جسمانی و همچنین ایجاد پیوند با خدا، بر کیفیت زندگی افراد تأثیر می‌گذارد. این امر به‌لحاظ روان‌شناختی می‌تواند چنین توجیه شود که وقتی افراد با دیگران روابط صمیمی برقرار کنند توجه مثبت غیرمشروط دریافت و احساس می‌کنند دیگران برای آنان ارزش قائل‌اند، مطابق با نظریه راجرز، بین خود و تجربه، هم‌خوانی و هماهنگی ایجاد می‌شود که در بهزیستی افراد مؤثر است.

از طرفی، صله رحم می‌تواند به احساس درماندگی در دنیای خصمانه که منجر به اضطراب بنیادی می‌شود پایان دهد. وقتی عشق و صمیمیت و به‌دست آوردن آن از سوی دیگران تأمین شد دیگر آنها، متخاصم و آسیب‌رسان نیستند. افزون بر این، ما از طریق ارتباط با دیگران می‌توانیم چنان‌که آدلر، در مفهوم علاقه اجتماعی بعدی ما که بخشی از سبک زندگی ماست نیز اشاره کرد، بر برخورد یا بر تمام مشکلات زندگی تأثیر گذاریم.<sup>۲</sup>

## دو) مفهوم‌شناسی

واژه صله رجم از دو کلمه تشکیل شده است. رجم در لغت به جایگاه رویش کودک در شکم و زهدان گفته می‌شود.<sup>۳</sup> در اصطلاح کلمه مزبور عبارت است از رابطه خویشاوندی است. جمعی از اهل لغت دلیل نام‌گذاری را

۱. همان، ص ۲۱۲.

۲. همان، ص ۳۷.

۳. قرشی، قاموس قرآن، ج ۳، ص ۶۸؛ طریحی، مجمع البحرین، ج ۶، ص ۹۶؛ راغب، المفردات، ج ۱، ص ۳۴۷؛ دهخدا، لغت نامه دهخدا، واژه رحم؛ معین، فرهنگ معین، واژه رحم.

این می‌دانند که رَحِم در ایجاد عاطفه و مهربانی نقش مهمی دارد. همچنین در روایات آمده است که کلمه رحِم از اسم خداوند یعنی نام زیبای رحمان مشتق شده است.

کلمه صَلَهِ از ریشه وصل به معنای عطیه یا جایزه آمده است. همچنین لفظ مزبور در موردی به کار می‌رود که چیزی به چیز دیگر مُلزم شده باشد. در مقابل، کلمه قطع، هجران یا فصل به کار می‌رود.

بنابراین، مفهوم صلۀرحم عبارت است از ارتباط خویشاوندی که با صمیمیت و احسان همراه باشد. خویشاوندی دو گونه است: نسبی و سببی. توسعة مهربانی و گره‌گشایی در اسلام مهم است. اگر در شریعت محمدی تأکید فراوانی بر دیدار ارحام و سر زدن به خویشان شده، حکمت اصلی آن این است که یار یکدیگر و در درد و رنج همدیگر شریک باشیم، حضرت رضا علیه السلام فرمودند:

صلۀرحم کنید اگر چه با یک لیوان آب باشد. بهترین صلۀرحم، خودداری از آزار و اذیت خویشاوندان است.<sup>۱</sup>

نکته قابل ذکر این است که ارحام دو دسته‌اند: مادی و معنوی. بر اساس روایت‌های متعدد می‌توان گفت پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و اهل بیت، ارحام معنوی هستند.<sup>۲</sup>

## سه) پیامدها

صلۀرحم دارای آثار و پیامدهای متعددی است. مراجعه به متون دینی در باب کارکردهای صلۀرحم، انسان را شگفت‌زده و متحیر می‌سازد. با توجه به نگاه کارکردگرایانه، می‌توان به جایگاه و اهمیت رابطه خویشاوندی از نظر اسلام پی برد. صلۀرحم می‌تواند آثار فردی در پی داشته باشد، چنان که دارای آثار اجتماعی نیز است. سعادت دنیا و آخرت در گرو پیوند گرم و صمیمی خویشاوندی قرار دارد. بر اساس معارف دینی و وحیانی، صلۀرحم، منطقی را بر انسان حاکم می‌کند که صد البته برای عمر محدود و نامحدود انسان

۱. حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ج ۱۵، ص ۲۴۷.

۲. مجلسی، بحار الانوار، ج ۲۳، ص ۲۶۳.

مفید و مؤثر است.

در ادامه به برخی از آثار صلۀرحم اشاره می‌شود:

## الف) ازدیاد عمر

احادیث می‌گویند داشتن ارتباط گرم و صمیمی با خویشان موجب افزایش عمر و کسب برکت است. امام رضا علیه السلام فرمودند:

من چیزی مؤثرتر از صلۀرحم برای زیادت عمر نمی‌شناسم. گاه کسی که تنها سه سال به پایان عمرش باقی است، صلۀرحم می‌کند و خداوند به برکت آن، ۳۰ سال به عمرش می‌افزاید و عمر او را تا ۳۳ سال دراز می‌گرداند. گاه کسی ۳۳ سال به پایان عمرش باقی است، اما قطع رحِم می‌کند و خداوند ۳۰ سال از عمر او تقلیل داده و سه سال بعد از آن، اجلش فرا می‌رسد.<sup>۱</sup>

## ب) افزایش روزی و نعمت

از دیگر آثار مثبت صلۀرحم، زیاد شدن رزق و روزی و نعمت‌های الهی است. به دو حدیث می‌توان اشاره کرد. حدیث اول از امام رضا علیه السلام به نقل از رسول خدا صلی الله علیه و آله است که فرمودند:

هر که برای من یک چیز را ضمانت کند، من چهار چیز را برایش ضمانت می‌کنم. صلۀرحم کند تا خداوند او را دوست بدارد، روزی‌اش را توسعه دهد، عمرش را زیاد کند و او را در بهشت داخل کند.<sup>۲</sup>

روایت دوم جمله‌ای کوتاه اما پر مغز از امام علی علیه السلام است:

صَلَّةُ الرَّحِمِ تُدِيرُ اللَّيْمَ وَ تُدْفِعُ اللَّيْمَ؛ صلۀرحم نعمت‌ها را فراوان و گرفتاری‌ها را دور می‌کند.<sup>۳</sup>

۱. کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۱۵۲؛ فیض کاشانی، الوافی، ج ۵، ص ۵۰۹.

۲. صدوق، عین اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۳۷؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۱، ص ۹۲؛ نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۵، ص ۲۴۶.

۳. آمدی، غرر الحکم، ص ۴۲۰.

## ج) آبادانی سرزمین

صله رحم می تواند اثری دیگر در پی داشته باشد. رسول خدا ﷺ میان پیوند خویشاوندی و آبادی سرزمین ها ارتباط مستقیم برقرار کردند:

إِنَّ الصَّدَقَةَ وَصِلَةَ الرَّحِمِ تُعْمِرَانِ الدِّيَارَ وَتَرْيَدَانِ فِي الْأَعْمَارِ؛ صدقه و صله رحم، سرزمین ها را آباد و عمرها را زیاد می گرداند.<sup>۱</sup>

## د) آسان گیری حسابرسی در قیامت

اگر کسی برای صله رحم همت ورزد، خداوند ثوابی در آخرت به وی می دهد و آن تسهیل حسابرسی بر وی است. رسول خدا ﷺ فرمودند:

نیکی به پدر و مادر و صله رحم، حسابرسی در روز قیامت را آسان می گرداند.<sup>۲</sup>

## ه) افزایش جمعیت

یکی از پیامدها و آثار صله رحم این است که نسل رو به ازدیاد گذاشته تکثیر جمعیت می شود. در خطبه حضرت فاطمه علیها السلام آمده است:

فَرَضَ... صَلَاةُ الْأَرْحَامِ مَنَّمَةً لِلْعَدَدِ؛ خداوند صله رحم را برای زیاد شدن نفوس واجب کرده است.<sup>۳</sup>

نکته ای شایان ذکر است. می دانیم که امروزه ایران با بحران جمعیت روبرو شده به زودی از جمعیت جوان کشور کاسته خواهد شد. براساس حدیث مزبور می توان برداشت نمود در دو دهه اخیر برای صله رحم جایگزین هایی پیدا شده است. امروزه پیام های موبایلی یا برقراری ارتباطات اینترنتی جایگزین رفت و آمدهای فامیلی و نشست و برخاست های خویشاوندی شده است. تکنولوژی جایگزین روابط انسانی شده انسان ها را از داشتن روابط گرم و چهره به چهره محروم ساخته است. از سوی دیگر شرایطی که بر کلان شهرها حاکم شده است رفت و آمدها را دشوار نموده تقلیل داده است. کاستن از

ارتباطات رو در رو و نیز پدید آمدن جایگزین های مجازی به معنای کاستن شدید صله رحم است. شاید بتوان گفت یکی از عوامل پدید آمدن بحران جمعیت در ایران کاهش صله رحم باشد. در کتاب علی علیه السلام به حدیثی تکان دهنده برمی خوریم:

سه خصلت است که دارندگان آن نمی میرند، مگر آنکه کیفر آنها در همین دنیا می بینند؛ ستم، قطع رحم و قسم دروغی که با آن با فرمان خدا مخالفت می کنند... به درستی که قسم دروغ و قطع رحم، سرزمین ها را از اهل آن خالی می گرداند و رحم زنان را عقیم می سازد و عقیم شدن رحم، انقطاع نسل در پی خواهد داشت.<sup>۱</sup>

هر گاه ما در حضور خویشاوندان و دوستان خود هستیم از لحاظ عاطفی احساس خویشاوندی به ما دست می دهد و احساس آرامش می کنیم و این کار به بهتر شدن خلق و خوی ما می انجامد. صله رحم می تواند به عنوان یک روش برای پالایش خلق و خوی ما در نظر گرفته شود و موجب سلامت روانی و تزکیه نفس شده و زمینه بروز رفتارهای مناسب و با ارزش به دور از اعوجاج و انحراف را فراهم سازد.

تحقیقات نشان داده است افرادی که ارتباط سالمی با دیگران دارند کمتر به بیماری های قلبی و عروقی مبتلا می شوند.<sup>۲</sup> در نتیجه امکان طولانی شدن عمر آنها بیشتر است. همچنین انسانها از طریق صله رحم از حال یکدیگر با خبر می شوند و تعاملات اقتصادی خوبی برقرار می کنند و چه بسا از این راه رزق و روزی آنها زیاد می شود.

هنگامی که ما با صله رحم روابط صمیمی با دیگر افراد ایجاد می کنیم، از حمایت اجتماعی آنها برخوردار می شویم. حمایت عاطفی و توجه، فشار روانی را تحمل پذیر می کند. معمولاً اگر آدمی مجبور شود بدون یاری های دیگران

۱. کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۳۴۷؛ صدوق، النخبال، ج ۱، ص ۱۲۴؛ مفید، الأمالی، ص ۹۸؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۱، ص ۹۹ و ۱۳۴.

۲. انکینسون، زمینه روانشناسی، ترجمه براهینی، ص ۷۸-۹۳.

و به تنهای با رویدادهایی مثل طلاق، مرگ یک دوست محبوب یا بیماری سختی روبه‌رو شود، این رویدادها آسیب‌زا می‌شوند.

علاوه بر فواید جسمانی و روانی که در صلۀ رحم از طریق حمایت‌های اجتماعی و عاطفی به دست می‌آید، انسان با صلۀ رحم به کمال راه می‌یابد. این مسئله در مورد همه انواع صلۀ رحم قابل بررسی است؛ برای مثال، یکی از انواع صلۀ رحم در ارتباط با پیامبر خدا ﷺ و ائمه ﷺ و جانشینان آنها صورت می‌گیرد. از نظر اسلام بهره‌مندی از شرایع دین و احکام الهی صرفاً با تأسی به کردار و سنت معصومان ﷺ میسر است؛ از این رو، در شریعت اسلام، پیروی از ولایت که از پیامبر ﷺ و ائمه ﷺ نشأت می‌گیرد، لازم و واجب شمرده شده است. در خصوص معلم نیز باید گفت که فراگیرنده در خلال این ارتباط علاوه بر فراگیری علم خلوص نیت را می‌آموزد و به تزکیه نفس می‌پردازد و این به شکوفایی خود منجر می‌شود.

در خصوص احترام به والدین که در مرتبه‌ای بعد از مقولۀ ارتباط با خدا قرار می‌گیرد، می‌توان ماهیت حق‌شناسی را از احترام جدا کرد؛ به سخنی دیگر، با توجه به این که حق‌شناسی و سپاسگزاری به منزله نوعی پاسخگویی به کسی است که به نحوی گرهی از مشکل ما باز کرده، متضمن نوعی یاری‌رسانی و کمک متقابل به اوست، اما احترام از دیدگاهی دیگر به معنای حفظ حرمت و ارزش فرد مقابل و رعایت شأن اوست. در منطق قرآن کریم حفظ حریم والدین در طول حفظ حریم خدا و در مرتبه بعد از آن قرار گرفته است. در رابطه با همسر می‌توان گفت که سیراب شدن عواطف و احساسات و آرامش یافتن علاوه بر تداوم نسل یکی از هدف‌های تربیتی آن است. از دیدگاه دینی، انسانها و جامعه بشری در پرتو این آرامش می‌توانند رشد کرده و به تعالی و تکامل یعنی قرب الهی نائل شوند.

در مورد ارتباط انسان با سایر مؤمنان که در قرآن بدان اشاره شده، باید گفت که بحث از اهداف تربیتی در حیطۀ ارتباط یک فرد مؤمن با دیگر هم مسلکانش ناظر بر ایجاد و پرورش روحیۀ اخوت و همیاری بین افراد در جهت هدف غایی، یعنی قرب الهی است. مسلماً تمایل به عضویت در یک گروه و

بسط ارتباط با اعضای آن در گرو تطابق خواسته‌ها و نیازهای فرد با پاسخ‌هایی است که گروه به فرد می‌دهد؛ چنانکه معیار در رویکرد آدمی رفع نیازهای عالی و پاسخ به این اشتیاق درونی او برای رسیدن به مقام قرب الهی باشد، ارتباطات و مناسبات عالی‌تر از زمانی خواهد بود که صرف پاسخگویی به نیازهای حیوانی و پست مورد توجه است.

چنانکه دیدیم صلۀ رحم و ارتباط سالم با دیگران هم از لحاظ فردی و هم از لحاظ اجتماعی بر سازگاری ما می‌افزاید و در جنبۀ معنوی انسان باعث رشد و تعالی انسان و قرب به پروردگار می‌شود.

### ۳) همسایه‌داری

خداوند انسان را به گونه‌ای آفرید که حیات دنیوی‌اش اقتضا می‌کند در جمع باشد. دست خلقت درون آدمی نیازهای فراوانی گذارد تا آدمیان به کمک یکدیگر، زندگی جمعی تشکیل دهند و از این راه خلأها و احتیاج‌های یکدیگر را برآورده سازند. دستگاه آفرینش، رشد مادی و معنوی بشر را در گرو ارتباطات خانوادگی و اجتماعی قرار داد. به همین جهت انسان از آغاز رو به دیگران آورد و تمایل خود را برای تشکیل خانواده و قبیله نشان داد.

هر گاه اجتماعی تشکیل شود، پدیده‌ای به نام همسایه و همسایه‌داری شکل می‌گیرد. همسایه‌داری بر اساس ضوابط و قوانینی شکل می‌گیرد که حفظ آنها ضامن حسن ارتباط خواهد بود. آیین مقدس اسلام از این ظرفیت صرف‌نظر نکرد و درباره ارتباط همسایگان، حقوق متقابل و محدوده آن، دستورهای بی‌ان داشت. قرآن کریم، نیکی به همسایگان را توصیه و از پیروانش خواسته حقوق همسایگان را مراعات کرده و احسان به همدیگر را فراموش نکنند:

وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ؛ و همسایۀ نزدیک و دور را [مورد احسان قرار بده].<sup>۱</sup>

روابط عاطفی و انسانی در دنیای ماشینی رو به ضعف گذارده و گاهی نیز

خاموش شده است. امروزه دیگر همسایگان از یکدیگر خبری ندارند. فاصله همسایگان نزدیک چنان زیاد شده است که گویا در دو نقطه زمین زندگی می‌کنند. فرهنگ آپارتمان‌نشینی و زندگی در شهرهای مدرن به انسان‌ها آموخته است که با یکدیگر ناآشنا باشند، به بهانه حریم خصوصی، فاصله زیاد شود، فضای مجازی جایگزین فضای حقیقی شود و بیگانگی جای صمیمیت و رفاقت را بگیرد. این در حالی است که سفارش اکید اولیای دین از جمله حضرت علی علیه السلام چنین است:

اللَّهِ اللَّهُ فِي جِزَائِكُمْ فَإِنَّهُمْ وَصِيَّةُ نَبِيِّكُمْ مَا زَالَ يُوصِي بِهِمْ حَتَّى ظَنَّنَا أَنَّهُ سَيُورَثُهُمْ؛ از خدا بترسید! از خدا بترسید! درباره همسایگان که همواره مورد سفارش پیامبران بودند. (آن حضرت) به قدری درباره آنان سفارش می‌کردند که گمان می‌بردیم برای ایشان میراثی قرار خواهند داد (یعنی دستور خواهند داد که همسایه از همسایه ارث ببرد) <sup>۱</sup>.

روزی رسول خدا صلی الله علیه و آله از باران خود پرسیدند: «آیا می‌دانید حق همسایه چیست؟» آنان پاسخ منفی دادند. سپس آن بزرگوار فرمودند:

حق همسایه آن است که اگر از شما درخواست کمک کرد به او کمک کنید. اگر وام خواست، به او بپردازید. هر گاه تهیدست شد، از او دستگیری کنید. چنان‌که خیری به او رسید، تبریک بگویید. هنگام بیماری به عیادتش بروید. در مصیبت‌ها به او تسلیت بگویید. اگر فوت کرد، در تشییع جنازه‌اش حاضر شوید. بر ارتفاع خانه خود بدون موافقت او نیفزایید تا مانع وزش نسیم و جریان هوا نشود. هر گاه میوه‌ای خریدید، مقداری به او هدیه کنید و اگر مایل نبودید، آن‌را مخفیانه به منزل ببرید و دقت کنید که فرزندان آن‌را از خانه بیرون نبرد که فرزند او ببیند و به‌خاطر آن بهانه‌گیری کند. با بوی غذای مطبوع، او را میازارید،

۱. نهج البلاغه، نامه ۴۷.

مگر آنکه مقداری برایش بفرستید <sup>۱</sup>.

بیشترین تأکیدی که از سوی پیشوایان دین در ارتباط با همسایگان بیان شده، عدم آزار همسایگان است. پرواضح است که در روابط میان همسایگان گاهی تضاد و تراحمی پیش می‌آید. شاید اختلاف‌سلیقه‌ها، تفاوت معیارها و نیز تضاد منافع موجب ایجاد تنش یا سلب آسایش و از این طریق روابط همسایگان مکدر شود. در این زمینه شایسته است رابطه‌ها اصلاح شود، کدورت‌ها از بین رود و همسایگان به آزار و اذیت یکدیگر نپردازند. در سیره پیامبر صلی الله علیه و آله و اهل بیت: موارد متعددی در این زمینه وجود دارد که می‌توان به نمونه‌هایی اشاره کرد.

**نمونه نخست:** پدر حضرت رضا علیه السلام، همسایه‌داری نیکو را چنین تفسیر کرده‌اند:

همسایه‌داری نیکو به آزار نرساندن نیست، بلکه در صبر بر آزار همسایه است <sup>۲</sup>.

**نمونه دوم:** امام صادق علیه السلام با تعبیری تکان‌دهنده، آزار همسایه را این‌گونه توصیف کردند:

مَلْعُونٌ مَلْعُونٌ مَنْ آذَى جَارَهُ؛ از رحمت خدا دور است! از رحمت خدا دور است آنکه همسایه‌اش را بیازارد <sup>۳</sup>.

**نمونه سوم:** در زمان امام باقر علیه السلام اتفاقی رخ داد که ایشان در آن رویداد شیوه جالبی را برای مهار همسایه‌آزاری ارائه کردند:

شخصی از آزار همسایه‌اش نزد رسول خدا صلی الله علیه و آله شکایت کرد. حضرت امر به صبر کردند. بار دیگر نیز به شکایت آمد. حضرت باز هم به خویشتن‌داری دعوت کردند. بار سوم آمد و شکایت خود را تکرار کرد. پیامبر صلی الله علیه و آله فرمودند: چون روز جمعه شود،

۱. مجلسی، بحار الانوار، ج ۸۲، ص ۹۳.

۲. همان، ج ۷۸، ص ۳۲۰.

۳. کراچکی، کنز الفوائد، ج ۱، ص ۱۵۰؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۱، ص ۱۵۳ و ج ۷۳، ص ۳۵۴.

زمانی که مردم برای نماز جمعه می‌روند، اثاثیه‌ات را از منزل خارج کن و بر سر راه مردم بیاور. چون از تو علت این کار را جویا شدند، ماجرا را بازگو کن. آن شخص به دستور پیامبر ﷺ عمل کرد. چون ساعتی گذشت همسایه‌ای که آزارش می‌داد، سراسیمه نزد او آمد، از او خواست اثاثیه‌اش را به منزل بازگرداند و گفت: با خداوند عهد می‌کنم که دیگر تو را نیازارم.<sup>۱</sup>

**نمونه چهارم:** حضرت رضا ﷺ در مورد مؤمن چنین می‌فرمایند:

مؤمن این گونه نبوده است و این گونه نیست که همسایه‌اش را آزار دهد.<sup>۲</sup>

## نتیجه‌گیری

فرهنگ رضوی در زمینه مناسبات اجتماعی ابعاد گسترده‌ای دارد. یکی از جنبه‌های مهم در این زمینه مقوله آراستگی است. آراستگی در سیره حضرت رضا ﷺ دو گونه است: ۱. مربوط به پدیده‌های ظاهری نظیر لباس، موی سر، نظافت پوست، بهداشت ناخن، مراقبت از چشم، بهداشت دهان، استعمال بوی خوش و همراه داشتن انگشتر؛ ۲. آراستگی رفتاری. تمام رفتارهای امام رضا ﷺ نظیر نشستن، خوردن و خوابیدن آداب خاصی داشته است. آن حضرت ﷺ ساده‌ترین امر خود را بر اساس نظم و انضباط خاصی انجام می‌دادند. در این میان، مهم‌ترین اصلی که آن بزرگوار رعایت می‌کردند، نظم بود.

از دیگر جنبه‌های مناسبات اجتماعی در فرهنگ امام هشتم ﷺ، آیین خویشاوندی است. حضرت ثامن ﷺ برای ارتباطات فامیلی و نشست و برخاست‌های خویشاوندی جایگاه ویژه‌ای قائل بودند و به آن تأکید داشتند. اگر صلۀ رحم در جامعه جاری باشد، روزی‌ها وسعت یافته و سرزمین‌ها آباد می‌شوند، چنان‌که تکثیر جمعیت پدید آید نسل‌های جوان، جوانه می‌زنند. از دیگر ابعاد مناسبات اجتماعی می‌توان به آداب همسایه‌داری اشاره کرد که بیشترین توصیه‌ها در این زمینه، رعایت حال همسایگان و نیاززدن آنان است.

۱. کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۶۶۸.

۲. صدوق، عیون اخبار الرضا ﷺ، ج ۲، ص ۳۳؛ اربلی، کشف الغمّة، ج ۲، ص ۲۶۸.

## فصل دوم

## سفر و اوقات فراغت

اوقات فراغت به بخشی از اوقات انسان گفته می‌شود که در آن از اشتغال‌های فردی رها شده، به تفریح، سرگرمی، سفر و مشارکت‌های اجتماعی می‌پردازد. آدمی نیاز به استراحت و سرگرمی دارد. همچنین مشارکت‌های اجتماعی او را به سمت استفاده از اوقات فراغت می‌کشانند. مبانی دینی به ما می‌گویند می‌توان برای اوقات فراغت برنامه‌ریزی کرد و از این زمان برای ارتقای فکر، اندیشه و معنویت بهره برد. مهم‌ترین مسئله درباره اوقات فراغت، نحوه گذران آن است. آیات و احادیث در این رابطه نکات جالبی را پیش کشیده‌اند.

### ۱) چیستی

فراغت در زبان انگلیسی معادل واژه Leisure و برگرفته از واژه لاتین Licere به معنای «مجاز بودن» یا «آزاد بودن» است. در زبان فرانسه واژه Loisir به معنای وقت آزاد است و معنای آن تقریباً شبیه Liberty است که به انتخاب آزادانه و نبود اجبار اشاره دارد. در فرهنگ لاروس، اوقات فراغت، عبارت است از: سرگرمی‌ها، تفریحات و فعالیت‌هایی که افراد، هنگام آسودگی



از کار عادی با شوق و رغبت به آن‌ها می‌پردازند. در برخی فرهنگ، واژه مذکور با معادل‌هایی همچون وقت آزاد از کار یا وظایف دیگر، وقت اضافی و یک رشته از فعالیت‌های اضافی آورده شده است.<sup>۱</sup>

در زبان عربی، فراغت به معنای بی‌تابی و اضطراب است. در کتب و فرهنگ چند معنا برای این لغت آمده است از جمله: تمام شدن، دست کشیدن از کار، هدر رفتن، به پایان رسیدن، خالی شدن، ریختن، بیکاری و تهی بودن.<sup>۲</sup>

درباره تعریف اصطلاحی اوقات فراغت در میان اندیشمندان علوم اجتماعی، توافق کلی وجود ندارد. اما انجمن بین‌المللی جامعه‌شناسی، آن را چنین تعریف می‌کند: مجموعه‌ای از اشتغالات فرد که کاملاً به رضایت خاطر خود برای استراحت، تفریح یا به منظور توسعه اطلاعات یا آموزش غیرانتفاعی، مشارکت اجتماعی و داوطلبانه بعد از آزاد شدن از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی بدان می‌پردازد.<sup>۳</sup> سازمان ملی جوانان نیز بر اساس سه رویکرد مختلف، تعاریفی را از فراغت ارائه کرد:<sup>۴</sup>

**فراغت به مثابه زمان:** بر این اساس، فراغت، زمانی است که آنچه را می‌توانیم، انتخاب می‌کنیم.

**فراغت به منزله فعالیت:** فراغت، فعالیتی است که سبب ابراز وجود و خودشکوفایی فردی است.

**فراغت به مثابه تجربه‌ای درونی:** توجه به وضع روحی، روانی، جهت‌گیری‌ها، گرایش‌ها، شرایط و تجربه در ارتباط با فراغت است.<sup>۵</sup>

۱. فراهانی، مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی، ص ۴.

۲. موظف رستمی، اصول برنامه‌ریزی اوقات فراغت، ص ۲۰.

۳. حیدری و ساعی، بررسی اثر مصرف فرهنگی فراغتی جوانان بر سبک زندگی و ارزش‌های اجتماعی آنان، مقالات کنگره ملی اوقات فراغت و سبک زندگی جوانان، مرداد ماه ۹۲، شیراز، ص ۱۰۱؛ قهرمانی فرد و کاظمی، آسیب‌شناسی الگوهای نوین گذران اوقات فراغت جوانان و ارائه راهبردهای مدیریتی - فرهنگی، مقالات کنگره ملی اوقات فراغت و سبک زندگی جوانان، مرداد ماه ۹۲، شیراز، ص ۶۸۱.

۴. رک: سازمان ملی جوانان، اوقات فراغت و سبک زندگی جوانان، ص ۳۱-۲۷.

۵. همان.

با صرف‌نظر از بررسی تعریف‌های مختلف و متفاوتی که از اوقات فراغت وجود دارد می‌توان نکات مشترکی را از میان آن‌ها استخراج نمود:

- اوقات فراغت مخصوص زمان آزاد افراد است.
- نحوه گذران اوقات فراغت و فعالیت فراغتی، برای افراد، امری انتخابی و آزادانه است.
- در نتیجه گذران اوقات فراغت، احساس رضایت خاطر، آرامش و آسودگی در فرد ایجاد می‌شود.
- فرد در زمان فراغت از هرگونه تعهدات شغلی، اجتماعی و خانوادگی آزاد است.
- فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت با توجه به افراد مختلف، متفاوت است.

خلاصه آنکه فراغت، زمانی است که فرد از تعهدات شغلی، خانوادگی و اجتماعی رهاست و در آن به انجام فعالیت‌های فرحبخش و نشاط‌آور می‌پردازد. فراغت زمانی است که فرد آن را طبق سلاقی، تمایلات و علایق خود برنامه‌ریزی می‌کند و این برنامه‌ریزی به نیازهای روحی، سن، موقعیت و پایگاه اجتماعی و توانایی‌های مالی وی نیز بستگی دارد. این فعالیت‌ها، به طور کلی سبب ابراز وجود و خودشکوفایی فرد می‌شود. حضرت رضا (ع) در حدیثی زیبا در ارتباط با اهمیت اوقات فراغت سه معیار را مطرح کرده‌اند. این ملاک‌ها عبارتند از آرامش، سلامت و وفور روزی:

فرزند آدم برای یک روز است، هر کس صبح کند و در منزلش آرام گیرد و بدنش سالم باشد و روزی یک روز را هم داشته باشد این مرد به همه نیک‌های دنیا رسیده است.<sup>۱</sup>

## ۲) کارکردها

اوقات فراغت از طریق کارکردهای متفاوت، نقش مؤثری در ایجاد تعادل

۱. طوسی، الامالی، ص ۵۸۸؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۲۷، ص ۳۱۸.



در زندگی افراد دارد. باید توجه داشت که انسان، موجودی مکانیکی نیست که تغذیه و کار بتواند سلامت، حیات و دوامش را تأمین کند. کیفیت زندگی افراد به نحوه استفاده از اوقات فراغتشان ارتباط دارد. غفلت از نقش مؤثر اوقات فراغت در توسعه و جهت‌دهی به زندگی، باعث نادیده انگاشتن کانال ورود بسیاری از موفقیت‌ها و شکست‌هاست. فراغت سه کارکرد اصلی دارد: تفریح و سرگرمی، توسعه آزادی فردی و تجدید قوا. فعالیت‌های اوقات فراغت، این امکان را به افراد می‌دهند که وضعیت اجتماعی دلخواه خود را برگزینند. این فعالیت‌ها، افزون بر جبران بخشی از ناراحتی‌ها، جنبه‌های ملال‌آور زندگی را برطرف کرده، فرد را از خستگی ناشی از آن خارج می‌سازد.

کارکردهای عمده اوقات فراغت را می‌توان بدین شرح خلاصه کرد:

**نیاز به استراحت و رفع خستگی:** اشتغال مستمر و بدون وقفه، سبب خستگی جسمی و روانی می‌شود و به تدریج، نشاط و شادمانی را از افراد سلب می‌کند. یکی از آثار و نتایج اوقات فراغت، جبران صدمه‌های جسمی و روانی ناشی از هیجان‌های کاری و رهایی از کسالت ناشی از یکنواختی انجام وظایف روزانه است.

**نیاز به تفریح و سرگرمی:** انسان از یکنواختی، گریزان و به تنوع و تأمین علایق خویش علاقه‌مند است. این امر در جامعه شهری امروز، اهمیت بیشتری پیدا کرده است، زیرا افراد، مشاغل تکراری، خسته‌کننده و کسالت‌آوری دارند.

**پرورش و شکوفایی استعدادها و خلاقیت‌ها:** معمولاً آدمی تا زمانی که درگیر کار و امور روزانه باشد، تمام انرژی خویش را صرف انجام آنها می‌کند و هرچه بیشتر در این وظایف غرق شود امکان بروز بسیاری از خلاقیت‌ها کاهش می‌یابد. زمان فراغت، فرصت گران‌بهایی است که انسان می‌تواند ابعاد دیگر وجود خویش را کشف کند و پرورش دهد.

**کسب اطلاع و تکمیل معلومات:** در جامعه امروز که هم، زمان فراغت طولانی‌تر و هم، امکانات کسب اطلاع و آموزش، بیشتر شده و همچنین نیاز به معلومات بیشتر فزونی یافته، این کارکرد، اهمیت بیشتری یافته است.

**مشارکت اجتماعی:** فراغت با فراهم کردن امکانات و فرصت برقراری روابط خانوادگی، دوستانه، گروهی و حرفه‌ای به تقویت انسجام اجتماعی کمک می‌کند و زمینه را برای انجام فعالیت‌های مشارکتی فراهم می‌آورد. به عبارت دیگر فراغت‌های گروهی، فرصتی برای تمرین مشارکت اجتماعی است و مسئولیت‌پذیری و احساس تعهد اجتماعی را افزایش می‌دهد.

### ۳) ویژگی‌های فراغت در عصر حاضر

تغییرهای بسیار سریع اجتماعی و فناوری، رشد شهرنشینی و صنعت، پدید آمدن وسایل ارتباط جمعی، جهانی شدن و همگانی شدن فراغت ازجمله عوامل مهمی به‌شمار می‌آیند که در عصر حاضر، زندگی انسان‌ها را تحت تأثیر قرار داده‌اند. در دوران جدید زندگی بشر، رشد شهرنشینی و مشکلات ناشی از آن به‌ویژه در شهرهای بزرگ، مسائلی مانند تنهایی انسان‌ها، کاهش صمیمیت‌ها و برخوردهای عاطفی را سبب شده است.

افزون بر این، یکنواختی کارهای صنعتی و اداری، افسردگی، فشارهای عصبی و فرسودگی انسان‌ها، توجه به اوقات فراغت را افزایش داده است. همچنین اوقات فراغت، در حال حاضر با ساخت سیاسی جامعه نیز پیوند برقرار کرده است. برخلاف گذشته که فراغت موضوعی شخصی بود، در دنیای امروز با دستگاه سیاسی، ارتباط مستقیم دارد. از یک‌طرف، دولت‌ها به شکل‌های مختلف و با کمک وسایل ارتباط جمعی در زمان فراغت مردم نفوذ پیدا کرده و در سوق دادن آنها به سمت اهداف خاص نقش زیادی دارند. از طرف دیگر، مردم انتظار دارند دولت، آنها را دربارهٔ پر کردن مناسب و متنوع اوقات فراغتشان یاری رساند.

افزون بر این، موضوع مهم دیگر دربارهٔ اوقات فراغت در دوران حاضر، ارتباط آن با وسایل ارتباط جمعی است. وسایل ارتباط جمعی، به‌ویژه از نیمهٔ دوم قرن بیستم، بزرگ‌ترین تحول را در ارتباط با زمان فراغت ایجاد کرده‌اند. می‌توان مشخصات فراغت در عصر مدرن را به این شرح دسته‌بندی کرد:

**کاهش تحرک فیزیکی:** برخلاف گذشته که فعالیت‌های اوقات فراغت،

اغلب با تحرک بدنی همراه بوده، امروزه سهم تماشاگری همراه با فعل‌پذیری (انفعال حرکتی) افزایش یافته و با وجود افزایش سهم آن از لحاظ زمانی، میزان تحرک جسمی را کاهش داده است.

**رسانه‌ای شدن:** استفاده از رادیو، تلویزیون و سایر رسانه‌ها و اتکای بیش از حد و تقریباً انحصاری به وسایل ارتباط جمعی در شکل‌های گوناگون و متنوع آن.

**تجاری شدن اوقات فراغت:** امروزه برخلاف گذشته که اوقات فراغت در چارچوب محیط خانه و میان خانواده صرف می‌شد، مؤسسه‌های گوناگونی، کارکرد تنظیم اوقات فراغت را بر عهده گرفته‌اند.

**عمومیت یافتن اوقات فراغت:** در گذشته اگر طبقات ممتاز، عمدتاً امکان دسترسی به برخی جنبه‌های اوقات فراغت را داشتند، امروزه بهره‌مندی از این اوقات و فرصت‌های متناظر با آن به کل طبقات اجتماعی تعمیم یافته است.

**اختیاری شدن اوقات فراغت:** صرف‌نظر از تأثیر افراطی تبلیغات، امروزه با تنوعی که در امکانات و فرصت‌های گذران اوقات فراغت پدید آمده، نحوه گذران اوقات از کنترل فعالیت‌های اقتصادی و کاری رها و به سمت فعالیت‌های دلخواه و آزاد، معطوف شده است.

ازاین‌رو، می‌توان اذعان داشت که اوقات فراغت از مسئله‌های صرفاً اجتماعی فراتر رفته و به مقوله‌ای اقتصادی، فرهنگی، سیاسی و حتی حقوقی تبدیل شده است.

## ۸) مبانی اسلامی اوقات فراغت

با مطالعه آموزه‌های اسلامی، درمی‌یابیم که دین اسلام نیز به اوقات فراغت، توجه زیادی دارد و این آموزه‌ها اهمیت، اصول و روش‌های ناظر به گذران اوقات فراغت را به‌دقت بیان کرده‌اند. شماری از مهم‌ترین اصولی که در این زمینه از آموزه‌های اسلامی به‌دست می‌آید، از این قرار است:

**برنامه‌ریزی:** برخی از افراد برای اوقات فراغت خود، برنامه‌ریزی نمی‌کنند؛

در حالی که آموزه‌های دینی، ما را به غنیمت شمردن وقت، موظف کرده‌اند. این مسئله، نیازمند برنامه‌ریزی درست برای بهره‌برداری از اوقات فراغت است. رسول خدا ﷺ در مقام توصیه به ابوذر چنین فرموده‌اند:

اعْتَمِمْ حَسْبًا قَبْلَ حَمْسٍ: شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَ صِحَّتَكَ قَبْلَ سُقْمِكَ، وَ عِثَّكَ قَبْلَ فُقْرِكَ، وَ فَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَ حَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ؛ پنج چیز را پیش از پنج چیز غنیمت شمار: جوانی‌ات را پیش از پیری، سلامت را پیش از بیماری، بی‌نیازی‌ات را پیش از تنگدستی، فراغت را پیش از گرفتاری و حیات را پیش از مرگ.<sup>۱</sup>

**جهت‌گیری الهی:** یکی از مسائل مهم در رویکرد اسلامی به اوقات فراغت، آن است که آدمی نمی‌تواند هر عملی را که بخواهد، انجام دهد؛ بلکه جهت‌گیری اوقات فراغت نیز باید الهی باشد و به‌گونه‌ای انتخاب شود که در مسیر اطاعت و رضای الهی قرار گیرد. امام سجاد ﷺ در یکی از مناجات‌ها فرمودند:

پس اگر برای ما آسودگی از کاری را مقدر فرموده‌ای، آن را آسایشی سالم قرار ده که پیامدی (گناه‌آلود) نداشته باشد و رنجی به ما نرسد.<sup>۲</sup>

در این زمینه، از حضرت علی ﷺ نیز در تفسیر آیه ۷۷ سوره قصص «وَأَتَّبِعْ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا؛ و بگو در آنچه خدا به تو داده، خانه آخرت را و بهره‌ات از دنیا را فراموش مکن» چنین وارد شده است:

تندرستی، قوت، فراغت، جوانی و نشاط را فراموش مکن و به‌وسیله این (پنج نعمت بزرگ) آخرت را بطلب.<sup>۳</sup>

۱. طوسی، الامالی، ص ۵۲۶؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۴، ص ۷۵.

۲. صحیفه سجادیه، دعای یازدهم.

۳. صدوق، الامالی، ص ۲۲۸؛ حویزی، نور الثقلین، ج ۴، ص ۱۳۹؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۱۷۷ و ۲۶۷ و ج ۷۰، ص ۷۳.

**همراهی اوقات فراغت با کار:** کار در نظام مبتنی بر ارزش‌های دینی، امری مقدس شمرده می‌شود و در چنین نظامی، انسان با کار و تلاش، بیگانه نیست. در این فرهنگ، فراغت به معنای بیکاری، بیهوده‌گذرانی و تنبلی نیست و تمام اوقات باید وقت کار و زمان فعالیت سالم و هدف‌دار باشد. فراغت شایسته و سالم در فرهنگ قرآنی، تنبلی و بیکار نشستن نیست. قرآن کریم می‌فرماید:

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ\* وَإِلَى رَبِّكَ فَارْغَبْ؛ پس چون فراغت یافتی به طاعت کوش\* و با اشتیاق به‌سوی پروردگارت روی آور<sup>۱</sup>.

با توجه به اینکه در آیه، موضوع «فراغ» معین نشده و «فَانصَبْ» از ماده «نصب» به معنای تعب و زحمت است، آیه شریفه مزبور یک اصل کلی و فراگیر را مطرح می‌کند و آن اینکه پیامبر ﷺ را در مقام یک الگو، از استراحت کردن پس از پایان امری مهم بازدارد و تلاش پیگیر را در زندگی به او گوشزد کند. این آیه، فراغت از هر مهمی و پرداختن به مهم دیگر را دربر می‌گیرد و به‌طور کلی توصیه می‌کند هرگز بیکار نمان و کوشش را کنار نگذار؛ بلکه پیوسته مشغول تلاش باش و پایان مهمی را آغاز مهم دیگر قرار ده.

**منحصر نشدن در تفریح:** در فرهنگ اسلامی، اوقات فراغت با تفریح هم‌معنا نیست و شیوه گذران آن منحصر به تفریح و سرگرمی نمی‌شود. برای گذران اوقات فراغت انسان، راه‌های گوناگونی معین شده است. در این فرهنگ، اوقات فراغت، بخشی از زمان زندگی و عمر و دارای ارزش و اهمیت است و نباید همه آن به تفریح سپری شود؛ بلکه باید برای آن برنامه‌ریزی همه‌جانبه‌ای صورت پذیرد و در امور مختلفی صرف شود.

## ۵) الگوهای تجویزی گذران اوقات فراغت

### یک) عبادت

از نگاه قرآن کریم عبادت و بندگی خداوند، هدف اصلی آفرینش انسان

است<sup>۱</sup>. بنابراین انسانی که می‌خواهد براساس فلسفه وجودی خود حرکت کند، باید همه اوقاتش به عبادت خدا مشغول باشد. البته بندگی و عبادت لزوماً به معنای عبادت‌های مرسوم و شناخته شده فقهی نیست. انسان حتی می‌تواند خوردن، خوابیدن و تفریحات خود را عبادت الهی بداند؛ مشروط به آنکه به انگیزه الهی و برای وصول به مقام قرب انجام گیرند. در عین حال، انجام عبادت‌های ویژه، مثل نمازهای مستحبی، خواندن اذکار و دعاهای ویژه، روزه گرفتن مستحبی، تمرکز و توجه بیشتر به آیات قرآنی می‌تواند یکی از شایسته‌ترین کارها در اوقات فراغت باشد.

حضرت زهرا<sup>۲</sup> در دعایی از خدای متعال چنین می‌خواهد:

اللَّهُمَّ فَرِّغْ لِي لِمَا خَلَقْتَنِي لَهُ؛ خداوندا! برای دستیابی به آنچه مرا برایش آفریده‌ای، فراغتی به من عطا کن<sup>۳</sup>.

### دو) تفکر

برتری انسان بر حیوان در به‌کارگیری قوه عاقله اوست. قرآن مجید، بارها به اندیشیدن در کارها و پدیده‌ها اشاره دارد. مفهوم عبادت به یاد نماز گزاردن یا بسیار روزه گرفتن تعریف نشده؛ بلکه در دایره تفکر در امر خداوند معرفی شده است: امام رضا<sup>۴</sup> می‌فرمایند:

لَيْسَتْ الْعِبَادَةُ كَثْرَةَ الصَّيَامِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّمَا الْعِبَادَةُ كَثْرَةُ التَّفَكُّرِ فِي أَمْرِ اللَّهِ؛ عبادت آن نیست که انسان، نماز و روزه بسیار به‌جا آورد؛ بلکه عبادت، اندیشیدن بسیار درباره امور الهی است<sup>۵</sup>.

اوقات فراغت می‌تواند بهترین زمان برای اندیشیدن در خلقت الهی باشد. یکی از شایسته‌ترین کارهایی که می‌توانیم با فراغ بال بیشتری در اوقات فراغت انجام دهیم، حسابرسی اعمال روزانه یا اعمال گذشته است. گاهی انسان، چنان درگیر فعالیت‌های شغلی و کارهای روزمره خود می‌شود که

۱. ذاریات/۵۶.

۲. ابن طاووس، مهج الدعوات، ص ۱۴۱؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۹۲، ص ۴۰۶.

۳. حرّانی، تحف العقول، ص ۴۴۲.

۱. انشراح/۷ و ۸.

هدف اصلی زندگی را فراموش می‌کند، حتی ممکن است روزها بگذرد و سؤال‌های اساسی حیات انسانی برای او مطرح نشود؛ چه رسد به اینکه نوع مواجهه با آنها را تحلیل کند. سؤال‌هایی از این قبیل که از کجا آمده‌ام؟ برای چه آمده‌ام؟ چرا آمده‌ام؟ به کجا می‌روم؟ چگونه باید این راه را طی کنم؟ نیازها و توشه این راه چیست؟ همراهان این راه کیست‌اند؟ راهزنان این راه چه کسانی و کجایند؟ اوقات فراغت، بهترین زمانی است که هر کسی می‌تواند بخشی از آن را برای تأمل درباره این پرسش‌ها اختصاص دهد. امام علی علیه السلام می‌فرمایند:

مَا أَحَقُّ الْإِنْسَانَ أَنْ تَكُونَ لَهُ سَاعَةٌ لَا يَشْغَلُهُ عَنْهَا شَاغِلٌ يُحَاسِبُ فِيهَا نَفْسَهُ فَيَنْظُرُ فِيمَا اكْتَسَبَ لَهَا وَ عَاطِيَهَا فِي لَيْلِهَا وَ نَهَارِهَا؛ چقدر شایسته است انسان، زمانی در اختیار داشته باشد که از مشغولیت‌های زندگی، چیزی او را سرگرم نسازد. ساعتی که از خودش حسابرسی کند و درباره آنچه در شبانه‌روز برای خود به‌دست آورده یا از کف داده است، بیندیشد.<sup>۱</sup>

همچنین در حدیث دیگری به تقسیم اوقات فرد دین‌دار اشاره دارند و از ساعت حسابرسی در کنار ساعت مناجات و ساعت مخصوص لذت‌های حلال، یاد شده است:

لِلْمُؤْمِنِ ثَلَاثُ سَاعَاتٍ فَسَاعَةٌ يَبْتَاجِي فِيهَا رَبَّهُ وَ سَاعَةٌ يَرْمُ فِيهَا مَعَاشَهُ وَ سَاعَةٌ يُحْلِي فِيهَا [فِيهَا] يَنْ نَفْسِهِ وَ يَبْنِي لَذَّتَهَا فِيمَا يَحِلُّ وَ يَجْمَلُ؛ برای مؤمن سه ساعت است: ساعتی خدا را بخواند و ساعتی برای لذت حلال و ساعتی که بین خود و بین لذت و خوشی آنچه حلال و نیکو و زیباست می‌گذارد.<sup>۲</sup>

امام صادق علیه السلام می‌فرمایند هر مسلمانی دست‌کم باید یک روز در هفته، خود را از کارهای روزمره فارغ کند و به مسائل تربیتی و دینی خود توجه ویژه کرده و ابهام‌های خود را رفع کند:

۱. آمدی، غرر الحکم، ص ۶۹۸.

۲. نهج البلاغه، کلمات قصار، شماره ۳۹۰.

أَفِ لِلرَّجُلِ الْمُسْلِمِ أَنْ لَا يَفْرَغَ نَفْسَهُ فِي الْأُسْبُوعِ يَوْمَ الْجُمُعَةِ لِأَمْرِ دِينِهِ فَيَسْأَلَ عَنْهُ؛ آف بر مسلمانی که برای کار دین خویش و پرسش درباره آن، [دست‌کم] روز جمعه هر هفته، خود را از کارهای دیگر فارغ نمی‌سازد.<sup>۱</sup>

## سه دیدار با خویشان و دوستان

یکی دیگر از بهترین و ارزشمندترین راه‌های گذران اوقات فراغت، دید و بازدید از خویشاوندان و دوستان است. اسلام برای حفظ و تقویت بنیان‌های اجتماعی و روابط خویشاوندی، تأکید زیادی بر صلۀ رحم و ارتباط با اقوام دارد. برکت مادی و معنوی فراوانی برای آن برشمرده است. به‌طور طبیعی در زمان کار و فعالیت‌های شغلی و روزانه، فرصت و امکانی برای انجام این وظیفه دینی و انسانی نیست. به همین دلیل، مناسب‌ترین اوقات برای انجام چنین کاری، اوقات فراغت است. امام علی علیه السلام می‌فرمایند:

إِنَّ لِأَهْلِ الدِّينِ عَلَامَاتٍ يُعْرِفُونَ بِهَا صِدْقَ الْحَدِيثِ وَ آدَاءَ الْأَمَانَةِ وَ وَقَاءَ بِالْعَهْدِ وَ صَلَةَ الْأَرْحَامِ وَ...؛ دین‌داران شاخصه‌هایی دارند که با آنها می‌شود ایشان را شناخت: راستگویی، امانت‌داری، وفاداری، ارتباط با خویشاوندان و...<sup>۲</sup>.

امام باقر علیه السلام می‌فرمایند:

صَلَاةُ الْأَرْحَامِ تَزَكِّي الْأَعْمَالَ وَ تُنْبِي الْأَمْوَالَ وَ تَدْفَعُ الْبُلُوَى وَ تُبَيِّنُ الْحِسَابَ وَ تُسَيِّئُ فِي الْأَجَلِ؛ ارتباط با خویشاوندان، سبب پاک‌کاری اعمال، رشد اموال، دفع بلاها، حسابرسی آسان و طول عمر می‌شود.<sup>۳</sup>

امام جعفر صادق علیه السلام می‌فرمایند:

۱. صدوق، النضال، ج ۲، ص ۳۹۳؛ بحرانی، تفسیر برهان، ج ۵، ص ۳۷۸؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۵۶، ص ۳۳۶ و ج ۸۶، ص ۳۴۷.  
۲. کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۲۳۹؛ حرانی، تحف العقول، ص ۲۱۱؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۶، ص ۳۶۴.  
۳. همان، ص ۱۵۰؛ همان، ص ۲۲۹؛ همان، ج ۷۱، ص ۱۱۱ و ج ۷۵، ص ۱۷۹.

صَلَّةُ الْأَرْحَامِ تُحَيِّتُ الْخُلُقَ وَ تُسْمِحُ الْكَفَّ وَ تُطَيِّبُ النَّفْسَ وَ تَزِيدُ فِي الرِّزْقِ وَ تَنْسِيءُ فِي الْأَجَلِ؛ ارتباط با خویشاوندان، اخلاقی نیکو، دست و دلی باز، جانی پاکیزه، رزقی فراوان و عمری طولانی را به ارمغان می‌آورد<sup>۱</sup>.

دوست مؤمن به منزله پناهگاه آدمی است. به تعبیر امام صادق علیه السلام برای هر چیزی تکیه‌گاهی است که به وسیله آن، استراحت فراهم می‌شود؛ برای یک مؤمن، تکیه‌گاه و وسیله استراحت، دوست مؤمن اوست.<sup>۲</sup> نکته مهم در اهمیت انتخاب دوست، این است که باید اوقات فراغت انسان با دوستانی شایسته و مایه آبرو و عزت انسان، سپری شود.

## چهار) همیاری

اوقات فراغت، فرصتی برای برآوردن نیازهای مؤمنان است. شاید بسیاری از مردم، خیر را در این بدانند که در ایام فراغت، به دور از مشغولیت‌های افراد گوناگون به استراحت بپردازند؛ اما بسیاری هم با فراگیری از تعلیم مکتب وحی با برآوردن نیازهای دیگران، نه تنها خسته نمی‌شوند؛ بلکه برای ادامه کار، انرژی گرفته و شادمان توشه‌ای را برای سرانجام خود فراهم می‌سازند. به فرموده رسول خدا صلی الله علیه و آله هنگامی که خدا برای بنده‌ای اراده نیکي کند، نیازهای مردم را در دست او قرار می‌دهد.

## پنج) کتابخوانی

کتاب، و وسیله خوبی برای گذران بهینه اوقات فراغت نوجوانان و جوانان است. وجود کتابخانه‌ها عامل مؤثری در جلب جوانان به مطالعه کتاب خواهد بود و داشتن امکانات مطالعه، دریچه‌ای به سوی دنیای شگفت‌انگیز علم و معرفت و راهی بسیار ساده و عملی برای پرورش استعدادهای خدادادی است. چه نیکوست اگر بتوانیم مطالعه را در نوجوانان و جوانان به صورت عادت درآوریم، زیرا در آن صورت، ارتباط آنها با جهان دانش، مشکل نخواهد بود

۱. همان، ص ۱۵۱؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۱، ص ۱۱۴.  
۲. مفید، الاختصاص، ص ۳۰.

و بدون هیچ زحمتی می‌توانند، ضمن استفاده بهینه از اوقات فراغت، از راه مطالعه، میزان درک و اندیشه خود را از جهان هستی رشد دهند.

رابطه معکوسی بین افزایش بزهکاری با رشد فرهنگ کتابخوانی در جامعه وجود دارد. یکی از جلوه‌های تعلیم و تعلم، سرگرمی با کتاب‌های مفید است. اوقات فراغت، فرصتی است تا با مطالعه، به آگاهی‌ها و تجربه‌های زندگی بیفزاییم.

## شش) بازی؛ رایانه و اینترنت

امروزه رشد چشمگیر فناوری اطلاعات در سطح جهان باعث شده که در زمان کمی، بتوان از اطلاعات وسیع برخوردار شد. بنابراین رایانه و اینترنت اگر در جهت مطلوب و ارزش‌های اخلاقی قرار گیرد، یکی از بهترین گزینه‌ها برای گذران اوقات فراغت نوجوانان و جوانان جامعه خواهد بود. از این رو، استفاده بهینه از این منابع، مورد توجه مربیان تربیتی است. البته اگر این وسیله در جهت نامطلوب قرار گیرد، بیشترین ضربه را به جامعه وارد خواهد ساخت. از آن رو که دشمنان از طریق تهاجم فرهنگی و برنامه‌های نامناسب درصدد تحقق اهداف نادرست خود هستند، لازم است مکانی مناسب نظیر مسجد برای هدایت و کنترل برنامه‌ها مدنظر قرار گیرد.

مراجعه به روایت‌هایی که از امام هشتم علیه السلام نقل شده است، نکات جالبی را در ارتباط با بازی بیان می‌کند. این نکات را می‌توان به شرح ذیل بیان داشت:

## الف) نهی از قمار

امام رضا علیه السلام در حدیثی بعد از آن که انسان‌ها را از پیمودن مسیر اهل ضلالت باز داشت به این نکته اشاره فرمود که تعبیر «میسر»<sup>۱</sup> قمار است و قرآن از آن به شدت نهی فرموده عملی شیطانی تلقی کرده است.<sup>۲</sup>

۱. مائده/۹۰.  
۲. کلینی، الکافی، ج ۵، ص ۱۲۴؛ بحرانی، تفسیر برهان، ج ۱، ص ۴۹۸؛ عیاشی، تفسیر عیاشی، ج ۱، ص ۳۳۹.

## ب) اجتناب از شطرنج

حضرت رضا علیه السلام به گونه‌های مختلف در ارتباط با بازی شطرنج موضع گرفته‌اند. ایشان در موردی با مواجهه غیرمستقیم بعد از پرسش از بازی شطرنج چنین فرمودند:

هر کس سخنی می‌گوید، باید حاوی ذکر خدا باشد و نیز هر کس سکوت می‌کند، باید سکوتش برای غیر خدا نباشد.<sup>۱</sup>

حضرت رضا علیه السلام در موضعی دیگر با صراحت از بازی شطرنج نهی فرموده و آن را جلوه‌ای از آتش جهنم بیان می‌کنند:

کسی که شطرنج بازی کند همانند کسی است که وارد آتش دوزخ شود.<sup>۲</sup>

## ج) راهکاری جالب

اگر کسی بخواهد از سرگرمی‌های ناشایست اجتناب کند، نیازمند راهکار است. حضرت رضا علیه السلام شیوه‌ای جالب در این زمینه ارائه می‌کنند و آن توجه به امام حسین علیه السلام است:

هر کس از شیعیان ما باید از شراب‌خواری و بازی شطرنج اجتناب کند و اگر در او تمایلی به این دو باشد متذکر حسین علیه السلام شود تا خداوند گناهان او را از بین ببرد، هر چند به اندازه ستارگان آسمان باشد.<sup>۳</sup>

## هفت) فعالیت‌های هنری

خلق و ایجاد، اصولاً لذت‌بخش و تحریک‌کننده ذوق انسان است. لذتی که از پدید آمدن یک اثر هنری یا حتی از تهیه و تکمیل یا تعمیر وسایل

۱. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۳۷؛ فیض کاشانی، الوافی، ج ۱۷، ص ۲۳۱.

۲. همان؛ همان، ص ۳۲۲.

۳. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۲۲؛ صدوق، المواعظ، ص ۱۵۳؛ صدوق، الفقیه، ج ۴، ص ۳۰۱.

مورد نیاز زندگی با کوشش شخص به انسان دست می‌دهد، در اصل، نوعی تغذیه روان و تقویت استعدادهای نهفته انسانی را به همراه دارد و به سبب همین انگیزه درونی، اشتغال به این گونه فعالیت‌ها در اوقات فراغت، جنبه سازنده و آموزنده‌ای دارد و تقویت و تلطیف مهارت‌های دستی و نیرومندی هنری انسان را سبب می‌شود. غنی ساختن اوقات فراغت از طریق فعالیت‌های هنری، کاربردی فراوان دارد.

## هشت) شرکت در برنامه‌های کانون فرهنگی و تربیتی

یکی دیگر از برنامه‌های گذران اوقات فراغت نوجوانان و جوانان به خصوص در فصل تابستان، کانون‌های فرهنگی و تربیتی است. عمده کار آنها را فعالیت‌های هنری، آموزشی، ورزشی، کلاس‌های قرآن، اردوهای مختلف و کلاس‌های تقویتی تشکیل می‌دهد.

فعالیت‌های اوقات فراغت در نهایت، سبب رشد و توسعه فرهنگی در جامعه خواهد شد و بر اثر فعالیت‌های سالم، از جمله شرکت در اردوهای جمعی، پدیده برنامه ارزشمند راهیان نور، نه تنها از فرصت‌های بیکاری و بعضاً بزهکاری اجتماعی کاسته می‌شود، بلکه اشاعه فرهنگ عمومی، توسعه فرهنگی، نشاط و سرزندگی در جامعه، افزایش می‌یابد.

## نه) فعالیت‌های علمی

کسب علوم مختلف، سن خاصی می‌طلبد. از این رو شاید این بخش از راهکارها بیشتر برای جوانان مفید باشد. با پیشرفت علم در روزگار ما، اوقات فراغت، فرصتی برای افراد هر جامعه به خصوص جوانان است تا از آخرین دستاوردهای علمی آگاهی یابند. امام صادق علیه السلام با تأکید بر تلاش در جهت سهم و استفاده بهینه از دوران زندگی می‌فرمایند:

لَسْتُ أُحِبُّ أَنْ أَرَى الشَّابَّ مِنْكُمْ إِلَّا عَادِيًا فِي خَالَيْنِ: إِنَّمَا عَالِمًا أَوْ مُتَعَلِّمًا، فَإِنْ لَمْ يَفْعَلْ فَرَطَ، فَإِنْ فَرَطَ ضَيَّعَ، وَإِنْ ضَيَّعَ أَثَمَ، وَإِنْ أَثَمَ سَكَنَ النَّارَ، وَالَّذِي بَعَثَ مُحَمَّدًا صلی الله علیه و آله بِالْحَقِّ؛ سوگند به کسی که پیامبر صلی الله علیه و آله را به حق برگزید! دوست ندارم جوانی از شما را مگر



در یکی از این دو حالت ببینیم: یا عالم و دانشمند باشد یا متعلم و آموزنده. پس اگر در هیچ کدام از این دو حال نبود، کم کاری و کوتاهی کرده و در آن صورت، عمر خود را ضایع نموده و گناهکار است و نتیجه آن، عذاب الهی خواهد بود.<sup>۱</sup>

## ده) ورزش

ورزش در اولویت فعالیت های نوجوانان و جوانان برای استفاده از اوقات فراغت قرار دارد. از این رو باید فرهنگ ورزش را توسعه داد. از جمله عواملی که سبب خستگی روحی و ناراحتی جسمی می شود و فشارهای عصبی و روانی را برای انسان افزایش می دهد، یکنواختی در کارهاست. برای رهایی از این وضعیت نامطلوب، می توان به اسباب شادی بخش مانند ورزش، سفر و تفریح روی آورد. این گونه اقدام ها پیامدهای مثبتی برای روح و روان انسان دارد. بارها و فشارهای روانی انسان را تخلیه می سازد، انسان را از افسردگی و کسالت رها می کند، سبب تخلیه هیجان های مسموم در انسان می شود و مهم تر اینکه آرامش جسمی، عصبی، فکری و روانی را برای انسان به ارمغان می آورد.

به این نکته باید توجه کرد که «ورزش، گردش و سفر هم یک کار است» و از این طریق می توان با نشاط و آرامش، فعالیت های روزانه را بهتر و با لذت انجام داد. امام رضا (ع) در فرمایشی زیبا برنامه روزانه را این گونه تبیین می فرماید:

اوقات روز خود را به چهار قسمت تقسیم کنید: ساعتی برای عبادت، ساعتی برای تأمین معاش، ساعتی برای معاشرت و ساعتی را به تفریح ها و لذائذ اختصاص دهید تا با مسرت، نشاط و آرامش قادر به انجام سه وظیفه دیگر شوید.<sup>۲</sup>

پژوهش ها نشان می دهد که ورزش در کاهش تنیدگی مؤثر بوده و دو

نقش ایفا می کند: از یک سو، خستگی جسمی و روانی ناشی از رویدادهای استرس زا را کاهش می دهد و از سوی دیگر، سبب کاهش فشار خون و ضربان قلب شده و از این طریق سلامتی فرد را در برابر محرک های تنش زا تضمین می کند.<sup>۱</sup>

## یازده) سفر و سیاحت

با وجود اینکه امروزه گردشگری به صنعتی مهم و راهبردی تبدیل شده و دانش مستقلی را به خود اختصاص داده است، ولی با توجه به پیشینه ای که در فرهنگ و تاریخ ملت ها و تمدن ها دارد، مفهومی نوپدید به حساب نمی آید. هر چند در منابع دینی عبارتی ناظر به صنعت گردشگری وجود ندارد یا از این صنعت به طور مستقیم نامی به میان نیامده، ولی مطالب فراوان و بسیار مهمی درباره سیر و سیاحت و جهانگردی و آثار و فواید مادی و معنوی آن بیان شده است.

### الف) اهمیت و جایگاه سیر و سیاحت در قرآن و احادیث

در آیات الهی سفارش و تأکید فراوانی در مورد گردش در زمین و سیر در آفاق و انفس به چشم می آید. قرآن مجید با استفاده از واژه «سیر» در شکل های مختلف، گردشگری و جهانگردی را مورد توجه ویژه قرار داده است. در اصطلاح قرآن عبارت «سَیَرُوا فِي الْأَرْضِ» را می توان تعبیر قرآنی صنعت «جهانگردی و تورسیم» دانست.

جایگاه و ارزش سیاحت و جهانگردی به دو صورت از قرآن استفاده می شود: اول اینکه نه تنها خداوند سیاحت و گردشگری را مباح و مشروع اعلام کرده، بلکه آثار و فواید فراوانی نیز برای آن بر شمرده است. دوم اینکه گروهی از انسان ها برای ترک سیاحت و گردشگری مورد سرزنش و توبیخ قرار گرفته اند:

أَوَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ  
وَكَانُوا أَشَدَّ مِنْهُمْ قُوَّةً وَمَا كَانَ اللَّهُ لِيُعْجِزَهُ مِنْ شَيْءٍ فِي السَّمَاوَاتِ وَلَا

۱. سارافینو، روان شناسی سلامت، ترجمه علی احمدی، ج ۲، ص ۵۹۴.

۱. طوسی، الامالی، ص ۳۰۳.  
۲. مجلسی، بحار الانوار، ص ۷۵، ص ۳۲۱.

فِي الْأَرْضِ إِنَّهُ كَانَ عَلِيمًا قَدِيرًا؛ آیا در زمین نگردیده‌اند تا فرجام  
[کار] کسانی را که پیش از ایشان [زیسته] و نیرومندتر از ایشان  
بودند بنگرند؟ و هیچ چیز، نه در آسمان‌ها و نه در زمین، خدا را  
درمانده نکرده، چرا که او همواره دانای تواناست.<sup>۱</sup>

واژه «سیاحت» یکی از واژه‌های قرآنی در ارتباط با گردشگری است. این  
کلمه با واژه‌های مشابه‌اش در چند جای قرآن به چشم می‌خورد. سیاحت از  
ریشه «ساح» به معنای گردشگر، مسافر، جهانگرد و حرکت همراه با آرامش و  
اندیشه است.<sup>۲</sup> قرآن کریم در ترسیم سیمای مؤمنان و چهره فرزندان ضمن  
اشاره به تکلیف‌های فردی و اجتماعی آنان، سائح بودن را یکی از ویژگی‌های  
این انسان‌ها بیان می‌کند:

التَّائِبُونَ الْعَابِدُونَ الْحَامِدُونَ السَّائِحُونَ الرَّاكِعُونَ السَّاجِدُونَ  
الآمِرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَالنَّاهُونَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَالْحَافِظُونَ لِحُدُودِ اللَّهِ  
وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ؛ «[آن مؤمنان] همان توبه‌کنندگان، پرستندگان،  
سپاسگزاران، روزه‌داران، رکوع‌کنندگان، سجده‌کنندگان،  
وادارندگان به کارهای پسندیده، بازدارندگان از کارهای ناپسند  
و پاسداران مقررات خدایند و مؤمنان را بشارت ده».<sup>۳</sup>

مفسرین معانی مختلفی برای لفظ «السائحون» بیان کرده‌اند:<sup>۴</sup>

- کسی که در طلب علم یا روزی حلال و یا برای خدمت به مردم اقدام  
به سفر می‌کند.
- کسی که برای عبرت‌آموزی و تأمل در آفریده‌های الهی بار سفر می‌بندد.
- افرادی که برای جهاد در راه خدا یا زیارت رنج سفر را بر خود هموار  
می‌کنند.

۱. فاطر/۴۴.

۲. فراهیدی، العین، ج ۳، ص ۲۷۲؛ ابن منظور، لسان العرب، ج ۲، ص ۴۹۴.

۳. توبه/۱۱۲.

۴. ابن عجبیه، البحر المدايد، ج ۲، ص ۴۳۲؛ مغنیه، الکاشف، ج ۴، ص ۱۰۶؛ کاشانی، منهج الصادقین،  
ج ۴، ص ۳۳۴؛ طباطبائی، المیزان، ج ۹، ص ۳۹۶؛ مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۸، ص ۱۵۱؛  
حسینی شیرازی، تقریب القرآن، ج ۲، ص ۴۶۹.

همچنین در سوره تحریم «سائحان» بودن را یکی از اوصاف زنان شایسته  
بیان کرده است:

عَسَىٰ رَبُّهُ إِنْ طَلَّقَكُنَّ أَنْ يُبَدِّلَهُ أَزْوَاجًا خَيْرًا مِنْكُنَّ مُسْلِمَاتٍ مُّؤْمِنَاتٍ  
قَاتِنَاتٍ تَأْتِيَنَّاتٍ عَابِدَاتٍ سَائِحَاتٍ ثَيِّبَاتٍ وَأَبْكَارًا؛ اگر پیامبر، شما  
را طلاق گوید، امید است پروردگارش همسرانی بهتر از شما،  
مسلمان، مؤمن، فرمانبر، توبه‌کار، عابد، روزه‌دار، بیوه و دوشیزه  
به او عوض دهد.<sup>۱</sup>

واژه «مسیح» نیز از «ساح» به معنای «رفت» گرفته شده است. درباره  
علت این نام‌گذاری بیان شده که آن حضرت در زمین راه می‌رفت و می‌گشت،  
زمانی که تاریکی شب همه جا را فرا می‌گرفت تا صبح به عبادت می‌ایستاد،<sup>۲</sup>  
بنابراین مسیح به معنای سائح و گردشگر است و آن حضرت مصداق کامل و  
روشنی از گردشگران و جهان‌گردان دنیا به شمار می‌رود. امام صادق علیه السلام درباره  
این ویژگی حضرت عیسی علیه السلام می‌فرماید:

إِنَّ عِيسَى بْنَ مَرْيَمَ كَانَ مِنْ شَرَائِعِهِ السَّيْحُ فِي الْبِلَادِ؛ گردش کردن  
و مسافرت در بین شهرها و آبادی‌ها جزء شریعت عیسی علیه السلام  
به‌شمار می‌رفته است.<sup>۳</sup>

در یک بررسی کلی، آیات در پیوند با موضوع گردشگری در سه دسته  
قرار می‌گیرند:<sup>۴</sup>

**دسته نخست:** آیاتی که ترک سیر و سیاحت را مورد نکوهش قرار می‌دهند.  
این آیات بیشتر، کافران و ستیزه‌گران با حق را مورد خطاب قرار می‌دهند:

أَوَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ  
وَكَانُوا أَشَدَّ مِنْهُمْ قُوَّةً وَمَا كَانَ اللَّهُ لِيُعْجِزَهُ مِنْ شَيْءٍ فِي السَّمَاوَاتِ وَلَا  
فِي الْأَرْضِ إِنَّهُ كَانَ عَلِيمًا قَدِيرًا؛ آیا در زمین نگردیده‌اند تا فرجام

۱. تحریم/۵.

۲. ابن منظور، لسان العرب، ج ۲، ص ۴۹۳.

۳. مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۰، ص ۲۴۴.

۴. مؤسسه بوستان کتاب، جهانگردی در فقه و تمدن اسلامی، ص ۳۳-۳۰.



[کار] کسانی را که پیش از ایشان [زیسته] و نیرومندتر از ایشان بودند بنگرند؟ و هیچ چیز، نه در آسمان‌ها و نه در زمین، خدا را درمانده نکرده است، چرا که او همواره دانای تواناست.<sup>۱</sup>

از این کریمه به دست می‌آید که اسلام طرفدار سیر و سفر برای کسب تجربه است، سیاحت باید جهت‌دار باشد و نهایت این که تاریخ پیشینیان از منابع شناخت سنت‌های حاکم بر جوامع بوده، گذشته، چراغ راه آینده است.<sup>۲</sup> این تعبیر در آیه ۱۰۹ سوره یوسف، آیه ۹ سوره روم، آیه ۲۱ و ۸۲ سوره غافر و آیه ۱۰ سوره محمد ﷺ نیز آمده است.

**دسته دوم:** آیاتی که فرمان به سیر و سفر می‌دهند. فرمان «سیروا فی الأرض» ۶ مرتبه در قرآن آمده است معنای این واژه مسافرت و گردش بوده<sup>۳</sup> و در این آیات آمده است: آل عمران/ ۱۳۷، انعام/ ۱۱، نحل/ ۳۶، نمل/ ۶۹، عنکبوت/ ۲۰ و روم/ ۴۲.

در این آیات نه تنها به سیر و سفر تشویق و ترغیب شده بلکه با به کار بردن فعل امر «سیروا» به آن تکلیف کرده است. این اوامر قرآنی همه مخاطبان مؤمن و کافر را شامل شده ضرورت و اهمیت آن را برای مسلمانان آشکار می‌سازد.

**دسته سوم:** بیان‌گر الگو و نمونه است. آیات الهی به برخی از انسان‌های برگزیده و امت‌های پیشین اشاره دارد که به سیر و سیاحت در زمین پرداخته‌اند. ذوالقرنین شخصیتی است که باید او را «قهرمان جهان‌گردی» نامید. داستان این شخصیت الهی از آیه ۸۳ سوره کهف آغاز می‌شود و در ادامه از سفر او تا غروبگاه آفتاب پرده بر می‌دارد:

حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ مَغْرِبَ الشَّمْسِ وَجَدَهَا تَغْرُبُ فِي عَيْنٍ حَمِئَةٍ؛ یعنی چون به مغرب خورشید رسید دریافت که در چشمه آب گرمی فرو می‌شود.<sup>۴</sup>

۱. فاطر/ ۴۴.

۲. قرآنی، تفسیر نور، ج ۲۹، ص ۵۱۳.

۳. کاشانی، زیادة التفاسیر، ج ۲، ص ۳۶۵؛ حسینی شیرازی، تفریب القرآن، ج ۲، ص ۴۹.

۴. مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۲، ص ۱۷۲.

براساس نظر علامه طباطبایی<sup>۱</sup> ذوالقرنین همان کوروش، یکی از پادشاهان هخامنشی در فارس است که چندین سال پیش از میلاد مسیح ﷺ می‌زیسته و امپراطوری ایران را بنا نهاده است. او میان دو مملکت فارس و ماد را جمع کرد و با فتح بابل به یهودیان اجازه داد تا به اورشلیم باز گردند. کوروش پس از کمک در بنای هیکل سلیمان و تسخیر مصر به سمت یونان حرکت کرد و بر مردم آنجا نیز مسلط شد. ذوالقرنین در ادامه جهانگردی خود به طرف مغرب رهسپار شده و پس از آن، رو به سوی شرق نهاد تا آخرین نقطه مشرق پیش رفت.<sup>۱</sup>

در آیات قرآن به هدف ذوالقرنین از جهان‌گردی و سیاحتش اشاره‌ای نشده است. ولی براساس روایتی از امام صادق<sup>۲</sup>، در یکی از سفرهای دریایی ذوالقرنین، یکی از همراهانش دلیل سفر او را پرسید، او پاسخ داد:

أُرِيدُ أَنْ أَنْظُرَ إِلَى مُلْكِ رَبِّي فِي الْبَحْرِ كَمَا رَأَيْتُهُ فِي الْبَرِّ؛ می‌خواهم همچنان که حکومت پروردگارم را در خشکی دیده‌ام در دریا هم به تماشا بنشینم.<sup>۳</sup>

نمونه دیگر قرآنی مربوط به ابراهیم<sup>۴</sup> است. برای ابراهیم<sup>۵</sup> افزون بر سفرهای پی‌درپی آن حضرت از فلسطین به مکه برای بردن هاجر و اسماعیل، سه مسافرت نقل کرده‌اند؛ مسافرت از زادگاهش به سوی شام. از شام به سوی مصر و برگشت از مصر به شام. آیات ۲۶ سوره عنکبوت و ۷۱ سوره انبیاء به این مسافرت‌ها اشاره دارد.

خداوند متعال در دسته‌ای از آیات به مسافرت‌های فرزندان یعقوب<sup>۶</sup> اشاره کرده است.<sup>۷</sup> در این آیات به سه سفر برای خاندان یعقوب اشاره شده است که عبارتند از: سفر از کنعان به مصر به اتفاق همه فرزندان به جز بنیامین، دومین سفر به همراه بنیامین بوده و سومین سفر فرزندان یعقوب به همراه پدر برای دیدن یوسف<sup>۸</sup> بوده است.

۱. طباطبایی، المیزان، ج ۱۳، ص ۳۹۱.

۲. بحرانی، تفسیر برهان، ج ۳، ص ۶۷۱.

۳. یوسف/ ۱۰۰-۵۸.

مسافرت‌های موسی علیه السلام ماجراهای زیبایی دارد که خداوند در نهایت هنرمندی به آن پرداخته است.<sup>۱</sup> موسی علیه السلام در مصر به دنیا آمد روحیه ستم‌ستیزی او باعث شد نخستین سفر ایشان به مدائن صورت گیرد. دومین سفر موسی علیه السلام پس از ازدواج با دختر شعیب علیه السلام از مدائن به سوی مصر بود که در همین سفر به پیامبری برگزیده شد و خداوند به موسی علیه السلام مأموریت داد تا همراه با برادرش هارون علیه السلام مردم را از یوغ ستم فرعون نجات دهند. سومین سفر موسی علیه السلام همراه با بنی‌اسرائیل به سوی بیت‌المقدس بود که به قدرت خداوند دریا شکافته شد و موسی علیه السلام و همراهیان از آن گذشتند و فرعون با فرو رفتن در کام امواج به عذاب الهی گرفتار شد. چهارمین سفر موسی علیه السلام، سفری سرنوشت‌ساز و پر رمز و راز است. شباهتی کامل به گردشگری و جهان‌گردی دارد. در این سفر موسی علیه السلام به همراه خدمت‌گزارش یوشع بن نون علیه السلام برای دیدار و ملاقات با بنده شایسته خدا حضرت خضر علیه السلام به سوی مجمع‌البحرین حرکت کرد. موسی علیه السلام پس از ملاقات با خضر علیه السلام سفری را به همراه هم آغاز کردند. در لابه‌لای این گردش نکته‌ها و درس‌های فراوانی وجود دارد که در آخرین کتاب آسمانی به زیبایی بیان شده است.

بدست می‌آید گردشگری و جهان‌گردی مورد توجه خداوند بلند مرتبه بوده است. خداوند در آخرین نامه خود به شیوه‌های مختلف مخاطبان خود را به گردش و سیر و سیاحت فرا خوانده آنان را به این مهم رهنمون شده است.

## ب) فواید و آثار

در فرهنگ اسلامی، سیر و سفر راهی برای رسیدن انسان به شناخت حقایق هستی و دریچه‌ای برای آشکار شدن گوهر وجود انسان است. آدمی با بهره‌گیری از مزایای سفر می‌تواند ابعاد وجودی خود را شکوفا سازد و با کنار زدن حجاب‌های ظلمانی پیرامون خود، حقیقت برایش آفتابی شود. در منابع دینی، فواید و آثار فراوانی برای سیر و سیاحت و گردشگری بیان شده است که به سه بخش تقسیم می‌شوند: آثار فردی، اجتماعی و معنوی و روانی.

۱. قصص/۱۵-۲۱؛ طه/۹-۳۵؛ کهف/۶۰-۸۳.

## اول) آثار فردی

### ■ عبرت آموزی

در برخی از آیات قرآن همراه با واژه «سیر» لفظ «نظر» به کار رفته است:

قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ ثُمَّ انظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُكَذِّبِينَ؛ بگو در زمین بگردید، آنگاه بنگرید که فرجام تکذیب‌کنندگان چگونه بوده است؟<sup>۱</sup>

در این آیه و آیات مشابه<sup>۲</sup>، نظر کردن به معنای تعقل، تفکر، فحص و بررسی کردن و چیزی را با دقت مورد توجه قرار دادن به کار رفته است. از آنجا که قرآن کتاب هدایت است، طبیعی است که عمل تفکر باید در راستای هدف‌های بلند این کتاب آسمانی قرار گیرد. از این‌رو هدف از تفکر و تأمل عقلانی در این دسته آیات، «عبرت و اعتبار» است. صاحب مجمع‌البیان «نظر» را این‌گونه بیان می‌کند:

نظر، طلب ادراک به‌وسیله بصر، فکر و استدلال بوده و معنایش در این آیه این است که با دیدگانتان بنگرید و با قلب‌هایتان تفکر کنید.<sup>۳</sup>

جهان هستی، آئینه تمام‌نمای خالق هستی است. سیر و سفر و خیره شدن به هنرنمایی آفریننده هستی، قلب را آگاه و قوای فکری را برای اندیشیدن توانا می‌سازد. نگاه با تأمل و تدبیر، خواب را از چشمان انسان ربوده، آدمی را هوشیار، چشم را بصیر و گوش را شنوا می‌سازد:

قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ بَدَأَ الْخَلْقَ ثُمَّ اللَّهُ يُنشِئُ النَّشْأَةَ الْآخِرَةَ إِنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ؛ بگو در زمین بگردید و بنگرید چگونه آفرینش را آغاز کرده است. سپس [باز] خداست که نشأ آخرت را پدید می‌آورد. خداست که بر هر چیزی تواناست.<sup>۴</sup>

۱. انعام/۱۱.

۲. نمل/۶۹؛ عنکبوت/۲۰؛ روم/۴۲.

۳. طبرسی، مجمع‌البیان، ج ۴، ص ۴۳۲.

۴. عنکبوت/۲۰.

آثاری که در جای جای زمین از گذشتگان بر جای مانده، سندهای زنده و گویای تاریخ هستند که بیش از تاریخ مدوّن می توان از آن بهره مند شد. ویرانه های کاخ های ستمگران، بناهای شگفت انگیز اهرام مصر، برج بابل، کاخ های کسری و آثار تمدن قوم سبأ هر کدام در عین خاموشی، هزاران زبان دارند و سخن ها می گویند:

بر دیده من خندید کاین جاز چه می گوید

خندند بر آن دیده کاین جا نشود گریان

دندانۀ هر قصری پندی دهدت نونو

پند سرِ دندانۀ بشنوز بُن دندان

این پند خموشان است، گر پند زبان خواهی

رو آیه «اورثنا» از مکتب قرآن خوان<sup>۱</sup>

### ■ علم آموزی و کسب تجربه

سیر و سفر، تأثیر شگرفی در شکل گیری شخصیت علمی، اجتماعی و مذهبی اندیشمندان داشته است. بدین سبب سفرهای علمی مورد توجه ویژه رهبران دین بوده است. نبی مکرم اسلام ﷺ می فرمایند:

خداوند به من وحی کرده است که هر کس راهی را بپیماید که به دانش و معرفت انجامد، من راه بهشت را برای او هموار می سازم<sup>۲</sup>.

بر اساس سخنان معصومان (ع)، طلب علم، از قرائت قرآن و شب زنده داری در شب های قدر ارزش بیشتری دارد. آخرین رسول الهی ﷺ به ابوذر می فرماید:

نشستن در مجلس علم و دل دادن به مناظره های علمی، نزد خداوند برتر از ۱۲ هزار بار پیکار در رکاب پیامبر اسلام ﷺ و ختم قرآن است<sup>۳</sup>.

۱. خاقانی، دیوان اشعار خاقانی.

۲. مجلسی، بحار الانوار، ج ۱، ص ۱۷۳.

۳. همان، ج ۱، ص ۲۰۳.

سفارشات اولیاء الهی باعث شده بسیاری از میراث های علمی رهاورد سفرهای پر مشقّت و طاقت فرسای دانشمندان باشد. علاقه به دانش، انسان را به حرکت وادار می دارد، آوازه مراکز علمی بزرگ و شخصیت های ساکن در شهرهای گوناگون طالبان علم را به تکاپو فرا می خواند. بسیاری از شخصیت های فرهیخته علمی و دینی کسانی هستند که در پی فراگیری دانش به سیر و سفر پرداختند. به شهادت تاریخ بیشتر کتاب های روایی محصول مسافرت های دانشمندان اسلامی است. جابر بن عبدالله انصاری شتری را خریداری کرد و بار سفر بست و یک ماه تمام سختی سفر به شام را در دشت های سوزان جزیره العرب به جان خرید تا سؤالی علمی از عبدالله بن انیس بپرسد<sup>۱</sup>!

این سینا<sup>۲</sup> بخش های زیادی از کتاب مشهور خود را در طول سفر به اصفهان نگاشته است<sup>۳</sup>. شیخ صدوق<sup>۴</sup> بخشی از آثار و رساله های علمی خود را در راه سفر به رشته تحریر درآورده است<sup>۵</sup>.

بخش قابل توجهی از شناخت و معرفت انسان محصول مشاهدات اوست. فزونی دانش و بینش با استفاده از ابزار چشم از راه گردش بر روی زمین، سیر در معادن و شکافتن دل کوه ها حاصل می شود. از سوی دیگر بسیاری از داشته های انسان محصول و فرآیند تجارب دیگران در زمان ها و مکان های مختلف است.

### ■ رشد جنبه عقلانی و پرورش استعدادها

یکی از آثار گران سنگ سفر در حوزه فردی، رشد و شکوفایی فکری، پرورش اندیشه ها و تقویت جنبه های عقلانی انسان است. خداوند متعال می فرماید:

أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونُ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ؛ يَا

۱. خطیب بغدادی، الجامع الاخلاقی الراوی، ج ۹، ص ۱۶۸.

۲. امین، دایرة المعارف الاسلامیة، ج ۴، ص ۱۵.

۳. ابن شهر آشوب، معالم العلماء، ص ۹۹.

در زمین گردش نکرده‌اند تا دل‌هایی داشته باشند که با آن بیندیشند یا گوش‌هایی که با آن بشنوند؟ در حقیقت، چشم‌ها کور نیستند لیکن دل‌هایی که در سینه‌هاست کور است.<sup>۱</sup>

در این شریفه خداوند سیر و سیاحت را سبب تعقل، اندیشه و بالا رفتن سطح آگاهی و بینش انسان دانسته است. بر اساس این بیان قرآنی سفر همان عنصری است که سنگ‌بنا و شالوده رشد و توسعه زندگی انسان در ابعاد گوناگون فرهنگی، سیاسی و اقتصادی است؛ چرا که روشن است یک جامعه بسته و بی‌خبر از دیگر ملت‌ها، در هیچ زمینه‌ای رشد شایسته‌ای ندارد و از تجربه‌ها و دست‌آوردهای علمی و فکری دیگران محروم خواهد ماند.<sup>۲</sup>

### ■ سلامت جسم

رفتن به دامن طبیعت، نگاه کردن به گیاهان و سبزه‌زاران، چشم دوختن به زلال آب جاری و نفس کشیدن در هوای پاک در کاستن از فشارهای روانی تأثیر بسزایی داشته و از بروز بیماری‌های روانی پیشگیری می‌کند. سفر در کنار آرامش و نشاطی که به ارمغان می‌آورد، سلامت جسم را هم در پی دارد. رسول گرامی اسلام ﷺ می‌فرمایند:

سَافِرُوا تَصِحُّوا وَ تَعْمُوا؛ سفر کنید تا سالم شوید و غنیمت برید.<sup>۳</sup>

مشابه این روایت از امام صادق ﷺ نیز روایت شده که حضرت برای کسب سلامت جسم، سفر را توصیه می‌کنند.<sup>۴</sup> در روایت‌های اسلامی، یکی از آثار مهم سفر حج و عمره، صحت و سلامت بدن بیان شده است. خداوند متعال به انسان‌ها وعده داده اگر به قصد زیارت خانه دوست پای در راه گذاشته و عازم تمتع یا عمره شوند، بدنی سالم خواهند داشت. امام سجاد ﷺ می‌فرمایند:

حُجُّوا وَ اغْتَمِرُوا تَصِحَّ أَبْدَانُكُمْ؛ حج و عمره به‌جا آورید تا بدن‌هایتان سلامت باشد.<sup>۵</sup>

۱. حج/۴۶.

۲. جهان‌گردی در فقه و تمدن اسلامی، ص ۳۰.

۳. قطب راوندی، الدعوات، ص ۷۶؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۵۹، ص ۲۶۷.

۴. برقی، المحاسن، ج ۲، ص ۳۴۵.

۵. کلینی، الکافی، ج ۴، ص ۲۵۲.

شاید بتوان دو علت برای این سلامتی بیان کرد: اول اینکه در حج، پیاده‌روی فراوان وجود دارد و می‌دانیم که پیاده‌روی یکی از بهترین ورزش‌هاست. از سوی دیگر، هرگاه روح و روان انسان به سمت خلوص پیش رود، بدن از روح پیروی کرده و سلامت خود را باز می‌یابد. به عبارت دیگر، روح و جسم دو موجود جدا از هم نیستند، بلکه وجودی درهم تنیده‌اند که در یکدیگر تأثیر و تأثر متقابل دارند.<sup>۱</sup>

هر گاه بدن سالم باشد، روح بهتر می‌تواند رابطه معنوی برقرار کند و اگر روح انسان، ارتباطی عمیق با آسمان داشته باشد، بر صحت و سلامت بدن و کالبد فیزیکی انسان تأثیر مستقیم دارد.

از نکات جالب توجه این است که اگر کسی حج خود را تکرار کند، خداوند هرگز او را به «تب» مبتلا نمی‌کند. به عبارت دیگر، هیچ‌گاه در آتش تب نمی‌سوزد.<sup>۲</sup>

### ■ رفع مشکلات اقتصادی

سفر در کنار آثار مثبت روحی و روانی، سودبخش و نعمت‌افزاست. خداوند متعال به انسان‌ها دستور می‌دهد تا برای برخورداری از فضل الهی، در زمین پراکنده شوند و راه تجارت و داد و ستد را پیش گیرند:

فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ  
وَادْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ؛ و چون نماز گزارده شد، در  
[روی] زمین پراکنده و فضل خدا را جويا شوید و خدا را بسیار  
یاد کنید، باشد که رستگار شوید.<sup>۳</sup>

اقتصاد کشورها بر پایه تجارت بنا شده و تجارت، سفر از دیاری به دیار دیگر است. امام صادق ﷺ از جد بزرگوارشان نبی مکرم اسلام ﷺ نقل می‌کنند که فرمودند:

۱. فعالی، اسرار عرفانی عمره، ص ۲۹-۲۸.

۲. کلینی، الکافی، ج ۴، ص ۲۵۴.

۳. جمعه/۱۰.

سَافِرُوا تَصْخُّوا وَ تُرْزَقُوا؛ سفر کنید تا سلامتی بیابید و روزی بگیرید.<sup>۱</sup>

روایت‌های بسیاری، مشابه این مضمون را حکایت می‌کنند. امام علی علیه السلام ضمن تشویق مردم به تجارت می‌فرماید: «از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله شنیدیم که روزی ۱۰ جزء است، ۹ جزء آن در تجارت و تنها یک جزء در غیر آن است»<sup>۲</sup>.

بخش مهمی از آثار و حکمت‌های سفر حج و عمره مربوط به نفی فقر و افزایش مال است. در این احادیث برای این سفر روحانی آثاری بیان شده است نظیر: وسعت رزق، کفایت مخارج زن و فرزند، کثرت مال، نفی فقر و دست یافتن به غنی و بی‌نیازی. این همه، نشان از اهمیت فراوان و تأثیر سفر حج در تأمین نیازهای مادی و دنیوی انسان دارد.<sup>۳</sup>

نبی مکرم اسلام صلی الله علیه و آله می‌فرماید:

حُجُّوا لَنْ تَقْتَفِرُوا؛ حج گزارید تا هرگز فقیر نشوید.<sup>۴</sup>

در حدیث دیگری پیامبر صلی الله علیه و آله می‌فرماید:

حج و عمره، فقر را می‌زدایند، همان‌گونه که کوره آهن‌گری، زنگار آهن را می‌زداید.<sup>۵</sup>

## دوم) آثار اجتماعی

اجتماعی بودن از اصول مهم زندگی انسان است. انسان در سایه اجتماع به رشد و تکامل خود سرعت می‌دهد، نیازهای روحی و مادی خود را پاسخ می‌دهد و راه ترقی و پیشرفت را می‌پیماید. رفتارهای آدمی همواره به گونه‌ای بوده که او را از مشورت و طلب کمک از دیگران بی‌نیاز نساخته و در هر امری از اجتماع خود مدد خواسته است.

۱. پاینده، نهج الفصاحه، ص ۵۱۹.
۲. صدوق، الفقیه، ج ۳، ص ۱۲۳.
۳. فعالی، اسرار عرفانی عمره، ص ۲۹.
۴. ابن اشعث، الجعفریات، ص ۶۵.
۵. صدوق، الفقیه، ج ۲، ص ۲۲۲.

سیر و سفر علاوه بر فواید فردی و خودسازی، در فعالیت‌های جامعه و اخلاق اجتماعی اثرگذار است. اخلاق جوامع محصول اخلاق فردی انسان‌ها است بر این اساس هرچه اخلاق و ملکات فاضله در افراد بیشتر رسوخ کرده باشد، جامعه اخلاقی‌تر بوده تأثیر بسزایی در رشد و اعتلای افراد خواهد داشت. در طرف مقابل هر چه اخلاق و صفات فاضله در میان مردم کم‌رنگ شود، اجتماع از نظر اخلاق بیمار و تهی از ملکات فاضله خواهد شد.

در قرآن کریم سه عنصر منفی ریشه انحرافات اخلاقی را شکل داده است؛ فسق،<sup>۱</sup> ضلالت<sup>۲</sup> و غوایت.<sup>۳</sup> فسق به معنای خروج از اولین هسته وجودی و جدا شدن از فطرت الهی و توحیدی است. از این رو اگر کسی از فطرت نورانی و هسته مرکزی وجودش خارج شود، فاسق محسوب می‌شود. ضلالت نیز به معنای از خودبیگانگی و نامحرم بودن با خود است و غاوی به معنای بی‌هدفی است.<sup>۴</sup> بی‌هدفی و سرگردانی از بزرگ‌ترین و عمیق‌ترین انحرافات و رذایل منفور اخلاقی امت‌های فاسد گذشته بوده است. علت این سرگردانی عدم درک فلسفه حیات و خلقت خویش بوده که با را از حیات طبیعی فراتر نگذاشتند و به حیات معقول و طیبه<sup>۵</sup> که نتیجه اخلاق و عمل صالح است دست نیافتند. پس اگر نام و یاد خدا در متن جامعه کم‌رنگ شود و ارزش‌ها و صفات اخلاقی پس‌نندیده، نکوهیده و فراموش شود نتیجه‌ای جز بی‌هدفی و انحراف از مسیر فطرت نصیب جامعه و افراد آن نخواهد شد و فساد اخلاقی افراد و جامعه را ویران خواهد کرد.

بر این اساس اسلام پس از اصلاح عقیده، تزکیه نفوس و بهسازی اخلاق فردی و اجتماعی را در صدر برنامه‌های اصلاحی پیامبران الهی قرار داد. شاید به همین دلیل است که فراوانی آیات و روایات درباره اخلاق به مراتب بیشتر از آیات و روایات در حوزه عقاید و احکام است.

۱. حشر/۵۹.
۲. زمر/۲۲.
۳. حجر/۴۲.
۴. جوادی آملی، تفسیر موضوعی، ج ۱۲، ص ۷۹-۷۷ و ۳۳۹-۳۲۸.
۵. جعفری، تفسیر نهج البلاغه، ج ۱۲، ص ۲۲۰.

قرآن کریم برای تحقق این مهم یعنی بیدار ساختن افراد خودخواه، لجوج و تبهکار و همچنین تعالی اخلاقی جامعه و آراستن جامعه به اخلاق حسنه دستور به سفر داده است تا با درس گرفتن از احوال جوامع مجرم و گنهکار گذشته، اخلاق فردی و اجتماعی آنان تغییر یافته به سمت تعالی و کمال گرایش پیدا کنند:

قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ ثُمَّ انظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُكَذِّبِينَ؛ بگو: در زمین بگردید، آنگاه بنگرید که فرجام تکذیب کنندگان چگونه بوده است؟<sup>۱</sup>

قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُجْرِمِينَ؛ بگو: در زمین بگردید و بنگرید فرجام گنه پیشگان چگونه بوده است.<sup>۲</sup>

قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِنْ قَبْلُ كَانَ أَكْثَرُهُمْ مُشْرِكِينَ؛ بگو: در زمین بگردید و بنگرید فرجام کسانی که پیشتر بوده [و] بیشترشان مشرک بودند چگونه بوده است.<sup>۳</sup>

قرآن برای اصلاح اجتماعی، سیر و سیاحت را جزء برنامه‌های تربیتی و فرهنگی خود قرار داده است. با سیر و سیاحت انسان از صفات نکوهیده و زشت جوامع غیر اخلاقی گذشته آگاه شده و با شریعت‌شناسی، شریعت‌محوری و معادباوری به قوانین و احکام الهی پایبند شده از پرتگاه سقوط و انحرافات فردی و اجتماعی در امان خواهد ماند.

### سوم) آثار روحی و روانی

بخش مهمی از آثار و فواید سیر و سیاحت مربوط به روح و روان انسان است. بر اساس آموزه‌های دینی، اگر انسان از روی آگاهی قدم در مسیر بگذارد، می‌تواند بهره‌های معنوی و روانی بسیاری را همراه خود کند.

### ■ آثار معنوی

بر اساس روایت‌های اسلامی، سفر، منزلت و جایگاه ویژه‌ای دارد و مسافرت اگر با انگیزه‌های سالم و شرعی صورت گیرد، زمینه تعالی روحی انسان را فراهم می‌آورد.

نبی مکرم اسلام ﷺ فرمودند:

اگر مردم از رحمت خدا به مسافر خبر داشتند همگی بار سفر می‌بستند. همانا خداوند با مسافران بس مهربان است.<sup>۱</sup>

انسان برای رسیدن به کمال و سعادت، نیازمند کشف حقیقت است تا پرده‌ها و حجاب‌های ظلمانی را از مقابل دیدگان خویش کنار زند. از این‌روست که فرموده‌اند:

سَيَحُوا فَإِنَّ الْمَاءَ إِذَا سَاخَ طَابَ وَإِذَا وَقَفَ تَغَيَّرَ وَ اصْفَرَّ؛ در سیر و سیاحت و حرکت باشید، زیرا آب در گردش و حرکت، پاک و سالم است و چون راکد و بی‌حرکت بماند تغییر رنگ داده، زرد و متعفن می‌شود.<sup>۲</sup>

کسب فیض رحمانی و مراتب عرفانی و معنوی در سفرهای زیارتی به اوج رسیده مسافر را تا قرب و همنشینی خداوند متعال بالا می‌برد. بر اساس روایات اسلامی کسی که پا در راه زیارت خانه خدا می‌گذارد، خداوند او را مهمان خویش ساخته<sup>۳</sup>، گناهانش را می‌آمرزد و مانند نوزادی که تازه متولد شده صفحه قلب او پاک و روشن می‌شود.<sup>۴</sup>

نظیر این توفیق‌های معنوی، برای سفرهای زیارتی سایر اولیاء و امامان معصوم ﷺ، به‌ویژه امام حسین ﷺ نیز بیان شده است. محبت و دلبستگی شدید به رسول خدا ﷺ و اهل بیت: ایشان از ویژگی‌ها و امتیازهای مؤمنان است. انسان مؤمن همواره از ژرفای جان به اهل بیت: عشق می‌ورزد و در پی

۱. ورام، مجموعه ورام، ج ۱، ص ۳۳.

۲. طوسی، الامالی، ص ۳۸۹؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۶۷، ص ۱۱۶.

۳. صدوق، الخصال، ص ۱۳۷.

۴. مجلسی، بحارالانوار، ج ۹۹، ص ۲۶.

۱. انعام/۱۱.

۲. نمل/۶۹.

۳. روم/۴۲.



دستیابی به رضایت آنان است و طبیعی است که محبت به آنان جلوه‌های گوناگونی دارد. سفر برای زیارت مرقد‌های پاک و نورانی‌شان در زمره مهم‌ترین این جلوه‌هاست و آثار و برکت‌های زیادی در پی دارد.

امام صادق علیه السلام فرمودند:

هر کس به قصد زیارت امام حسین علیه السلام، پیاده از خانه‌اش خارج شود، خداوند در مقابل هر گام، برای او حسنه‌ای می‌نویسد و گناهی از او می‌زداید.<sup>۱</sup>

یکی از یاران امام رضا علیه السلام به نام بزنتی می‌گوید: «نامه حضرت رضا علیه السلام را خواندم، در آن نامه چنین آمده بود: به شیعیان من بگو زیارت من به اندازه هزار حج پاداش دارد.» بزنتی می‌گوید: «از امام جواد علیه السلام از روی تعجب پرسیدم: به اندازه هزار حج؟» آن حضرت فرمودند:

آری، به خدا سوگند کسی که او را زیارت کند در حالی که حق او را می‌شناسد، به اندازه هزار، هزار حج پاداش دارد.<sup>۲</sup>

### ■ آرامش و نشاط درونی

در عصر حاضر تحولات شگرفی در صنعت و علوم مختلف به ویژه علم پزشکی ایجاد شده است ولی این تحولات بزرگ نه تنها چیزی از استرس و اضطراب بشر نکاسته بلکه تنش‌های بیشتری را به همراه داشته است. قرآن کریم و رهبران دینی برای نجات بشر از استرس و اضطراب‌ها و دست یافتن به آرامش راهکارهای متنوعی ارائه کرده است؛<sup>۳</sup> راه کارهای ایمانی - شناختاری و راهکارهای اخلاقی - رفتاری از جمله راهکارهایی است که در آموزه‌های دینی وجود دارد. اما یکی از راهکارهای مهم دیگری که در مضامین دینی به آن اشاره شده است نقش پدیده‌های طبیعی در ایجاد آرامش است. بر اساس آموزه‌های دینی شرایط طبیعی و محیط زیست می‌تواند تأثیر شگرفی بر جسم، روان و روح آدمی داشته باشد. این تأثیرات به صورت مستقیم یا

۱. همان، ج ۹۸، ص ۲۸.

۲. صدوق، *الامالی*، ص ۶۴.

۳. فغالی، *سبک زندگی توحیدی و موفقیت الهی: آرامش*، ص ۲۹۸-۱۷۰.

غیر مستقیم، کوتاه‌مدت و یا بلندمدت کارکرد روانی داشته منشأ سلامتی یا بیماری فرد را فراهم می‌آورد.

بر اساس آموزه‌های قرآن کریم، زمین قرارگاه و آرامگاه بشر است<sup>۱</sup> و این خاصیت را خالق زمین به آن داده است. آرامش بخشی طبیعت در زمین و تأثیرات محیط زیست در سلامت روان به گونه‌های مختلف قابل بررسی است؛ گیاهان و درختان از عناصر محسوس طبیعی به حساب می‌آیند و آثار خیره‌کننده‌ای بر روان و آرامش انسان بر جای می‌گذارند.

امام صادق علیه السلام در بیانی زیبا به تأثیرات مثبت گیاهان و درختان در قرار و آرامش روانی انسان اشاره نموده می‌فرماید:

نگاه به گل‌های رنگارنگ و درختان سرسبز و خرم، چنان لذتی می‌بخشد که هیچ لذتی با آن برابر نیست.<sup>۲</sup>

### (ج) انواع سفر

آفرینش پدیده‌های عالم به ویژه انسان هدفدار است. انسان بیهوده آفریده نشده<sup>۳</sup> و مسیر زندگی او قانونمند و بر اصول علمی و حساب شده بنا شده است. این هدفمندی در بخش‌ها و ساحت‌های مختلف زندگی انسان جاری شده و تمام ابعاد زندگی او را پوشش می‌دهد.

سیر و سیاحت از بنیادی‌ترین نیازهای انسان محسوب شده در ژرف‌ترین رگه‌های وجودی او قرار دارد و بخش اجتناب‌ناپذیر حیات آدمیان به شمار می‌رود. بر این اساس سیر و سیاحت و سفر نمودن انسان‌ها نیز هدفدار بوده و نقش سازنده، هدایت‌گر و تکامل بخش آن در قرآن و روایات مورد توجه قرار گرفته است.

سیر و سیاحت و گردشگری را می‌توان بر اساس معیارهای مختلف به گونه‌های متفاوتی تقسیم کرد؛<sup>۴</sup> از جمله تقسیم سفر بر اساس انگیزه‌ها، انواع

۱. بقره/۲۲؛ طه/۵۳؛ نمل/۶۱؛ غافر/۶۴؛ ملک/۱۵؛ نبا/۶.

۲. مجلسی، *بحارالانوار*، ج ۳، ص ۱۲۹.

۳. انبیاء/۱۱۵؛ «أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ».

۴. ثواب و رحمانی، *سیر و سیاحت در قرآن*، ص ۲۶۰-۵۸.



سفر بر اساس حکم شرعی و اقسام سفر از نظر مکان.

با تفکر در آیات قرآن به دست می‌آید که سه مسأله انگیزه، حکم شرعی و مکان در بیان انواع سیر و سیاحت لحاظ شده و احادیث اهل بیت: تفصیل آن را بیان کرده‌اند. سفر انواعی دارد:

### اول) سفرهای عبادی و زیارتی

در آیات و روایت‌ها، موارد زیادی از سفرهای عبادی و زیارتی به چشم می‌آید:

#### گونه نخست: حج

حج، بریدن از خلق و روی کردن به‌سوی حق است. حج بیت‌الله الحرام یعنی قصد خانه خدا کردن برای انجام مناسک بوده و حاجی، کسی است که مقصد و مقصودش زیارت خانه خدا باشد. در اسلام، فریضه حج به‌دلیل تأثیر عمیق آن بر ایمان افراد بسیار سفارش شده و آن‌قدر مهم و نقش‌آفرین بوده که پایداری دین با اقامه این فریضه گره خورده است. امام صادق علیه السلام فرمودند: لَا يَزَالُ الدِّينُ قَائِمًا مَا قَامَتِ الْكُعْبَةُ؛ تا آنگاه که کعبه برپاست اسلام نیز برجاست.<sup>۱</sup>

واژه حج ۱۱ مرتبه در قرآن به‌کار رفته است. سفر عبادی حج، دارای آثار و برکت‌های بی‌شماری است که علاوه بر ثمره‌های مادی، دستاوردهای عمیق معنوی را نصیب حج‌گزار می‌کند. به همین دلیل، اسلام همواره از مسلمانان خواسته تا آرزوی این سفر معنوی را در سر بپرورانند و زمانی که مقدمات این سفر انسان‌ساز را فراهم ساختند آهنگ کوی دوست کنند:

وَأَذِّنْ فِي النَّاسِ بِالْحَجِّ يَأْتُوكَ رِجَالًا وَعَلَى كُلِّ ضَامِرٍ يَأْتِينَ مِنْ كُلِّ فَجٍّ عَمِيقٍ؛ و در میان مردم برای [ادای] حج بانگ برآور تا از اتران پیاده و اسواراً بر هر شتر لاغری که از هر راه دوری می‌آیند به‌سوی تو روی آورند.<sup>۲</sup>

۱. کلینی، الکافی، ج ۴، ص ۲۷۱؛ صدوق، الفقیه، ج ۲، ص ۲۴۳؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۹۶، ص ۵۷.  
۲. حج/۲۷.

حج ابعاد مختلفی دارد: فردی، اجتماعی، ظاهری و معنوی. این امر سبب شده حج سفری جامع و کامل باشد که بهره‌های مادی و معنوی آن ملموس بوده و اثر آن به روشنی در حج‌گزاران آشکار شود:

لِيَشْهَدُوا مَنَافِعَ لَهُمْ وَيَذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ فِي أَيَّامٍ مَعْلُومَاتٍ؛ تا شاهد منافع خویش باشند و نام خدا را در روزهای معلومی بر دام‌های زبان‌بسته‌ای که روزی آنان کرده است ببرند.<sup>۱</sup>

حج دارای آداب و احکام خاصی است که آن‌را از سفرهای دیگر ممتاز ساخته و نتایج سودمندی را در پی دارد.<sup>۲</sup> آمرزش گناهان، فقرزدایی، شایستگی تشرّف به حضور حجت الهی و استجاب دعا از جمله آثار این سفر با عظمت است.

### گونه دوم: زیارت قبور اولیای الهی

از سفرهای بسیار بافضیلت و عبادی، سفرهای زیارتی و حضور در جوار قبور پاک پیامبران الهی، امامان معصوم علیهم السلام و زیارت امام‌زادگان، بزرگان، علما، شهدا و صالحان است.

در فرهنگ اسلامی، پیامبران و امامان علیهم السلام، پس از مرگ نیز در میان مردم حضور روحی و معنوی داشته و شاهد و گواه اعمال مردم هستند:

وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَاتًا بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ \* فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَ يَسْتَبْشِرُونَ بِالَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُوا بِهِمْ مِنْ خَلْفِهِمْ أَلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ؛ هرگز کسانی را که در راه خدا کشته شده‌اند، مرده‌مپندار، بلکه زنده‌اند که نزد پروردگارشان روزی داده می‌شوند\* به آنچه خدا از فضل خود به آنان داده است شادمانند، برای کسانی که از پی ایشانند و هنوز به آنان نپیوسته‌اند شادی می‌کنند که نه بیمی بر ایشان

۱. حج/۲۸.

۲. صدوق، معانی الأخبار، ص ۱۱۸؛ ری‌شهری، میزان‌الحکمه، ج ۱، ص ۵۳۳-۵۳۵؛ حر عاملی، وسائل‌الشیعة، ج ۷، ص ۲۹۶.

است و نه اندوهگین می‌شوند.<sup>۱</sup>

علاوه بر آیات قرآن، روایات فراوانی به این حقیقت اشاره دارند که پیامبر اکرم ﷺ، امامان علیهم‌السلام شهدا و صالحان زنده‌اند و سخن ما را می‌شنوند و قادرند حاجت‌ها و دعاها را برآورده سازند. نبی مکرم اسلام ﷺ فرمود:

هر کس که قبر مرا زیارت کند، شفاعت من بر او نازل می‌شود. کسی که مرا پس از مرگ زیارت کند گویا مرا در حال حیات زیارت کرده است.<sup>۲</sup>

زیارت قبور انبیاء و امامان معصوم علیهم‌السلام باعث ایجاد ارتباطی معنوی با آن بزرگواران شده پیوسته بر سلامت اجتماع و جامعه می‌افزاید و همگان را به تقوا و پرهیزکاری سوق می‌دهد. زیارت قبور اولیاء الهی علاوه بر آن که سبب تقویت و تکامل روح زائر می‌شود، الگو و اسوه‌های رفتاری معصومین را پیش روی وی قرار داده او را به پاداش و اجر اخروی بشارت می‌دهد. امام رضا علیهم‌السلام فرمود:

هر امامی بر گردن دوستان و پیروان خود، عهد و پیمانی دارد. این عهد و پیمان، هرگز بریده نمی‌شود و آن گاه به کمال خود می‌رسد که مردم قبور امامان خود را زیارت کنند.<sup>۳</sup>

### گونه سوم: برای دیدار

یکی از وظایف شرعی و عبادی هر مسلمان، صلوة رحم یا دیدار با والدین و خویشاوندان است. در فرهنگ اسلامی بر صلوة رحم بسیار تأکید شده و ترک آن مورد نکوهش شدید قرار گرفته است. تأکید معصومان علیهم‌السلام و پابندی آنان به صلوة رحم به قدری زیاد است که انجام آن را هر چند در کمترین مرتبه یعنی سلام کردن ضروری دانسته‌اند. مولا علی علیهم‌السلام می‌فرمایند:

۱. آل عمران/۱۶۹ و ۱۷۰.

۲. مجلسی، بحارالانوار، ج ۹۹، ص ۳۳۴.

۳. فیض کاشانی، محجة البیضاء، ص ۴۵.

صَلُّوا أَزْهَامَكُمْ وَ لَوْ بِالتَّسْلِيمِ؛ به خویشان خود بییوندد، هر چند به اندازه یک سلام.<sup>۱</sup>

پیامبر اسلام ﷺ امت خود را در مورد خویشاوندان سفارش می‌کنند و حتی این پیام را برای فرزندانی که در رحم مادران یا پشت پدرانند می‌فرستند:

به همه امتم، به حاضر و غایب آنان، حتی آنان که در رحم مادر و پشت پدرانند، سفارش می‌کنم که با خویشان خود رابطه داشته باشند، اگرچه یک‌سال در راه باشند. چنین عملی نشانه ایمان و تسلیم است.<sup>۲</sup>

امیرمؤمنان علی علیهم‌السلام می‌فرمایند:

برای احسان به پدر و مادر، مسیر دو ساله را طی کن، به آنها احسان نما و برای صلوة ارحام یک سال سفر کن و به وظیفه الهی عمل نما.<sup>۳</sup>

یکی از آشکارترین موارد سفرهای عبادی، سفر برای صلوة ارحام به‌ویژه پدر و مادر است. انسان با ارتباط با خویشان، علاوه بر شادی و طراوت روح، تقویت اراده، دور شدن از خودپسندی و غرور، به اجر و پاداش بی‌شمار اخروی نائل می‌شود.

### گونه چهارم: جهاد

جهاد یکی از واجبات مهم اسلامی بوده که نه تنها واجبی شرعی بلکه عامل استواری واجبات و احکام دین است. آیات بسیاری در قرآن کریم بر ضرورت و اهمیت جهاد و ارزش والای مجاهدان اشاره دارد، به گونه‌ای که به نفس و جرقه سُم اسبان جهادگران سودگند یاد می‌کند:

وَالْعَادِيَاتِ ضَبْحًا \* فَالْمُورِيَاتِ قَدْحًا؛ سوگند به مادیان‌هایی که با همهمه تازانند و با سُم‌های خود از سنگ آتش می‌جهانند!\*

۱. کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۱۵۵؛ فیض کاشانی، الوافی، ج ۵، ص ۵۱۲؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۱، ص ۱۲۶.

۲. همان، ص ۱۵۱.

۳. حر عاملی، وسائل الشیعة، ج ۸، ص ۲۵۱.

برق [از سنگ] همی جهانند.<sup>۱</sup>

آیات قرآن دربارهٔ جهاد را می‌توان به پنج دسته تقسیم کرد:

- آیاتی که امر به جهاد مالی و جانی در راه خدا می‌کند.<sup>۲</sup>
- آیاتی که مسلمانان و مؤمنان را تشویق به جهاد و قتال می‌کند.<sup>۳</sup>
- آیاتی که روی‌گردانندگان از جهاد را سرزنش کرده است.<sup>۴</sup>
- آیاتی که آمادگی دفاعی و مجهز شدن به تجهیزات کافی مورد نیاز برای جنگ را بیان می‌کند.<sup>۵</sup>

آیاتی که صفات و ارزش معنوی مجاهدان و پاداش جهادگران راه حق را بر می‌شمارد: حیات جاودان نزد خداوند<sup>۶</sup>، دوستی خدا<sup>۷</sup>، امیدواری واقعی به رحمت واسعه الهی<sup>۸</sup>، رفعت مقام و درجه نزد پروردگار<sup>۹</sup>، هدایت یافتگان راه حق<sup>۱۰</sup>، برتری مجاهدان بر ترک‌کنندگان<sup>۱۱</sup>، برخورداری از نصرت الهی و ثبات قدم در دین<sup>۱۲</sup> و اقامه نماز، زکات، امر به معروف و نهی از منکر<sup>۱۳</sup>.

سیره معصومان علیهم‌السلام نیز بیانگر اهتمام آن بر جهاد در راه خداوند است. آنان همواره در کارزار جهاد اصغر و جهاد اکبر سربلند و پیروز بوده‌اند. نبی مکرم اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وآلهم‌وسلم جهاد در راه خدا را سیر و سیاحت امت اسلام معرفی کرده می‌فرماید:

۱. عادیات/۲ و ۱.
۲. تحریم/۹؛ توبه/۱۲، ۴۱، ۴۲ و ۷۳؛ مائده/۳۵؛ حج/۳۹ و ۷۸؛ فرقان/۵۲ و انفال/۳۹.
۳. انفال/۶۵.
۴. نساء/۷۵؛ توبه/۳۸.
۵. توبه/۴۱ و ۴۲؛ انفال/۶۰.
۶. آل عمران/۱۶۹؛ بقره/۱۵۴.
۷. صف/۴.
۸. بقره/۲۱۸.
۹. توبه/۲۰.
۱۰. عنکبوت/۶۹.
۱۱. نساء/۹۵.
۱۲. محمد/۷.
۱۳. حج/۴۱.

إِنَّ سِيَاحَةَ أُمَّتِي الْجِهَادُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ؛ همانا سیاحت امت من جهاد در راه خداست.<sup>۱</sup>

بنابراین سفرهای جهادی از جمله سفرهای عبادی است که باعث تقرب به خدا، سعادت ابدی، سلامت روحی، نیرومندی امت اسلام و باعث پدیداری دین و عزت و اقتدار مسلمانان می‌شود.

### گونه پنجم: هجرت

هجرت، پر آوازه‌ترین سفر در بین مسلمانان و مبدأ تاریخ اسلام است. سفر تاریخ‌ساز پیامبر اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وآلهم‌وسلم به همراه اهل بیت: و اصحابش از مکه به یثرب زمینه حکومت اسلامی را فراهم آورد. تاریخ بشر سرشار از هجرت‌های مهم و سازنده است و سرگذشت انبیاء الهی نشان از آن دارد که مهاجرت سنتی الهی بوده و آیاتی از قرآن کریم بازگوکننده هجرت انبیاء و مومنان راستین است. در چند آیه از قرآن<sup>۲</sup> هجرت در کنار جهاد بیان شده و مهاجران، انسان‌هایی فداکار و ارزشمند شمرده شده‌اند.

خطاب‌ها و عتاب‌های قرآن حجت را بر هر مسلمانی که امکان هجرت برایش وجود دارد، تمام کرده و انسان‌ها موظفند برای حفظ دین و ایمان خود محیط فاسد و نامطلوب را ترک و به دیاری دیگر سفر کنند:

إِنَّ الَّذِينَ تَوَفَّاهُمُ الْمَلَائِكَةُ ظَالِمِي أَنْفُسِهِمْ قَالُوا فِيمَ كُنْتُمْ قَالُوا كُنَّا مُسْتَضْعَفِينَ فِي الْأَرْضِ قَالُوا أَلَمْ تَكُنْ أَرْضَ اللَّهِ وَاسِعَةً فَتُهَاجِرُوا فِيهَا فَأُولَئِكَ مَأْوَاهُمْ جَهَنَّمُ وَسَاءَتْ مَصِيرًا؛ کسانی که بر خویشتن ستمکار بوده‌اند، (وقتی) فرشتگان جانشان را می‌گیرند، می‌گویند: در چه [حال] بودید؟ پاسخ می‌دهند: ما در زمین از مستضعفان بودیم. می‌گویند: مگر زمین خدا وسیع نبود تا در آن مهاجرت کنید. پس آنان جایگاهشان دوزخ است، و [دوزخ] بد سرانجامی است.<sup>۳</sup>

۱. شوکانی، فتح‌التقدیر، ج ۳، ص ۳۲۵.  
۲. بقره/۲۱۸؛ انفال/۷۲؛ توبه/۴۰.  
۳. نساء/۹۷.

امید به رحمت الهی<sup>۱</sup>، بخشودگی گناهان<sup>۲</sup>، رفعت مقام و بلند مرتبگی از ویژگی‌های والایی است که برای مهاجران در راه خدا بیان شده است.

## دوم) سفرهای علمی

اسلام، طلب علم را بر مسلمانان واجب دانسته، آموختن دانش و کسب معارف را از ارکان سعادت انسان‌ها به حساب می‌آورد. رسول گرامی اسلام ﷺ می‌فرمایند:

طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ أَلَا وَإِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ بَعَاةَ الْعِلْمِ؛ طلب دانش بر هر مسلمانی واجب است، آگاه باشید که خداوند جویندگان دانش را دوست دارد.<sup>۳</sup>

براساس روایات اسلامی، حکمت و دانش، گمشده مؤمن است.<sup>۴</sup> در قرآن مجید توجه برای فراگیری علم و مسافرت علمی مورد توجه قرار گرفته<sup>۵</sup> تا با بهره‌مندی از نتایج و دستاوردهای گرانبهای علمی آن به اصلاح افراد و جامعه بپردازند:

وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنْفِرُوا كَافَّةً فَلَوْلَا نَفَرَ مِنْ كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ طَائِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ؛ و شایسته نیست مومنان همگی [برای جهاد] کوچ کنند. پس چرا از هر فرقه‌ای از آنان، دسته‌ای کوچ نمی‌کنند تا [دسته‌ای بمانند و] در دین آگاهی پیدا کنند و قوم خود را وقتی به سوی آنان بازگشتند بیم دهنده باشد که آنان [از کیفر الهی] بترسند؟<sup>۶</sup>

طلب دانش محدود به دوران خاصی نیست بلکه لازم است مسلمان

سراسر عمر خود را صرف کسب علم و دانش کرده با جهل و نادانی به مبارزه برخیزد. نبی مکرم اسلام ﷺ فرمود:

طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ حَالٍ؛ کسب علم و دانش در هر حالی واجب است.<sup>۱</sup>

هم چنین از آن حضرت نقل شده:

اطْلُبُوا الْعِلْمَ مِنَ الْمَهْدِ إِلَى اللَّخْدِ؛ از گهواره تا گور در طلب دانش باش.<sup>۲</sup>

از سوی دیگر سفر علمی محدود به مکان هم نشده بلکه طالبان علم باید گوهر دانش را در دورترین مکان‌ها نیز صید کنند:

اطْلُبُوا الْعِلْمَ وَ لَوْ بِالصَّيْنِ؛ علم را بیاموزید اگرچه در چین باشد.<sup>۳</sup>

بدیهی است رسیدن به دانش و تقویت استعدادها و نیل به اهداف الهی تنها از مسیر سیر و سفر حاصل می‌شود. بنابراین باید رخت سفر بر بست و سختی راه را به جان خرید تا به گوهر دانش که مورد نیاز جامعه است دست یافت.

سفر زمینه تبادل افکار و اندیشه‌ها و انتقال دانش‌ها و کمال رشد انسانی را فراهم ساخته و مسیر تعالی انسان را هموار می‌کند.

## سوم) سفرهای تبلیغی

تبلیغ به معنای آگاهی دادن، انذار و بیم دادن، تبشیر، بشارت دادن و رساندن اخبار است. انسان به واسطه روح متعالی و فطرت خیرخواهانه خود، با دریافت حقایق هستی، خواهان انتشار و گسترش اندیشه‌هایش به سراسر جهان است. بی‌تردید، سیر و سفر یکی از بهترین شیوه‌های ابلاغ پیام حقیقت است.

توسعه آیین اسلام و ابلاغ دین نیز بیشتر از راه سفرهای پیامبر اکرم ﷺ

۱. مجلسی، بحارالانوار، ج ۱، ص ۱۷۲.  
۲. کلینی، الکافی، ج ۱، ص ۹۸.  
۳. مجلسی، بحارالانوار، ج ۱، ص ۱۷۷.

۱. بقره/۲۱۸.  
۲. آل عمران/۱۹۵.  
۳. برقی، المحاسن، ج ۱، ص ۲۲۵؛ کلینی، الکافی، ج ۱، ص ۳۱؛ مجلسی، مرآة العقول، ج ۱، ص ۱۰۰.  
۴. همان.  
۵. نهج البلاغه، حکمت ۷۷؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۲، ص ۹۹.  
۶. توبه/۱۲۲.

و یاران آن حضرت انجام می گرفت. حتی ابلاغ برخی از پیام های الهی در سفرهای حساس و سرنوشت ساز پیامبر ﷺ صورت گرفته است. ایشان در سفر تاریخی، عبادی و سیاسی حجة الوداع از جانب خدا مأمور شدند تا امر مهم امامت و جانشینی امیرمؤمنان علی (ع) را به مسلمانان ابلاغ کنند:

يَا أَيُّهَا الرَّسُولُ بَلِّغْ مَا أُنْزِلَ إِلَيْكَ مِنْ رَبِّكَ وَإِنْ لَمْ تَفْعَلْ فَمَا بَلَّغْتَ رِسَالَتَهُ وَاللَّهُ يَعْصِمُكَ مِنَ النَّاسِ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْكَافِرِينَ؛  
ای پیامبر، آنچه از جانب پروردگارت به سوی تو نازل شده، ابلاغ کن و اگر نکنی پیامش را نرسانده ای. خدا تو را از [گزند] مردم نگاه می دارد. آری، خدا گروه کافران را هدایت نمی کند.<sup>۱</sup>

حضور مبلّغ در جمع مردم در باورها و عقاید مخاطبان تأثیر مستقیم دارد. بر این اساس، سفر تبلیغی همواره مورد توجه و تأکید اسلام بوده و از سوی پیامبر اسلام ﷺ و امامان معصوم (ع)، مبلغان و قاریان قرآن به نقاط مختلف مملکت اسلام گسیل داده می شدند. اعزام معاذبن جبل به یمن، مصعب بن عمیر به مدینه و گروهی دیگر به حبشه از سوی امیرمؤمنان (ع) شاهی بر این ادعا است.<sup>۲</sup>

### چهارم) سفرهای تجاری و اقتصادی

کسب روزی و تهیه معاش زندگی فقط در محل زندگی انسان ها ممکن نیست؛ چرا که هر منطقه استعداد و منابع خاصی دارد که به تنهایی نمی تواند نیازهای زندگی انسان ها را تأمین کند. انسان ها باید برای تأمین نیازهای زندگی خود سفر کنند. کسب درآمد، تهیه معاش، معامله و تجارت باعث شده انسان برای چیره شدن بر تنگناهای زندگی و بهبود وضع معیشت خود با حرکت از محل اقامت به سوی دیار و آبادی های دیگر نیازهای خود را تهیه کنند و خداوند با آرام و رام قرار دادن زمین و مستخر کردن آن<sup>۳</sup> زمینه این سفرها را فراهم نموده است.

۱. مائده/۶۷.

۲. مطهری، مقدمه ای بر جهان بینی اسلامی؛ وحی و نبوت، ص ۱۴۲ - ۱۴۱.

۳. مؤمنون/۶۳؛ جاثیه/۱۲.

در فرهنگ اسلامی، تجارت و کاسبی قداست دارد. پیشوایان دینی بر تلاش و استقلال اقتصادی تأکید فراوان کرده اند تا جامعه اسلامی عزت و شرافت خود را حفظ کرده زیر ستم بیگانگان قرار نگیرد:

الَّذِينَ يَرْتَضُونَ بِكُمْ فَإِنْ كَانَ لَكُمْ فَتْحٌ مِنَ اللَّهِ قَالُوا أَلَمْ نَكُنْ مَعَكُمْ وَإِنْ كَانَ لِلْكَافِرِينَ نَصِيبٌ قَالُوا أَلَمْ نَسْتَحِذْ عَلَيْكُمْ وَنَمْنَعُكُم مِنَ الْمُؤْمِنِينَ فَاللَّهُ بِحُكْمِ يُنْكِمُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَ لَنْ يَجْعَلَ اللَّهُ لِلْكَافِرِينَ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ سَبِيلًا؛ همانان که مترصد شمايند؛ پس اگر از جانب خدا به شما فتحي برسد مي گويند: مگر ما با شما نبوديم؟ و اگر براي کافران نصيبي باشد، مي گويند: مگر ما بر شما تسلط نداشتيم و شما را از [ورود در جمع] مومنان باز نمي داشتيم؟ پس خداوند، روز قيامت ميان شما داوري مي کند؛ و خداوند هرگز بر [زيان] مومنان، براي کافران راه [تسلطي] قرار نداده است.<sup>۱</sup>

اهمیت تجارت سالم و با هدف خدمت به مردم و خانواده تا جایی است که عبادت به شمار آمده و بسان مجاهدت در راه خدا ستوده شده است:

الْكَادُّ عَلَى عِيَالِهِ كَالْمُجَاهِدِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ؛ کسی که برای رفاه و آسایش خانواده اش تلاش می کند همانند کسی است که در راه خداوند جهاد می کند.<sup>۲</sup>

مولا علی (ع) می فرماید:

تجارت کنید تا خداوند بر شما برکات خود را نازل کند. همانا از رسول خدا ﷺ شنیدم که فرمود: روزی انسان ها، ده جزء است که نه جزء آن در تجارت و یک جزء آن در دیگر کارهاست.<sup>۳</sup>

۱. نساء/۱۴۱.

۲. صدوق، الفقیه، ج ۳، ص ۱۶۸.

۳. همان، ص ۱۲۰.

## پنجم) سفرهای تاریخی

اسلام، دین کامل و جامعی است که به تمام نیازهای فطری انسان توجه کامل دارد و برای تمام زوایای پیدا و پنهان زندگی بشر و تمام نیازهای جسمی و روحی او در ابعاد مختلف، برنامه و شیوه کار ارائه داده است.

شادی، نشاط و تفریح، از نیازهای روحی و فطری انسان است که در بسیاری از جنبه‌های حیات انسان نقش مؤثری ایفا می‌کند. دین اسلام که به همه شئون زندگی انسان نگاهی عمیق و واقعی دارد، شادی و نشاط و عوامل نشاط‌انگیز را به عنوان لازمه یک زندگی موفق به انسان معرفی و توصیه می‌کند.<sup>۱</sup>

برای اثبات توجه دین به این نیاز، همین بس که در کتب روایی بابی به نام «ادخال السرور»<sup>۲</sup> اختصاص داده شده است و کسانی که موجب شادکامی و دلخوشی بندگان خدا را فراهم آورند ستایش شده است. رسول گرامی اسلام ﷺ می‌فرماید:

أَنَّ فِي الْجَنَّةِ دَارًا يُقَالُ لَهُ دَارُ الْفَرَحِ لَا يَدْخُلُهَا إِلَّا مَنْ فَرَّحَ الصَّبِيَّانَ؛ در بهشت مکانی است که به آن خانه شادی گفته می‌شود، هیچ کس به آن خانه وارد نمی‌شود مگر آنکه موجب شادی کودکان شده باشد.<sup>۳</sup>

گشت و گذار در مکان‌های تفریحی و دیدنی زمین یکی از راه‌های رفع خستگی از بدن و نشاط و شادابی بخشیدن به روح و جسم آدمی است. در سیره امامان معصوم علیهم‌السلام آمده است: گاهی به قصد تفریح و برای آرامش روح و روان به مکان‌های خوش آب و هوا مسافرت می‌کردند. عمرو بن حریث می‌گوید: «امام صادق علیه‌السلام را دیدم که به خانه برادرشان، عبدالله بن محمد، تشریف می‌برند، علت این کار را جویا شدم. فرمودند: برای نزهت و استراحت»<sup>۴</sup>.

۱. دانش، شادی و نشاط در منابع و متون اسلامی، ص ۴۰.

۲. کلینی، الکافی، ج ۱، ص ۲۰۴.

۳. متقی هندی، کنز العمال، ج ۳، ص ۱۷۰.

۴. حر عاملی، وسائل الشیعة، ج ۸، ص ۳۳۸.

امام رضا علیه‌السلام هم همراه یاران خود به مکان‌های تفریحی می‌رفتند.<sup>۱</sup> واضح است سفرهای تفریحی که امامان معصوم علیهم‌السلام به آن سفارش کرده‌اند، از هر گونه لهو و لعب، اسراف و بهره‌جویی از حرام دور است. امام علی علیه‌السلام می‌فرمایند:

لَيْسَ لِلْعَاقِلِ أَنْ يَكُونَ شَاخِصًا إِلَّا فِي ثَلَاثَةٍ مَرَمَةٍ لِمَعَايِشٍ أَوْ خُطُوءٍ لِمَعَادٍ أَوْ لَذَّةٍ فِي غَيْرِ مُحَرَّمٍ؛ خردمندان، مسافرت نمی‌کنند مگر در سه مورد: سامان دادن به امور معیشت، گام نهادن در اصلاح آخرت و برخورداری از لذت و تفریح سالم.<sup>۲</sup>

بنابراین در طبیعت- این کتاب الهی- حقایق بسیاری تجلی یافته است. از این رو گام نهادن در دامن طبیعت برای استراحت و گردش، علاوه بر نقشی که در گسترش علوم دارد، روان خسته آدمی را آرام ساخته، به عنوان آیات الهی، زمینه رشد و تعالی روحی انسان را نیز فراهم می‌سازد.

## د) سفر در فرهنگ رضوی

غور در بی‌کرانه روایت‌های رضوی، لطایف فراوانی را درباره سیر و سفر آشکار می‌سازد. آن بزرگوار مانند اجداد پاکشان به مسئله گردش و گردشگری اهتمام داشتند. امام هشتم علیه‌السلام در ارتباط با زمان، دعا، همراهان، نوع و خوردنی‌های سفر و نیز آداب مسافرت، مطالبی ارزشمند ایراد فرمودند.

### اول) برگشت از مسیر

یکی از یاران حضرت به نام عمر بن بزیع می‌گوید که مردم اظهار می‌دارند رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم از مسیری که می‌رفتند، باز نمی‌گشتند و برای برگشت، مسیر متفاوتی را جایگزین می‌کردند. حضرت رضا علیه‌السلام فرمودند:

من از مسیری که رفته‌ام باز نمی‌گردم و اکثراً مسیر دیگری را انتخاب می‌کنم، زیرا در این صورت رزق انسان افزایش می‌یابد.<sup>۳</sup>

۱. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۳۲۶.

۲. مجلسی، بحار الانوار، ج ۱، ص ۱۳۱.

۳. ابن طاووس، اقبال الاعمال، ص ۵۹۰؛ طوسی، تهذیب الاحکام، ج ۷، ص ۲۲۶؛ فیض کاشانی،

الوافی، ج ۱۷، ص ۱۱۱.

## دوم) ایام سفر

در ارتباط با روزهای مسافرت به چند نمونه می‌توان اشاره کرد.

**نمونه نخست:** احمد دقاق بغدادی دربارهٔ مسافرت در آخرین چهارشنبه هر ماه از امام رضا<sup>ع</sup> سؤال کرد. ایشان چنین فرمودند:

هر کس آخرین چهارشنبه هر ماه برای سفر خارج شود، بر خلاف آنچه که برخی می‌گویند، از تمامی آفت‌ها در امان و از هر بلایی محفوظ بماند و نیز خداوند حاجت او را ادا می‌کند.<sup>۱</sup>

**نمونه دوم:** از حضرت ثامن الحجج<sup>ع</sup> روایتی وارد شده است:

هر مؤمنی که روز جمعه قبل از نماز، سفر خویش را آغاز کند، خداوند او را در سفر حفظ نمی‌کند و از فضل خود برای او روزی مهیا نمی‌کند. مؤمن، روز سوم هر ماه سفر نمی‌کند، زیرا در این روز از آدم و حواء لباس سلب شد. مؤمن، روز چهارم هر ماه برای سفر از منزل خارج نمی‌شود، زیرا در آن احتمال نزول بلا است. همچنین روزهای بیست و یکم و بیست و پنجم هر ماه باید از سفر اجتناب جست، زیرا در این روزها فرعون و فرعونیان غرق شدند. اگر در این روزها برای سفر مجبور شدید، از خداوند عافیت و سلامت طلب کنید، صدقه دهید و با اسم خدا سفر خویش را آغاز کنید.<sup>۲</sup>

## سوم) دعای سفر

در سیره اولیای دین، دعاهایی برای سفر وارد شده است. حضرت رضا<sup>ع</sup> به این نکته اشاره فرمودند که اگر کسی برای سفر از منزلش خارج شود از این دعا استفاده کند:

بِسْمِ اللَّهِ آمَنْتُ بِاللَّهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ مَا شَاءَ اللَّهُ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ.

۱. صدوق، الخصال، ص ۳۸۶.  
۲. کفعمی، المصباح، ص ۲۴۵؛ مفید، المزار، ص ۴۶.

سپس آن حضرت<sup>ع</sup> آثار و فوایدی برای دعای سفر بیان فرمودند:

با خواندن دعای سفر، شیطان از انسان منصرف می‌شود و ملائکه برای کمک، در مسیر انسان قرار می‌گیرند، زیرا آنان، اسم خدا را از بنده‌ای شنیده‌اند.<sup>۱</sup>

## چهار) سفر دریا

علی بن اسباط اظهار می‌دارد که روزی برای تجارت قصد سفر کردم اما پیش از آن نزد ابی‌الحسن الرضا<sup>ع</sup> رفتم و به ایشان اظهار داشتم که قصد سفر برای مصر دارم، از خشکی بروم یا دریا؟ امام رضا<sup>ع</sup> فرمودند:

چه زیباست سفر کاری برای طلب روزی از مسیر دریا!<sup>۲</sup>

## پنجم) خوردنی‌های سفر

بدون شک رسالهٔ ذهبیه یکی از شاهکارهای علی بن موسی الرضا<sup>ع</sup> است. آن بزرگوار زمانی که در نیشابور بودند سخنان مربوط به این رساله را انشاء فرمودند. در این رسالهٔ طولانی، مسائل گسترده‌ای مربوط به علم پزشکی آمده است. آن حضرت<sup>ع</sup> در بخشی از این رساله می‌فرمایند:

اگر مسافر بخواهد در تابستان سفر کند باید به‌صورت متعادل معده‌اش با طعام باشد. در این هنگام لازم است از غذاهای سرد استفاده کند. مناسب است مسافر مقداری از خاک سرزمین خویش را بردارد تا هر گاه مایل بود آب بنوشد مقدار کمی از آن را در آب ریخته تا آب خاصیت سرزمین او را به خود گیرد و آبی نوشد که متناسب با مزاج وی باشد. بهترین آب‌ها، آبی است که سرچشمه‌اش از مشرق و زلال باشد.<sup>۳</sup>

۱. برقی، المحاسن، ج ۲، ص ۳۵۰؛ کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۵۴۳.  
۲. کلینی، الکافی، ج ۵، ص ۲۵۶.  
۳. مجلسی، بحارالانوار، ج ۵۵، ص ۲۶۸.



## ششم) جوانمرد مسافر

حضرت رضا<sup>علیه السلام</sup> سه چیز را از ویژگی‌های جوانمرد مسافر می‌شمرد:  
گشاده‌دستی، حسن خلق و شوخ‌طبعی در غیر معصیت<sup>۱</sup>.

## نتیجه‌گیری

اوقات فراغت به بخشی از اوقات انسان گفته می‌شود که در آن از اشتغال‌های فردی رها شده و به تفریح، سرگرمی، سفر و مشارکت‌های اجتماعی می‌پردازد. آدمی نیاز به استراحت و سرگرمی دارد. همچنین مشارکت‌های اجتماعی او را به سمت استفاده از اوقات فراغت می‌کشاند. مبانی دینی به ما می‌گویند می‌توان برای اوقات فراغت برنامه‌ریزی کرد و از این زمان برای ارتقای فکر، اندیشه و معنویت بهره جست. مهم‌ترین مسئله درباره اوقات فراغت، نحوه گذران آن است. آیات و احادیث در این رابطه نکات جالبی را پیش کشیده‌اند.

دین به ما می‌گوید: ۱. می‌توان بخشی از اوقات خود را به فراغت اختصاص داد و برای آن برنامه‌ریزی کرد؛ ۲. اوقات فراغت باید جهت‌گیری الهی داشته باشد؛ ۳. اوقات فراغت می‌تواند با کارهای سالم همراه باشد؛ ۴. اوقات فراغت را می‌توان به گونه‌های مختلف سپری کرد.

امروزه برای گذران اوقات فراغت شیوه‌های نادرستی ارائه می‌شود. اما آیات و احادیث، راهکارهای صحیح و سالمی را پیش روی انسان قرار داده‌اند. برخی از این الگوها عبارت‌اند از: عبادت، تفکر، صلوة رحم، کمک، کتابخوانی، بازی، فعالیت‌های هنری و ورزش. اما در این میان آنچه که بیش از همه بر آن تأکید شده و امام هشتم<sup>علیه السلام</sup> نیز بر آن صحنه گذارده‌اند، سفر و تفریح است.

۱. صدوق، عیون اخبار الرضا<sup>علیه السلام</sup>، ج ۲، ص ۲۷؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ج ۱۱، ص ۴۳۶.

بی‌تردید ارتباطات اجتماعی از دیدگاه قرآن و سنت بر پایه ارزش‌هایی بنا می‌شود. ارزش‌های اجتماعی، سازنده روابط اجتماعی سالم هستند. اسلام و پیشوایان دین، خواهان مدینه فاضله‌ای هستند که بر آن، آگاهی، تفکر، انتخاب و تعهد حاکم باشد. تغییر و تحول‌های اجتماعی، سازوکارهایی دارد، چنان‌که هویت‌بخشی به جامعه بر اساس ارزش‌هایی شکل می‌گیرد. رویکرد ارزشی، عامل اصلی همکاری، تعاون، اشاعه خیر و مدیریت بهینه جامعه است. در صورتی که ارزش‌ها بر جامعه حکمفرما شوند، حدود الهی رعایت شده، هم‌گرایی و توسعه پدید می‌آید. اسلام به‌عنوان دینی جامع دربردارنده نظام ارزش‌ها و بایدهاست که در میان آنها، ارزش‌های اجتماعی جایگاه ویژه‌ای دارند.

هنجارها و قواعد رفتاری دو دسته‌اند: الزام‌آور و غیرالزام‌آور. ارزش‌ها و هنجارهای الزام‌آور، بُعد حقوقی روابط اجتماعی را شکل می‌دهند و هنجارهای غیرالزام‌آور، سلسله قواعد رفتاری هستند که به‌صورت آداب، اصول، شعائر و مراسم تحقق می‌یابند. کنترل‌پذیری اجتماعی از طریق هنجارهای حقوقی و اخلاقی صورت می‌پذیرد. بی‌تردید هنجارهای اخلاقی جایگاه ویژه‌ای دارند،

## فصل سوم

# مؤلفه‌ها و بایسته‌های روابط اجتماعی

زیرا جامعه به‌مثابه نظامی مبتنی بر فرهنگ بوده و اخلاق، مهم‌ترین عامل سازنده فرهنگ است.

ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی در متون دینی اعم از آیات، احادیث و سیره بیان شده است. امامان شیعه علیهم‌السلام، هر کدام متناسب با زمان، نظامی از بایسته‌های اجتماعی را پیش کشیده‌اند و ذهنیت عمومی را برای توافقی‌های جمعی مهیا کرده‌اند. آنان مردم را به‌عنوان مهم‌ترین کنشگران اجتماعی برای فرهنگ‌پذیری و بایسته‌پذیری تشویق کرده‌اند تا تعادل جامعه برقرار شود و نابرابری‌ها و قشربندی‌های اجتماعی به حداقل رسد.

حضرت رضا علیه‌السلام، از هر فرصتی برای بیان معیارها و بایسته‌ها در ارتباطات اجتماعی بهره بردند. آن بزرگوار، بالاترین سطح حیات جمعی را عرضه کردند تا از فردیت‌ها کاسته شود و هم‌گرایی انسانی جایگزین واگرایی حیوانی شود. جامعه الهی بدون بینش‌های صحیح و ارزش‌های آسمانی پی‌ریزی نمی‌شود. معصومان علیهم‌السلام با شناخت دقیقی که از ماهیت انسان دارند، الگویی الهی برای هدایت ارائه کرده‌اند تا آدمی از این طریق مسیر خود را بیابد و سمت هدفی والا گام بردارد:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ ضَرْبٌ مِّثْلٌ فَاسْتَمِعُوا لَهُ إِنَّ الَّذِينَ تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ لَنْ يَخْلُقُوا ذُبَابًا وَلَوْ اجْتَمَعُوا لَهُ وَإِنْ يَسْلُبْهُمُ الذُّبَابُ شَيْئًا لَا يَسْتَنْفِذُوهُ مِنْهُ ضَعُفَ الطَّالِبُ وَالْمَطْلُوبُ؛ ای مردم، مثلی زده شد. پس بدان گوش فرا دهید: کسانی را که جز خدا می‌خوانید هرگز [حتی] مگسی نمی‌آفرینند، هر چند برای [آفریدن] آن اجتماع کنند، و اگر آن مگس چیزی از آنان برباید نمی‌تواند آن را بازپس گیرند. طالب و مطلوب هر دو ناتوانند.<sup>۱</sup>

## ۱) سنت‌های اجتماعی

قرآن کریم حاوی سلسله قوانین و قواعد کلی است. این قوانین شامل تمام انسان‌ها در تمام شرایط می‌شود. در صورتی که کلیت قوانین قرآنی پذیرفته

نشود، جاودانگی این کتاب آسمانی خدشه‌دار خواهد شد و در این صورت، نبوت پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم زیر سؤال می‌رود. پس باید بپذیریم که قرآن کتابی جاودانه و همیشگی است و بر این اساس، باید آن را حاوی سلسله قوانین کلی و استثناناپذیر دانست.

این قوانین کلی، چیزی جز سنت‌های الهی نیست. خداوند، سنت‌های خود را در آخرین کتابش به ودیعت نهاد تا بشریت برای نیل به وضعیت مطلوب از آنها بهره برد و به رستگاری و سعادت دست یابد.

سنت‌های الهی گونه‌های مختلفی دارند: بخشی، مربوط به جهان آفرینش است. خداوند، جهان را آفرید و آن را با قوانینی تدبیر می‌کند. این قوانین، سنت‌های تکوینی هستند که هستی بر پایه آن بنا شده و بر اساس آن حرکت می‌کند. جهان دارای نظام علت و معلولی و حرکت هستی، قانون‌مند است. یک سلسله علت و معلول‌ها جهان را پوشش داده و قادر به اداره آفرینش هستند. این دسته از سنت‌ها که می‌توان آنها را «سنت‌های تکوینی» نامید در خلال آیات بیان شده‌اند که می‌توان بیشتر آنها را در آیات علمی قرآن یافت.

بخش دیگری از قوانین، سنت‌های سلوکی هستند و این سنت‌ها بیانگر قواعد سلوک و پیمودن مسیر تا لقای خدا هستند. واقعیت این است که رفتن به سوی خدا بر اساس قوانین شکل می‌گیرد و این قوانین توسط خالق هستی بیان شده‌اند. به‌عنوان نمونه می‌توان به سنت شکر و تقوا اشاره کرد:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ؛ و آن گاه که پروردگارتان اعلام کرد که اگر واقعاً سپاسگزاری کنید، [انعمت] شما را افزون خواهیم کرد، و اگر ناسپاسی نمایید، قطعاً عذاب من سخت خواهد بود.<sup>۱</sup>

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن تَشْفُوا اللَّهَ يَجْعَلْ لَكُمْ فُرْقَانًا وَيُكَفِّرْ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، اگر از خدا پروا دارید، برای شما [نیروی] تشخیص [حق] از

باطل<sup>۱</sup> قرار می‌دهد و گناهانتان را از شما می‌زداید و شما را می‌آمرزد و خدا دارای بخشش بزرگ است.<sup>۱</sup>

بخش سوم قوانین قرآنی، به‌عنوان «سنت‌های اجتماعی» شناسایی می‌شوند. قرآن کریم با بیان این سنت‌ها به انسان هشدار می‌دهد تا آنها را بشناسد و با آگاهی نسبت به این قواعد، تغییر و تحوّل‌های اجتماعی را بهتر فهم کند. سنت‌های اجتماعی دو بُعد دارند: از یک‌سو، با شریعت و وحی و از سوی دیگر، با تلاش و رفتار آدمیان در ارتباط هستند. به‌عنوان نمونه می‌توان شکست مسلمانان در جنگ اُحد را مثال زد. قرآن کریم ضمن بیان سنتی از سنن الهی، آن‌را محصول رفتار نادرست معرفی می‌کند:

أَمْ تَقُولُونَ إِنَّ إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ وَيَعْقُوبَ وَالْأَسْبَاطَ كَانُوا هُودًا أَوْ نَصَارَى قُلْ أَنتُمْ أَغْلَمُ أَمْ اللَّهُ وَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّنْ كَتَمَ شَهَادَةً عِنْدَهُ مِنَ اللَّهِ وَمَا اللَّهُ بِغَافِلٍ تَمَّا تَعْمَلُونَ؛ یا می‌گویید: «ابراهیم و اسماعیل و اسحاق و یعقوب و اسباط [دوازده‌گانه] یهودی یا نصرانی بوده‌اند؟» بگو: «آیا شما بهتر می‌دانید یا خدا؟» و کیست ستمکارتر از آن کس که شهادتی از خدا را در نزد خویش پوشیده دارد؟ و خدا از آنچه می‌کنید غافل نیست.<sup>۲</sup>

یکی از ابعاد جالب سنت‌های اجتماعی این است که تصادفی نیستند. سنن اجتماعی در عین حال که کلیت و شمول دارند، بر اساس اختیار انسان عمل می‌کنند. در این سنت‌ها هیچ‌گونه تعارضی میان حاکمیت و سنت از یک‌سو و اختیار بشر از سوی دیگر نیست. لذا آنها را می‌توان سنت الهی و نیز انسانی نامید.

از دیدگاه شهید صدر<sup>۳</sup>، خداوند محور تسلسل پدیده‌ها و نیز تغییر رخدادهای اجتماعی را در اراده و اختیار انسان می‌داند. مشکل ارتباط انسان با طبیعت به نحوه بهره‌برداری باز می‌گردد. انسان امروزی بیش از گذشته به تصرف در طبیعت و نیز تخریب آن دست می‌زند. از این‌رو قوانین طبیعت

۱. انفال/۲۹.

۲. بقره/۱۴۰.

بیش از پیش وارد عمل شده، باز خورد مناسب بروز می‌دهند و انسان را با بازتاب‌های عمل خویش آشنا می‌سازند. انسان، راهی جز پذیرش سنت‌ها و قوانین الهی ندارد.<sup>۱</sup>

از بررسی آیات حاوی سنن اجتماعی می‌توان به نمونه‌هایی دست یافت.

### ● سنت رحمت الهی مطلق

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ؛ [همان] کسانی که چون مصیبتی به آنان برسد، می‌گویند: «ما از آن خدا هستیم، و به سوی او باز می‌گردیم».<sup>۲</sup>

### ● سنت هدایت عامه

وَلَسَوْفَ يَرْضَى؛ و قطعاً بزودی خشنود خواهد شد.<sup>۳</sup>

### ● سنت اختلاف و تفاوت داشتن در قابلیت‌ها، امکانات و ارزش

وَلَوْ شَاءَ رَبُّكَ لَجَعَلَ النَّاسَ أُمَّةً وَاحِدَةً وَلَا يَزَالُونَ مُخْتَلِفِينَ؛ و اگر پروردگار تو می‌خواست، قطعاً همه مردم را امت واحدی قرار می‌داد، در حالی که پیوسته در اختلافند.<sup>۴</sup>

### ● سنت اختیار و آزادی اراده انسان

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلَائِفَ الْأَرْضِ وَرَفَعَ بَعْضَكُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِّيَبْلُوَكُمْ فِي مَا آتَاكُمْ إِنَّ رَبَّكَ سَرِيعُ الْعِقَابِ وَإِنَّهُ لَغَفُورٌ رَحِيمٌ؛ و اوست کسی که شما را در زمین جانشین [یکدیگر] قرار داد، و بعضی از شما را بر برخی دیگر به درجاتی برتری داد تا شما را در آنچه به شما داده است بیازماید. آری، پروردگار تو زود کیفر است، و [هم] او بس آمرزنده مهربان است.<sup>۵</sup>

۱. حکیم، مجتمعاً فی فکر و تراث الشَّهید محمد باقر صدر، ص ۲۵۵-۲۵۰.

۲. بقره/۱۵۶.

۳. لیل/۲۱.

۴. هود/۱۱۸.

۵. انعام/۱۶۵.

### ● سنت متوقف بودن کمال آدمی به سعی و تلاش او

وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى؛ و اینکه برای انسان جز حاصل تلاش او نیست.<sup>۱</sup>

### ● سنت ابتلا و امتحان

وَكُلُّ شَيْءٍ أَخْصَيْنَاهُ كِتَابًا؛ و حال آنکه هر چیزی را برشمرده [به صورت] کتابی در آورده‌ایم.<sup>۲</sup>

### ● سنت تعارض و ستیز بین حق و باطل

إِنْ يَمْسَسْكُمْ قَرْحٌ فَقَدْ مَسَّ الْقَوْمَ قَرْحٌ مِّثْلُهُ وَتِلْكَ الْأَيَّامُ نُدَاوِلُهَا بَيْنَ النَّاسِ وَلِيَعْلَمَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا وَيَتَّخِذَ مِنْكُمْ شُهَدَاءَ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ؛ اگر به شما آسیبی رسیده، آن قوم را نیز آسیبی نظیر آن رسید و ما این روزها ای شکست و پیروزی [را میان مردم به نوبت می‌گردانیم] تا آنان پند گیرند [و خداوند کسانی را که [واقعاً] ایمان آورده‌اند معلوم بدارد، و از میان شما گواهانی بگیرد، و خداوند ستمکاران را دوست نمی‌دارد].<sup>۳</sup>

### ● سنت تغییر

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ؛ برای او فرشتگانی است که پی در پی او را به فرمان خدا از پیش رو و از پشت سرش پاسداری می‌کنند. در حقیقت، خدا حال قومی را تغییر نمی‌دهد تا آنان حال خود را تغییر دهند. و چون خدا برای قومی آسیبی بخواهد، هیچ برگشتی برای آن نیست، و غیر از او حمایتگری برای آنان نخواهد بود.<sup>۴</sup>

۱. نجم/۳۹.

۲. نبا/۲۹.

۳. آل عمران/۱۴۰.

۴. رعد/۱۱.

### ● سنت مسئولیت انسان

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا؛ ما امانت [الهی و بار تکلیف] را بر آسمانها و زمین و کوه‌ها عرضه کردیم، پس، از برداشتن آن سر باز زدند و از آن هراسناک شدند، و [الی] انسان آن را برداشت راستی او ستمگری نادان بود.<sup>۱</sup>

### ● سنت خلافت عامه انسان و تکریم او در این جهان

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْوَرْدِ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا؛ و به راستی ما فرزندان آدم را گرامی داشتیم، و آنان را در خشکی و دریا [بر مرکبها] برنشانیدیم، و از چیزهای پاکیزه به ایشان روزی دادیم، و آنها را بر بسیاری از آفریده‌های خود برتری آشکار دادیم.<sup>۲</sup>

### ● سنت شهادت ربّانی که در هدایت تجلی می‌کند

فَكَيْفَ إِذَا جِئْنَا مِنْ كُلِّ أُمَّةٍ بِشَهِيدٍ وَجِئْنَا بِكَ عَلَى هَؤُلَاءِ شَهِيدًا؛ پس چگونه است [حالشان] آن گاه که از هر امتی گواهی آوریم، و تو را بر آنان گواه آوریم؟<sup>۳</sup>

### ● سنت ازدواج و تکامل جامعه از طریق مصاهره و انتساب

وَهُوَ الَّذِي خَلَقَ مِنَ الْمَاءِ بَشَرًا فَجَعَلَهُ نَسَبًا وَصِهْرًا وَكَانَ رَبُّكَ قَدِيرًا؛ و اوست کسی که از آب، بشری آفرید و او را [ادارای خویشاوندی] نسبی و دامادی قرار داد، و پروردگار تو همواره تواناست.<sup>۴</sup>

### ● سنت اجل داشتن امت‌ها

وَلِكُلِّ أُمَّةٍ أَجَلٌ فَإِذَا جَاءَ أَجْلُهُمْ لَا يَسْتَأْخِرُونَ سَاعَةً وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ؛

۱. احزاب/۷۲.

۲. اسراء/۷۰.

۳. نساء/۴۱.

۴. فرقان/۵۴.

و برای هر امتی اجلی است پس چون اجلشان فرا رسد، نه [می‌توانند] ساعتی آن را پس اندازند و نه پیش<sup>۱</sup>.

### ● سنت نصرت حق در پایان جدال حق و باطل

وَقُلْ جَاءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَاطِلُ إِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوقًا؛ و بگو: «حق آمد و باطل نابود شد. آری، باطل همواره نابودشدنی است.»<sup>۲</sup>.

### ● سنت امداد و یاری حق

كُلًّا تُمِدُّ هَؤُلَاءَ وَهَؤُلَاءَ مِنْ عَطَاءِ رَبِّكَ وَمَا كَانَ عَطَاءُ رَبِّكَ مَحْظُورًا؛ هر دو [دسته:] اینان و آنان را از عطای پروردگارت مدد می‌بخشیم، و عطای پروردگارت [از کسی] منع نشده است.<sup>۳</sup>

### ● سنت مساوی نبودن ناپاک با پاک

قُلْ لَا يَسْتَوِي الْخَبِيثُ وَالطَّيِّبُ وَلَوْ أَعْجَبَكَ كَثْرَةُ الْخَبِيثِ فَاتَّقُوا اللَّهَ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ؛ بگو: «پلید و پاک یکسان نیستند، هر چند کثرت پلید [ها] تو را به شگفت آورد. پس ای خردمندان، از خدا پروا کنید، باشد که رستگار شوید.»<sup>۴</sup>.

### ● سنت اهتدا

مَنْ يَهْدِ اللَّهُ فَهُوَ الْمُهْتَدِي وَمَنْ يُضِلِلْ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ؛ هر که را خدا هدایت کند، او راه‌یافته است و کسانی را که گمراه نماید، آنان خود زیانکارانند.<sup>۵</sup>

حرکت نظام اجتماعی بر پایه پیچیده‌ترین روابط استوار شده است. جریان‌های اجتماعی، پیچیده‌اند و هر کدام حاوی سنتی از سنن الهی. این سنت‌ها آن‌چنان تودرتو عمل می‌کنند که جبرگونه به‌نظر می‌آیند؛ اما شالوده

۱. اعراف/۳۴.  
۲. اسراء/۸۱.  
۳. اسراء/۲۰.  
۴. مائده/۱۰۰.  
۵. اعراف/۱۷۸.

سنت‌های اجتماعی، اختیار و انتخاب بشر است. آدمی، در عین حال که به تناسب شرایط گوناگون، نیازهای متفاوتی از وی بروز می‌کند، ذات ثابتی دارد. هرگونه تحوّل در نظام اجتماعی دو سو دارد: از یک‌سو، سنت قطعی الهی بر آن تأثیر دارد و از سویی دیگر، تلاش و رفتار آدمی نقش‌آفرینی می‌کند.

بسیاری از فرمایش‌های حضرت رضا علیه السلام به‌صورت سنت بیان شده است. این سنت‌ها سلسله قوانین کلی هستند که به‌مثابه اخلاق اجتماعی‌اند. بایسته‌های روابط اجتماعی در سخنان امام رضا علیه السلام دو گونه آمده است: مصرّح و مضمّر. بخش اول، قوانینی است که با صراحت ارائه شده تا همگان به‌راحتی به آنان دست یابند. در بخش دوم، گرچه قانون اخلاقی به‌صورت واضح و صریح بیان نشده، اما با تأمل می‌توان قانونی از آن کشف کرد. نمونه‌هایی از سخنان زیبای حضرت ثامن الحجج علیه السلام قابل ذکر است.

**نمونه نخست:** امام رضا علیه السلام به قانونی انسانی اشاره کرده و می‌فرمایند:

مَنْ رَضِيَ شَيْئًا كَانَ كَمَنْ أَتَاهُ؛ هر کس به فعلی راضی باشد همان‌گونه است که آن فعل را انجام داده است.<sup>۱</sup>

**نمونه دوم:** امام رضا علیه السلام از شهرت در عبادت نهی و این‌گونه فرمودند:

مَنْ شَهَرَ نَفْسَهُ بِالْعِبَادَةِ فَاتَّهَمُوهُ عَلَى دِينِهِ، فَإِنَّ اللَّهَ (عَزَّ وَ جَلَّ) يَكْرَهُ شُهْرَةَ الْعِبَادَةِ؛ هر کس در عبادت خود را مشهور سازد، او را در دینش متهم سازید، زیرا خداوند، شهرت در عبادت را ناخوش دارد.<sup>۲</sup>

**نمونه سوم:** برخی از سخنان امام رضا علیه السلام به‌صورت سنت مضمّر بیان شده است:

لَيْسَ لِيَخِيلَ رَاحَةً وَ لَا لِيَحْسُودَ لَذَّةً وَ لَا لِمُلُولٍ وَفَاءً وَ لَا لِكُتُوبٍ مُرَوَّهٍ؛ انسان بخیل، آرامش ندارد، شخص حسود، لذت نمی‌برد، انسان دلتنگ، وفا نمی‌بیند و برای دروغ‌گویی، جوانمردی نیست.<sup>۳</sup>

۱. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۱، ص ۲۷۳.  
۲. طوسی، الامالی، ج ۶، ص ۵۲۳؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۲۵۲؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ج ۵، ص ۳۲۰.  
۳. حرّانی، تحف العقول، ص ۴۴۶؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۳۴۵.

مراجعه به احادیث رضوی ما را با نمونه‌های فراوانی روبرو می‌کند که هر یک حاوی سنتی اجتماعی است. این احادیث، چه صریح و چه غیرصریح، قوانینی را ارائه می‌دهند که ناظر به مناسبات اجتماعی است و به صورت قطعی روابط اجتماعی را می‌سازند و شکل می‌دهند.

## ۲) انسان سر نوشت ساز

شکل گیری نظام اجتماعی، محصول رفتار انسانی است. مهم ترین عنصری که جامعه ساز است، اختیار و اراده بشری است. آحاد افراد جامعه از سرنوشت خویش مؤثرند و بر آن تسلط دارند. نسل های گذشته، وضعیت فعلی جوامع را پدید آورده اند و نسل های امروزی سازنده سعادت یا شقاوت نسل های فردا هستند. کوفیان، محکوم به رفتار زشت پدران خویش هستند، چنان که آنان با رفتارها و اعمال خود خوشبختی یا بدبختی را برای دیگران رقم می زنند. این قرآن کریم است که به ما می گوید خداوند سرزمین مکه مکرمه را حرمت حضور و دعای ابراهیم علیه السلام را تا ابد مکانی امن اعلام کرد:

وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّ اجْعَلْ هَذَا بَلَدًا آمِنًا وَارْزُقْ أَهْلَهُ مِنَ الثَّمَرَاتِ مَنْ آمَنَ مِنْهُمْ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ قَالَ وَمَنْ كَفَرَ فَأُمَتِّعُهُ قَلِيلًا ثُمَّ أَضْطَرُّهُ إِلَى عَذَابِ النَّارِ وَبِئْسَ الْمَصِيرُ؛ و چون ابراهیم گفت: «پروردگارا، این [سرزمین] را شهری امن گردان، و مردمش را- هر کس از آنان که به خدا و روز بازپسین ایمان بیاورد- از فرآورده ها روزی بخش»، فرمود: «و [الی] هر کس کفر بورزد، اندکی برخوردارش می کنم، سپس او را با خواری به سوی عذاب آتش [دوزخ] می کشانم، و چه بد سرانجامی است.»<sup>۱</sup>

آثار خوب یا بد رفتار انسان ها بر دیگر آدمیان و نیز طبیعت هویداست. کارهای بد، جامعه را به سمت انحراف می برد، چنان که افعال خوب، اجتماع را به سوی رستگاری و خوشبختی سوق می دهد:

وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَى آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِنَ السَّمَاءِ

۱. بقره/۱۲۶.

وَالْأَرْضِ وَلَكِنْ كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُمْ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ؛ و اگر مردم شهرها ایمان آورده و به تقوا گراییده بودند، قطعاً برکاتی از آسمان و زمین برایشان می گشودیم، ولی تکذیب کردند پس به [کیفر] دستاوردها [گریبان] آنان را گرفتیم.<sup>۱</sup>

در زمینه ارتباط قوانین اجتماعی و تاریخی با اختیار و آزادی بشر چندین دیدگاه وجود دارد<sup>۲</sup>:

**دیدگاه اول:** برخی معتقدند اصول و قواعد اجتماعی، ضروری و جبری هستند. همان گونه که قوانین طبیعی و فیزیکی از ضرورت برخوردارند، قوانین اجتماعی نیز جبری بوده و قطعیت دارند. بر این اساس، اراده آزاد بشر بر آنها نقشی نداشته و بی تأثیر است. جامعه، قوانینی دارد که به خودی خود جریان داشته و اراده بشر را در نظر نمی گیرد.

**دیدگاه دوم:** بعضی بر این اعتقادند که جبر قوانین اجتماعی به آن شدت نیست. انسان ها یکسره مسلوب الإراده و بی اختیار نیستند. جامعه و تاریخ، خطوط و اصولی کلی دارد که ضروری و جبری اند. اما هر یک از این اصول و خطوط کلی، عرضی دارند که انسان ها می توانند در این محدوده اندک تا حدی اعمال اختیار داشته باشند. درون خطمشی های ضروری جامعه، فضاهای کم حجم و کوچک پدید می آید که انسان می تواند در این محدوده، اراده خود را نشان دهد. پس، آزادی بشر به طور کامل نبود نمی شود، بلکه در محدوده اندک، قابل اعمال است.

**دیدگاه سوم:** دسته ای دیگر از اندیشمندان بر این باورند که جامعه و تاریخ، قانونمند است، اما قوانین اجتماعی بی علت نبوده و تصادفی محقق نمی شود. به بیان دیگر، اصل علیت بر جامعه حاکم است و قوانین اجتماعی بر اساس این اصل رقم می خورند و شکل می گیرند. نکته مهم اینکه یکی از مهم ترین عواملی که در تکوین قوانین اجتماعی ایفای نقش می کند، اختیار و آزادی بشر است. این انسان است که می تواند طبق خواست جامعه عمل کند و از این طریق، قانونی رقم بخورد و همچنین می تواند برخلاف مسیر جامعه

۱. اعراف/۹۶.

۲. مصباح یزدی، جامعه و تاریخ / دیدگاه قرآن، ص ۱۵۹-۱۵۷.



و تاریخ حرکت کند تا قانونی دیگر شکل گیرد.

محمدباقر صدر در اثری، نظام مارکسیستی را بررسی می‌کند.<sup>۱</sup>

وی اظهار می‌دارد که در این مکتب، اختیار و آزادی از انسان سلب شده و آدمی از قوانین جبری جامعه و تاریخ کاملاً متأثر است، فهم انسان، از نظام اقتصادی حاکم بر جامعه تأثیر می‌پذیرد و در یک کلام، جبر کامل بر جامعه و تاریخ حاکم است.

صدر، این نظریه را به نقد می‌کشد و درصدد برمی‌آید تا اثبات کند انسان در برابر نظام اقتصادی و ابزار تولید، مسلوب‌الاراده نیست؛ بلکه این اراده آزاد بشر است که می‌تواند نظام اجتماعی را تغییر داده یا تثبیت کند. به اعتقاد وی، حرکت تاریخی، غایتی دارد، این غایت ابتدا به‌صورت فکری در ذهن انسان متبلور می‌شود. این فکر منشأ بروز اراده آزاد در انسان می‌شود و از این طریق، حرکت تاریخی شکل می‌گیرد. پس، تحوّل‌های اجتماعی از درون انسان سرچشمه می‌گیرند و محتوایی ارادی و اختیاری دارند.

صدر در ادامه، نظریه فطرت را پیش می‌کشد و چنین ترسیم می‌کند که انسان با بُعدی خاص به جهان می‌آید. این بُعد وجودی، به آدمی شخصیت می‌دهد. انسان بر اساس فطرت خدادادی می‌تواند حرکت تکاملی جامعه را میسر سازد و دگرگونی و تغییرهای روبنایی را شکل دهد. قرآن کریم، محور توالی و تسلسل حوادث اجتماعی را اراده آزاد بشر معرفی می‌کند که سنت‌های اجتماعی و تاریخی به‌دست انسان ساخته می‌شوند:

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِّنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ؛ برای او فرشتگانی است که پی در پی او را به فرمان خدا از پیش رو و از پشت سرش پاسداری می‌کنند. در حقیقت، خدا حال قومی را تغییر نمی‌دهد تا آنان حال خود را تغییر دهند. و چون خدا برای قومی آسیبی

۱. صدر، الإسلام يقود الحياة، ص ۱۲۹.

بخواهد، هیچ برگشتی برای آن نیست، و غیر از او حمایتگری برای آنان نخواهد بود.<sup>۱</sup>

وَتِلْكَ الْقُرَىٰ أَهْلَكْنَاهُمْ لَمَّا ظَلَمُوا وَجَعَلْنَا لِمَهْلِكِهِمْ مَوْعِدًا؛ و [مردم] آن شهرها چون بیدادگری کردند، هلاکشان کردیم، و برای هلاکشان موعدی مقرر داشتیم.<sup>۲</sup>

مرور روایت‌های رضوی این حقیقت زیبا را آشکار می‌سازد که اراده انسان می‌تواند محرک جامعه و تاریخ باشد و فشارهای بیرونی گاهی مؤثر و گاهی بی‌تأثیر هستند. حیات معقول، از رشد آزادی بشر نشئت می‌گیرد و شکوفایی اختیار سبب می‌شود انسان به هدف‌های تکاملی دست یابد. نیروهای جبری بر این جهان حاکم نیستند، بلکه آدمی می‌تواند با تبدیل اراده به عمل، نقش خود را در پدید آمدن حوادث اجتماعی ایفا کند.

در وجود انسان عنصری نیرومند و قدرتی شگرف به نام اراده و انتخاب وجود دارد که شخصیت انسان را پی‌ریزی می‌کند. منبع اصلی حوادث طبیعی در جامعه، درون آدمی است. در تمام تغییرهای اجتماعی، عنصری اصلی نهفته و آن آگاهی، شعور و قدرت انتخابگری بشر است. سیره رضوی و روایت‌های آن بزرگوار، حاکی از نقش‌آفرینی تلاش انسان و قدرت اراده اوست. می‌توان نمونه‌هایی را پیش کشید.

**نمونه نخست:** حضرت رضا علیه السلام به سه قانون اشاره می‌کند:

**قانون نخست:** دروغ‌گویی حاکمان باعث خشکسالی بلاد می‌شود.

**قانون دوم:** ظلم حاکمان باعث ضعف و خواری حاکمیت می‌شود.

**قانون سوم:** پرداخت نکردن زکات، تلف شدن دام و طیور را در پی دارد.

۱. رعد/۱۱.

۲. کهف/۵۹.

إِذَا كَذَبَ الْوَلَاةُ حُبْسَ الْمَطَرِ، وَإِذَا جَارَ السُّلْطَانُ هَاتِبَ الدَّوْلَةِ،  
وَإِذَا حُبِسَتِ الزَّكَاةُ مَاتَتِ الْمَوَاشِي؛ زمانی که حاکمان، دروغ  
پیشه کنند، باران نمی آید. هنگامی که حاکم دولت، ظلم کند،  
پایه های حکومت سست می شود و در صورتی که زکات پرداخت  
نشود دامها می میرند<sup>۱</sup>.

**نمونه دوم:** حضرت ثامن الحجج علیه السلام، ضمن تأکید بر اینکه خداوند با کسی  
خویشاوندی ندارد، بر این اصل پافشاری کردند که ملاک، عمل انسان است.  
آدمیان از طریق اعمال و رفتار خویش برای خود، دنیا و آخرت می سازند.

بین خداوند و کسی خویشاوندی وجود ندارد و انسان جز با  
عبادت خداوند به ولایت او نمی رسد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در این باره  
به فرزندان عبدالمطلب می فرمایند: «به واسطه اعمال خود نزد  
من بیایید نه به خاطر خویشاوندی که با من دارید»<sup>۲</sup>.

**نمونه سوم:** امام رضا علیه السلام درباره اعمال عبادی و نیز اخلاقی فرمودند:

خیر و خوبی تا زمانی که امت من به یکدیگر محبت نماید، ادای  
امانت کنند، از حرام پرهیز نمایند، مهمان را بزرگ بدارند، نماز  
بپا دارند و زکات پرداخت نمایند همراه آنها است، اما در غیر  
این صورت، دچار قحطی و خشکسالی می گردند<sup>۳</sup>.

**نمونه چهارم:** یکی از مواردی که امام هشتم شیعیان علیه السلام بر آن تأکید  
دارند، پرهیز از ظلم و آزار دیگران است. امام رضا علیه السلام در این رابطه فرمودند:

از ظلم پرهیزید؛ زیرا که آزار دادن دیگران باعث فساد درون و  
خرابی بلاد می شود<sup>۴</sup>.

### ۳) اخلاق محوری

روش تمام انبیای عظام و اولیای کرام این بود که به اخلاق اصالت می دادند.  
همه تمدن های اصیل بشری در طول قرون و اعصار دنبال اتحاد و برادری  
انسان ها بودند. اصیل ترین آرمان همه حکما و نوابغ این بود که انسان ها یار  
یکدیگر باشند و در تحصیل صفات اخلاقی از یکدیگر پیشی گیرند.

اخلاق اسلامی حاوی سلسله فضائل اخلاقی است که اگر کسی واجد آنها  
باشد، از وی رفتار اخلاقی صادر می شود. رفتارهای اخلاقی را می توان در سه  
بخش خلاصه کرد: اولاً اخلاق فردی که شامل صفات اخلاقی فردمحور است؛  
ثانیاً اخلاق اجتماعی که دربردارنده رابطه فرد با دیگران است؛ ثالثاً اخلاق  
الهی که به صفات و رفتاری اطلاق می شود که شامل رابطه انسان با خداست.

در اسلام، قوانین و حقوق پشتوانه ای دارند. اخلاق، مهم ترین پشتوانه  
حقوق اسلامی است. در آیات و احادیث، همچنان حقوق و اخلاق درهم  
تنیده اند که یافتن مرز مشخصی میان آن دو کاری بس دشواری است. از میان  
صدها نمونه می توان به مورد جالبی اشاره کرد. بدون شک قصاص از موارد  
حقوق اسلامی است؛ اما قرآن کریم آن را با حیات درآمیخت:

وَلَكُمْ فِي الْقِصَاصِ حَيَاةٌ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ؛ وای خردمندان  
شما را در قصاص زندگانی است باشد که به تقوا گرایید<sup>۱</sup>.

پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله و نیز امامان شیعه علیهم السلام در روایت های فراوانی، اخلاق را به  
عبادت ترجیح داده و بدان اصالت بخشیده اند. امام رضا علیه السلام در بیانی صریح به  
این حقیقت اشاره کردند:

به زیادی نماز، روزه، حج و دیگر اعمال عبادی و زمزمه های  
شبانۀ انسان ها نگاه نکنید؛ بلکه به راستگویی و امانت داری آنان  
توجه کنید<sup>۲</sup>.

۱. بقره/۱۷۹.

۲. صدوق، الامالی، ص ۳۰۳؛ صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۵۱؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۴۸، ص ۹ و ج ۷۲، ص ۱۱۴.

۱. مفید، الامالی، ص ۳۱۰؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۰، ص ۳۷۳.

۲. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۲۳۵؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷، ص ۲۴۱ و ج ۴۶، ص ۱۷۷. حویزی، نور الثقلین، ج ۳، ص ۵۶۲.

۳. همان، ص ۲۹؛ همان، ج ۶۸، ص ۲۰۶؛ حر عاملی، وسائل الشیعة، ج ۱۵، ص ۲۵۴.

۴. نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۲، ص ۱۰۳.

ضمانت اجرایی قوانین اسلامی، اخلاق است. اخلاق به زندگی معنا می‌بخشد و هویت اصیل آدمی را آشکار می‌سازد. مصلحت جمعی و انضباط اجتماعی بر وجدان اخلاقی مبتنی است. زندگی اخروی از نگاه دین پایه اخلاق مدارانه دارد. نیل به صفات نیک اخلاقی، هدف بعثت برشمرده شده است. در دین مبین اسلام، عبادت رنگ و بوی اخلاق دارد. اصول اخلاقی در جامعه اسلامی هرگز در حاشیه نیست؛ بلکه در متن قرار داشته و بنای اساسی جامعه الهی را تشکیل می‌دهد. گسترش اخلاق، هدف اصلی اولیای دین علیهم‌السلام است.

غور در بی‌کرانه احادیث رضوی این حقیقت بلند را آشکار می‌سازد که جامعه دینی، جامعه اخلاق‌مدار است. حضرت رضا علیه‌السلام بیان‌های فراوانی در ارتباط با صبر، عفو، شکر، توکل، امانت‌داری، صداقت، تفکر، تقوا، تواضع، حلم، حیا، سخاوت و اخلاص دارند. همچنین آن بزرگوار، شیعیان را از قضاوت، خشم، سوءظن، شهرت‌طلبی، حرص، دروغ، خیانت، عجب و ظلم پرهیز داده‌اند.

### فرمایش‌های حضرت رضا علیه‌السلام نشان از اصلی سرنوشت‌ساز دارد: رعایت اصول اخلاقی در روابط اجتماعی، بالای سر همگان است.

می‌دانیم که مأمون، دشمن قسم‌خورده آن حضرت بود و سرانجام کمر به شهادت ایشان بست و نیت پلید خویش را عملی کرد؛ اما آن حضرت در زمان ولایت‌عهدی، ضمن اشاره به برخی از صفات خوب و نکته‌های مثبت مأمون، با مردم چنین سخن گفتند:

أَقُولُ وَ أَنَا عَلِيُّ بْنُ مُوسَى بْنِ جَعْفَرٍ ع إِنَّ أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ عَصَدَهُ  
اللَّهُ بِالسَّادَةِ وَ وَفَّقَهُ لِلرَّشَادِ عَرَفَ مِنْ حَقِّهَا مَا جَمَلَهُ غَيْرُهُ فَوَضَلَ  
أَرْحَاماً قُطِعَتْ وَ آمَنَ نَفْساً فَرَعَتْ بِلْ أَحِبَّاهَا وَ قَدْ تَلَفَتْ وَ  
أَعْتَاهَا إِذَا افْتَقَرْتُ مُتَبَغِياً رَضِيَ رَبِّ الْعَالَمِينَ لَا يُرِيدُ جَزَاءً إِلَّا مِنْ  
عِنْدِهِ ... وَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ؛ می‌گوییم، در حالی که من

علی بن موسی بن جعفر علیه‌السلام هستیم، خداوند، امیرمؤمنان [مأمون] را با درستی و راستی تقویت کند. در امر ارشاد، او را موفق بدارد. آنچه که از حق ما در نزد دیگران نامعلوم بود می‌شناساند. ارحامی که قطع شده بود وصل کرد. کسانی که می‌ترسیدند و خوف داشتند امان داد. بلکه انسان‌ها را زنده کرد. اجتماع را ایجاد کرد در حالی که این چنین نبود. رضایت خداوند را که جزایی جز از نزد او اراده نمی‌شد، خواستار بود. خداوند اجر احسان‌کنندگان را از بین نمی‌برد<sup>۱</sup>.

### ۴) امام‌مداری

یکی از نکات برجسته‌ای که در سخنان معصومان علیهم‌السلام به چشم می‌آید این است که خدا، آن بزرگواران را به‌عنوان ملاک و میزان معرفی کرده است. اگر امامان علیهم‌السلام الگو و اسوه هستند طبعاً باید میزان عمل قرار گیرند. هر کس بخواهد درستی یا نادرستی رفتارش را بسنجد باید اعمال خود را به آنان عرضه کند و در صورت متابعت و هماهنگی، صحت عمل خویش را کشف کند. جایگاه انبیاء و اولیاء علیهم‌السلام در حد جایگاه قرآن قرار دارد. از این‌روست که عترت معادل کتاب الهی معرفی شده است.

حضرت رضا علیه‌السلام ضمن احادیث مختلف بر این نکته تأکید کردند که شیعیان ما کسانی هستند که در راه ما گام نهند، ارتباط خویش را با ما قطع نکنند، مدح ما را گویند، ما را اکرام کنند و در احیا کردن امر ما کوشا باشند. در این رابطه می‌توان به دو نمونه اشاره کرد:

**نمونه نخست:** ابن‌فضال اظهار می‌دارد که سخنی از حضرت رضا علیه‌السلام شنیدم:

مَنْ وَاضَلَ لَنَا قَاطِعاً أَوْ قَطَعَ لَنَا وَاصِلاً أَوْ مَدَحَ لَنَا غَائِباً أَوْ أَكْرَمَ لَنَا  
مُخَالَفاً فَلَيْسَ مِنَّا وَ لَسْنَا مِنْهُ؛ کسی که وصل کند کسی را که ما قطع کردیم یا کسی که قطع کند کسی را که ما وصل کردیم یا کسی که عیب ما گوید یا کسی که مخالف ما را اکرام کند از ما

۱. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه‌السلام، ج ۲، ص ۱۴۶.

نیست و ما از او نیستیم.<sup>۱</sup>

**نمونه دوم:** ابن صالح هِرَوی از حضرت رضا علیه السلام روایت می کند که از آن بزرگوار شنیدم فرمودند: خداوند رحمت کند بنده ای را که امر ما را احیا کند. سپس اظهار می دارد پرسیدم چگونه می توان امر شما را احیا کرد؟ امام رضا علیه السلام فرمودند:

يَتَعَلَّمُ عُلُومَنَا وَ يُعَلِّمُهَا النَّاسَ فَإِنَّ النَّاسَ لَوْ عَلِمُوا مَحَاسِنَ كَلَامِنَا لَا تَبْعُونَا؛ کسی که علوم ما را آموزش می گیرد و به مردم آموزش می دهد. حقیقتاً در صورتی که مردم محاسن سخن ما را بدانند از ما تبعیت می کنند.<sup>۲</sup>

## (۵) عقلانیت دینی

از مهم ترین معیارهای احکام و قوانین دین، عقلانیت دینی است. هیچ حکمی در شریعت اسلامی بدون حکمت و تبیین عقلانی نیست. عقل در آموزه های دینی، اعم از آیات و احادیث، با عقل در آموزه های فلسفی و کلامی متفاوت است. ضمن بررسی مفهوم شناسی عقل از نظر لغت، می توان اصطلاح عقل را در خلال آیات و احادیث تبیین کرد و از این طریق به دستاوردی جالب رسید.

از جمله واژه های معرفتی قرآن، عقل بوده و ریشه آن ۴۹ مرتبه در کتاب آسمانی آمده است. این لفظ در تمامی موارد به صورت فعل به کار رفته و استعمال اسمی در قرآن ندارد. همچنین در تمامی موارد به صورت جمع به کار رفته است. نکته قابل توجه اینکه در اکثر موارد، کاربرد این واژه در قرآن یعنی حدود ۴۰ مورد به صورت سلبی یا به منزله سلب استعمال شده یعنی قرآن فرموده است:

«أَفَلَا تَعْقِلُونَ»، «لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ»، «إِنْ كُنْتُمْ تَعْقِلُونَ»، «لَا يَعْقِلُونَ» و «أَفَلَمْ تَكُونُوا تَعْقِلُونَ».

۱. مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۲، ص ۳۹۱؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ج ۱۶، ص ۲۶۵.  
۲. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۱، ص ۳۰۷.

## (یک) در لغت

معانی مختلفی در کتب اهل لغت نسبت به لفظ عقل بیان شده است. معجم المقاییس آورده است<sup>۱</sup> که عقل گاهی به معنای قیدوبند می آید لذا عَقَلْتُ البعير یعنی شدتّه بالعقل و هو معقول بدین معنا که حیوان را با بندی به جایی بستن که در این صورت حیوان معقول یعنی بسته شده یا مقید محسوب می شود. همچنین عقل معنای دیگری هم دارد و آن نقطه مقابل جهل است، به معنای علم یا معرفت نسبت به چیزی.

دو معنای مزبور در العین،<sup>۲</sup> جمهره اللغة،<sup>۳</sup> دیوان الادب،<sup>۴</sup> کتاب الافعال،<sup>۵</sup> قاموس المحيط<sup>۶</sup> و اساس البلاغه<sup>۷</sup> ذکر شده است. در المحکم<sup>۸</sup> و لسان العرب<sup>۹</sup> معنای دیگری هم به میان آمده است و آن اینکه عقل و جمع آن عقول، ضد حماقت است که مشابهتی با معنای جهل دارد گرچه دقیقاً آن معنا نیست. بر این اساس هم به معنا معرفت و فهم به کار می رود.

حاصل آنکه عقل دو معنا دارد؛ یکی به معنای قیدوبند است، معنای دوم عقل، نقطه مقابل جهل یا حماقت بوده به معنای فهم، معرفت و ادراک به کار می رود. در آدمی قوه ای است جهت قبول علم، در صورتی که معرفت برای این قوه حاصل شود به آن عقل گفته می شود. البته گاهی نسبت به خود آن قوه هم عقل به کار رفته است.<sup>۱۰</sup> که در این صورت معنای سومی برای عقل شکل می گیرد. لذا عقل سه معنا خواهد داشت که عبارت اند از: بند، علم و نیروی قبول علم.

۱. فارس، معجم مقاییس اللغة، ج ۴، ص ۶۹.

۲. فراهیدی، العین، ج ۱، ص ۱۵۹.

۳. ابن درید، جمهره اللغة، ص ۹۳۹.

۴. فارابی، دیوان الادب، ج ۲، ص ۱۸۰.

۵. المعافری، کتاب الافعال، ج ۱، ص ۲۲۲.

۶. فیروزآبادی، قاموس المحيط، ذیل واژه عقل.

۷. زمخشری، اساس البلاغه، ذیل واژه عقل.

۸. ابن سیده، المحکم والمحیط الاعظم فی اللغة، ج ۱، ص ۱۱۸.

۹. ابن منظور، لسان العرب، ج ۱۱، ص ۴۵۸.

۱۰. راغب، مفردات، ص ۳۴۱.

در مقابل عقل از واژه‌هایی نظیر جنون، سفه، حمق و جهل استفاده می‌شود که هر یک به لحاظی در برابر عقل قرار می‌گیرند.

## دو) در قرآن

به منظور کشف معنای این واژه و نحوه کاربرد آن در قرآن لازم است، به تحلیلی تفصیلی در مورد آیات مربوط دست زد. از بررسی مجموع آیات نکاتی به دست می‌آید. اول آنکه عقل هرچه باشد، در واژگان قرآنی امری در جهت هدایت است و اگر در این راستا قرار نگیرد هرچه باشد قرآن به آن عقل اطلاق نمی‌کند: «وَلَوْ كَانِ آبَاؤُكُمْ لَا يَعْقِلُونَ شَيْئًا وَلَا يَهْتَدُونَ»<sup>۱</sup>. آنگاه که به منکران گفته می‌شود از خدا و رسولش پیروی کنید آنان نیاکان خود را بهانه قرار داده می‌گویند ما به آیین آبا خویشیم. قرآن در جواب می‌فرماید: اگر آبا و نیاکان شما اهل عقل و هدایت نبوده‌اند آیا باز هم از آنها تبعیت می‌کردید؟! نیاکان آنان چه بسا علم زیادی داشتند ولی قرآن عقل را از آنها نفی می‌کند لذا عالم با عاقل متفاوت است و تفاوت در این است که علم آنها «علم هدایتی» نبود تا عقل باشد. تعقل آنگاه تعقل است که در مسیر هدایت‌پذیری و امور معنوی قرار گیرد. آنگاه که انسان به تعقل نشیند امر او به هدایت می‌انجامد<sup>۲</sup>. همچنین به دست می‌آید که عقل با جمود فکری و تعصب قوی سازگار نیست. لذا عقل هدایتگر و هدایت‌پیشه، عقلی آزاد است:

وَلَقَدْ أَضَلَّ مِنْكُمْ جِبِلًّا كَثِيرًا أَفَلَمْ تَكُونُوا تَعْقِلُونَ؛ و [او] گروهی انبوه از میان شما را سخت گمراه کرد آیا تعقل نمی‌کردید؟<sup>۳</sup>.

ظاهر آیه این است که تعقل با ضلالت همسو و سازگار نیست. لذا سه ویژگی از تعقل به دست آمد؛ یکی آنکه باید در جهت هدایت و کاهش و رفع ضلالت باشد. دیگر آنکه از جمود و تعصب کاسته و بر حریت و آزادگی عقلانی بیفزاید و نهایت آنکه عقل باعث کشف آیات الهی است:

۱. بقره/۱۷۰.

۲. طباطبایی، المیزان، ج ۱، ص ۴۲۰؛ فخر رازی، التفسیر الکبیر، ج ۵، ص ۷.

۳. یس/۶۲.

كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ؛ بدین گونه، خداوند آیات خود را برای شما بیان می‌کند، باشد که بیندیشید<sup>۱</sup>.

این‌گونه آیات (آل عمران/۱۱۸؛ نور/۶۱ و حدید/۱۷) عقل را کاشف آیات الهی می‌داند. اگر نشانه‌های حق بیان شوند و تفصیل (روم/۲۸) یابند، عقل را یارای آن است که به کشف آنها نائل گردد. اساساً هدف بیان آیات زمینه‌سازی تعقل برای انسان است تا دست عقل به آنها برسد و انسان را به غایت نزدیک کند<sup>۲</sup>.

شاید بتوان گفت آیات الهی در دو دسته می‌گنجند؛ یکی امور نظری است. در برخی موارد قرآن امور طبیعی را مطرح کرده و از آنها مقدماتی به صورت استدلال می‌سازد تا عقلی از چیدن آن مقدمات به توحید یا معاد نائل گردد. لذا در این دسته آیات اولاً مقدمات به‌طور عمده از امور طبیعی و مادی تشکیل شده است. ثانیاً از این امور مقدماتی ترتیب یافته است تا عقل به کمک آنها به نتایجی مانند اثبات معاد یا توحید برسد. در اصطلاح فلسفی به این نوع استنباط «الهیات طبیعی» گفته می‌شود:

وَتَصْرِيفَ الرِّيحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ؛ و [انیز در] گردانیدن بادهای، و ابری که میان آسمان و زمین آرمیده است، برای گروهی که می‌اندیشند، واقعاً نشانه‌هایی [گویا] وجود دارد<sup>۳</sup>.

اگر انسان تعقل ورزد، آیه بودن جهان ماده را درمی‌یابد. بدین معنا که می‌تواند با کنکاش و جستجو علمی در آنها به کمک تشکیل براهین مختلف به جهان غیب منتقل گردد و صفات الهی یا معاد را به اثبات رساند. پس آنچه عقل بدان می‌رسد استدلال و برهان است و استدلال و برهانی که ناظر به امور طبیعی است می‌تواند آیه بودن جهان ماده را به کمک عقل برای انسان

۱. بقره/۲۴۲.

۲. ر.ک: بلاغی نجفی، آلاء الرحمن، ج ۱، ص ۱۰۲؛ فیض کاشانی، صافی، ج ۱، ص ۱۴۴؛ عجیبه، البحر المادی، ج ۱، ص ۱۱۹؛ سمرقندی، بحر العلوم، ج ۱، ص ۶۴؛ سیوطی، تفسیر جلالین، ج ۱، ص ۱۴؛ مراغی، تفسیر المراغی، ج ۱، ص ۱۴۵.

۳. بقره/۱۶۴.

بنمایاند.<sup>۱</sup> چنان که برهان این گونه خود، آیه است.

البته آیات دیگری هم هست که مربوط به امور نظری است اما تعبیر «آیه» در آنها به کار نرفته است. لکن مضمون آنها با آنچه گذشت مشابهت دارد. مثل (انعام/۳۲؛ اعراف/۱۶۹؛ یونس/۱۶؛ یوسف/۱۰۹-۲ و انبیاء/۶۷).

نوع دیگری از آیات الهی مربوط به امور عملی است.

لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْأَعْرَجِ حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْمَرِيضِ حَرْجٌ وَلَا عَلَى أَنْفُسِكُمْ أَنْ تَأْكُلُوا مِنْ بُيُوتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ آبَائِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أُمَّهَاتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ إِخْوَانِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أَخَوَاتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أَعْمَامِكُمْ أَوْ بُيُوتِ عَمَّاتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أَخْوَالِكُمْ أَوْ بُيُوتِ خَالَاتِكُمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ يَمَانُكُمُ أَفْئِدَةً أَوْ صَدِيقِكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ أَنْ تَأْكُلُوا جَمِيعًا أَوْ أَشْتَاتًا فَإِذَا دَخَلْتُمْ بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلَى أَنْفُسِكُمْ تَحِيَّةٌ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ مُبَارَكَةٌ طَيِّبَةٌ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمُ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ؛ بر نابینا و لنگ و بیمار و بر شما ایرادی نیست که از خانه‌های خودتان بخورید، یا از خانه‌های پدرانتان یا خانه‌های مادرانتان یا خانه‌های برادرانتان یا خانه‌های خواهرانتان یا خانه‌های عموهایتان یا خانه‌های عمه‌هایتان یا خانه‌های داییه‌ایتان یا خانه‌های خاله‌هایتان یا آن [خانه‌هایی] که کلیدهایش را در اختیار دارید یا [خانه] دوستتان. [هم چنین] بر شما باکی نیست که با هم بخورید یا پراکنده. پس چون به خانه‌هایی [که گفته شد] در آمدید، به یکدیگر سلام کنید درودی که نزد خدا مبارک و خوش است. خداوند آیات [خود] را این گونه برای شما بیان می‌کند، امید که بیندیشید.<sup>۲</sup>

إِنَّ الَّذِينَ يُنَادُونَكَ مِنَ الْجُبُرَاتِ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ؛ کسانی که تو را از پشت اتاقها ای مسکونی تو! به فریاد می‌خوانند،

۱. حسینی شیرازی، تفریب القرآن، ج ۱، ص ۲۰۴؛ مدرسی، من هدی القرآن، ج ۱، ص ۳۰۰؛ بیضاوی، انوار التنزیل، ج ۱، ص ۱۱۳؛ بغدادی، لباب التأویل، ج ۱، ص ۹۹؛ حقی بروسوی، روح البیان، ج ۱، ص ۳۶۸.  
۲. نور/۶۱.

بیشترشان نمی‌فهمند.<sup>۱</sup>

آیه نخست و آیات مشابه (یونس/۴۲؛ انعام/۵۱؛ مائده/۵۸ و آل عمران/۱۱۷) مربوط به احکام شرعی است که جنبه عملی دارند. آیه دوم عقل را با صراحت در مورد عملی خاص مطرح کرده است. بنابراین عقل چه در امور نظری و چه در امور عملی می‌تواند آیات و نشانه‌های الهی را درک کند.

تا بدینجا به دست آمد که عقل در اصطلاح قرآنی چیزی است که اولاً در راستای هدایت و سعادت باشد. ثانیاً از جمود تقلید و تعصبات قومی آزاد و رها باشد. ثالثاً کاشف آیات الهی باشد. حال می‌توان افزود:

چهارم آنکه دو چیز مانع تعقل است؛ یکی قساوت قلب (بقره/۷۳ و ۷۴) و دیگری هواپرستی (فرقان/۴۳ و ۴۴).

پنجم آنکه تعقل فزاینده علم - به اصطلاح قرآنی - است. چنان که بیان آیات، زمینه‌ساز عقل می‌باشد (حدید/۱۷ و مائده/۱۰۳ و ۱۰۴).

ششم آنکه یکی از کارهای تعقل در قرآن تمییز حق از باطل و خیر از شر است<sup>۲</sup> (هود/۵۱ و نساء/۱۰).

و نهایتاً هفتم اینکه تعقل با شک و ریب سر سازش نداشته به ایمان دینی منجر می‌شود<sup>۳</sup> (یونس/۱۰۰).

اینها مجموعه ویژگی‌هایی است که می‌توان از قرآن در رابطه با تعقل تحصیل کرد اگر بخواهیم تمام این خصیصه‌ها را در یک جمله جمع کنیم از این بهتر نمی‌توان گفت که «الْعَقْلُ مَا عُيِدَ بِهِ الرَّحْمَنُ وَ اكْتَسِبَ بِهِ الْجَنَانُ»<sup>۴</sup> و یا «مَنْ كَانَ عَاقِلًا كَانَ لَهُ دِينٌ وَ مَنْ كَانَ لَهُ دِينٌ دَخَلَ الْجَنَّةَ»<sup>۵</sup>. اگر بخواهیم اصطلاح

۱. حجرات/۴.

۲. نیشابوری، وجوه القرآن، ص ۴۰۹.

۳. فخر رازی، التفسیر الکبیر، ج ۳، ص ۱۱۶؛ طباطبائی، المیزان، ج ۱۰، ص ۱۲۷.

۴. کلینی، الکافی، ج ۱، ص ۱۱.

۵. همان، ص ۱۲.



قرآنی عقل را با دیگر اصطلاحات تطبیق کنیم باید بگوییم که اولاً عقل هم کلیات را درک می‌کند و هم امور جزئی را، زیرا احکام نظری، کلی و احکام شرعی، جزئی‌اند. ثانیاً عقل هم در امور حسّی دخالت می‌کند نظیر امور طبیعی و مادی و هم در مسائل غیرحسّی مثل توحید و معاد و ثالثاً عقل هم ناظر به احکام نظری است و هم احکام عملی را بازگو می‌کند. لذا عقل در اصطلاح قرآنی به هیچ‌یک از اصطلاحات فلسفی و کلامی و منطقی به‌تنهایی منطبق نیست. عقل از نظر قرآن، نیروی اندیشه است اما ویژگی‌هایی کاملاً ارزشی و دینی.

شاید بتوان با نگاهی دیگر، تحلیلی از این اصطلاح قرآنی ارائه کرد. اگر شهوت یا غضب بر انسان غلبه کند و وی را تحت نفوذ و سلطه خویش درآورد، آدمی از صراط اعتدال خارج شده به سمت افراط یا تفریط کشیده می‌شود. انسان در این صورت، عقلی وضعیتی محکوم و تحت سلطه دارد چنین عقلی سالم نیست و چنین شخصی تصمیم عقلانی و مناسب نمی‌تواند اتخاذ کند همانند یک قاضی که توسط مدارک و شواهد کاذب منحرف شود. چنین شخصی در قضاوت از مسیر حق منحرف گشته و چه‌بسا ناآگاهانه قضاوتی باطل کند لذا او هم قاضی است و هم قضاوتی درست انجام نداده است. عقل در انسان همچنین است. هر انسانی از نیروی عقلی برخوردار است ولی اگر از سلامت عقلانی خارج شود و یکی از دو نیروی شهوت یا غضب بر او سلطه یابد چنین عقلی هرگز به کار دین نمی‌آید و در جهت درک حقایق، معارف و عملی صالح قرار نمی‌گیرد. چنین شخصی از نظر قرآن عاقل نیست گرچه در تشخیص مضار و منافع دنیوی بسیار اندیشمند باشد.<sup>۱</sup> «وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ»<sup>۲</sup>. بنابراین عقل در اصطلاح قرآنی یعنی نیروی اندیشه که در راستای هدایت انسانی عمل کند و منشأ تمییز حق از باطل گشته، آدمی را به سوی عبودیت الهی سوق دهد. بنابراین عقل در اصطلاح به نیروی اندیشه‌ای اطلاق می‌شود که در راستای هدایت بوده آدمی را به عبودیت سوق دهد.

۱. فخر رازی، التفسیر الکبیر، ج ۳۰، ص ۵۷؛ طباطبایی، المیزان، ج ۲، ص ۲۵۰.  
۲. ملک/۱۰.

احادیث رضوی به ما می‌گوید که عقل معیاری تام و کامل است. هر کس براساس عقل عمل کند به روز خواهد شد و در این صورت کارش به سامان خواهد رسید. عقل ودیعتی الهی است که در ذات هر انسانی موجود است و خداوند براساس آن انسانها را حسابرسی خواهد نمود. مطلوب است به نمونه‌هایی از فرمایشات آن حضرت اشاره نمود.

**نمونه نخست:** امام رضا<sup>علیه السلام</sup> در روایتی به صورت صریح بهترین دوست انسان را عقل، آشکارترین دشمن آدمی را جهل معرفی نمود:

صَدِيقُ كُلِّ امْرِئٍ عَقْلُهُ وَ عَدُوُّهُ جَهْلُهُ؛ دوست هر انسان عقل او و دشمنش جهل اوست.<sup>۱</sup>

**نمونه دوم:** حسن بن جهم روایت می‌کند که با عده‌ای از اصحاب نزد امام رضا<sup>علیه السلام</sup> نشسته بودیم و صحبت عقل به میان آمد. آن حضرت به این نکته اشاره کرد که اهل دین باید عقل داشته باشند. وی اظهار می‌دارد که از چیستی عقل از آن حضرت پرسیدیم. امام رضا<sup>علیه السلام</sup> فرمود:

خداوند در آغاز عقل را آفرید و فرمود: سوگند به عزّت و جلالم که چیزی از تو زیباتر و محبوبتر نیافریدم. براساس تو می‌دهم و می‌گیرم.<sup>۲</sup>

**نمونه سوم:** ابی‌الحسن الرضا<sup>علیه السلام</sup> در روایتی متفاوت به مصادیق عقل اشاره می‌فرماید: بعد از آن که از ایشان درباره ماهیت عقل سؤال شد، آن حضرت چنین فرمود:

عقل یعنی رهایی از غصه، نرم‌خویی با دشمن و مدارانمودن با دوستان.<sup>۳</sup>

**نمونه چهارم:** یکی از مطالبی که در احادیث امام رضا<sup>علیه السلام</sup> به صورت گسترده آمده است بیان حکمت‌های احکام است. هر حکمی که در شریعت

۱. کلینی، الکافی، ج ۱، ص ۱۱؛ صدوق، عیون اخبار الرضا<sup>علیه السلام</sup>، ج ۱، ص ۲۵۸.

۲. حرّ عاملی، الفصول المهمّة، ج ۱، ص ۱۱۵؛ حرّ عاملی، الجواهر السنیّة، ص ۲۸۰.

۳. فتال نیشابوری، روضة الواعظین، ص ۸؛ طبرسی، مشکاة الانوار، ص ۲۴۹؛ صدوق، الامالی، ص ۲۳۳.



اسلامی آمده است، حکمتی دارد. بیان حکمت شریعت چیزی جز تبیین عقلانی آن نیست. هر گاه برای حکمی از احکام دینی حکمت یا حکمت‌های عقل پسند مطرح شد در مواقع، آن حکم توجیه عقلانی شده زمینه پذیرش خواهد یافت. می‌توان به موردی زیبا اشاره نمود. امام رضا<sup>ع</sup> به منظور بیان علت تشریع نماز این گونه فرمود:

علت تشریع نماز اقرار به ربوبیت پروردگار، جدا نمودن امثال، با خواری و ذلت در مقابل جبار ایستادن، خضوع، اعتراف و طلب بخشش از گذشت‌کننده گناهان می‌باشد. همچنین قراردادن صورت در پنج نوبت در روز بر روی زمین بزرگداشتن خدای عزوجل می‌باشد. و اینکه غیر مردم و طاغی را یاد می‌نماید. همچنین [نماز] دلالت بر خشوع و حقیر بودن عبد داشته، رغبت‌کننده و طالب زیادت در دین و دنیا می‌باشد. [نماز] مداومت بر ذکر خدا در شب و روز می‌باشد تا این که بنده پروردگار مدبر و خالق خود را فراموش نکرده طغیان ننماید. ذکر خدا در نماز و قیام در مقابل او نگه دارنده از گناهان و مانع از فساد می‌باشد.<sup>۱</sup>

## ۶) حق مداری و مسئولیت‌پذیری

### یک) رفتار متعهدانه

در فرهنگ اسلامی، مؤمنان در قبال یکدیگر رفتاری متعهدانه دارند. نظام اجتماعی اسلامی بر پایه حق و عدالت بنا شده است. هر فردی، حقی بر دیگری دارد چنان که مسئولیتی در قبال وی نیز بر عهده اوست. میان حق و مسئولیت، لازمه‌ای ناگسستنی است. هر حقی به دنبال خود مسئولیتی می‌آورد و هر مسئولیتی، حقی در پی دارد.

هیچ کس نمی‌تواند در مناسبات اجتماعی حقی را ضایع سازد. همچنین نمی‌تواند مسئولیتی که بر دوش اوست نادیده انگارد. روابط اجتماعی در

۱. صدوق، علی الشرائع، ص ۳۱۷.

سنت اسلامی بر اساس مصالح شکل می‌گیرد. مصلحت نظام اجتماعی اقتضا می‌کند که در آن، حقوق متقابل رعایت و مسئولیت آنگونه که باید، محقق شود. در ادبیات اسلامی، مراعات حق الناس، حافظ منافع همگان است. هیچ حقی بر حق دیگر ترجیح ندارد و کنش‌های اجتماعی بر پایه مسئولیت‌های متقابل شکل می‌گیرند.

امام هشتم شیعیان<sup>ع</sup> با تأکید بر مراعات حقوق متقابل میان مسلمانان، با نگاهی حق‌مدارانه به صورت گسترده، مصادیق آن را بیان فرمودند:

از حقوق واجب مسلمانان، زکات در مال، نرم‌خویی با دوستان، صلوة رحم و گشاده‌دستی بر اهل خانه است. هرگاه نعمتی از کسی به من برسد، حتماً مسئولیت‌م را در قبال او انجام خواهم داد.<sup>۱</sup>

امام رضا<sup>ع</sup> در حدیثی دیگر با هشدار به شیعیان، آنان را به رعایت حقوق یکدیگر فراخواندند و فرمودند: «کسی که در رعایت حقوق برادران دینی کوتاهی کند شیعه ما نیست».<sup>۲</sup>

### دو) مسئولیت‌پذیری

هر حقی برای طرف مقابل مسئولیتی می‌آورد. اگر فرزند بر والدین حقی دارد، والدین برای تحقق این حق، مسئولیتی به دوش خواهند داشت، چنان که عکس آن نیز صادق است. مسئولیت‌پذیری در موارد مختلف، ملاکی برای بازشناسی و تشخیص میزان رشد فرد به حساب می‌آید. فردی که احساس مسئولیت می‌کند، امور زندگی خودش را بر عهده می‌گیرد، در برابر مسائل گوناگون فردی و اجتماعی، احساس مسئولیت می‌کند، اقدام مؤثر و سازنده در قبال آنها انجام و وضع موجود را به پیشرفت و توسعه سوق داده و از خود سلامت رفتاری نشان می‌دهد.

ماهیت احساس مسئولیت، همراه تلاش و حرکت است. همین کوشش و

۱. طبرسی، مشکاة الانوار، ص ۲۷۳.

۲. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۳۴۵.

پویایی می‌تواند شرایط زندگی انسان را به گونه‌ای رقم زند که زندگی و بودن در این جهان را برای او راحت و هموار کند. بی‌شک فرد برخورد از احساس مسئولیت بالا، نسبت به کسی که در قبال امور زندگی خویش مسئولیتی به عهده نمی‌گیرد، از رشد بیشتری بهره‌مند است. فردی که در برابر خانواده احساس مسئولیت دارد، به مراتب بالغ‌تر و پیشرفته‌تر از کسی است که تنها در برابر امور خودش احساس مسئولیت می‌کند. اگر فرد در قبال مسائل جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کند و بدان تعلق دارد، مسئولیت احساس کند، از دیگران کامل‌تر و رشد یافته‌تر است.

## الف) ویژگی‌ها

فردی که دارای حس مسئولیت است، خصایصی دارد و با علائمی می‌توان او را شناخت:

■ فرد مسئولیت‌پذیر، به دنبال یافتن مقصر در جای دیگر نیست. یکی از واکنش‌های رفتاری که افراد هنگام شکست از خود بروز می‌دهند این است که از پذیرش مسئولیت شانه خالی کرده و بروز مشکلات را بر عهده دیگران می‌اندازند. آنها نابسامانی‌های موجود را نمی‌پذیرند و همیشه سرانگشت تقصیر را به سمت دیگران دراز می‌کنند. آنها با این بازخورد خود را تبرئه می‌کنند، سایرین را مقصر وضعیت موجود به حساب آورده و معرفی می‌کنند.

تجربه نشان داده است که افراد بی‌مسئولیت، به جای تفکر در باب خطاهای خویش و پذیرش آنها، دست به توجیه می‌زنند و سایرین را مقصر جلوه می‌دهند. عامل اصلی در بروز مشکلات، خود انسان‌ها هستند. کسانی که از اعتماد به نفس کمتری برخوردارند، به صحنه نمی‌آیند و با فرافکنی، دیگری را ایجادکننده مشکل نشان می‌دهند.

فردی که فرافکنی می‌کند خود را پشت دیگران پنهان می‌سازد، وی جرأت نشان دادن خویش را ندارد و گمان او بر این است که اگر خطایی را بپذیرد، سرزنش و از سوی دیگران تحقیر می‌شود، غافل از اینکه پذیرش خطا نه تنها موجب کوچک و خوار شدن نمی‌شود، بلکه انسان را سربلند و با عزت می‌کند. از دام‌های شیطان یکی این است که آدمی بپندارد اگر خطای خود را

بپذیرد، کوچک می‌شود. از الطاف خدا هم این است که اگر آدمی لغزش‌های خود را پذیرا باشد، مشمول اسم «عزیز» و با منزلت و شرافت می‌شود:

مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا؛ هر کس سربلندی می‌خواهد سربلندی، یکسره از آن خداست.<sup>۱</sup>

گذشته از اینکه دنبال مقصر گشتن، آدمی را از تحرک و پویایی باز می‌دارد، اگر انسان ۱۰۰ سال هم بنشیند و دائم دنبال مقصر بگردد، هرگز گام از گام برنخواهد داشت.

**تحرک و تلاش تنها زمانی آغاز می‌شود که به خودم بگویم: من  
خطا کرده‌ام و باید آن را جبران کنم.**

البته احساس مسئولیت و پذیرش خطا، به معنای «اعتراف» به خطا نزد دیگران نیست؛ بلکه «احساس مسئولیت» در قبال لغزش‌ها کافی است. اعتراف به خطا نزد دیگران، امر پسندیده‌ای نیست، زیرا اعتراف به گناه، موجب خوار کردن خویش می‌شود و پست و زبون کردن خود نزد دیگران روا نیست و گناهی بزرگ محسوب می‌شود. رسول خدا ﷺ فرمودند: «مهم این است که انسان‌ها به لحاظ درونی، خطای خویش را بپذیرند و خودشان را مسئول نابسامانی‌های موجود بدانند»<sup>۲</sup>.

مَنْ أَقَرَّ بِالذَّلِيلِ طَائِعًا فَلَيْسَ مِنَّا أَهْلَ الْبَيْتِ؛ هر که آزادانه، خواری و زبونی را بپذیرد از ما خاندان نیست.<sup>۳</sup>

ناگفته پیداست که پذیرش خطا و اشتباه به معنای ماندن در خطا و سیر کردن در گذشته نیست که این نیز نارواست. به تعبیر کلی‌تر، انسان‌ها نسبت به گذشته پرخطای خویش سه دسته‌اند:

● برخی به هیچ‌وجه زیر بار مسئولیت نرفته و هرگز اشتباه‌های خود را

۱. فاطر/۱۰.

۲. همان.

۳. حرانی، تحف العقول، ص ۵۸.

نمی‌پذیرند. نتیجه آنکه هرگز بهره‌ای از رشد نخواهند داشت و دائم در حالت چالش با خود و پرخاشگری با دیگران به‌سر می‌برند.

● بعضی دیگر به‌صورت افراطی با گذشته خود مواجه می‌شوند. آنها نه‌تنها پذیرای خطای خویش می‌شوند بلکه دائم به آنها خیره شده و گذشته پراشتباهشان را اقامتگاه خود قرار می‌دهند و گاه نزد دیگران عقده دل می‌گشایند و دست به خودافشایی می‌زنند، آن‌گونه که در فرهنگ مسیحیت رواج دارد.

● راه درست، روش میانه و اعتدال است. دو شیوه پیش‌گفته نامطلوب می‌نماید. راه صواب و صحیح این است که ۱. فرد در باب خطاها و شکست‌های خود با دقت فکر نموده و برای این عمل زمان مصرف کند؛ ۲. با شهامت، مسئولیت تمامی آنها را به دوش گیرد؛ ۳. بداند که کار به همین‌جا ختم نمی‌شود بلکه دو امر پیش‌گفته مقدمه است، باید تمام سعی خویش را به صحنه آورد تا اشتباه‌ها و بی‌توفیقی‌های خود را جبران کند. تنها در این صورت است که راه رشد پیموده و هر روز از روز پیش بهتر خواهد شد:

مَنْ اسْتَوَى يَوْمَهُ فَهُوَ مَعْبُودٌ؛ زبانکار است کسی که دو روزش یکسان باشد!

**هر کسی یک انگشت به سمت دیگری دراز کند، سه انگشت به سمت خود دراز کرده است.**

آنچه از متون دینی به‌دست می‌آید این است که انسان «حرف دل» با خدا زند یا «درد دل» با خدا کند. در داستان شیرین یعقوب<sup>۱</sup> و فرزنداناش با این پدیده مواجه می‌شویم که هرگاه شرایط بر پدر سخت شد، لب به شکوه باز کرد، اندوه و گرفتاری خود را با خدا در میان گذاشت و از او درخواست درمان کرد:

۱. صدوق، الامالی، ص ۶۶۸.

إِنَّمَا أَشْكُوا بَثِّي وَ حُزْنِي إِلَى اللَّهِ؛ من شکایت غم و اندوه خود را پیش خدا می‌برم!

■ انسان مسئولیت‌پذیر، سعی دارد اعمال و عملکردهای خود را درونی کند. ازجمله عواملی که باعث می‌شود فرد از مسیر رفتار سالم و سازنده خارج شود و به‌سوی اقدام‌های مشکل‌آفرین رود، تغییر محوریت از عوامل درونی به عوامل بیرونی است. برخی انسان‌ها زندگی خود را این‌گونه تنظیم می‌کنند که شکست‌ها را ناشی از عوامل بیرونی می‌دانند، اما موفقیت‌ها و پیروزی‌ها را منسوب به خود می‌کنند. مثلاً دانش‌آموزی که نمره بد گرفته است می‌گوید: معلم نمره مرا خراب کرد؛ اما زمانی که ۲۰ گرفت می‌گوید: نتیجه زحمات‌های خودم بود.

بیایید فرض کنیم هر شخصی که به ناهنجاری یا شکستی مبتلا شد، دیگری را مقصر بداند و هیچ‌کس مسئولیت اشتباه‌هایش را نپذیرد، در این‌صورت همه تبرئه شده‌اند؛ درحالی‌که واقعیت این است که همه مقصر اعلام شده‌اند. بیاییم به‌جای اینکه من مقصر اشتباه شما باشم و شما مقصر خطای من، هر کسی مسئول رفتار خودش باشد. آیا این روش بهتر نیست؟ در این‌صورت آیا عداوت و خشونت کم نمی‌شود؟ آیا تلاش و کوشش افزایش نمی‌یابد؟ و آیا جامعه به سمت صلح و آرامش پیش نمی‌رود؟

نگرش درست این است که شخص در قبال شکست‌ها و نیز موفقیت‌ها، مسئولیت‌پذیر باشد و عامل بیرونی را لحاظ نکرده و خودش را تأثیرگذار بداند. در واقع، وی مسئولیت رفتاراش را به عهده گیرد و خود برای جبران آن قیام کند. انسان بداند که با تغییر نگرش می‌تواند بر روند امور زندگی خود و دیگران تأثیر گذارد، سرنوشت‌ها را تغییر دهد، خوب‌ها را بسازد و از بدی‌ها بکاهد، تنها با این شرط که عوامل بیرونی را مداخله ندهد، خود را «مؤثر» و نه «مقصر» بداند تا از این راه کنترل زندگیش را از دست دیگران خارج کند و خود، سرنوشتش را بسازد.

۱. یوسف/۸۶.

**خداوند، آن چنان قدرت درونی به انسان داده است که می تواند با استفاده بهینه از عمر محدود برای خود آینده ای نامحدود و آباد بسازد. تنها سازنده آینده ما، خود ما هستیم و نه هیچ کس دیگری.**

قرآن کریم فرمود:

وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ؛ و هیچ باربر دارنده ای بار [گناه] دیگری را بر نمی دارد<sup>۱</sup>.

و نیز فرمود:

وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ \* وَأَنَّ سَعْيَهُ سَوْفَ يُرَىٰ؛ و اینکه برای انسان جز حاصل تلاش او نیست و [نتیجه] کوشش او به زودی دیده خواهد شد<sup>۲</sup>.

اگر با افراد معتاد ارتباط داشته باشید، آنها معمولاً علت ابتلا به اعتیاد را به دیگران نسبت می دهند. آنها خانواده، دوستان ناباب و مشکلات اجتماعی را پیش می کشند و شکست خود را توجیه می کنند. البته تعداد اندکی از معتادان که انصاف دارند، گاهی به اشتباه ها و عملکردهای نادرست خود هم اشاره می کنند. اما شروع ترک اعتیاد، تنها از زمانی آغاز می شود که فرد معتاد بپذیرد خطا کرده است.

به طور معمول با فرزندان و کودکانی مواجه هستیم که هنگام دریافت نمونه پائین، معلم، مدیر، دوستان و اولیای خود را مقصر می دانند. چنین روشی هرگز به پیشرفت کودکان منجر نمی شود. آنها باید بپذیرند که کوتاهی کرده و در انجام تکالیف و وظایف خویش قصور ورزیده اند.

دو نمونه مزبور، نشان از وضعیت معمول و جاری انسان ها در زندگی دارد. اما واقعیت چیز دیگری است. حقیقت آن است که شخص معتاد علی رغم تمامی شرایط نابهنجار، باید بداند این خودش بود که لب به سیگار زد، این

۱. فاطر ۱۸/ .  
۲. نجم ۴۰/ - ۳۹.

خودش بود که در فلان محفل شرکت کرد، این خودش بود که پای منقل نشست و این خود او بود که فلان ماده مخدر را مصرف کرد. عمل از هر کس که صادر شود، مسئولیتش به دوش اوست و شخص به میزانی که در نابهنجاری دخالت دارد باید آن را بپذیرد.

■ شخص مسئولیت پذیر، نقش خود را پررنگ می کند. او در قبال امور مختلف زندگی با نقش فعال تری ظاهر می شود. این امر در باب افراد مبتلا به اختلال اعتماد به نفس از اهمیت خاصی برخوردار است، زیرا آنها معمولاً به شیوه ای انفعالی در برابر امور زندگی واکنش نشان می دهند و با دریافت های کمتری که از درون خویش دارند سعی در پنهان سازی خود می کنند.

زندگی، فراز و نشیب های فراوانی دارد. کسی که در شرایط مختلف، احساس مسئولیت بیشتری از خود نشان می دهد، حالت فعال تری دارد، پررنگ تر نقش آفرینی می کند و همین امر موجب رفع کمبود اعتماد به نفس می شود.

## ب) محورها

احساس مسئولیت، گوناگون بوده و دارای محورهای مختلفی است:

### محور اول: نسبت به خود

فرد مسئولیت پذیر، نسبت به خود احساس مسئولیت می کند. هر انسانی در گذشته خویش اشتباه هایی داشته، مبتلا به شکست هایی شده و نیز موفقیت هایی را کسب کرده است. فرد مسئولیت پذیر، خودش را عامل تمامی امور مزبور می داند.

نکته جالب این است که واژه «مسئولیت» از ریشه «سؤال» می آید و معنای آن این است که اگر مثلاً سؤال شد که چه کسی عامل فلان خطا است، در پاسخ باید گفت: من. روح مسئولیت پذیری، نگرش و احساس درونی است، اگر نگاه و احساس من این باشد که عامل تمامی شکست ها و پیروزی های گذشته ام، خودم هستم، در این صورت من، فرد مسئولیت پذیری هستم.

لذا قبول مسئولیت نسبت به خود بدین معناست که خود را در تمامی

خطاها، اشتباه‌ها، نابسامانی‌ها و نیز موفقیت‌ها، پیروزی‌ها و رفتارهای خوب، مؤثر بدانیم و از این طریق سعی کنیم از کژی‌های خود بکاهیم و بر خوبی‌های خویش بیفزاییم.

### محور دوم: نسبت به خانواده

فرد بامسئولیت، خود را در قبال امور زندگی، همسر و فرزندان خویش مسئول می‌داند. اگر نقص یا کاستی در خانه پیدا شد، عامل را در خود جستجو می‌کند و هرگز سرانگشت تقصیر به‌سوی دیگری دراز نمی‌کند. وی همچنین در قبال رشد و پیشرفت دیگر اعضای خانواده، خود را مسئول دانسته و تلاش می‌کند تا زندگی توسعه یابد.

### محور سوم: نسبت به جامعه

انسانی که دارای احساس مسئولیت است، در روابط اجتماعی فعال ظاهر می‌شود. اگر تنش میان فردی یا میان اجتماعی پیش آمد، به‌دنبال یافتن نقش خود است. او همچنین خود را در قبال بهینه‌سازی روابط اجتماعی و پیشرفت دیگران مسئول می‌داند.

### محور چهارم: در قبال خدا و اولیای او

خداوند هرگز خطا نمی‌کند، لذا هرگز مورد سؤال واقع نمی‌شود؛ اما از دیگران به‌دلیل خطای فراوان سؤال می‌شود و باید مسئولیت‌پذیر باشند:

لَا يُسْأَلُ عَمَّا يَفْعَلُ وَهُمْ يُسْأَلُونَ؛ در آنچه [خدا] انجام می‌دهد چون و چرا راه ندارد و [الی] آنان [= انسان‌ها] سؤال خواهند شد!

انسان، هر خطا و اشتباهی که انجام دهد، در واقع گناه خدا را مرتکب شده و معصیت او را به گردن آویخته است. لذا باید نسبت به حدود و حقوق الهی و آسمانی مسئولیت‌پذیر بود و آن‌را جبران کرد.

### ج) مسئولیت‌پذیری و بهداشت روانی

مسئولیت‌پذیری، امری بوده که در تمام زمینه‌های زندگی جاری است و نقش مهم و تعیین‌کننده‌ای دارد. به هر میزان که فرد مسئولیت‌پذیر باشد، به سلامت رفتار و بهداشت روان نزدیک شده است. با تقویت احساس مسئولیت می‌توان به نحو شایسته‌ای کمبود اعتماد به‌نفس را درمان کرد.

تا زمانی که شخص، مسئولیت کارها را به عهده نگیرد، تغییر و تحول امکان‌پذیر نیست و از سوی دیگر می‌دانیم که جبران کمبود اعتماد به‌نفس، تنها با ایجاد تغییر در نگرش و ابعاد وجودی خویش ممکن می‌شود. لذا تقویت حس مسئولیت‌پذیری، راهی برای بهینه‌سازی اتکا به خود است.

به نکته‌ای زیبا از قرآن دل سپاریم. ممکن است این پرسش در ذهن رخ نماید: علی‌رغم تمامی مطالب پیش‌گفته، دیگران هم در قبال من خطاهایی مرتکب شده‌اند، مثلاً معتاد بگوید: فلان دوست مرا با اصرار دعوت کرد و یا کودکی بگوید: در محیط خانه‌ای که همیشه پرخاشگری بوده است من چگونه می‌توانستم درس بخوانم؟ توجه به چند نکته برای یافتن پاسخ مفید است:

۱. قانون کلی این است: هر کس خطا کند باید بار آن‌را به دوش کشد. این قانون همه‌جا صادق است. این قاعده کلی به ما می‌گوید: اگر با اصرار فراوان به دعوت ناروایی پاسخ مثبت دادید مسئولیت با خودتان است، زیرا تو پاسخ مثبت داده‌ای. این قاعده همچنین می‌گوید: اگر شخصی با اصرار به کار نادرستی دعوت کرد، او هم باید مسئولیت‌پذیر باشد و با پذیرش خطای خود آماده تحمل کیفر آن دعوت ناروا باشد.

۲. اساساً «تقصیر» یابی، غلط است. هرگاه اشتباه یا شکستی رخ داد باید دنبال «مؤثر» گشت نه «مقصر». قانون مسئولیت‌پذیری به ما می‌گوید: هر کس اشتباهی کرد یا از ناکامی رنج برد، خودش را مؤثر و دخیل بداند و از تمامی سعی و تلاش خویش برای جبران آن استفاده کند. فکر تقصیریابی را برای همیشه از ذهن خارج کنیم.

۳. حتی اگر دیگری برای شما نقشه کشید، در اینجا دو امر را باید از

یکدیگر تفکیک کرد: نیرنگ کردن و صدمه زدن. ممکن است شخصی برای شما نقشه بکشد، اما نقشه او می تواند علیه شما مؤثر باشد یا نباشد. این خود شما هستید که تعیین می کنید آن نقشه ها و خدعه ها به شما صدمه برساند یا نه.

**انسان های خوب با رفتارهای خوبی نظیر بخشش و گذشت، نقشه های شوم دیگران را خنثی می کنند، مانند اینکه تیری از کمان به سوی شما رها شود اما آن زمان که نزدیک صورت شما قرار گرفت نیروی کائناتی آن تیر را منحرف کرده و به سمت دیگری هدایت می کند.**

قرآن کریم داستان نقاب دارانی را مطرح می کند که از ویژگی هایشان، خدعه و نیرنگ درباره دیگران است. آنها کارشان نقشه کشی است، اما تأثیر گذاری نقشه های شوم شان، به رفتار فرد بستگی دارد. اگر فرد با رفتار نادرست، آن صدمه ها را به سمت خود بخواند، وی صدمه پذیر خواهد شد و گرنه خیر. اما شکی در این نیست که آن خدعه ها و حيله ها قطعاً به خدعه گر بازمی گردد و او را مصدوم می کند.

يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَ مَا يَخْدَعُونَ إِلَّا أَنْفُسَهُمْ وَ مَا يَشْعُرُونَ؛ با خدا و مؤمنان نیرنگ می بازند ولی جز بر خویشتن نیرنگ نمی زنند و نمی فهمند!

از این آیه شریفه دو قانون کلی به دست می آید:

**قانون ۱.** هر کس نسبت به کسی خدعه کند، خدعه به خود کرده است.

**قانون ۲.** تأثیر گذاری خدعه دیگران نسبت به هر کس، بسته به طلب اوست. تا طالب خدعه دیگران نباشیم، دیگران نمی توانند برای ما نقشه شوم بکشند و اگر بکشند علیه ما مؤثر نخواهد بود، اگر خوب باشیم.

حاصل آن که هر کس در حدّ توان باید مسئولیت پذیر باشد و اگر کاری به او سپرده شد آن را به نحو شایسته انجام دهد. پیامبر خدا ﷺ تمامی انسان ها را مسئول دانست<sup>۱</sup>. انسان نباید دیگران را سرزنش و مؤاخذه نماید. کسی که از احساس مسئولیت بالا و اعتماد به نفس قوی برخوردار است، همواره به نتیجه مطلوب توجه دارد و بعد از آشنایی با جوانب کار، از تمام توش و توان خویش بهره می گیرد و دیگران را در برابر شکست ها و ناکامی ها سرزنش نمی کند. امام رضا ﷺ فرمود:

اَجْمَلُ نَفْسِكَ لِنَفْسِكَ فَإِنْ لَمْ تَفْعَلْ لَمْ يَحْمِلْكَ غَيْرُكَ؛ بار مسئولیت خویشتن را خودت باید بر دوش بگیری. اگر از انجام وظیفه شانه خالی کنی، دیگری بار مسئولیت تو را حمل نخواهد کرد<sup>۲</sup>.

علی ﷺ فرمودند:

لَا تَتْرُكُ الْإِجْتِهَادَ فِي إِصْلَاحِ نَفْسِكَ فَإِنَّهُ لَا يُعِينُكَ عَلَيْهَا إِلَّا الْجِدُّ؛ هرگز از مجاهده و کوشش در اصلاح نفس خویش باز نایست، زیرا چیزی جز سعی و کوشش تو را در این کار یاری نخواهد کرد<sup>۳</sup>.

## ۷) ارزش های اجتماعی

هر اجتماعی بر اساس سلسله قواعد و اصول اخلاقی شکل می گیرد. اگر به عمق جوامع بشری وارد شویم، می توانیم مجموعه ارزش ها و بایسته های اخلاقی را بیابیم. سطح کلان جامعه، التزام به بایسته های اجتماعی است که همگان بر پاسداشت آن می کوشند و کنش های خود را بر اساس آن معیارها شکل می دهند. ارزش های اجتماعی، قواعدی نانوشته بوده که مبنای عمل همگان بوده و جامعه آن را پذیرفته است.

اسلام به عنوان نظام اجتماعی از این قاعده مستثنی نیست. در آیین

۱. مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۲، ص ۳۸. (كُلُّكُمْ رَاعٍ وَ كُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ؛ همه شماها شبانید و همه شما در پرورش گوسفندان خود مسئولیت دارید).

۲. کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۴۵۴.

۳. آمدی، غرر الحکم، ص ۷۵۸.



اسلام، جامعه بر اساس عقیده بنیان‌گذاری می‌شود، نه بر اساس نژاد، رنگ پوست و زبان. بی‌تفاوتی و بی‌تعهدی نشانه ضعف دین‌داری است و هم‌یاری و هم‌گرایی اصالت دارد. قرآن، جامعه‌ای به‌عنوان حکومت اسلامی شکل داده که در آن، مجموعه‌ای از انسان‌ها با یکدیگر مناسباتی دارند و بر این اساس ارزش‌هایی حاکم است.

بایسته‌های اجتماعی در آیات و احادیث آمده است. مراجعه به سخنان اهل بیت: سرشار از مضامینی است که هر کدام بیانگر یکی از ارزش‌های اجتماعی است. در این میان، احادیث رضوی جایگاه ویژه‌ای دارد. روایت‌های نورانی حضرت رضا علیه السلام فلسفه جامعه را توضیح می‌دهد و معیارها و ارزش‌های جامعه دینی را آشکار می‌سازد. ارزش‌های اجتماعی دو دسته‌اند: مثبت و منفی.

## یک) ارزش‌های مثبت الف) خوش‌بینی و امیدبخشی

نگاه خوش‌بینانه و امیدوارانه، در فرهنگ دینی و قرآنی جایگاه ویژه‌ای دارد. باورهای دینی، متدینان را دعوت به شوق، انتظار، خوش‌بینی، ارتباط مفید و امیدواری می‌کند و از این طریق فضای روحی فرد و جامعه را با طراوت و شادابی می‌سازد. خوش‌بینی در فرهنگ اسلامی به‌گونه‌های مختلف مطرح شده است:

### اول) امیدواری به خدا

در ادبیات دینی، مفاهیمی وجود دارد که امیدواری به مبدأ عالم را تشویق می‌کند. یکی از این مفاهیم، «رجا» است. رجا، نقطه مقابل خوف بوده، این دو حالت انفعالی محسوب می‌شوند که نسبت به آینده شکل می‌گیرند. رجا یا امیدواری زمانی رخ می‌دهد که انسان پدید آمدن حالت خوشایندی را انتظار داشته باشد. هر چه احتمال وقوع امر خوشایند بیشتر باشد، طبعاً اشتیاق انسان افزایش یافته و انگیزه تلاش برای دستیابی به آن امر فزونی می‌یابد. خوشایندترین امری که مؤمن انتظار آن را می‌کشد، نیل به رحمت و معرفت

خداوند است. امید به رضایت و گشایش، مؤمن را شاد و خرسند می‌کند. در قرآن، یأس و ناامیدی از رحمت و بخشش خدا در حد کفر دانسته شده و به افراد توصیه می‌شود هرگز از رحمت بی‌کران او ناامید نباشند:

وَلَا تَيْئَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ؛ و از رحمت خدا نومید مباشید زیرا جز گروه کافران کسی از رحمت خدا نومید نمی‌شود.<sup>۱</sup>

خداوند در آیه‌ای دیگر می‌فرماید:

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا؛ بگو: «ای بندگان من - که بر خویش‌تن زیاده‌روی روا داشته‌اید - از رحمت خدا نومید مشوید. در حقیقت، خدا همه گناهان را می‌آمرزد، که او خود آمرزنده مهربان است.»<sup>۲</sup>

در آیه دیگری وعده داده است که «سیئات» را به «حسنات» تبدیل می‌کند:

إِلَّا مَنْ تَابَ وَءَامَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا فَأُولَٰئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ؛ مگر کسی که توبه کند، ایمان آورد و کار شایسته کند. پس خداوند بدی‌هایشان را به نیکی‌ها تبدیل می‌کند.<sup>۳</sup>

در روایت‌ها آمده رحمت خداوند آن قدر گسترده است که حتی ابلیس به آن طمع دارد. امام صادق علیه السلام می‌فرماید:

إِذَا كَانَ يَوْمُ الْقِيَامَةِ نَسَرَ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى رَحْمَتَهُ حَتَّى يَطْمَعَ إِبْلِيسُ فِي رَحْمَتِهِ؛ چون روز قیامت برپا شود، خداوند تبارک و تعالی رحمتش را می‌گستراند تا آنجا که ابلیس هم به رحمت او طمع می‌بندد.<sup>۴</sup>

۱. یوسف/۸۷.

۲. زمر/۵۳.

۳. فرقان/۷۰.

۴. صدوق، الامالی، ص ۲۷۴؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۷، ص ۲۸۷.



در حدیثی وارد شده که پیامبر ﷺ از مردی که بر صراط می‌لرزید اما به دلیل خوش گمانی به خدا آرام گرفت و طبعاً اهل بهشت شد، خبر دادند:

رَأَيْتُ رَجُلًا مِنْ أُمَّتِي عَلَى الصِّرَاطِ يَرْتَعِدُ كَمَا يَرْتَعِدُ السَّعْفَةُ فِي يَوْمٍ رِيحٌ غَاصِفٍ فَجَاءَهُ حُسْنُ ظَنِّهِ بِاللَّهِ فَسَكَنَ رَغَدَتُهُ؛ یکی از مردان امت خود را دیدم که بر صراط، مانند شاخه خشکیده درخت خرما در یک روز طوفانی، می‌لرزد. در این هنگام خوش گمانی او به خداوند لرزش او را آرام بخشید.<sup>۱</sup>

دین، با دستورالعملی که برای تقویت حس امیدواری و خوش بینی به افراد می‌آموزد، راهی برای سلامت روانی و آرامش افراد معتقد، باز می‌کند. حس خوش بینی می‌تواند بسیاری از مشکلات عاطفی و روانی انسان‌ها را در دنیای امروز درمان کند. مضامین مربوط به رجا، رحمت، مغفرت و شفاعت، بنیادهای مثبت‌اندیشی را در آدمی زنده کرده و امید را پرورش می‌دهد. مفاهیمی بس دلگرم‌کننده و خوش‌بینانه در ادبیات دینی وجود دارد که شور و شفع فراوان در جان آدمی پدید می‌آورد. امام صادق علیه السلام فرمودند:

يُؤْتَى بِعَبْدٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ ظَالِمٌ لِنَفْسِهِ فَيَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى لَهُ أَلَمْ أَمُرْكَ بِطَاعَتِي أَلَمْ أَهْكُ عَنْ مَعْصِيَتِي فَيَقُولُ بَلَى يَا رَبِّ وَلَكِنْ غَلَبَتْ عَلَيَّ شَهْوَتِي فَإِنْ تُعَذِّبْنِي فَبِدْنِي لَمْ تَظْلِمْنِي فَيَأْمُرُ اللَّهُ بِهِ إِلَى النَّارِ فَيَقُولُ مَا كَانَ هَذَا ظَنِّي بِكَ فَيَقُولُ مَا كَانَ ظَنُّكَ بِي قَالَ كَانَ ظَنِّي بِكَ أَحْسَنَ الظَّنِّ فَيَأْمُرُ اللَّهُ بِهِ إِلَى الْجَنَّةِ فَيَقُولُ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى لَقَدْ نَفَعَكَ حُسْنُ ظَنِّكَ بِي السَّاعَةَ؛ در روز قیامت، بنده‌ای را که به خودش ستم کرده (مرتکب گناه شده) می‌آورند، پس خدا به او می‌فرماید: آیا تو را به اطاعت از خودم امر نکردم؟ آیا تو را از نافرمانی خودم نهی نکردم؟ بنده در جواب می‌گوید: آری، ای پروردگار من، ولی شهوتم بر من غلبه کرد. پس اگر به خاطر گناه مرا کیفر کنی، ظلم نکرده‌ای. سپس خدا فرمان می‌دهد او را به جهنم ببرند. آنگاه بنده می‌گوید: چنین گمانی

۱. مجلسی، بحار الانوار، ج ۷، ص ۲۹۰؛ نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۱، ص ۲۴۹.

به تو نداشتم! خدا می‌فرماید: به من چه گمانی داشتی؟ بنده می‌گوید: گمان من به تو، بهترین گمان بود. پس خدا فرمان می‌دهد او را به بهشت ببرند و خداوند تبارک و تعالی می‌فرماید: حسن ظن تو به من، در این هنگامه به تو سود رساند.<sup>۱</sup>

امام باقر علیه السلام نیز از رسول خدا صلی الله علیه و آله نقل می‌کنند که خداوند متعال فرمود:

وَلَكِنْ بِرَحْمَتِي فَلْيَتَّقُوا وَ مِنْ فَضْلِي فَلْيَرْجُوا وَ إِلَى حُسْنِ الظَّنِّ بِي فَلْيَطْمَئِنُّوا وَ إِنَّ رَحْمَتِي عِنْدَ ذَلِكَ تُدْرِكُهُمْ وَ مِنِّي تَبْلُغُهُمْ وَ رِضْوَانِي وَ مَغْفِرَتِي ثَلَاثُهُمْ فَإِنِّي أَنَا اللَّهُ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ وَ بِذَلِكَ تَسْمِيَتْ؛ بندگان من، باید به رحمت من تکیه کنند و به فضل من امیدوار باشند. در آن صورت، رحمت من آنان را دربر می‌گیرد، رضوان و مغفرت من به آنان می‌رسد و عفو من، شامل حال آنان می‌شود، زیرا من خدای بخشنده مهربانم و به این اسم نامیده شده‌ام.<sup>۲</sup>

یکی از یاران حضرت رضا علیه السلام به نام حسین بن ثویر می‌گوید که روزی به محضر ابوالحسن الرضا علیه السلام وارد شدیم و به ایشان عرض کردیم ما در وسعت رزق قرار داریم و روزگار بر ما آسان می‌گذرد. در این لحظه حضرت رضا علیه السلام حالشان منقلب شد و این‌گونه فرمودند:

وسعت رزق و آسان‌گیری روزگار به این دلیل است که شما به خداوند حسن ظن دارید.<sup>۳</sup>

اسماعیل بن بزيع از حضرت رضا علیه السلام حدیثی زیبا نقل می‌کند:

به خدا حسن ظن داشته باشید، زیرا خداوند عزوجل فرمود: من به بنده مؤمن همان‌گونه نگاه می‌کنم که او به من. اگر خوب نگاه کند خوب نگاهش می‌کنم و اگر بد، بد.<sup>۴</sup>

۱. برقی، المحاسن، ص ۲۶؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷، ص ۲۸۸؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۲۳۲.  
۲. کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۷۱؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۹۷.  
۳. کلینی، الکافی، ج ۸، ص ۲۸۶.  
۴. حرّ عاملی، الجواهر السنیه، ص ۲۸؛ حرّ عاملی، الفصول المهمه، ج ۲، ص ۲۱۷؛ خواجوی، تعلیقه مفتاح الفلاح، ص ۲۱۸؛ فیض کاشانی، الوافی، ج ۴، ص ۲۹۸.

امام رضا<sup>ع</sup> به نقل از رسول خدا<sup>ص</sup> حدیثی نقل فرمودند:

فِي كُلِّ قَضَاءٍ اللَّهِ خَيْرٌ لِلْمُؤْمِنِ؛ در هر قضای الهی، خداوند برای مؤمن خیرخواهی می‌کند.<sup>۱</sup>

در این احادیث، گفتگوی خدا با بنده، سخن گفتن مخلوق با خالق و رابطه عاشقانه میان دو طرف بیان شده تا آموزه‌هایی نظیر امیدواری و رحمت، با زیبایی کامل به تصویر کشیده شود و بندگان بیاموزند که چگونه درباره خدا و آینده بیندیشند و امیدوار باشند. به نمونه‌ای از امیدواری و توکل نگاه کنیم:

خداوند به ابراهیم<sup>ع</sup> در سن پیری از کنیزش هاجر، فرزندی عطا کرد که نام وی را «اسماعیل» گذارد. همسر اول او «ساره» نتوانست تحمل کند که ابراهیم<sup>ع</sup> از غیر او فرزندی داشته باشد. از این رو خداوند به ابراهیم<sup>ع</sup> دستور داد تا مادر و فرزند را به مکه که در آن زمان بیابانی بی‌آب و علف بود، ببرد و سکنا دهد. ابراهیم<sup>ع</sup> فرمان خدا را امتثال کرد و آنها را به سرزمین مکه برد. ابراهیم<sup>ع</sup> هنگام وداع دست به دعا برداشت و گفت: خداوند! من به فرمان تو همسر و کودکم را در این بیابان سوزان و بدون آب و گیاه تنها می‌گذارم تا نام تو بلند و خانه تو آباد شود. طولی نکشید غذا و آب ذخیره مادر تمام شد و شیر او خشکید. بی‌تابی کودک شیرخوار، مادر را چنان مضطرب ساخت که تشنگی خود را فراموش کرد و برای به‌دست آوردن آب به تلاش و کوشش برخاست.

نخست به کنار کوه صفا آمد، اثری از آب در آنجا ندید. سرابی از طرف کوه مروه نظر او را جلب کرد و به گمان آب به‌سوی آن شتافت، در آنجا نیز به آب دست نیافت. از همان‌جا سرابی نیز در کوه صفا دید، دوباره به‌سوی آن بازگشت و هفت بار این تلاش و سعی را برای دستیابی به آب انجام داد. در آخرین لحظه‌ها ناگهان از نزدیک جای کودک چشمه زمزم جوشیدن گرفت و مادر و کودک از آن نوشیدند.<sup>۲</sup>

این داستان، روایت دیگری هم دارد.

۱. همان.

۲. همان.

مادر اسماعیل<sup>ع</sup> در بیابان گرم و سوزان مکه تشنه شد. لذا بالای کوه صفا رفت تا ببیند در بیابان کسی هست که او را یاری کند یا نه؟ دوباره به کوه مروه رفت و به بیابان نگاه کرد ولی کسی را ندید. این فاصله میان کوه صفا و مروه را هفت مرتبه پیمود تا اینکه در اوج ناامیدی، جبرئیل<sup>ع</sup> به‌سوی او آمد و از او پرسید: تو کیستی؟ گفت: من مادر فرزند ابراهیم<sup>ع</sup> هستم. جبرئیل<sup>ع</sup> پرسید: ابراهیم<sup>ع</sup> شما را به امید چه کسی رها کرد؟ گفت: به امید خدا. جبرئیل<sup>ع</sup> گفت: خدا شما را کافی است، به‌سوی صفا بازگرد. هاجر بازگشت و دید که زیر پای کودکش چشمه‌ای جوشیده است.<sup>۱</sup>

داستان هاجر در هر دو صورت نشان از یک چیز دارد و آن اینکه دنیا جایگاه امید است. امیدها دقیقاً در ناامیدی‌ها لانه کرده‌اند و از اوج ناامیدی است که امید می‌روید. بنده مؤمنی که به خدا اعتماد کرده و به امید او سعی می‌کند، هرگز ناامید نمی‌شود. اساساً ناامیدی از خدا معنا ندارد. خدا و ناامیدی با یکدیگر قهرند و خداوند همیشه انسان امیدوار و دلبسته خویش را دوست دارد.

داستان سعی در کنار خانه خدا، حکایت امید است. در بیابان سوزان حجاز، هاجر و اسماعیل<sup>ع</sup> تنها مانده‌اند. ابراهیم<sup>ع</sup> بر اساس رسالت خویش، زن و فرزند را تنها رها کرد و رفت. در بیابانی تفتیده، زنی تنها و فرزندی خردسال و گرسنگی و تشنگی. کدام پدر و همسری با خانواده خویش چنین می‌کند؟ عاطفه پدری و همسری کجاست؟ اما ابراهیم<sup>ع</sup> پیش از آنکه پدر اسماعیل<sup>ع</sup> و سرپرست خانواده‌ای باشد، پدر امت و راهنمای بشر است! زن و فرزند، او را نگران می‌کنند؛ اما آینده تاریخ، شوری عظیم در دل او می‌افکند. او با این عمل، درس‌هایی به انسانیت داد. از یک‌طرف درس توکل در شرایط سخت و دشوار و از سوی دیگر، درس امید در اوج ناامیدی. آنگاه که گرد ناامیدی بر چهره هاجر نشسته بود، خسته و نگران، دست و پا زدن کودکش را می‌نگریست، ناگاه در زیر پای او چشمه‌ای جوشید، چشمه‌ای جاری و ابدی و این‌گونه قصه سعی و زمزم، ماندگار و ابدی شد و تا همواره تاریخ جاودان.

۱. همان.

## دوم) زیباترین جهان

خالق هستی پرده از سّری بزرگ برداشته است، رازی که اگر آفریدگار آن را بیان نمی کرد برای همیشه بر انسان پوشیده می ماند. راز این است که خداوند، نور نامحدود است، هر آنچه از نور مطلق پدید آید، بی شک سنخیتی با نور دارد. «نورشناسی» قرآنی بابت عظیم از معرفت پیش روی بشر گشوده است. خدای سبحان اصل و منبع نورانیت جهان هستی است. همچنین باطن آسمان ها و زمین و تمامی کائنات نوری است که از خدا دریافت می کنند:

اللّٰهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ؛ خدا، نور آسمان ها و زمین است.<sup>۱</sup>

و نیز خداوند، زمینی را که مظهر ماده و جسمانیت است، با نور خود روشن کرد:

وَأَشْرَقَتِ الْأَرْضُ بِنُورِ رَبِّهَا؛ و زمین به نور پروردگارش روشن شود.<sup>۲</sup>

عالم تشریع هم سرشار از نور است. تورات نور است، انجیل نور است، قرآن هم نور است<sup>۳</sup> و اساساً تمامی کتب آسمانی همه نورند و خداوند با نور، مسیر انسان را روشن و بنی آدم را هدایت می فرماید. در میان انسان ها انبیاء نورند و به نورانیت دعوت می کنند. قرآن کریم شهدا را هم وجودهای نورانی می داند:

وَالشَّهْدَاءُ عِنْدَ رَبِّهِمْ لَهُمْ أَجْرُهُمْ وَنُورُهُمْ؛ و پیش پروردگارشان گواه خواهند بود [و] ایشان راست اجر و نورشان<sup>۴</sup>.

مؤمنین هم همراه با نورند و نور آنها را همراهی می کنند:

أَقْمَنَ شَرَحَ اللّٰهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِّنْ نَّوْرِهِ؛ پس آیا کسی که خدا سینه اش را برای [پذیرش] اسلام گشاده و [در نتیجه] برخوردار از نوری از جانب پروردگارش می باشد.<sup>۵</sup>

۱. نور/۳۵.

۲. زمر/۶۹.

۳. مائده/۱۵ و ۴۴ و ۴۶.

۴. حدید/۱۹.

۵. زمر/۲۲.

نکته ظریفی که در این آیه وجود دارد این است که نفرمود «مع نور» یعنی با نورند بلکه فرمود: «علی نور» یعنی بر نورند. به بیان دیگر آنها بر نور مسلط و سوارند. نور در اختیار آنهاست، نور مرکب آنهاست و نور رام آنهاست. آنها با نور می روند، با نور می آیند، با نور می نشینند، با نور می گویند، با نور می شنوند و از همین روست که لحظه لحظه آنها نور است و سلام. و از همین روست که ما به لحظات و آنات این وجودهای نورانی سلام می دهیم:

السَّلَامُ عَلَيْكَ حِينَ تَقُومُ السَّلَامُ عَلَيْكَ حِينَ تَقْعُدُ السَّلَامُ عَلَيْكَ حِينَ تَقْرَأُ وَ تَتَبَّنْ؛ سلام بر تو آن زمان که ایستادی، سلام بر تو آن زمان که نشستی، سلام بر تو آنگاه که خواندی و بیان نمودی<sup>۱</sup>.

از سوی دیگر پرواضح است که «نور» یا «حُسن» مساوی بلکه مساوق است. اگر پدیده ای از سنخ نور است طبعاً زیبا هم هست. هر جا نور است زیبایی است و هر جا زیبایی است نور. راز دیگری هستی، در همین راستا از سوی خداوند رمزگشایی شده است: جهان به زیباترین وجه ممکن آفریده شده است:

الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ؛ همان کسی که هر چیزی را که آفریده است نیکو آفریده<sup>۲</sup>.

از شریفه صریحاً به دست می آید که خالق هستی می گوید: آنچه را که من آفریدم، زیباترین صورت ممکن است. به بیان دیگر عالم ممکن بود سه گونه آفریده شود؛<sup>۳</sup> زشت، زیبا و زیباترین وجه ممکن.

**آفریننده جهان این گونه بیان می کند که آنچه را آفریدم نه زشت است و نه زیبا، بلکه از این زیباتر ممکن نبود و گر نه می آفریدم.**

۱. قمی، مفاتیح الجنان، زیارت آل یاسین.

۲. سجده/۷.

۳. فخر رازی، مفاتیح الغیب، ج ۲۵، ص ۱۴۱؛ بغدادی، لباب التأویل، ج ۳، ص ۴۰۳؛ ابن عاشور، التحرير والتنویر، ج ۲۱، ص ۱۵۰؛ طباطبائی، المیزان، ج ۱۶، ص ۲۴۹.

ممکن است این سؤال ذهن ما را آزار دهد که آنچه ما از عالم و انسان می‌بینیم بیشتر ناگواری، سختی، بلا و زشتی است. پس چگونه خداوند می‌گوید جهان، زیبا بلکه زیباترین است؟ توجه به دو نگاه می‌تواند ما را برای یافتن حقیقت یاری دهد: «نگاه خالق جهان» این است که «جهان، زیباترین است» و «نگاه ما» این است که «عالم سرشار از زشتی است». حال می‌توان پرسید آیا نگاه خالق درست است یا نگاه ما؟ پاسخ واضح است. پس نتیجه جالبی به‌دست می‌آید و آن اینکه «نگاه ما با واقعیت هماهنگ نبوده و بر آن منطبق نیست». از سوی دیگر، می‌دانیم که اگر نگاهی بر واقعیت خارجی منطبق نبود، آن نگاه، واقع‌نما نبوده و کاذب است. پس باید نه‌تنها «چشم‌ها را شست» بلکه باید «چشم‌ها را تغییر داد» و نگاه‌ها را از بنیاد اصلاح کرد. اگر کسی از زاویه نگاه خدا و از بالا به عالم بنگرد، در مملکت خدا، چیزی جز زیبایی و رحمت نیست. از این‌روست که پیام‌آور دردناک‌ترین حادثه تلخ جهان، نگاه خود را نسبت به آن واقعه، این‌گونه بیان می‌کند:

مَا رَأَيْتُ إِلَّا جَمِيلًا؛ جز زیبایی ندیدم.<sup>۱</sup>

اگر اندکی در جهان کندوکاو کنیم خواهیم دید که تنها در کهکشان ما میلیاردها ستاره، سیاره و اشیای کوچک وجود دارد، چنان‌که در جهان هستی میلیاردها کهکشان در حال چرخشی بسیار منظم هستند. درواقع ما در پهنه بی‌کرانه و غیر قابل دسترس عالم هستی، مانند نقطه‌ای بسیار ریز می‌مانیم. حداکثر تلاش بشر، او را تا ورای جو زمین بالا برده است. حال چگونه می‌تواند نسبت به جهانی به این عظمت بدبین باشد؟ یا حتی قضاوت کند؟ دانشمندان، زمان بسیار زیادی صرف می‌کنند تا فقط درباره زندگی یک حشره یا قطب جنوب یا آغاز شکل‌گیری زمین مطالعه کنند و بعد از ۵۰ سال تحقیق و پژوهش به عظمت بخش کوچکی از جهان هستی اعتراف می‌کنند. به‌راستی ما از نظر آگاهی نسبت به جهان، در حالت جنینی هم نیستیم. ذهن را باید گشود و فهمید که عالم هستی سرشار از رمز و راز و افسون است. کافی است فقط در ارتباط با نحوه تغذیه جنین از مادر مطالعه کنیم.

۱. ابن اعثم، الفتوح، ج ۵، ص ۱۲۲.

## جهان جایی برای بدبینی باقی نمی‌گذارد و بدبینی فقط حاصل ذهن آشفته است.

مناسب است به حدیثی از امام رضا علیه السلام اشاره کنیم که در آن از مهم‌ترین معیارها و ارزش‌های روابط اجتماعی سخن به میان آمده است. آن حضرت فرمودند:

لَا قَوْلَ إِلَّا بِعَمَلٍ وَلَا عَمَلَ إِلَّا بِالنِّيَّةِ وَلَا نِيَّةَ إِلَّا بِصَابَةِ السُّنَّةِ؛  
هیچ سخنی صحیح نیست مگر اینکه مبتنی بر عمل باشد، هیچ عملی صحیح نیست مگر اینکه نیت در آن دخیل است و هیچ نیتی صحیح نیست مگر اینکه مطابق سنت باشد.<sup>۱</sup>

بدبینی هر چند به‌طور موقت می‌تواند در تسکین حس انتقام‌جویی یا خودخواهی تأثیر داشته باشد و چه‌بسا آرامش موقت و کاذب هم ایجاد کند اما سرانجام چیزی جز نگرانی، انزوا، درگیری با خود، خودخوری و آسیب رساندن به دیگران نتیجه‌ای ندارد. نگاه خوش‌بینانه به تغییرها، رقابت‌ها و پیچیدگی‌های زندگی باعث می‌شود بسیاری از فشارهای عصر جدید، قابل تحمل شوند. با نگرش مثبت به اوضاع و احوال و پرهیز از پیش‌داوری‌های بی‌جا می‌توان به آرامش دست یافت و زندگی را به راحتی استمرار بخشید.

در فرهنگ دینی سوءظن، نامطلوب بلکه حرام معرفی شده است. نگاه بد به دیگران عوارض شومی برای خود و دیگران در پی دارد و به‌عنوان بیماری اخلاقی محسوب می‌شود:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَ لَا تَجَسَّسُوا وَ لَا يَغْتَبِ بَعْضُكُم بَعْضًا أَلْيُسُوءُ أَعْدَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، از بسیاری از گمانها پرهیزید که پاره‌ای از گمانها گناه است، و جاسوسی نکنید، و بعضی از شما غیبت

۱. طوسی، تهذیب الاحکام، ج ۴، ص ۱۸۶؛ فیض کاشانی، الوافی، ج ۱، ص ۲۹۹؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ج ۱، ص ۴۷.

بعضی نکند آیا کسی از شما دوست دارد که گوشت برادر مرده‌اش را بخورد؟ از آن کراهت دارید. [پس] از خدا بترسید، که خدا توبه‌پذیر مهربان است.<sup>۱</sup>

## ب) زهدگرایی و قناعت‌ورزی

روشن است که مرکب سرکش حرص و ولع باعث تلاطم روح و اضطراب روان انسان می‌شود. سیری‌ناپذیری، آدمی را به دردسر انداخته، نگرانی و ناامنی در پی دارد. از یک‌سو این‌گونه نیست که انسان به تمام خواسته‌هایش برسد و از سوی دیگر، در صورتی که خواسته‌ای تأمین شود، چه بسا خواسته یا خواسته‌های جدیدی شکل گیرد، چرا که همواره با اشباع یک میل، زمینه بروز میل یا امیال بعدی فراهم می‌شود. لذا همواره شخص باید دنبال برآورده شدن خواسته‌هایش باشد. شرایط این‌گونه می‌شود: خواسته جلو می‌رود و انسان هم پشت سر او، چنین روحیه‌ای طمع، حرص و سیری‌ناپذیری نام دارد و آلام شومی پیامد آن است.

بهترین راه رویارویی با خواستن‌های مضاعف، کاستن از خواسته‌هاست و در این صورت زمینه امنیت فکری و کاستن اضطراب فراهم می‌آید. در صورتی روح مضطرب آدمی رو به راحتی می‌گذارد که انسان، اعتدال را رعایت کرده، در اشباع نیازها و خواسته‌ها، افراط نکند و به تأمین کمتر خواسته‌های خویش اقدام کند. حضرت علی علیه السلام ضمن اشاره به وضعیتی مهم به نام قناعت و کفاف، کلید آرامش را این‌گونه معنا می‌کنند:

مَنْ اقْتَصَرَ عَلَى بُلْغَةِ الْكَفَافِ فَقَدْ انْتَصَمَ الرَّاحَةَ وَ تَبَوَّأَ خَفْضَ الدَّعْوَةِ وَ الرَّغْبَةَ مُفْتَاحَ التَّعَبِ؛ آنکه به اندازه کفاف بسنده کرد، به آسایش دست یافت، در آرامش جای گرفت و رغبت (افراطی)، کلید گرفتاری و مرکب رنج است.<sup>۲</sup>

صفت حرص و زیاده‌خواهی آن است که انسان به آنچه در دست دیگران

۱. حجرات/۱۲.

۲. کلینی، الکافی، ج ۸، ص ۱۸؛ صدوق، الفقیه، ج ۴، ص ۳۸۴؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۴۱۱؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۶، ص ۱۸.

است و به او تعلّق ندارد، طمع ورزد و آن را برای خود بخواهد. مثلاً خانه‌ای دید، ماشین زیبایی توجّه او را جلب کرد، لباس جذابی پیش روی او قرار گرفت که به دیگری تعلّق دارد، آزمند شده آرزو کند که ای کاش آن هم برای او بود. در این صورت حرص، طمع و آز در او شکوفا شده، چه بسا پیامدهای ناگواری برای حریص رقم زند. در مقابل، قناعت و کفاف وجود دارد که به شخص می‌گوید:

چیزی که به تو تعلّق ندارد، به تو تعلّق ندارد، برای آن آه نکش، فقط کار خود را کن تا خدا به تو چیزهای بهتری بدهد.

امام علی علیه السلام در سخنی زیبا و قابل تأمل فرمودند:

مَتَاعُ الدُّنْيَا حُطَامٌ وَ شِرَائِهَا كِبَابٌ بُلْغَتُهَا أَفْضَلُ مِنْ أَثَرِهَا وَ فُلُغَتُهَا أَرْكَسٌ مِنْ طُمَأْنِينَتِهَا حُكْمٌ بِالْفَاقَةِ عَلَى مُكْثَرِهَا وَ أَعْيُنٌ بِالرَّاحَةِ مَنْ رَغِبَ عَنْهَا؛ متاع دنیا، همچون خرده‌ریز و بی‌ارزش است و مال و میراثش گل و لای و لجن. به قدر کفاف از آن برگرفتن، بهتر است از جمع کردن آن. دل کندن از آن آرام‌بخش‌تر است تا دل بستن به آن. فزون‌خواه، محکوم به فقر و درویشی است و دنیاگریز، در آرامش و آسودگی.<sup>۱</sup>

تأمل در داستان آفرینش نکته ظریفی را برملا می‌کند. خداوند بعد از گذر از فرشتگان و ابلیس به آدم علیه السلام و همسرش رسید و گویا درصدد آزمودن آن دو برآمد. خالق هستی به آن دو پیشنهاد کرد و فرمود: تمام بهشت بیکران برای استفاده شما مهیاست. هر چه می‌خواهید بهره‌گیرید، فقط به یک درخت نزدیک نشوید که در این صورت از حد گذشته، ظلم کرده‌اید. آدم علیه السلام و حوا از تمامی بهره‌های آن بهشت گذشتند و به درخت ممنوعه نزدیک شدند:

وَ قُلْنَا يَا آدَمُ اسْكُنْ أَنْتَ وَ زَوْجُكَ الْجَنَّةَ وَ كُلَا مِنْهَا رَغَدًا حَيْثُ شِئْتُمَا وَ لَا تَقْرَبَا هَذِهِ الشَّجَرَةَ فَتَكُونَا مِنَ الظَّالِمِينَ؛ و گفتیم ای

۱. حرّانی، تحف العقول، ص ۲۲۱؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۵، ص ۶۰.

آدم، خود و همسرت در این باغ سکونت گیر [اید] و از هر کجای آن خواهید فراوان بخورید و الی [به این درخت نزدیک نشوید که از ستمکاران خواهید بود].<sup>۱</sup>

در اینجا پرسشی رخ می‌نماید و آن این است که چه عاملی باعث شد آن دو به درخت ممنوعه نزدیک شوند؟ با یک نگاه می‌توان پاسخ را در صفت حرص و طمع جستجو کرد، زیرا نهی خدا بدین معنا بود که آن درخت به آنها تعلق ندارد، اما آنها طمع‌ورزی کردند. از این رو، راحتی بهشت را از دست دادند. با توجه به شباهت زمین و آن بهشت می‌توان گفت که زیاده‌روی و پرداختن به چیزی که نیاز جدی ما در آن نیست، موجب سلب آسودگی و راحتی است. پس قناعت یعنی به اندازه خواستن که راهی دیگر برای کسب آرامش است. امام صادق علیه السلام فرمودند:

حُرِّمَ الْحَرِيصُ خَصْلَتَيْنِ وَ لَزِمَتْهُ خَصْلَتَانِ حُرِّمَ الْقَنَاعَةُ فَأَفْتَقَدَ الرَّاحَةَ وَ حُرِّمَ الرِّضَا فَأَفْتَقَدَ الْيَقِينَ؛ از حریص دو صفت، منتفی و دو خصیصه ملازم اوست: او قناعت و رضایت ندارد، پس آرامش و یقین را از دست می‌دهد.<sup>۲</sup>

هشتمین کوکب آسمان ولایت علیه السلام به این حقیقت اشاره می‌کند که هر کس خواهان آسودگی، امنیت و آرمیدگی است، آن را در زهد و قناعت جستجو نماید.<sup>۳</sup> همچنین فرزند آن امام همام، امام جواد علیه السلام فرمود که خداوند به برخی از انبیاء وحی فرمود و در ضمن این ارتباط ویژه این نکته ظریف را به آنها گوشزد نمود که زهد و قناعت به سرعت برای انسان آرامش روحی و ثبات خاطر به ارمغان می‌آورد.<sup>۴</sup> در مواضع امام صادق علیه السلام می‌خوانیم:

الْمُؤْمِنُ فِي الدُّنْيَا غَرِيبٌ لَا يَجْزِعُ مِنْ دُلْهَاهَا وَ لَا يَتَنَافَسُ أَهْلُهَا فِي عَزِّهَا وَ قِيلَ لَهُ أَيْنَ طَرِيقُ الرَّاحَةِ فَقَالَ علیه السلام فِي خِلَافِ الْهَوَى؛ مؤمن در

۱. بقره/۳۵.

۲. صدوق، *الخصال*، ج ۱، ص ۶۹؛ مجلسی، *بحار الانوار*، ج ۷۰، ص ۱۶۱؛ حرّعاملی، *وسائل الشیعه*، ج ۱۶، ص ۲.

۳. نوری، *مستدرک الوسائل*، ج ۱۲، ص ۱۷۳.

۴. مجلسی، *بحار الانوار*، ج ۶۶، ص ۲۳۸.

دنیا غریب است، از خواری دنیا جزع و ناراحتی نمی‌کند و در عزّت دنیا به دیگران فخر نمی‌فروشد. عرض کردند: راه آرامش کدام است؟ فرمود: مخالفت با هوای نفس و دنیا.<sup>۱</sup>

تحلیلی جالب فهم مطلب را آسان‌تر می‌نماید؛ انسان‌ها سرشار از نیازند. از سوی دیگر هر نیازی منشأ شکل‌گیری خواستی درون انسان می‌باشد. تک خواسته‌ها اقتضا و فریادی دارند؛ فریاد هر خواسته این است که ارضا شود. انسان در پی هر خواسته‌ای درصدد تحقق و ارضای آن بر می‌آید تا نیازی از نیازهای خود را پاسخ مثبت دهد. اگر نیاز و میلی ارضا شد، نیاز و خواسته دیگری سر بر می‌آورد و بر صاحبش فریاد می‌کشد که آن را اشباع کند. در این صورت سلسله نیازها و خواسته‌ها از پیش می‌روند تا آدمی جهت تحقق آنها به دنبال آنها بدود.

ناگفته پیداست که برای تحقق یک خواسته باید اقداماتی انجام داد و به منظور انجام اقدامات، لازم است به افراد مختلفی مراجعه کرد. چون نیک بنگریم خواسته‌ها، انسان‌ها را به بند می‌کشند و برای تحققشان آدمیان را به ذلت. یک خواسته معادل یک قید و یک ذلت است. لذا بهترین راه زیستن با عزّت، رهایی از قید و بند خواسته‌ها است.

### باید به گونه‌ای رفتار کرد که ما بر خواسته‌هایمان مسلط شویم نه خواسته‌هایمان بر ما

قناعت و زهدورزی، راه کاستن از خواسته‌ها را به انسان نشان می‌دهد. آنگاه که انسان از خواسته‌ای صرف‌نظر کند، درون خود را آزاد کرده و به آزادگی روحی و آرامش قلبی نائل می‌شود، در این صورت، مزه ملکوتی طمأنیه را دریافت می‌کند. خداوند، جهان هستی را هم این‌گونه آفرید.

۱. حرّانی، *تحف العقول*، ص ۳۷۰؛ مجلسی، *بحار الانوار*، ج ۷۵، ص ۲۵۴.



جهان به گونه‌ای است که اگر به سمت آن برویم از ما فرار می‌کند، اما اگر قناعت پیشه کرده، زهدورزی کنیم و به اصل کم خواستن یا نخواستن، عمل کنیم، او دنبال ما می‌دود و خود را بر ما عرضه می‌کند.

زهدورزی و رهایی از طمع، انسان را به‌سوی گذشت و بخشندگی سوق می‌دهد. انسان بی‌طمع یا کم‌طمع، می‌تواند از خواسته‌هایش صرف‌نظر کند، چنان‌که قادر است از خطای دیگران به‌راحتی بگذرد، در این‌صورت روابط اجتماعی تسهیل شده و منازعه‌ها و پرخاشگری‌ها کم می‌شود. حضرت رضا<sup>ع</sup>، زاهد را این‌گونه معرفی کردند:

مُتَبَلِّغٌ بِدُونِ قُوَّتِهِ مُسْتَعِدٌّ لِيَوْمِ مَوْتِهِ وَ مُتَبَرِّمٌ بِحَيَاتِهِ؛ آن کس که به کمتر از قوت زندگی قناعت کند، همیشه آمادهٔ رسیدن مرگ و از زندگی، خسته و ناراحت باشد.<sup>۱</sup>

هشتمین امام شیعیان<sup>ع</sup>، قناعت را زیبایی نفس و منشأ عزت انسان دانستند و در وصف آن چنین فرمودند:

قناعت نفس، آدمی را نگه می‌دارد و باعث عزت و قدرت آن می‌شود. مسیر قناعت را طی نکرد مگر کسی که یا متعبد است و اجر آخرت می‌خواهد یا کریم است و از سرزنش انسان‌ها دوری می‌کند.<sup>۲</sup>

فرزند رسول خدا ابی‌الحسن الرضا<sup>ع</sup> دربارهٔ کم خواستن و قناعت کردن فرمودند:

هر کس در رزق قناعت نکند و به رزق زیاد مایل باشد، خداوند هم از او عمل زیاد خواهد خواست. هر کس به روزی اندک اکتفا کند، خداوند نیز دربارهٔ او به عمل قلیل بسنده کند.<sup>۳</sup>

۱. دیلمی، اعلام‌الدین، ص ۳۰۷، مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۵، ص ۳۵۷.  
۲. حلوانی، نزهة الناظر و تنبيه الخاطر، ص ۱۲۸، دیلمی، اعلام‌الدین، ص ۳۰۷.  
۳. کلینی، الکافی، ج ۱۲، ص ۱۳۸، فیض کاشانی، الوافی، ج ۴، ص ۴۰۸.

## ج) صداقت

پایبندی به اصول اخلاقی، زمینه‌ساز شکل‌گیری احساس‌های مناسب درون انسان می‌شود. آرامش روان در پرتو عمل به ارزش‌های انسانی به‌دست می‌آید. صداقت از جمله ارزش‌های مهم دینی و انسانی است که تعارض‌ها، دغدغه‌ها، تشویش‌خاطر‌ها، تردیدها و فرسودگی‌ها را از جان آدمی می‌کاهد. صداقت و راستی، راهی برای نیل به آرامش است. پیامبر خدا<sup>ص</sup> فرمودند:

فَإِنَّ الْكَذِبَ رِبِيَّةٌ وَالصِّدْقُ طُمَأْنِينَةٌ؛ دروغ باعث پریشانی و راستی، مایهٔ آرامش است.<sup>۱</sup>

اگر انسان شیوهٔ صداقت پیش گیرد و حقایق را بازگوید، بسیاری از نگرانی‌ها و دغدغه‌هایی که به‌دلیل دورویی و کذب پدید می‌آید، از او رخت برمی‌بندد و جانش را آرام می‌سازد. این امر قابل تجربه است. اگر صداقت را حداقل در اولین مرحله یعنی صداقت زبانی پیشه کنیم، در جان خویش احساس‌های مثبتی جایگزین کرده‌ایم و با راستی، لذت معنوی به کام خویش ریخته‌ایم.

هشتمین اختر آسمان ولایت<sup>ع</sup> به اموری نظیر ادای امانت، تهجد و دستگیری از محرومان توصیه فرمودند؛ اما در این میان، بر راستگویی (صدق حدیث) تأکید کردند.<sup>۲</sup>

همچنین آن امام همام<sup>ع</sup> ذیل آیه ۱۱۹ سوره توبه فرمودند:

الصَّادِقُونَ هُمُ الْأَيِّمَةُ وَالصِّدِّيقُونَ بَطَّاعَتُهُمْ؛ همانا مراد از صادقون، امامان شیعه هستند و منظور از صدیقون کسانی هستند که از آنان اطاعت می‌کنند.<sup>۳</sup>

۱. مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۱، ص ۲۱۴.

۲. نوری، مستدرک الوسائل، ج ۴، ص ۴۲۶؛

۳. کلینی، الکافی، ج ۱، ص ۲۰۸؛ فیض کاشانی، الوافی، ج ۲، ص ۱۰۷؛ بحرانی، تفسیر برهان، ج ۲، ص ۱۷۰.



## د) بردباری

صبر یکی از مفاهیم ارزشمندی است که نقش مؤثری در بهداشت روح و روان ایفا می‌کند. بردباری در برابر سختی‌ها و مصائب، خشم و طغیان را از انسان می‌کاهد. صبر و حلم، زندگی فردی و اجتماعی را قابل تحمل ساخته و گشایش را پیش روی انسان قرار می‌دهد. آدمی در برخورد با دیگران، نیازمند صبر و شکیبایی است و این امر از آسیب‌های روانی پیشگیری می‌کند. موفقیت و نیز حفظ تعادل، در گرو بردباری و تحمل است.

صبر و شکیبایی از مهم‌ترین ابزارهای مقابله با تنیدگی و رنجوری است. متون دینی نشان می‌دهد که خویش‌نهادی راهی مؤثر برای دستیابی به آرامش درون و کاستن از آلام و عواطف منفی است. در جنگ بدر، مسلمانان در آستانه خفت و ذلت قرار گرفتند تا اینکه خداوند به یاری آنها آمد و با نزول ملائکه کمکشان کرد. قرآن به یک اصل معنوی و سنت سلوکی- چه برای فرد و چه برای جامعه- اشاره می‌کند: اگر صبر و تقوا پیشه کنید، به آرامش می‌رسید:

بَلَىٰ إِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا وَ يَأْتِيَكُم مِّنْ قُدْرِهِمْ هَذَا يُبَدِّلْكُمْ بِخَمْسَةِ  
ءِأَلْفٍ مِّنَ الْمَلَائِكَةِ مُسَوِّمِينَ\* وَ مَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ  
قُلُوبُكُمْ بِهِ؛ آری اگر صبر و پرهیزگاری کنید و با همین جوش او  
خروش [ بر شما بتازند، همانگاه پروردگارتان شما را با ۵ هزار  
فرشته نشاندار یاری خواهد کرد\* و خدا آن [وعده پیروزی] را  
جز مژده‌ای برای شما قرار نداد تا [بدین وسیله شادمان شوید و]  
دل‌های شما بدان آرامش یابد.<sup>۱</sup>

تفاسیر به این نکته پرداخته‌اند که بردباری و پرهیزکاری در جنگ بدر موجب شد تا خداوند از راه نزول ۵ هزار فرشته، جنگجویان مسلمان را امداد کند و از این طریق خوف و هراس را از آنان دور و آرامش و نشاط را به آنان هدیه کند.<sup>۲</sup>

در آیات جهاد در سوره فتح مشاهده می‌کنیم که خداوند رضایت خویش را از مؤمنانی اعلام می‌فرماید که با پیامبر ﷺ بیعت کردند و به دنبال آن چندین پاداش بر آنان نازل کرد: غنیمت‌های فراوان، فرار دشمنان و پیروزی نزدیک. یکی از مهم‌ترین هدیه‌های خداوندی بر مسلمانان مبارز، سکینه بود. شدت ارتباط میان صبر و سکینه تا بدان حد است که در تفاسیر مختلف، سکینه را با صبر، یکی دانسته‌اند.<sup>۱</sup>

**هر کس در شرایط دشوار، صبر و شکیبایی پیشه کند، آرامشی عمیق را در وجود خویش تجربه خواهد کرد.**

لَقَدْ رَضِيَ اللَّهُ عَنِ الْمُؤْمِنِينَ إِذْ يُبَايِعُونَكَ تَحْتَ الشَّجَرَةِ فَعَلِمَ مَا فِي  
قُلُوبِهِمْ فَأَنْزَلَ السَّكِينَةَ عَلَيْهِمْ وَأَثَابَهُمْ فَتْحًا قَرِيبًا؛ به‌راستی خدا  
هنگامی که مؤمنان زیر آن درخت با تو بیعت می‌کردند از آنان  
خشنود شد، آنچه در دل‌هایشان بود بازشناخت، بر آنان آرامش  
فرستاد و پیروزی نزدیکی به آنها پاداش داد.<sup>۲</sup>

صبر، از پیامدهای منفی تنش پیشگیری کرده و اندوه را از انسان می‌زداید:  
اَطْرَحْ عَنْكَ وَارِدَاتِ الْهُمُومِ بَعَزَائِمِ الصَّبْرِ؛ از روح خود، اندوه را به  
کمک پایداری صبر خارج کن.<sup>۳</sup>

رسول خاتم ﷺ با اشاره به نشانه‌ها و آثار شکیبایی و تحمل، آرامش را یکی از شاخص‌های حلم بیان فرمودند:

فَأَمَّا الْحِلْمُ فَمِنْهُ رُكُوبُ الْجَمِيلِ وَ صُحْبَةُ الْأَبْرَارِ وَ رَفْعُ مِنَ الصَّعَةِ  
وَ رَفْعُ مِنَ الْحَسَاسَةِ وَ تَشَوُّيِ الْخَيْرِ وَ تَقَرُّبُ صَاحِبِهِ مِنْ مَعَالِي  
الْتَّرَجَاتِ وَ الْعَفْوُ وَ الْمَهْلُ؛ از بردباری است: آراسته شدن به

۱. طوسی، التبیان، ج ۹، ص ۳۲۸؛ قاسمی، محاسن التأویل، ج ۸، ص ۴۹۹؛ آلوسی، روح المعانی، ج ۱۳، ص ۲۶۲؛ زمخشری، الکشاف، ج ۴، ص ۳۴۰؛ میبدی، کشف الاسرار، ج ۹، ص ۲۲۶.  
۲. فتح/۱۸.  
۳. حرانی، تحف العقول، ص ۸۳.

خوبی‌ها، همنشینی با نیکان، ارجمند و عزیز شدن، رغبت به نیکی، نزدیک شدن بردبار به درجه‌های عالی، گذشت، آرامش و تأتی<sup>۱</sup>.

اگر انسان در شرایط ناگوار و سخت قرار بگیرد، چه‌بسا عنان از کف دهد و راه نابرده‌باری پیماید. در این صورت، شرایط خارجی بر فرد غالب شده و آدمی را به انفعال وامی‌دارد. صبر و شکیبایی مکانیسم قدرتمندی است که موجب می‌شود انسان بر خویشتن غلبه کند، عنان خویش را از کف ندهد، مسیر صحیح را تشخیص دهد و خود را با راه صواب هماهنگ کند. پس بردباری، رمز غلبه بر خویشتن و آرامش است.

یکی از مفاهیم ارزشی که امام هشتم شیعیان<sup>ع</sup> بر آن انگشت تأکید نهاده‌اند، خویشتن‌داری و شکیبایی است. ایشان در احادیث مختلف به این حقیقت اشاره می‌کنند که آدمیان در شرایط سخت نباید به شیوه‌های شوم متوسل شوند، بلکه لازم است با صبوری، راه صحیح را تشخیص داده و با قدرت، مناسبات را تنظیم کنند. بیان نمونه‌هایی از این احادیث می‌تواند جالب‌توجه باشد.

**نمونه نخست:** امام رضا<sup>ع</sup> درباره ویژگی‌های مؤمن فرمودند:

مؤمن، مؤمن نمی‌شود مگر اینکه در او سه ویژگی باشد... و صبر در سختی‌ها و بلاها<sup>۲</sup>.

**نمونه دوم:** محمدبن حسین از یاوران حضرت رضا<sup>ع</sup> بیان می‌کند که در خراسان از آن بزرگوار چنین شنید:

ما اهل بیت، گذشت را از آل یعقوب<sup>ع</sup>، شکر را از آل داود<sup>ع</sup> و صبر را از آل ایوب<sup>ع</sup> به ارث برده‌ایم<sup>۳</sup>.

**نمونه سوم:** یکی از یاوران حضرت رضا<sup>ع</sup> به نام حسن بن شاذان، نامه‌ای

به امام<sup>ع</sup> می‌نویسد و در آن از جور ظالمان شکوه می‌کند. حضرت با خط خویش می‌نویسند: «همانا خداوند از اولیایش بر صبر در دولت باطل میثاق گرفته است، پس صبور باش»<sup>۱</sup>.

**نمونه چهارم:** هشتمین امام شیعیان<sup>ع</sup> در توصیه‌ای خطاب به محمدبن ابی‌نصر چنین فرمودند:

بر شما باد صبوری. همانا فرج در یأس می‌آید. کسانی که قبل از شما بودند از شما صبورتر بودند. امور دنیا بر اساس مشیت خدا رخ می‌دهد. پس، نسبت به آن بردبار باشید<sup>۲</sup>.

**نمونه پنجم:** یکی از اصحاب امام به نام عمر بن یزید می‌گوید در روزگار سختی زندگی می‌کردیم. روزی بر امام رضا<sup>ع</sup> وارد شدم. ایشان به من فرمودند:

کسی از شیعیان من نیست که به بلایی گرفتار شود و صبر کند، مگر اینکه خداوند برای او اجر هزار شهید بنویسد<sup>۳</sup>.

**نمونه ششم:** امام ایرانیان حضرت رضا<sup>ع</sup> به مردی از اهل قم چنین فرمودند:

باتقوا باشید و بر شما باد سکوت، صبر و حلم، زیرا هیچ انسانی عابد نشد مگر اینکه باحوصله باشد<sup>۴</sup>.

**نمونه هفتم:** علی بن فضال اظهار می‌دارد از حضرت رضا<sup>ع</sup> چنین شنید:

اگر خدا، عزیزی را از کسی گرفت و او صبوری کرد، خداوند در عوض به او بهشت می‌دهد<sup>۵</sup>.

۱. کلینی، الکافی، ج ۸، ص ۲۷۰.

۲. حمیری، قرب الاسناد، ص ۳۸۰.

۳. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۳۴.

۴. طبرسی، مشکاة الانوار، ص ۲۱۶؛ نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۱، ص ۲۸۸.

۵. حمیری، قرب الاسناد، ص ۳۸۹.

## ه) گذشت

بخشش دو گونه است: گاهی از مال خود می‌گذریم که به آن انفاق می‌گویند و زمانی، از خطاها و ظلم‌های دیگران گذشت می‌کنیم که به آن عفو گفته می‌شود. مسئله مهم، وجه مشترک هر دو یعنی گذشت است، یکی گذشت از مال و دیگری گذشت از خطای دیگران.

مَنْ عَفَا مِنْ مَّظْلَمَةٍ أَبَدَ اللَّهُ بِهَا عِزًّا فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ؛ هر کسی از ظلمی که به او شده است درگذرد، خداوند به جای آن، در دنیا و آخرت او را عزیز گرداند.<sup>۱</sup>

حضرت رضا علیه السلام به مطلبی زیبا اشاره می‌کنند:

هر گاه دو گروه با یکدیگر نزاع کردند، نصرت خدا به کسی می‌رسد که باگذشت‌تر باشد.<sup>۲</sup>

روزی از امام هشتم علیه السلام درباره بهترین بنده خدا سؤال شد. ایشان در پاسخ فرمودند:

بهترین بنده خدا کسی است که هر گاه احسان کند با خوش‌رویی باشد، هنگام خطا، استغفار کند، هر گاه به او هدیه داده شود شکر گزارد، هر گاه بلایی به او رسد، صبر کند و هر گاه غضبناک شود، گذشت پیشه کند.<sup>۳</sup>

هشتمین اختر تابناک آسمان ولایت علیه السلام از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایتی نقل می‌کنند:

بر شما باد رعایت مکارم الاخلاق، زیرا خداوند مرا بدین منظور مبعوث کرد. مکارم اخلاق این است: از کسانی که ظلم می‌کنند، بگذری. به کسانی که تو را محروم می‌کنند، عطا نمایی. به کسانی که با تو قطع رابطه می‌کنند وصل کنی. کسی که به تو بازگشت نمی‌کند به‌سوی او بازگردی.<sup>۴</sup>

۱. مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۴، ص ۱۲۱.

۲. کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۱۰۸؛ مفید، الامالی، ص ۲۰۹؛ حرّانی، تحف العقول، ص ۴۴۶.

۳. حرّانی، تحف العقول، ص ۴۴۵.

۴. مفید، الامالی، ص ۴۷۷؛ نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۱، ص ۱۹۱.

## دو) ارزش‌های منفی

در سخنان حضرت رضا علیه السلام بایسته‌ها و ارزش‌هایی مطرح شده که منفی تلقی می‌شود و لازم است از آنها اجتناب شود. در صورتی که جامعه با این‌گونه ارزش‌ها همراه شود، تنش‌ها و پیچیدگی‌ها افزایش می‌یابد.

### الف) پرخاشگری

خشونت‌گرایی و پرخاشگری از علائم خودکم‌بینی و خودناباوری است. کسی که احساس حقارت کند، با استفاده از حس انتقام‌جویی درصدد مقابله با رقیب خویش برآمده و در این مسیر از شیوه‌های مختلف استفاده می‌کند. این‌گونه افراد با خشونت‌طلبی درصدد ناکامی‌ها و شکست‌های خویش را پوشش دهند و آنها را از این راه نادرست جبران کنند.

انتقام‌جویی، گونه‌های مختلفی دارد: یکی از شکل‌های انتقام‌جویی، انتقادهای کوبنده و بی‌جاست. تحقیرها و سرزنش‌های دیگران، از دیگر شیوه‌های پرخاشگری است. زخم زبان، ایجاد لطمه‌های روحی و استفاده از سخنان رکیک، نوع دیگری از خشونت‌گرایی را آشکار می‌سازد. چنان‌که فحاشی و درگیری فیزیکی، اوج پرخاشگری را نشان می‌دهد.

دین و پیشوایان دینی به‌گونه‌های مختلف درصدد مواجهه با احساس خشونت، رویکرد خشونت‌طلبی و پرخاشگری برآمده‌اند و در این رابطه، راهکارهایی را پیش‌رو گذاشته‌اند. خداوند، پاکان را دارای سه ویژگی معرفی می‌فرماید: بخشش در راحتی و رنج، فروخوردن خشم و گذشت از خطای دیگران. در این‌صورت آنان به مقام احسان نائل شده‌اند و خداوند، محسنین را دوست دارد:

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالصَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ؛ همانان که در فراخی و تنگی انفاق می‌کنند، خشم خود را فرو می‌برند، از مردم درمی‌گذرند و خداوند نیکوکاران را دوست دارد.<sup>۱</sup>

۱. آل عمران/۱۳۴.

امام صادق علیه السلام فرمودند:

ثَلَاثَ مَنْ كُنْ فِيهِ اسْتَكْمَلَ خِصَالَ الْإِيمَانِ مَنْ صَبَرَ عَلَى الظُّلْمِ وَ كَظَمَ غَيْظَهُ وَ اخْتَسَبَ وَ عَفَا وَ عَفَرَ كَانَ مِمَّنْ يُدْخِلُهُ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ الْجَنَّةَ بِغَيْرِ حِسَابٍ؛ سه چیز است که دارندۀ آن، خصال ایمان را به حد کامل به دست آورده: کسی که بر ظلم صبر کند، کسی که برای خدا کظم غیظ کند و کسی که ببخشد و گذشت کند، از کسانی خواهد بود که خداوند متعال آنها را بدون حساب داخل بهشت می کند<sup>۱</sup>.

خشم یا غضب، از قوای نفس آدمی است که ریشه در حفظ صیانت انسان دارد و دست خلقت برای حفظ حیات و دفع تهدیدها، آن را در وجود انسان به ودیعت نهاده است. خشم، به حالتی هیجانی اطلاق می شود که به پاره ای تظاهرات فیزیکی، فیزیولوژیکی و روان شناختی منجر می شود. این نیروی درونی یکی از عوامل سلب آرامش در انسان به حساب می آید.

نکته قابل توجه این است که نباید نیروی خشم را از اساس منکر شد و ناکارآمد دانست، همان گونه که قرآن کریم اصل خشم را تخطئه نمی کند و خشم های مقدس را می ستاید. اساساً خشم مقدس یکی از صفات الهی است که در انسان متجلی شده او را به سمت نام های مقدسی چون قهار و جبار رهنمون می شود. خشمگین شدن، اگر متعادل باشد، در مسیر حق قرار گیرد و ما بر آن غالب باشیم، نه تنها ناپسند نیست، بلکه مطلوب و مورد رضای حق است.

اما خشم نامقدس، ناپسند است. این گونه خشم ها بسیار رایج بوده و آدمی را تا منجلاب نابودی پیش می برند. سخن بر سر این است که اولاً شایسته نیست منش انسان به گونه ای باشد که به راحتی و سریعاً خشمگین شود؛ ثانیاً روا نیست که حالت خشم از حد تعادل گذشته و از کنترل ما خارج شود؛ ثالثاً هنگام بروز زمینه های خشم و پرخاشگری باید به سرعت دست به کار شد، این هیجان خانمان برانداز را لگام زد، مهار کرد و به تعبیر دینی، «کظم غیظ» کرد.

۱. مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۸، ص ۴۱۷.

در ادامه بیان نشانه های اهل تقوا، به این نکته بسیار مهم اشاره می شود که اگر خصایص مزبور در کسی باشد، او اهل احسان است و محسن، محبوب خداست، بدین معنا که خداوند او را دوست دارد:

أَعَدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ\* الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالصَّرَّاءِ وَ الْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَ الْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَ اللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ؛ برای پرهیزگاران آماده شده است\* همانان که در فراخی و تنگی انفاق می کنند، خشم خود را فرو می برند و از مردم درمی گذرند و خداوند نیکوکاران را دوست دارد<sup>۱</sup>.

اگر بخشش و گذشت پیامدی درونی به نام آرامش دارد، در این صورت کنترل خشم و پرخاشگری هم می تواند احساس رهایی، سبکی و سکونت قلبی در پی داشته باشد.

توجه به یک مثال می تواند مسئله را روشن کند: فرض کنیم زن و شوهری از صبح زود سر کار رفته اند و هر دو تا عصر به کار مفید مشغول بوده اند. همچنین فرض کنیم آنها صبحانه نخورده اند، فرصتی برای تناول نهار هم نداشته اند و در آن روز با چند نفر کارشان به دعوا کشیده است. فرض سوم اینکه فراهم ساختن شام به عهده خانم است. شامگاهان، مرد بسیار گرسنه، تشنه، با روحی رنجیده و خسته به منزل می آید و با این صحنه مواجه می شود، غذا سوخته و بوی آن فضای منزل را فرا گرفته است. در این شرایط، حالت درونی مرد چگونه است؟ و در این لحظه قبل از هرگونه اقدامی چه حس هیجان آمیزی به او دست می دهد؟ پرواضح است که احساس او در این لحظه اوج خشم بوده و چه بسا رفتار پرخاشگرانه ای از او سر زند.

اما در دین به ما توصیه کرده اند که کظم غیظ کنید، یعنی خشم خود را فرو برید. به راستی چگونه؟ از بهترین شیوه های مهار خشم و تسلط بر آن در چنین شرایطی این است که در همان لحظه، قدرت و استحکام خویش را از دست ندهیم و به خوبی ها و نکات مثبت زن توجه کنیم، یعنی به خود بگوییم: از آنجا که همسرمان مانند ما بسیار خسته بوده، غذا سوخته یا

۱. آل عمران/ ۱۳۴ - ۱۳۳.

همسر ما، کسی است که چند روز پیش بهترین غذا را برای ما تهیه کرد یا در فلان مجلس آبروداری کرد یا به خاطر من از فلان خواست خویش گذشت یا علی رغم میل خویش به فلان کار اقدام کرد. اولین اثر این گونه افکار خوش بینانه، کاهش سریع و آسان خشم بوده، ما را در وضعیت تعادل و تعقل قرار می دهد و به دنبال آن در ما آرامشی لذت بخش ایجاد می کند. در این صورت ما می توانیم آرامش حاصل از مهار خشم و گذشت را درون خویش تجربه کنیم.

حضرت رضا علیه السلام برای بیان ویژگی های مؤمن به این نکته اشاره فرمودند: مؤمن هر گاه غضب کند، غضبش او را از مدار حق خارج نمی سازد.<sup>۱</sup>

حدیثی کوتاه اما زیبا از مقام نورانی هشتمین امام علیه السلام وارد شده است:

الْعُضْبُ مُفْتَاخُ كُلِّ شَيْءٍ؛ غضب، کلید هر بدی است.<sup>۲</sup>

در روایتی دیگر اباصلت از علی بن موسی الرضا علیه السلام بیانی نقل می کند:

خداوند به یکی از انبیایش وحی فرمود که هر گاه صبح شد نخستین چیزی که مشاهده کردی آن را بخور، دومین چیز را پنهان کن، سومین چیز را اقبال نما، چهارمین چیز تو را مأیوس نسازد و از پنجمین چیز فرار کن.

صبح، آن پیامبر علیه السلام با کوه سیاه بزرگی روبرو شدند و متحیر ایستادند. اما چون خداوند به خوردن آن امر کرده بود، برای خوردن آن پیش رفتند، اما هر چه نزدیک تر شدند، آن کوه کوچک شد تا اینکه آن را در حد لقمه ای یافتند و خوردند و آن را گوارترین غذا یافتند. آن کوه، غضب بود. هر گاه شخصی غضب کند خود را نمی بیند و قدر خود را نمی شناسد. اما هر گاه خویشتن را حفظ کند و قدر خویش را بشناسد، غضبش

۱. حلی، العادۃ القویة، ص ۲۹۲.

۲. طبرسی، مشکاة الانوار، ص ۲۱۶.

بازایستد تا اینکه در آخر، لقمه ای گوارا خواهد شد.<sup>۱</sup>

امام علی بن موسی الرضا علیه السلام با صراحت به ترک مخاصمه امر می کنند:

از مخاصمه با مردم به شدت بپرهیزید، زیرا خصومت طلبی و پرخاشگری، عیب شما را آشکار می کند و باعث سرزنش می شود.<sup>۲</sup>

## ب) دروغ

از نشانه های مخرب ارزش های منفی، توسل به دروغ و نیرنگ است. کتمان حقیقت و پوشاندن واقعیت، شیوه ای است که افراد مبتلا به خودکم بینی از آن استفاده می کنند. ترس از بیان واقعیت، ترس از آشکار شدن ضعف و نیز ترس های موهوم دیگر، ریشه های دروغ گویی هستند.

نفاق یا دورویی شکلی از دروغ گویی است، زیرا کذب به معنای ناهماهنگی و عدم مطابقت چیزی با چیز دیگری است. اگر درون و بیرون انسان هماهنگ نبود یعنی نفاق در انسان وجود داشت، این حالت مرحله ای از دروغ محسوب می شود. انسان های منافق، به دلیل خودناباوری، حقارت نفس و ترس های موهوم، سعی می کنند خود را غیر از آنچه هستند، به دیگران نشان دهند و از این طریق عجز خویش را می پوشانند.

يَفْأِقُ الْمَرْءُ مِنْ ذُلِّ يَجِدُهُ فِي نَفْسِهِ؛ دورویی، ناشی از حقارت و ذلتی است که منافق آن را در خود احساس می کند.<sup>۳</sup>

دورویی نشانه ای از زبونی و سستی انسان است. کسی که خلاف واقع را اظهار می کند با رفتار خویش نشان می دهد که ارزش های درون خود را کتمان کرده و کرامت انسانی را پوشانده است. کسی که برای خود ارزشی قائل نیست، به آلودگی کذب مبتلا می شود و برای جبران ضعف درونی خویش

۱. صدوق، عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۱، ص ۲۷۵؛ صدوق، الخصال، ص ۲۶۷؛ نوری، مستدرک

الوسائل، ج ۲، ص ۱۲۴.

۲. طریحی، مجمع البحرین، ج ۳، ص ۳۴۵.

۳. آمدی، غررالحکم، ص ۴۵۸.

به هر کار ناشایستی دست می‌زند و به‌منظور نیل به اهداف، از هر وسیله‌ای استفاده می‌کند.

رسول گرامی اسلام ﷺ فرمودند:

لَا يَكْذِبُ الْكَاذِبُ إِلَّا مِنْ مَهَائَةِ نَفْسِهِ؛ دروغ گو، دروغ نمی‌گوید، مگر به‌سبب حقارتی که در وجود خودش احساس می‌کند.<sup>۱</sup>

**ساختار این جهان به‌گونه‌ای است که دروغ را درون خود جای نمی‌دهد و سرانجام حقیقت را آشکار می‌کند.**

امام علی بن موسی الرضا ﷺ اثر دروغ را این‌گونه بیان می‌فرمایند:

إِذَا كَذَبَ الْوَلَاءُ حُبَسَ الْمَطَرُ، وَإِذَا جَارَ السُّلْطَانُ هَانَتْ التَّوَلُّةُ، وَإِذَا حُبِسَتِ الرِّكَاهُ مَاتَتِ الْمَوَاشِي؛ هر گاه حاکمان دروغ بگویند، نزول رحمت الهی قطع می‌شود. زمانی که حکمران ظلم کند، پایه‌های حکومت سست می‌شود و در صورتی که زکات پرداخت نشود، دام‌ها از بین می‌روند.<sup>۲</sup>

## ج) آزار دادن

ستم کردن به دیگران نتیجه‌ای جز ذلت در پی نخواهد داشت:

إِنَّ الدَّلِيلَ هُوَ الظَّالِمُ؛ آن‌که خوار است، ستمگر است.<sup>۳</sup>

کسی که دارای احساس احترام به خود باشد، حس شایستگی برای نیل به پیشرفت و تحقق اهداف را دارد. حضور این احساس در نگرش‌ها، باورها و رفتارهای فردی و اجتماعی محسوس است و نیازهای آدمی را تأمین می‌کند. ازجمله ملاک‌های انسانیت، حرمت نفس بوده و راه برای رشد و تعالی باز

۱. مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۹، ص ۲۶۲؛ نوری، مستدرک الوسائل، ج ۹، ص ۸۴.

۲. مفید، الامالی، ص ۳۱۰؛ طوسی، الامالی، ص ۷۹؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۰، ص ۳۷۳؛ نوری، مستدرک الوسائل، ج ۶، ص ۱۸۸.

۳. اربلی، کشف الغمّة، ج ۲، ص ۱۶۵؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۲۰۳.

می‌شود. نقش آفرینی حرمت نفس در ایجاد اعتماد به نفس تا حدی است که اگر برای خود احترام قائل نباشد مسیر رشد اخلاقی و انسانی کند یا متوقف می‌شود. کسی که خود را خوار و ذلیل کند، هرگز نمی‌تواند توانمندی‌هایش را بشناسد، بر آنها تکیه کند و راه خوشبختی بیپیماید.

حسن بن جهم از علی بن موسی الرضا ﷺ این‌گونه روایت کرده است:

سَدِّ راه (بستن راه) جایز نیست، زیرا در آن ظلم به مردم است.<sup>۱</sup>

## د) بخل‌ورزی (اول) جایگاه

جایگاهی که در متون دینی برای خست و بخل‌ورزی بیان شده بسیار شوم و دهشتناک است. مناسب است به نمونه‌هایی توجه کنیم:

● سخاوت در بهشت به صورت درختی پرمحصول نمایان می‌شود چنان‌که بخل، درختی است که از دوزخ سردر می‌آورد. امام صادق ﷺ فرمود: سخاوت نام درختی در بهشت است که سخاوتمند را بالا می‌برد و بخل درختی در دوزخ که هر فرد بخیلی را به آتش گره می‌زند.<sup>۲</sup>

● رسول خدا ﷺ فرمود:

کثرت بیماری‌ها، نشانه بخل است.<sup>۳</sup>

● حضرت علی ﷺ بخل را جامع تمام زشتی‌ها و نقص‌ها دانست:

بخل جامع تمام عیب‌ها و کاستی‌ها است و انسان را به تمام بدی‌ها سوق می‌دهد.<sup>۴</sup>

● امام صادق ﷺ بیان داشت:

۱. طوسی، تهذیب، ج ۲، ص ۲۲۱.

۲. دیلمی، ارشاد القلوب، ج ۱، ص ۱۳۶.

۳. حرّانی، تحف العقول، ص ۶۸.

۴. صابری یزدی، الحکم الزاهرة، ص ۲۸۰.

دو خلق است که خدا آن را دوست دارد: یکی حسن خلق و دیگری سخاوت و دو خلق است که مورد بغض خداست: یکی سوء خلق و دیگری بخل.<sup>۱</sup>

● رسول خدا ﷺ با بیانی عتاب‌آلود اشاره فرمود:

قسم به خداوندی که جان محمد ﷺ در دست اوست دو خصلت در مؤمن جمع نگردد: بخل و سوء خلق.<sup>۲</sup>

● امام علی علیه السلام فرمود:

هیچ اخلاق سوئی به اندازه بخل موجب جلب سخط خدا نمی‌شود.<sup>۳</sup>

● رسول خدا ﷺ بیان فرمود:

الْقَطْرُ إِلَى الْبَخِيلِ يُقْسِي الْقُلْبَ؛ نگاه به فرد بخیل، موجب قساوت قلب می‌شود.<sup>۴</sup>

● مولا علی علیه السلام در بیانی زیبا اشاره فرمود:

انسان بخیل، گاو صندوق ورثه است.<sup>۵</sup>

● امام باقر علیه السلام از قول رسول خدا ﷺ درباره سَرّی از قوم لوط فرمود:

قوم لوط در مکانی زندگی می‌کردند. آنان نسبت به اطعام دیگران بخل می‌ورزیدند. حالت بخل موجب شد تا مشکلی در شرم‌گاه زنانشان ایجاد شود به گونه‌ای که برای آنان دوایی نبود. از آنجا که محل زندگی قوم لوط در مسیر کاروان‌ها بود، آنها به مردانی از مسافران تجاوز نمودند. از این‌رو، عمل شومی در میان آنها شایع شد. پس حالت بخل آنها را به سمت شهوت‌رانی و در

۱. ورام، تنبیه الخواطر، ص ۱۷۰.

۲. کراجکی، معادن الجواهر، ص ۳۶.

۳. آمدی، تصنیف غرر الحکم، ص ۲۹۲.

۴. حرانی، تحف العقول، ص ۲۰۰.

۵. آمدی، تصنیف غرر الحکم، ص ۲۹۲.

نتیجه عذاب الهی سوق داد.<sup>۱</sup>

چهار چیز آمد نشان ابله‌ی  
با تو گویم تا بیایی آگهی  
عیب خود ابله نبیند در جهان  
باشد اندر جستن عیب کسان  
تخم بخل اندر دل خود کاشتن  
وانگه امید سخاوت داشتن  
هرکه خلق از خلق او خشنود نیست  
هیچ قدرش بر در معبود نیست  
بخل شاخی از درخت دوزخ است  
وان بخیلک از سگان مسلخ است  
روی جنت را کجا بیند بخیل  
پشه افتاده اندر پای پیل  
باش از بخل بخیلان برکنار  
تا نباشی از شمار ابلهان<sup>۲</sup>

## دوم) ویژگی‌ها

بخل، خصلت‌هایی دارد. می‌توان در ارتباط با صفت بخل، ویژگی‌ها و نشانه‌های متعددی را برشمرد و توجه به مجموعه ویژگی‌ها، می‌تواند به هر کس نشان دهد که موقعیت او کجاست. آیا او فردی بخیل است یا سخاوتمند؟

## ویژگی نخست) بخل به خود

یکی از آیات زیبا در باب انفاق، مضامین تکان‌دهنده‌ای را در ارتباط با عدم بخشش در میان می‌گذارد:

هَأَنْتُمْ هَؤُلَاءِ تُدْعَوْنَ لِتُنفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَمِنْكُمْ مَنْ يَبْخُلُ وَ مَنْ يَبْخُلْ فَإِنَّمَا يَبْخُلْ عَنِ نَفْسِهِ وَ اللَّهُ الْغَنِيُّ وَ أَنْتُمْ الْفُقَرَاءُ وَ إِنْ تَتَوَلَّوْا يَسْتَبْدِلْ قَوْمًا غَيْرَكُمْ ثُمَّ لَا يَكُونُوا أَمْثَالَكُمْ؛ شما همان [مردمی] هستید که برای انفاق در راه خدا فراخوانده شده‌اید. پس، برخی از شما بخل می‌ورزند و هر کس بخل ورزد تنها به زیان خود بخل ورزیده و [گر نه] خدا بی‌نیاز است و شما نیازمندید و اگر روی برتابید [خدا] جای شما را به مردمی غیر از شما خواهد

۱. صدوق، علل الشرایع، ج ۲، ص ۵۲۷.

۲. عطار نیشابوری، پندنامه.



داد که مانند شما نخواهند بود<sup>۱</sup>.

نکاتی شایان ذکر است:

**نکته اول:** تعبیر «هَأَنْتُمْ» به معنای آگاه باشید، نوعی هشدار به مخاطبان بوده و نشان می‌دهد امر مهمی در پیش است. جالب اینکه بدانیم عبارت مزبور در قرآن بسیار کم به کار رفته است. این تعبیر در باب بخل به کار می‌رود.

**نکته دوم:** مخاطب آیه شریفه مذکور، امت محمد ﷺ یا مسلمانان هستند. آیه بیان می‌دارد که مسلمانان به امر مهمی فراخوانده شده‌اند و آن، چیزی نیست جز انفاق. مسئله بخشش، زمانی اهمیت فزاینده‌ای می‌یابد که به عبارت پایانی آیه توجه کنیم که می‌گوید: اگر از بخشش روی برتابید، خداوند قوم دیگری را به جای شما می‌آورد که مانند شما رفتار نخواهند کرد. از این فرازا به روشنی به دست می‌آید که مهم‌ترین رسالت مسلمانان به عنوان آخرین امت روی زمین، تنها و تنها یک چیز است: یاری رساندن به یکدیگر.

**نکته سوم:** آیه شریفه بیان می‌دارد که برخی از مخاطبان، بخل ورزیده و شیوه خست پیش می‌گیرند. آنان نمی‌توانند از دارایی‌های خویش بگذرند و به ضعف و تهی‌دستان بدهند. در اینجا نکته‌ای بسیار تکان‌دهنده و پندآموز بیان می‌شود:

هر کس بخل ورزد، از خود کم گذاشته است نه از دیگران.

واقعیت آن است کسی که انفاق می‌کند، به ظاهر به دیگران کمک می‌کند، اما درواقع کمکی مهم‌تر به خود کرده است، زیرا فرد بخشنده با هر بخششی، گرفتاری و نکبتی را از خود دور می‌کند. پس انفاق‌کننده به دو فرد یاری رسانده است: به تهی‌دست و خودش.

### فرد بخشنده به انفاق محتاج‌تر است تا فقیر.

خداوند را نیازی نیست و این انسان است که سراپا کاستی و احتیاج است. انسان‌ها با دست خویش، زندگی را بر خود سخت می‌کنند و با لغزش‌ها و خطاها، گرفتاری‌ها و بلاها را برای خود می‌خرند. یکی از مهم‌ترین شیوه‌های کاهنده بلاها و مصائب، استفاده از صفت بخشندگی است. حقیقت آن است که انفاق با بلا مناسبتی دارد و هر کدام با دیگری تعاملی<sup>۱</sup>.

از هر دری که مستمندی به سمت شما آید، از در دیگر بلا به سوی شما می‌آید، رفع بلا تنها در گرو تأمین نیاز فقیر است.

کسی که مال خود را در راه خدا بذل و انفاق کند، در حقیقت به خود انفاق کرده است و هر کس بخل پیشه کند، حقیقتاً به خویش بخل کرده و از خود کم گذاشته است، مانند اینکه شخصی نزد پزشک برود، هزینه‌ای بدهد، دارو تهیه کند، اما از دارو استفاده نکند. وی هزینه درمان را داده اما درمان نشده است.

### ویژگی دوم) نشانه کفر و نفاق

یکی از نشانه‌های کفر، بخل است. افراد کافر به دلیل وابستگی شدید به اموال و دارایی‌ها، امکان انفاق را از خود سلب کرده‌اند. محبوب‌ترین امور نزد آنها ثروت بوده و بخل شیوه آنها شده است:

إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ؛ کسانی که ایمان آورده و کارهای شایسته کرده‌اند، آنان را پاداشی بی‌پایان است<sup>۲</sup>.

۱. صافی، تفسیر صافی، ج ۵، ص ۳۱؛ لاهیجی، تفسیر شریف لامیجی، ج ۴، ص ۱۸۱؛ کاشانی، منهج الصادقین، ج ۸، ص ۳۵۶؛ طبرسی، مجمع البیان، ج ۹، ص ۱۶۳؛ طباطبائی، المیزان، ج ۱۸، ص ۲۴۹؛ فخر رازی، مفاتیح الغیب، ج ۲۸، ص ۶۴.  
۲. فصلت/۸.

آیه شریفه با تأکید بیان می‌دارد: آنان که به آخرت و ابدیت باور ندارند، اهل زکات و بخشش نیستند، مال، نزد آنها محبوب‌ترین و مرغوب‌ترین چیزهاست، شرک، آنها را به سمت بخل سوق داده است و آنها نه زکات مال می‌دهند، نه زکات علم<sup>۱</sup>.

یکی از ویژگی‌های منافقان این است که خیرخواه دیگران نیستند. در شرایط بحرانی، نیازمندان را تنها می‌گذارند، کم‌کار و پرگو هستند، هنگام سختی، ترسوترین مردم‌اند، هنگام آرامش، طلب‌کارترینند، زخم زبان‌زدن و دلسردکردن، شیوه آنهاست و نهایت اینکه بخیلند و اهل خست:

أَشِحَّةٌ عَلَيْكُمْ؛ (منافقان) بر شما (مؤمنان) بخیلند<sup>۲</sup>.

### ویژگی سوم) اندوه دائمی

هر انسانی دارای احساس‌های مختلف و متنوعی است. حالت‌ها و احساس‌های آدمی به دو نوع تلخ و شیرین تقسیم می‌شوند. یکی از سنت‌های الهی این است که رفتار آدمیان در شکل‌گیری احساس‌هایشان نقش دارد و انسان‌ها بر حسب افکار و اعمال‌شان، حالت‌هایی دریافت می‌کنند. اگر از انسان رفتار خوبی سر زند، طبعاً احساسی لطیف و شیرین خواهد داشت. در غیر این‌صورت، حالت‌های تلخ در انتظار اوست.

بخل و خست‌ورزی، از جمله رفتارهای ناشایست و شومی است که از برخی انسان‌ها سر می‌زند. آنها باید منتظر دریافت عواقبی نامطلوب باشند. یکی از حالت‌های تلخی که افراد بخیل به آن مبتلا خواهند شد، اندوه است. صاحبان بخل به حزن تلخ در دنیا و آتشی سوزان در آخرت مبتلا می‌شوند. به فرموده رسول خدا ﷺ:

وَ صَاحِبُ الْبُخْلِ يَتَفُتْ حَزِينٌ، شَرَّابُهُ الْحَمِيمُ وَ الْغُسْلَيْنِ، تَهْوِي بِهِ النَّارُ إِلَى سَحَابٍ؛ شخص بخیل در موقف اندوهگین است و آتش، او را به دوزخ فرامی‌کشد. نوشیدنی او آشامیدنی‌های بسیار گرم

۱. طوسی، التبیان، ج ۹، ص ۱۰۷؛ کاشانی، زیادة التفاسیر، ج ۵، ص ۷۸؛ ابن عاشور، التحریر و التنویر، ج ۲۵، ص ۱۵؛ ثعالبی، جواهر الحسان، ج ۵، ص ۱۲۶.  
۲. احزاب/۱۹.

و بوناک است<sup>۱</sup>.

بر در نبینی بینوا یک مسکین      ایستاده می‌نالد زار و غمین  
دارد شکایت با خدا آن کمین      هر که کند خیر بگردد سمین  
موعد او هست بهشت برین      کرده خدایش به بخیلان مهین  
صاحب بخل است مدامی حزین      آتش دوزخ بردش در سجن<sup>۲</sup>

### ویژگی چهارم) مشورت نکردن

بزرگان دین در باب شرایط مشورت، راهنمایی کرده‌اند. یکی از کسانی که نباید مورد مشورت قرار گیرد، فرد بخیل است. مولا علی علیه السلام فرمودند:

لَا تُدْخِلَنَّ فِي مَشُورَتِكَ بَخِيلًا يَخْذُلُكَ عَنِ الْفَضْلِ وَ يَعِدُكَ الْفَقْرَ؛ در مشورت خود بخیل را راه مده که تو را از بخشندگی منحرف می‌کند و از فقر می‌ترساند<sup>۳</sup>.

آدمیان در کارهای مختلف نیازمند شور و مشورتند. مشاور باید ویژگی‌هایی داشته باشد. یکی از ویژگی‌های مشاور این است که بخیل نباشد و راه سخاوت پیموده باشد. اگر انسان، مشاور بخیل انتخاب کند به دو آفت مبتلا می‌شود: یکی اینکه از بخشندگی فاصله می‌گیرد. مشاوری که بخل پیشه کند، طبعاً نمی‌تواند به غیر بخل توصیه کند. از بخیل جز بخل‌ورزی صادر نمی‌شود. کسی که بویی از سخاوت و احسان نبرده است و فهمی از یاری و کمک ندارد، نمی‌تواند توصیه کند. لذا همنشین بخیل، بخیل خواهد شد.

آفت دیگر مشورت با بخیل این است که انسان را به سمت فقر و تهی‌دستی سوق می‌دهد. فرد بخیل، فکری بخیل دارد و از فکر بخیل جز فقر بیرون نمی‌آید. فقر بیش از آنکه پدیده‌ای بیرونی باشد، مربوط به فکر و اندیشه است. انسان تهی‌دست، اندیشه‌ای محدود و تنگ دارد. بهترین راه برون‌رفت از فقر، داشتن فکری باز و اندیشه‌ای وسیع است. انسان خسیس،

۱. صدوق، الامالی، ص ۲۵۸.

۲. کمره‌ای، ترجمه الامالی، ص ۲۵۸.

۳. حرانی، تحف العقول، ص ۱۲۹؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۴، ص ۲۴۵.

به لحاظ داشتن فکری محدود و اندیشه‌ای کوچک نمی‌تواند به امور بزرگ و وسیع توصیه کند.

### فکر کوچک، به امور کوچک و فکر بزرگ، به امور بزرگ توصیه می‌کند.

رسول خدا ﷺ به امیرمؤمنان ﷺ توصیه‌هایی کرده‌اند. یکی از آن وصیت‌ها این است که مشورت با خسیس روا نیست، زیرا وی انسان را از اهداف بلند و بزرگ دور می‌سازد:

لَا تُشَاوِرَنَّ الْبَخِيلَ فَإِنَّهُ يَقْصُرُ بِكَ عَنْ غَايَتِكَ؛ از بخیل مشورت  
مخواه که تو را از رسیدن به مقصود باز می‌دارد.<sup>۱</sup>

#### ویژگی پنجم) دوری

بزرگان دین به گونه‌های مختلف دین‌داران را از مصاحبت با افراد بخیل پرهیز داده‌اند. مسلمانان موظف به دوری از فرد بخیل شده‌اند. اگر این توصیه‌ها و پرهیزها تحقق یابند، انسان‌های خسیس به صورت طبیعی منزوی شده و تنها می‌مانند. این مکانیسم می‌تواند عبرت و کیفری برای مجرمان اخلاقی باشد.

خست، انسان‌ها را به سمت انزوا پیش می‌برد، از رابطه‌ها می‌کاهد و برای انسان چیزی جز تنهایی و عزلت‌گزینی تحمیلی ارمغانی ندارد. رفتار بد، موجب رخدادهای شوم خواهد شد و پیشامدهای ناگوار، انسان‌ها را تنبیه می‌کند. اگر فرض کنیم در جامعه‌ای، قاضی و محکمه نباشد، کائنات به خودی خود انسان‌ها را ادب می‌کنند. انسانی که مسیر تاریک را برمی‌گزیند، باید جریمه آن‌را و فردی که به سمت آسمان و زیبایی پیش می‌رود، باید هزینة آن‌را بپردازد.

۱. صدوق، الخصال، ج ۱، ص ۱۰۲.

### گام نهادن در جاده تاریک، جریمه دارد و رفتن به سمت زیبایی، هزینه.

مولا علی ﷺ فرمودند:

إِيَّاكَ وَ مُضَادَّةَ الْبَخِيلِ؛ از همنشینی با بخیل پرهیز کن.<sup>۱</sup>

امیرمؤمنان ﷺ فرمودند:

الْبُخْلُ يُوجِبُ الْبَغْضَاءَ؛ بخل موجب دشمنی می‌شود.<sup>۲</sup>

از بخل جز دشمنی زاده نشود و هر جا بخیل گام نهد در آنجا عداوت و بغض پراکنده شود. پرواضح است که در فضای دشمنی، فاصله‌ها زیاد شده و انسان‌ها از یکدیگر دور می‌شوند. انسان‌ها به صورت طبیعی فرد بخیل را دوست ندارند، از او فاصله می‌گیرند و او را به سمت انزوا می‌رانند. حضرت علی ﷺ به ذلت فرد بخیل اشاره دارند:

الْبُخْلُ يُذِلُّ مُصَاحِبَهُ؛ بخل، موجب پستی فرد بخیل شود.<sup>۳</sup>

مولا علی ﷺ فرمودند:

إِيَّاكَمُ وَ الْبُخْلَ فَإِنَّ الْبَخِيلَ يَمَقِّتُهُ الْغَرِيبُ وَ يَنْفُرُ مِنْهُ الْقَرِيبُ؛ از بخیلی بپرهیزید، پس به درستی که بیگانه او را دشمن می‌دارد و نزدیکان از او فاصله می‌گیرند.<sup>۴</sup>

#### ویژگی ششم) در پایان دوران

در آخرین قسمت دنیا و قبل از ظهور موعود، حوادثی در جهان رخ می‌دهد. اولیای دین در باب این گونه حوادث سخنان فراوانی گفته‌اند و هشدارهایی داده‌اند. پیامبر اکرم ﷺ اولین هشداردهنده جریان‌های دهشتناک آخرالزمان هستند: حکومت‌ها جز با کشتار و زور باقی نمی‌مانند، محبت‌ها

۱. آمدی، تصنیف غرر الحکم، ص ۴۱۸.

۲. آمدی، تصنیف غرر الحکم، ص ۲۹۴.

۳. همان، ص ۲۹۳.

۴. همان، ص ۲۹۴.

تنها از طریق پیروی از هوای نفس فراهم می‌شود و اغنیا با فخر و بخل روزگار سپری می‌کنند.

وَلَا الْغِنَى إِلَّا بِالْفَخْرِ وَالْبُخْلِ؛ اغنیا فقط با فخرفروشی و بخل‌ورزی روزگار سپری می‌کنند.<sup>۱</sup>

رسول خدا ﷺ بعد از بیان حوادث آخرالزمان به سختی گریستند.

### ویژگی هفتم) بخل و شیعیه

آیا شیعیه می‌تواند بخیل باشد؟ آیا خست با پیروی از حضرت علی ﷺ سازگار است؟ و آیا سخاوت، از ویژگی‌های بارز امام اول شیعیان ﷺ نیست؟

شکی در این نیست که یکی از بارزترین ویژگی‌های مولا علی ﷺ صفت بخشندگی است. این خصیصه در تمام اولاد طاهرينشان جریان داشته است. این صفت به‌صورت طبیعی باید در پیروان ایشان نیز جاری و برجسته باشد. پس کسی نمی‌تواند مدعی تشیع باشد اما بخل ورزد. امام صادق ﷺ در باب خصلت‌های سه‌گانه شیعیان این‌گونه فرمودند:

در میان شیعیان، بخیل وجود ندارد.<sup>۲</sup>

حضرت رضا ﷺ فرمودند:

جمع مال با بخل سازگاری ندارد.<sup>۳</sup>

علی بن شعیب بیان می‌کند که روزی محضر علی بن موسی الرضا ﷺ وارد شدیم و از آن حضرت درباره بهترین زندگی‌ها پرسیدیم. حضرت در پاسخ فرمودند:

بهترین زندگی‌ها از آن کسی است که دیگران را در زندگی خود شریک کند (انفاق کند). بدترین زندگی‌ها از آن کسی است که دیگری را در زندگی خود شریک نکند. ای علی! بدترین مردم

۱. ورام، تنبیه الخواطر، ج ۱، ص ۱۲۸.

۲. صدوق، النخصال، ج ۱، ص ۱۳۱.

۳. صدوق، عین اخبار الرضا ﷺ، ج ۱، ص ۲۷۶؛ طبرسی، مشکاة الانوار، ص ۲۷۱؛ حویزی، نور الثقلین، ج ۵، ص ۶۶۸.

کسی است که بخشش نکند و تنهایی به خود و به دیگران آزار رساند.<sup>۱</sup>

### ها) پیروی از هوای نفس

درون هر انسانی هواهای نفسانی فراوانی وجود دارد، کسانی که از نفس اماره پیروی و به اقتضای نفس عمل کنند، در روابط اجتماعی با مشکلات و معضلاتی روبرو می‌شوند. مناسبات اجتماعی سالم در گرو پاکی درون و عدم تبعیت از هوای نفس است.

از نظر امام هشتم شیعیان ﷺ مردانگی آن است که انسان از هوای نفس تبعیت نکند و نیروهای درونی خود را در راستای کسب رضایت خدا مصرف کند. هر کس در این زمینه سختی کشد یا ذلتی دریافت کند، خداوند آن را با دوام نعمت جبران می‌کند.<sup>۲</sup>

ابن الحسن الرضا ﷺ برای نهی از تبعیت هوای نفس این‌گونه فرمودند:

إِيَّاكَ وَالْمُرْتَقَى الصَّعْبَ إِذَا كَانَ مُنْحَذِرُهُ وَغَرًّا - وَإِيَّاكَ أَنْ تُتَّبِعَ النَّفْسَ هَوَاهَا فَلَنْ فِي هَوَاهَا رَذَاهَا؛ بپرهیز از نردبانی که بالا رفتنش آسان است. نفس سرکش را به میل و خواهش خود رها نکن، زیرا نابودی‌اش در خواهش آن است.<sup>۳</sup>

حضرت رضا ﷺ میان گناه و بلایای تلخ، ارتباطی برقرار فرمودند.<sup>۴</sup>

**اگر کسی گناه کند، بلایی برایش مقدر می‌شود.**

امام رضا ﷺ در مورد لزوم اجتناب از معاصی و هوای نفس این‌گونه اشاره کردند:

۱. حرّانی، تحف العقول، ص ۴۴۸.

۲. طبرسی، الاحتجاج، ج ۲، ص ۱۵۹؛ حرّ عاملی، اثبات الهداة، ج ۳، ص ۷۶۱؛ نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۷، ص ۲۶۴.

۳. طبرسی، مشکاة الانوار، ص ۲۶۰.

۴. کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۲۷۶؛ طوسی، الامالی، ص ۲۲۸.

مَنْ اجْتَنَبَ مَا وَعَدَ اللَّهُ عَلَيْهِ النَّارَ كَفَّرَ عَنْهُ سَيِّئَاتِهِ إِذَا كَانَ مُؤْمِنًا؛ کسی که از چیزی که خداوند در مورد آن وعده جهنم داده است در حالی که مؤمن است اجتناب و دوری کند، خداوند گناهان وی را از بین می‌برد.<sup>۱</sup>

حاصل آنکه اسلام بر تکامل جامعه تأکید می‌کند. تحوّل و اصلاح جامعه چیزی جز تنظیم روابط اجتماعی در مسیر کمال مطلوب نخواهد بود. در این راستا، احسان، خوش‌بینی، زهدورزی، صداقت، بردباری، فداکاری و گذشت نقشی اساسی ایفا می‌کنند، چنان که مؤمنان باید از پرخاشگری، دروغ‌گویی، آزار رساندن، بخل‌ورزی و پیروی از هوای نفس اجتناب کرده و تقوا پیشه سازند.

در بینش اسلامی، زندگی دنیوی، مقدمه آخرت است. در ارتباط با دنیا باید به مصالح معنوی و اخروی توجه کرد. در صورت تزامم، باید رضایت خدا را بر رضایت مردم ترجیح داد. اسلام با استقلال، عزّت و حرمت نفس گره خورد. نظام اجتماعی دینی بر تقوا استوار شده است. هر کس بخواهد مهم‌ترین و کاراترین معیار را در تنظیم روابط اجتماعی سالم در فرمایش‌های امام رضا علیه السلام ببیند، به این حدیث نورانی توجه کند:<sup>۲</sup>

چیزی را برای خود بپسند که برای دیگران می‌پسندی و چیزی را که برای خودت نمی‌پسندی، برای دیگران نیز نپسند.

## نتیجه‌گیری

عنصر اصلی در روابط اجتماعی، ارتباطات میان‌فردی است. هرگاه شخصی با فرد دیگر مواجه شود، نخستین جرقه‌های رابطه شکل می‌گیرد. غواصی در بیکرانه متون دینی، ما را به سرچشمه‌های اسلام می‌برد. آموزه‌های

۱. صدوق، *نواب الاعمال*، ص ۱۳۰؛ مجلسی، *بحار الانوار*، ج ۷۶، ص ۱۲؛ حویزی، *نور الثقلین*، ج ۱، ص ۴۷۳.

۲. صدوق، *عیون اخبار الرضا علیه السلام*، ج ۲، ص ۶۵.

الهی و آسمانی در آیات و احادیث، سرشار از پندها و سفارش‌ها در زمینه روابط میان‌فردی هستند. سخنان نورانی امام رضا علیه السلام در این زمینه یکتا و بی‌همتاست.

فرهنگ رضوی در زمینه مناسبات اجتماعی ابعاد گسترده‌ای دارد. یکی از جنبه‌های مهم در این زمینه، مقوله آراستگی است. آراستگی در سیره حضرت رضا علیه السلام دو گونه است: اولاً مربوط به پدیده‌های ظاهری نظیر لباس، موی سر، نظافت پوست، بهداشت ناخن، مراقبت از چشم، بهداشت دهان، استعمال بوی خوش و همراه داشتن انگشتر است؛ ثانیاً آراستگی رفتاری است. تمام رفتارهای امام رضا علیه السلام نظیر نشستن، خوردن و خوابیدن آداب خاصی داشته است. آن بزرگوار، ساده‌ترین امر خود را بر اساس نظم و انضباط خاصی انجام می‌دادند. در این میان، مهم‌ترین اصلی که ایشان رعایت می‌کردند، نظم بود.

از دیگر جنبه‌های مناسبات اجتماعی در فرهنگ امام هشتم علیه السلام، آیین خویشاوندی است. حضرت ثامن علیه السلام برای ارتباطات فامیلی و نشست و برخاست‌های خویشاوندی، جایگاه ویژه‌ای قائل بودند و به آن تأکید می‌ورزیدند. اگر صلّه‌رحم در جامعه جاری باشد، روزی‌ها وسعت یافته و سرزمین‌ها آباد می‌شوند، چنان که تکثیر جمعیت پدید آمده و نسل‌های جوان جوانه می‌زنند. از دیگر ابعاد مناسبات اجتماعی می‌توان به آداب همسایه‌داری اشاره کرد که بیشترین توصیه‌ها در این زمینه، رعایت حال همسایگان و نیاززدن آنان است.

اوقات فراغت به بخشی از اوقات انسان گفته می‌شود که در آن از اشتغال‌های فردی رها شده و به تفریح، سرگرمی، سفر و مشارکت‌های اجتماعی می‌پردازد. آدمی نیاز به استراحت و سرگرمی دارد. همچنین مشارکت‌های اجتماعی او را به سمت استفاده از اوقات فراغت می‌کشاند. مبانی دینی به ما می‌گوید می‌توان برای اوقات فراغت برنامه‌ریزی کرد، از این زمان برای ارتقای فکر، اندیشه و معنویت بهره جست. مهم‌ترین مسئله درباره اوقات فراغت، نحوه گذران آن است. آیات و احادیث در این رابطه نکات جالبی را پیش کشیده‌اند.

دین به ما می‌گوید که اولاً می‌توان بخشی از اوقات خود را به فراغت اختصاص داد و برای آن برنامه‌ریزی کرد؛ ثانیاً اوقات فراغت باید جهت‌گیری الهی داشته باشد؛ ثالثاً اوقات فراغت می‌تواند با کارهای سالم همراه باشد؛ رابعاً اوقات فراغت را می‌توان به‌گونه‌های مختلف سپری کرد.

امروزه برای گذران اوقات فراغت شیوه‌های نادرستی ارائه می‌شود. اما آیات و احادیث، راهکارهای صحیح و سالمی را پیش روی انسان قرار داده‌اند. برخی از این الگوها عبارت‌اند از: عبادت، تفکر، صلۀ رحم، کمک، کتابخوانی، بازی، فعالیت‌های هنری و ورزش. اما در این میان آنچه که بیش از همه بر آن تأکید شده و امام هشتم علیه السلام نیز بر آن صحه گذارده‌اند، سفر و تفریح است.

تحول و اصلاح جامعه چیزی جز تنظیم روابط اجتماعی در مسیر کمال مطلوب نخواهد بود. در این راستا، احسان، خوش‌بینی، زهدورزی، صداقت، بردباری، فداکاری و گذشت نقشی اساسی ایفا می‌کنند، چنان‌که مؤمنان باید از پرخاشگری، دروغ‌گویی، آزار رساندن، بخل‌ورزی و پیروی از هوای نفس اجتناب کرده و تقوا پیشه سازند.

# کتابنامہ

■ بہ جز قرآن کریم، نہج البلاغہ و صحیفہ سجادیہ۔

۱. ابن ابی جمہور، محمد بن زین الدین، ۱۴۰۵ق، *عوالی اللئالی العزیزۃ فی الأحادیث الدینیۃ*، محقق مجتبیٰ عراقی، چاپ اول، قم، دارالسیدالشہداء۔
۲. ابن اشعث، محمد بن محمد، بی تا، *الجعفریات (الأشعثیات)*، چاپ اول، تہران، مکتبۃ النینوی الحدیثۃ۔
۳. ابن حیّون، نعمان بن محمد مغربی، ۱۳۸۵ق، *دعائم الإسلام*، محقق آصف فیضی، چاپ دوم، قم، مؤسسۃ آل البیت علیہ السلام۔
۴. ابن درید، محمد بن حسن، ۱۹۸۸م، *جمہرۃ اللغہ*، محقق رمزی منیر بعلبکی، چ اول، بی جا، دارالعلم۔
۵. ابن سیدہ، علی بن اسماعیل، ۱۳۹۲ق، *المحکم والمحیط الاعظم فی اللغہ*، تحقیق مراد کامل، مصر، جامعۃ دول العربی، چ اول۔
۶. ابن شعبہ حرّانی، حسن بن علی، ۱۴۰۴ق، *تحف العقول*، تحقیق علی اکبر غفاری، قم، جامعہ مدرسین، دوم۔
۷. ابن شہر آشوب مازندرانی، محمد بن علی، ۱۳۷۹ق، *مناقب آل أبی طالب علیہ السلام*، قم، علامہ، چ اول۔



۸. ابن صباغ، علی بن محمد، ۱۴۰۸ق، **الفصول المهمة فی معرفة الائمة**، بیروت، موسسه الاعلمی للمطبوعات.
۹. ابن طاووس، علی بن موسی، ۱۴۱۱ هـ، **مهج الدعوات و منهج العبادات**، تحقیق ابوطالب کرمانی، محمد حسن محرر، دار الذخائر، چ اول.
۱۰. ابن طاووس، علی بن موسی، ۱۴۰۹ق، **إقبال الأعمال**، تهران، دارالکتب الإسلامية، چ دوم.
۱۱. ابن عاشور، محمد بن طاهر، بی تا، **التحریر و التنویر**، بی جا، بی نا.
۱۲. ابن عجیبه، احمد بن محمد، ۱۴۱۹ق، **بحر المذید فی تفسیر القرآن المجید**، تحقیق احمد عبدالله قرشی رسلان، قاهره، دکتر حسن عباسی زکی.
۱۳. ابن فارس، احمد بن فارس بن زکریا، ۱۳۹۰ق، **معجم مقاییس اللغة**، تحقیق عبدالسلام محمد هارون، مصر، مکتبه و مطبعة مصطفى البابي الحلبي، چ دوم.
۱۴. ابن فراهیدی، خلیل بن احمد، بی تا، **کتاب العین**، تحقیق مهدی مخزومی و ابراهیم سامرائی، بی جا، دار و مکتبه الهلال.
۱۵. ابن فهد حلی، احمد بن محمد، ۱۴۰۷ق، **عدة الداعی و نجاح الساعی**، قم، دار الکتاب الاسلامی، چ اول.
۱۶. ابن کثیر الدمشقی اسماعیل بن عمرو، ۱۴۱۹ق، **تفسیر القرآن العظیم (ابن کثیر)**، تحقیق محمد حسین شمس الدین، بیروت، دارالکتب العلمیه، منشورات محمدعلی بیضون، چ اول.
۱۷. ابن منظور، محمد بن مکرم، ۱۴۱۴ق، **لسان العرب**، بیروت، دارصادر.
۱۸. ابوالفتوح رازی، حسین بن علی، ۱۴۰۸ق، **روح الجنان و روح الجنان فی تفسیر القرآن**، تحقیق محمد جعفر یاحقی و محمد مهدی ناصح، مشهد، بنیاد پژوهش های اسلامی آستان قدس رضوی.
۱۹. اتکینسون، ریتا، ل، ۱۳۶۹، **زمینه و دانشناسی**، ترجمه محمد تقی براهینی، تهران، رشد.
۲۰. اربلی، علی بن عیسی، ۱۳۸۱ق، **کشف الغمة فی معرفة الائمة**، تحقیق هاشم رسولی محلاتی، تبریز، بنی هاشمی، چ اول.
۲۱. آل غازی، ملاحویش عبدالقادر، ۱۳۸۲ق، **بیان المعانی**، دمشق، مطبعة الترقی، چ اول.
۲۲. آلوسی، سید محمود، ۱۴۱۵ق، **روح المعانی فی تفسیر القرآن العظیم**، تحقیق علی عبدالباری عطیه، بیروت، دارالکتب العلمیه، چ اول.
۲۳. امام رضا، علی بن موسی، ۱۳۸۳، **طب الرضا**، تحقیق مرتضی عسکری، قم، فؤاد.

۲۴. آمدی، عبد الواحد بن محمد، ۱۴۱۰ق، **غرر الحکم و درر الکلم**، تحقیق سید مهدی رجائی، قم، دارالکتاب الاسلامی، چ دوم.
۲۵. آمدی، عبد الواحد بن محمد، ۱۳۶۶ش، **تصنیف غرر الحکم و درر الکلم**، تحقیق مصطفی درایتی، قم، دفتر تبلیغات، چ اول.
۲۶. امین، حسن، ۱۴۰۱ق، **دایرة المعارف الاسلامیه**، بی جا، دارالتعارف.
۲۷. انصاری، عبدالله بن محمد، ۱۳۶۱، **ارکان عرفان**، تهران، نور فاطمه.
۲۸. بحرانی، سید هاشم بن سلیمان، ۱۴۱۱ق، **حلیة الأبرار فی أحوال محمد و آله الأطهار**، قم، مؤسسة المعارف الإسلامیة، چ اول.
۲۹. بحرانی، سید هاشم، ۱۴۱۶ق، **البرهان فی تفسیر القرآن**، تحقیق الدراسات الاسلامیة مؤسسة البعثة، تهران، بنیاد بعثت، چ اول.
۳۰. برقی، احمد بن محمد بن خالد، ۱۳۷۱ق، **المحاسن**، تحقیق جلال الدین محدث، قم، دارالکتب الإسلامیة، چ دوم.
۳۱. بستانی، فؤاد افرا، ۱۳۷۵، **فرهنگ ابجدی**، ترجمه رضا مهیار، تهران، انتشارات اسلامی، چ دوم.
۳۲. بغدادی، علاء الدین علی بن محمد، ۱۴۱۵ق، **لباب التأویل فی معانی التنزیل**، تصحیح محمد علی شاهین، بیروت، دارالکتب العلمیه، چ اول.
۳۳. بلاغی نجفی، محمدجواد، ۱۴۲۰ق، **آلاء الرحمن فی تفسیر القرآن**، تحقیق واحد تحقیقات اسلامی بنیاد بعثت، قم، بنیاد بعثت، چ اول.
۳۴. بیضاوی، عبدالله بن عمر، ۱۴۱۸ق، **انوارالتنزیل و اسرارالتأویل**، تحقیق محمد عبدالرحمان المرعشی، بیروت، داراحیاء التراث العربی، چ اول.
۳۵. پاینده، ابو القاسم، ۱۳۸۲، **نهج الفصاحه (مجموعه کلمات قصار حضرت رسول)**، تهران، دنیای دانش، چ چهارم.
۳۶. ثعالبی، عبدالرحمان بن محمد، ۱۴۱۸ق، **جواهر الحسان فی تفسیر القرآن**، تحقیق شیخ محمدعلی معوض و شیخ عادل احمد عبدالوجود، بیروت، دار احیاء التراث العربی، چ اول.
۳۷. ثواقب، جهانبخش و رحمانی، محمد جواد، ۱۳۸۵، **سیر و سیاحت در قرآن**، قم، بوستان کتاب.
۳۸. جر، خلیل (۱۳۸۰)، **فرهنگ لاروس (فرهنگ لغت - عربی)**، مترجم سیدحمید طبیبیان، تهران: امیرکبیر.
۳۹. جعفری، محمد تقی، ۱۳۵۷، **ترجمه و تفسیر نهج البلاغه**، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی.

۴۰. جلالی فراهانی، مجید، ۱۳۸۷، *مدیریت اوقات فراغت و ورزش های تفریحی*، تهران، دانشگاه تهران.
۴۱. جوادی آملی، عبدالله، ۱۳۸۹، *تفسیر موضوعی قرآن کریم*، قم، اسراء.
۴۲. حرعاملی، محمد بن حسن، ۱۳۷۶، *الفصول المهمة فی أصول الأئمة*، تحقیق محمد بن محمد الحسین القائینی، قم، موسسه معارف اسلامی امام رضا، چ اول.
۴۳. حرعاملی، محمد بن حسن، ۱۳۸۰، *الجواهر السنیه فی الأحادیث القدسیه (کلیات حدیث قدسی)*، ترجمه، زین العابدین کاظمی خلخالی، تهران، دهقان.
۴۴. حرعاملی، محمد بن حسن، ۱۴۰۹، *وسائل الشیعه*، تحقیق مؤسسه آل البيت، قم، مؤسسه آل البيت، چ اول.
۴۵. حرعاملی، محمد بن حسن، ۱۴۲۵، *اثبات الهداة بالنصوص والمعجزات*، بیروت، اعلمی، چ اول.
۴۶. حسینی شیرازی، سید محمد، ۱۴۲۴، *تقریب القرآن الی الاذهان*، بیروت، دار العلوم، چ اول.
۴۷. حقی بروسوی، اسماعیل، بی تا، *تفسیر روح البیان*، بیروت، دارالفکر.
۴۸. حکیم، سید منذر، ۱۴۳۰، *مجمعنا فی فکر و تراث الشهید محمد باقر صدر*، تهران، المجمع العالمی للتقریب بین المذاهب الاسلامیه؛ مرکز الدراسات العلمیه.
۴۹. حلوانی، حسین بن محمد بن حسن بن نصر، ۱۴۰۸، *نزهة الناظر و تنبيه الخاطر*، تحقیق مدرسه الإمام المهدی، قم، مدرسه الإمام المهدی، چ اول.
۵۰. حلی، رضی الدین علی بن یوسف بن المطهر، ۱۴۰۸، *العدد القویة لدفع المخاوف الیومیة*، تحقیق مهدی رجائی و محمود مرعشی، قم، کتابخانه آیه الله مرعشی نجفی، چ اول.
۵۱. حمیری، عبد الله بن جعفر، ۱۴۱۳، *قرب الاسناد*، تحقیق مؤسسه آل البيت، قم، مؤسسه آل البيت، چ اول.
۵۲. حویزی، عبدالعلی بن جمعه عروسی، ۱۴۱۵، *تفسیر نورالثقلین*، تحقیق سید هاشم رسولی محلاتی، قم، اسماعیلیان، چ چهارم.
۵۳. حیدری و ساعی، بررسی اثر مصرف فرهنگی فراغت جوانان بر سبک زندگی و ارزش های اجتماعی آنان، مقالات کنگره ملی اوقات فراغت و سبک زندگی جوانان، مرداد ماه ۹۲، شیراز.
۵۴. خاقانی، دیوان اشعار خاقانی.
۵۵. خطیب بغدادی، ابوبکر احمد بن علی، ۱۹۹۱م، *جامع الاخلاق الراوی وأیاب*

- السامع، بیروت، مؤسسه الرسالة.
۵۶. خواجوی، اسماعیل بن الحسین بن محمدرضا، ۱۴۱۴، *مفتاح الفلاح و مصباح النجاح فی شرح دعاء الصباح*، مشهد، مجمع البحوث الاسلامیه الاستانیه الرضویه المقدسه.
۵۷. دانش، شکرالله، ۱۳۹۰، *شادی و نشاط در منابع و متون اسلامی*، تهران، بنفام.
۵۸. دهخدا، علی اکبر، ۱۳۷۲، *لغت نامه دهخدا*، تهران، دانشگاه تهران، چ اول.
۵۹. دیلمی، حسن بن محمد، ۱۴۰۸، *أعلام الدین فی صفات المؤمنین*، تحقیق مؤسسه آل البيت، قم، مؤسسه آل البيت، چ اول.
۶۰. دیلمی، حسن بن ابی الحسن، ۱۴۱۲، *ارشاد القلوب*، قم، رضی.
۶۱. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ۱۴۱۲، *مفردات ألفاظ القرآن*، تحقیق صفوان عدنان داوودی، بیروت- دمشق، دار القلم- الدار الشامیه، چ اول.
۶۲. راوندی، قطب الدین، ۱۴۰۹ هـ. ق، *الخراج و الجرائح*، قم، مؤسسه امام مهدی، چ اول.
۶۳. روزنبرگ، برنارد و کوزر، لوئیس، ۱۳۷۸، *نظریه های بنیادی جامعه شناسی*، ترجمه فرهنگ ارشاد، تهران، نی.
۶۴. زمخشری، محمود بن عمر، ۱۴۰۷، *الکشاف عن حقائق غوامض التنزیل و عیون الاوابیل فی وجوه التنزیل*، بیروت دار الکتب العربی، چ سوم.
۶۵. سارافینو، ادوارد، ۱۳۸۷، *روان شناسی سلامت*، ترجمه علی احمدی ابهری، تهران، رشد.
۶۶. سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۹، *اوقات فراغت و سبک زندگی جوانان*، تهران، سازمان ملی جوانان.
۶۷. سمرقندی، نصر بن محمد بن احمد، ۱۴۱۳، *بحر العلوم*، تهران، دارالکتب العلمیه.
۶۸. سیوطی، جلال الدین، ۱۴۱۶، *تفسیر الجلالین*، بیروت، مؤسسه النور، چ اول.
۶۹. شبّر، سید عبدالله، ۱۴۰۷، *الجواهر الثمین فی تفسیر کتاب المبین*، کویت، مکتبه الالفین.
۷۰. شریف لاهیجی، محمد بن علی، ۱۳۷۳، *تفسیر شریف لاهیجی*، تحقیق میرجلال الدین حسینی ارموی، تهران، دفتر نشر داد، چ اول.
۷۱. شریفی، احمد حسین، ۱۳۹۲، *سبک زندگی اسلامی ایرانی*، تهران، آفتاب توسعه، چ اول.
۷۲. شهید اول، محمد بن مکی، ۱۳۷۹، *الدرة الباهرة من الأصداف الطاهرة*، ترجمه عبد الهادی مسعودی، تحقیق عبد الهادی مسعودی، قم، انتشارات زائر، چ اول.
۷۳. شوکانی، محمد بن علی، ۱۴۱۴، *فتح القدير*، دمشق/ بیروت، دار ابن کثیر/

- دارالکلم الطیب، چ اول.
۷۴. شولتز، دوان و الن شولتز، سیدنی، ۱۳۷۷، *نظریه های شخصیت*، ترجمه یحیی سید محمدی، تهران، هما.
۷۵. صابری یزدی، علیرضا، ۱۳۶۱، *الحکم الزاهرة عن النبی ﷺ و عترته الطاهرة ﷺ*، قم، مؤسسة النشر.
۷۶. صدر، سید محمد باقر، ۱۳۷۹، *الإسلام يقود الحياة*، قم، مرکز الابحاث و الدراسات التخصصیه للشهید الصدر.
۷۷. صدوق، محمد بن علی ابن بابویه، ۱۳۷۶، *الأمالی*، ترجمه محمد باقر کمره ای، تهران، کتابچی، چ ششم.
۷۸. صدوق، محمد بن علی بن بابویه، ۱۴۰۳ق، *معانی الأخبار*، تحقیق علی اکبر غفاری، قم، دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، چ اول.
۷۹. صدوق، محمد بن علی بن بابویه، ۱۳۶۲، *الخصال*، تحقیق علی اکبر غفاری، قم، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، چ اول.
۸۰. صدوق، محمد بن علی بن بابویه، ۱۳۷۸ق، *عیون اخبار الرضا ﷺ*، تحقیق مهدی لاجوردی، تهران، نشر جهان، چ اول.
۸۱. صدوق، محمد بن علی بن بابویه، ۱۳۸۵، *علل الشرائع*، قم، کتاب فروشی داوری، چ اول.
۸۲. صدوق، محمد بن علی بن بابویه، ۱۴۰۲ق، *مصادفة الاخوان*، تحقیق سید علی الخراسانی کاظمی، کاظمیه، مکتبه الإمام صاحب الزمان ﷺ العامة، چ اول.
۸۳. صدوق، محمد بن علی بن بابویه، ۱۴۰۶ق، *ثواب الأعمال و عقاب الأعمال*، قم، دار الشریف الرضی للنشر، چ دوم.
۸۴. صدوق، محمد بن علی بن بابویه، ۱۴۱۳ق، *من لا یحضره الفقیه*، تحقیق علی اکبر غفاری، قم، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، چ دوم.
۸۵. صدوق، محمد بن علی بن بابویه، بی تا، *المواعظ*، ترجمه عزیز الله عطاردی قوچانی، تهران، مرتضوی، چ اول.
۸۶. طباطبایی، سید محمد حسین، ۱۳۷۹، *سنن النبی ﷺ*، تهران، پیام آزادی.
۸۷. طباطبایی، سید محمد حسین، ۱۴۱۷ق، *المیزان فی تفسیر القرآن*، قم، دفتر انتشارات اسلامی، چ پنجم.
۸۸. طبرسی، حسن بن فضل، ۱۴۱۲ق، *مکارم الأخلاق*، قم، الشریف الرضی، چ چهارم.
۸۹. طبرسی، علی بن حسن، ۱۳۸۵ق، *مشکاة الأنوار فی غرر الأخبار*، نجف، المکتبه

- الحیدریه، چ دوم.
۹۰. طبرسی، فضل بن حسن، ۱۴۱۷ق، *إعلام الوری بأعلام الهدی*، تحقیق مؤسسه آل البيت ﷺ، قم، آل البيت ﷺ، چ اول.
۹۱. طبرسی، احمد بن علی، ۱۴۰۳ق، *الإحتجاج علی أهل اللجاج*، تحقیق محمد باقر خراسان، مشهد، نشر مرتضی، چ اول.
۹۲. طبرسی، فضل بن حسن، ۱۳۷۲ق، *مجمع البیان لعلوم القرآن*، مقدمه محمد جواد بلاغی، تهران، ناصر خسرو، چ سوم.
۹۳. طریحی، فخر الدین بن محمد، ۱۳۷۵، *مجمع البحرین*، تحقیق احمد حسینی اشکوری، تهران، مرتضوی، چ سوم.
۹۴. طوسی، محمد بن الحسن، ۱۴۱۴ق، *الأمالی*، تحقیق مؤسسه البعثة، قم، دار الثقافة، چ اول.
۹۵. طوسی، محمد بن الحسن، بی تا، *التبیان فی تفسیر القرآن*، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
۹۶. طوسی، محمد بن الحسن، ۱۳۹۰ق، *الإستبصار فیما اختلف من الأخبار*، تحقیق حسن الموسوی خراسان، تهران، دارالکتب الإسلامیه، چ اول.
۹۷. طوسی، محمد بن الحسن، ۱۴۰۷ق، *تهذیب الأحکام*، تحقیق حسن الموسوی خراسان، تهران، دارالکتب الإسلامیه، چ چهارم.
۹۸. عطار نیشابوری، محمد بن ابراهیم، ۱۳۶۳، *اسرار نامه؛ پندنامه*، تهران، فخر رازی.
۹۹. عیاشی، محمد بن مسعود، ۱۳۸۰ق، *تفسیر عیاشی*، تحقیق سید هاشم رسولی محلاتی، تهران، چاپخانه علمیه.
۱۰۰. غباری بناب، باقر، علی نقی، فقیهی، یداله، قاسمپور، «*آثار صله رحم از دیدگاه اسلام و روانشناسی و کاربردهای تربیتی آن*»، تربیت اسلامی، ۳، ۵ (۱۳۸۶): ۸۱-۱۱۴.
۱۰۱. فارابی، اسحاق بن ابراهیم، ۱۹۷۶م، *دیوان الادب*، تحقیق احمد مختار عمر، بی جا، مطبعة الامانة.
۱۰۲. فتال نیشابوری، محمد بن حسن، بی تا، *روضة الواعظین و بصيرة المعتظین*، قم، انتشارات رضی.
۱۰۳. فخر رازی، فخر الدین محمد بن عمر، ۱۴۲۰ق، *مفاتیح الغیب*، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
۱۰۴. فراهانی، مدیریت اوقات فراغت و ورزش های تفریحی.
۱۰۵. فغالی، محمد تقی، ۱۳۹۱، *سبک زندگی توحیدی و موفقیت الهی؛ آرامش*،

- تهران، دارالصادقین، چ اول.
۱۰۶. فعّالی، محمد تقی، ۱۳۸۷، *اسرار عرفانی عمره*، تهران، مشعر، چ اول.
۱۰۷. فیروزآبادی، مجدالدین محمد بن یعقوب، بی تا، *القاموس المحیط*، بیروت، دارالجلیل.
۱۰۸. فیض کاشانی، محمد محسن بن شاه مرتضی، ۱۳۶۲، *محجة البیضاء*، قم، مؤسسة النشر الاسلامی.
۱۰۹. فیض کاشانی، محمد محسن بن شاه مرتضی، ۱۴۰۶ق، *الوافی*، اصفهان، کتابخانه امام امیرالمؤمنین علی علیه السلام، چ اول.
۱۱۰. فیض کاشانی، محمد محسن بن شاه مرتضی، ۱۴۱۵ق، *تفسیر الصافی*، تحقیق حسین اعلمی، تهران، مؤسسة النشر الاسلامی، چ دوم.
۱۱۱. قاسمی، محمد جمال الدین، ۱۴۱۸ق، *محاسن التأویل*، تحقیق محمد باسل عبون السود، بیروت، دارالکتب العلمیة، چ اول.
۱۱۲. قرآنی، محسن، ۱۳۸۳، *تفسیر نور*، تهران، مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن، چ یازدهم.
۱۱۳. قرشی بنایی، علی اکبر، ۱۴۱۲ق، *قاموس قرآن*، تهران، دارالکتب الاسلامیة، چ ششم.
۱۱۴. قمی، عباس، ۱۳۷۵، *الانوار البهیة فی تواریخ الحجج الالهیة*، قم، موسسه النشر الاسلامی.
۱۱۵. قمی، عباس، ۱۳۸۲، *مفاتیح الجنان*، تهران، جوف، چ اول.
۱۱۶. قطب رواندی، *الدعوات*.
۱۱۷. قهرمانی فرد و کاظمی، *آسیب شناسی الگوهای نوین گذران اوقات فراغت جوانان و ارائه راهبردهای مدیریتی- فرهنگی*، مقالات کنگره ملی اوقات فراغت و سبک زندگی جوانان، مرداد ماه ۹۲، شیراز.
۱۱۸. کاشانی، محمد بن مرتضی، ۱۴۱۰ق، *تفسیر المعین*، تحقیق حسین درگاهی، قم، کتابخانه آیةالله مرعشی نجفی، چ اول.
۱۱۹. کاشانی، ملا فتح الله، ۱۴۲۳ق، *زبدة التفاسیر*، تحقیق بنیاد معارف اسلامی، قم، بنیاد معارف اسلامی، چ اول.
۱۲۰. کراجکی، محمد بن علی، ۱۳۵۳، *معادن الجواهر و ریاضة الخواطر*، تحقیق احمد حسینی، تهران، المكتبة المرتضویة، چ دوم.
۱۲۱. کراجکی، محمد بن علی، ۱۴۱۰ق، *کنز الفوائد*، تحقیق عبد الله نعمة، قم، دارالذخائر، چ اول.

۱۲۲. کشی، محمد بن عمر، ۱۳۶۳، *رجال الکشی*؛ اختیار معرفة الرجال، تحقیق مهدی رجایی، قم، مؤسسة آل البيت علیهم السلام، چ اول.
۱۲۳. کفعمی، ابراهیم بن علی عاملی، ۱۴۰۵ق، *المصباح؛ جنة الأمان الواقیة*، قم، دار الرضی (زاهدی)، چ دوم.
۱۲۴. کلینی، محمد بن یعقوب بن اسحاق، ۱۴۰۷ق، *الكافی*، تهران، دارالکتب الإسلامیة، چ چهارم.
۱۲۵. کوفی اهوازی، حسین بن سعید، ۱۴۰۲ق، *الزهد*، تحقیق غلامرضا عرفانیان یزدی، قم، المطبعة العلمیة، چ دوم.
۱۲۶. کاشانی، ملا فتح الله، ۱۳۳۶، *تفسیر منهج الصادقین فی الزام الخالفین*، تهران، کتابفروشی محمد حسن علمی.
۱۲۷. کاویانی، محمد، *سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن*، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۱.
۱۲۸. متقی هندی، علاء الدین علی، بی تا، *کنز العمال فی سنن الاقوال و الافعال*، حیدرآباد، المعارف العثمانیة.
۱۲۹. مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی، ۱۴۰۴ق، *مرآة العقول فی شرح أخبار آل الرسول علیه السلام*، تحقیق هاشم رسولی محلاتی، تهران، دارالکتب الإسلامیة، چ دوم.
۱۳۰. مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی، ۱۴۰۳ق، *بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار علیهم السلام*، بیروت، دار احیاء التراث العربی، چ دوم.
۱۳۱. محمدی، نور مراد، ۱۳۷۸، *مهمان داری در اسلام*، قم، دفتر تبلیغات اسلامی.
۱۳۲. مدرسی، سید محمد تقی، ۱۴۱۹ق، *من هدی القرآن*، تهران، دار محبی الحسین، چ اول.
۱۳۳. مراغی، احمد بن مصطفی، بی تا، *تفسیر المراغی*، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
۱۳۴. مسعودی، علی بن حسین، ۱۳۸۴، *اثبات الوصیة*، قم، انصاریان، چ سوم.
۱۳۵. مصباح یزدی، محمد تقی، ۱۳۶۸، *جامعه و تاریخ از دیدگاه قرآن*، تهران، مرکز چاپ و نشر سازمان تبلیغات.
۱۳۶. مطهری، مرتضی، ۱۳۷۵، *مقدمه‌ای بر جهان بینی اسلامی؛ وحی و نبوت*، تهران، صدرا.
۱۳۷. المعافری السرقسطی، سعید بن محمد، ۱۳۹۸ق، *کتاب الافعال*، تحقیق حسین محمد شریف، قاهره، مطابع امیریة.
۱۳۸. معین، محمد، ۱۳۸۹، *فرهنگ معین*، تهران، بزاز، چ دوم.
۱۳۹. مغنیه، محمد جواد، ۱۴۲۴ق، *تفسیر الکاشف*، تهران، دارالکتب الاسلامیة، چ اول.

۱۴۰. مغنیه، محمد جواد، بی تا، **التفسیر المبیین**، قم، بنیاد بعثت.
۱۴۱. مفید، محمد بن محمد، ۱۴۱۳ق، **الإختصاص**، تحقیق علی اکبر غفاری و محمود محرمی زرنندی، قم، المؤتمر العالمی لآلفیة الشیخ المفید، چ اول.
۱۴۲. مفید، محمد بن محمد، ۱۴۱۵ق، **الأمالی**، تحقیق حسین استاد ولی و علی اکبر غفاری، قم، کنگره شیخ مفید، چ اول.
۱۴۳. مفید، محمد بن محمد، ۱۴۱۶ق، **کتاب المزار؛ مناسک المزار**، تحقیق محمد باقر ابیطحی، قم، کنگره شیخ مفید، چ اول.
۱۴۴. المقریزی، تقی الدین أحمد بن علی، ۱۴۲۰ق، **إمتاع الأسماع بما للنبی ﷺ من الأحوال والأموال والحفلة والمتاع**، تحقیق محمد عبد الحمید النمیسی، بیروت، دارالکتب العلمیة، چ اول.
۱۴۵. مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۷۴، **تفسیر نمونه**، تهران، دار الکتب الإسلامیة، چ اول.
۱۴۶. مؤسسه بوستان کتاب، ۱۳۸۵، **جهانگردی در فقه و تمدن اسلامی**، قم، بوستان کتاب قم.
۱۴۷. موظف رستمی، محمد علی، ۱۳۷۹، **اصول برنامه ریزی اوقات فراغت**، تهران، گویه.
۱۴۸. مبدی، رشیدالدین، ۱۳۷۱، **کشف الاسرار وعدة الابرار**، تحقیق علی اصغر حکمت، تهران، انتشارات امیرکبیر، چ پنجم.
۱۴۹. نجاشی، احمد بن علی، ۱۳۶۵، **رجال النجاشی**، قم، مؤسسه النشر الاسلامی التابعه لجامعة المدرسین بقم المشرفه، چ ششم.
۱۵۰. نخجوانی، نعمت الله بن محمود، ۱۹۹۹ م، **فوائد الالهیه و المفاتیح الغیبیه**، مصر، دار رکابی للنشر، چ اول.
۱۵۱. نوری، حسین بن محمد تقی، ۱۴۰۸ ق، **مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل**، تحقیق مؤسسه آل البيت ﷺ، قم، مؤسسه آل البيت ﷺ، چ اول.
۱۵۲. نیشابوری، احمد، ۱۳۸۰، **وجوه القرآن**، تحقیق نجف عرشی، مشهد، آستان قدس رضوی، چ اول.
۱۵۳. ورام، مسعود بن عیسی، ۱۴۱۰ق، **تنبيه الخواطر و نزهة النواظر (مجموعه ورام)**، قم، مکتبه فقیه، چ اول.