

مبانی زندگی توحیدی و آثار آن

چکیده

موضوع مورد بررسی در این پژوهش مبانی زندگی توحیدی و آثار آن است؛ که با تبیین و شناخت این مبانی به تلازم و تأثیر آن‌ها در سبک زندگی توحیدی می‌پردازد. اعمال و رفتارهایی که در عرصه‌ی فردی و اجتماعی بروز و ظهور پیدا می‌کنند در واقع جلوه‌ی تفکرات و عقاید افراد جامعه است، میان باورها و رفتار آدمی پیوند قابل توجهی برقرار است.

اگر مبانی عقاید توحیدی همانند روحی بر پیکره‌ی جامعه اسلامی دمیده شود، شاهد سعادت و رشد و تعالی افراد در عرصه‌های مختلف از جمله فردی و اجتماعی خواهیم بود. تبدیل مبانی توحیدی به گفتمان عمومی جامعه راهگشای تحقق سبک زندگی توحیدی و اسلامی و مهارت‌های زندگی شهروندی جامعه‌ی مسلمان خواهد بود، لذا نگارش حاضر با روش توصیفی کتابخانه‌ای هدف تبیین مبانی توحیدی را دنبال کرده است.

واژگان کلیدی: مبانی، توحید، آثار، فردی، اجتماعی، روان، جسم.

طرح بحث

انسان در زندگی روزمره‌اش چاره‌ای جز بروز و ظهور ندارد و عمل ابزاری برای این ظهور است، پیوند عمیقی با علم و ادراک دارد و با آن مرتبط است، این ارتباط به گونه‌ای است که می‌توان علم را مقدمه‌ی عمل صحیح و شایسته و عمل را موجب بهره‌برداری از علم و گسترده شدن درهای دیگری از حکمت به روی انسان می‌باشد.

هرگاه علم به حقایق و مصالح تعلق گیرد و در سطح بالاتر عقیده انسانی گشته و با جان و روح او گره بخورد زمینه را برای عمل صالح نیز فراهم خواهد کرد. از سوی دیگر سعادت دنیوی و اخروی انسان در گرو انجام اعمال صالح است از این رو، روشن می‌شود که بسیاری از ناکامی‌های افراد در زندگی و عرصه عمل به محرومیت از مبانی علمی و معرفتی برمی‌گردد.

در دین اسلام تفکر و نظام فکری توحیدی همان معرفت و علمی است که شالوده‌ی صحیح و شاکله‌ی اساسی عمل فرد مسلمان را پایه‌ریزی می‌کند، بسیاری از مهارت‌های زندگی فردی و اجتماعی افراد در سطح جامعه با محوریت عقاید توحیدی تعریف و تبیین می‌شود. به تعبیر دیگر می‌توان گفت جهان بینی توحیدی عمیق‌ترین و جامع‌ترین نقشه‌ی فکری است که از دل آن ایدئولوژی حق محوری می‌جوشد و سعادت دنیوی و اخروی افراد را تعیین می‌کند. جهان امروز باوجود پیشرفت‌ها و توسعه‌ی فراوان در صحنه‌ی تکنولوژی با خلأ آرامش، امنیت فکری و معنویت روبروست و شاید علت عمده‌ی این شکست روحی در انحصار جهان بینی مادی گرایانه است.

بنابراین چنان چه در پی جامعه‌ی معتدل با عملکردها و رفتاری سالم و صحیح مبتنی بر اصول متعالی انسان هستیم باید مبانی و معارف توحیدی را جریان و فرهنگ عمومی جامعه سازیم تا از این رهگذر علاوه بر سعادت اخروی، آرامش و پیشرفت حیات سالم دنیوی را نیز سود ببریم.

الف. اصول فردی زندگی توحیدی در ارتباط با خدا

۱. اخلاص

یکی از مبانی بسیار مهم و اساسی در زندگی توحیدی و روح تمامی اعمال اخلاص می‌باشد



که به معنای: «پاک بودن از هر شایبه و برای رضای خدا کار را انجام دادن و همیشه خود را در محضر او دانستن و او را مالک همه چیز دانستن می‌باشد.» (میرزا رضایی، ۱۳۸۳، ص ۳۰)

عده‌ای عبادت‌های خود را صرفاً به خاطر رسیدن به خواسته‌های دنیوی انجام می‌دهند عبادت با اخلاص نیست بلکه شخصی اخلاص دارد که در تمام عبادتش هدفی جز رضایت خدا و شکرگزاری و سپاس از نعمات الهی نداشته باشد.

نیت هر فرد تابع حالات نفسانی اوست و درجات کمالی او نیز مربوط به همان حالات است و همه‌ی اعضا و جوارحش تابع فرمان سلطان بدن یعنی نیت اوست نیت انسان از اعتقاداتش شکل می‌گیرد کسی که حب نفس و خودخواهی شاکله و ملکه‌ی نقش شده باشد غایت و نهایت مطلوبش نیز رسیدن به همان تمایلات نفسانی است و در مقابل شخصی که توحیدی می‌اندیشد و زندگی‌اش نیز بر اساس توحید باوری و رفتار خداپسند است هرگاه کاری را انجام می‌دهد حتی کوچک‌ترین کارهایش را نیز برای خدا انجام می‌دهد و غایت و نهایت مطلوبش قرب الی الله و هم‌چنین رضایت اوست و هیچ چیز و هیچ‌کسی جز ذات پروردگار عالم مدنظرش نیست. (ر.ک: میرزا رضایی، ۱۳۸۳، ص ۸۹ تا ص ۸۴)

۲. تواضع

یکی دیگر از مبانی بسیار مهم که باید در زندگی توحیدی مدنظر داشت و بدان عمل نمود تواضع است.

این مبنای پسندیده به دو بخش مجزا تقسیم شده است که عبارت است از:

۱. تواضع و فروتنی در مقابل خدای متعال
۲. تواضع و فروتنی در مقابل مردم در روایت آمده است که اگر دل انسان فروتن باشد شیطان نزدیک او نمی‌آید و از نشانه‌های این حالت می‌توان به چشم فروبستن و قطع علاقه‌های دنیوی را نام برد.

شخص متواضع کسی است که آتش شهوتش را خاموش کند و آرزوهای دور و دراز خود را کوتاه نماید و نور عظمت حق بر قلبش بتابد و مرگ را در مقابل چشمانش مجسم کند در نتیجه



همه‌ی اعضا و جوارحش حالت خضوع و خشوع پیدا می‌کند و اشک از چشمانش جاری می‌شود.
(ر.ک: دیلمی، رضایی، ۱۳۷۷، ج ۱، ص ۲۹۶)

۳. توکل

یکی دیگر از مبانی زندگی توحیدی توکل است. توکل به معنای «تسلیم محض در مقابل خدا بودن و بریدن از غیر اوست.» (دیلمی، ۱۳۷۷، نهماوندی، بی‌تا، ج ۱، ص ۳۱۸)
فرد با ایمان همواره در همه حال از نیرویی به نام توکل انرژی می‌گیرد و امیدش را به غیر نمی‌دهد و با شکست‌های ظاهری و دنیایی هیچ‌گاه نا امید نشده و افق‌های پیش رویش را روشن می‌بیند.

پیامبر اکرم (صلی‌الله‌علیه‌وآله وسلم) می‌فرمایند:

«مَنْ تَوَكَّلَ عَلَى اللَّهِ كَفَاهُ مَوْنَةً مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ»

هر کس به خدا توکل کند خداوند هزینه او را کفایت می‌کند و از جایی که گمان نمی‌برد روزی می‌رساند. (ابن شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۴۴۳؛ ر.ک: امینی، ۱۳۹۲، ص ۵۹)
باید دانست که توکل با ایمان رابطه‌ای مستقیم دارد، شخصی که ایمان خالص ندارد در دلش غیر خدا را هم راه می‌دهد، در واقع شرط وجوب توکل ایمان است. در زندگی شخصی، این فرد به امید کسی جز خدا نیست.

ب. اصول فردی زندگی توحیدی در ارتباط با خود

اصول و مبانی زندگی فرد در ارتباط با خودش عبارتند از:

۱. قناعت

یکی دیگر از مبانی توحیدی قناعت می‌باشد. معنای این مهم این است که انسان به بهره‌ای که خداوند برای او تعیین کرده است بسنده کند و به آن‌ها راضی باشد. (ر.ک: عدالتیان، ۱۳۸۷، ص ۶۳) مهم‌ترین بارزه‌ی این مبنا این است که فرد رضایت خاطر و روحیه‌ای بالا نسبت به مقدرات عالم داشته باشد. (ر.ک: مهدوی کنی، ۱۳۷۳، ص ۶۲۵)



امام علی (علیه‌السلام) در این باره می‌فرماید:

«أَطِيبُ الْعَيْشِ الْقِنَاعَةُ» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰. ص ۱۸۹، ح ۹۰)

خوش‌ترین زندگی، زندگی با قناعت است.

در زندگی شخصی هر فردی بارها موقعیت‌هایی پیش می‌آید که گویی امتحان الهی است مثل زمانی که در حال تشکیل خانواده هستیم یا زمانی که در حال انتخاب همسر آینده‌ی خود هستیم با کمی تأمل در کنه وجود خود به این مهم دست خواهیم یافت که این دنیا زودگذر است و نباید شیرین‌ترین لحظات آن را با چشم و هم‌چشمی‌های کوتاه‌فکرانه و هم‌چنین مقایسه‌های خیالی با زندگی دیگران تلخ نمود و چه بسا افرادی که به خاطر همین مسائل دست از حلال خدا می‌کشند. متأسفانه در زندگی مدرن و امروزی ما، همان‌طور که در علم پیشرفت می‌کنیم در اخلاقیات و سایر ارزش‌ها گاه و بی‌گاه دیده می‌شود که پسرقت می‌کنیم و افراد بیشتر دچار زیاده‌خواهی‌های غیر ضروری شده و رنگ و بویی از قناعت در زندگی افراد دیده نمی‌شود و همین امر منجر به طلاق می‌شود.

قناعت به ما می‌آموزد که در زندگی مشترک به جای به رخ کشیدن مال و منال، زیبایی و... و مقایسه‌ی زندگی خود و اجبار همسر که از هر راهی پول در بیاورد و زندگی خود و دیگران را خراب کردن، قناعت کرد و در سایه‌ی رضایت حق تعالی زیست. شخصی که قانع است نسبت به شخصی که این بارزه را ندارد دارای عزت نفس بیشتری است و هم‌چنین او توانسته با تمرین و ممارست در خود حرص را ریشه کن بکند.

۲. صبر

یکی دیگر از مبانی زندگی توحیدی و شاید مهم‌ترین مبنا صبر می‌باشد. صبر به معنای «استواری و ثبات نفس در سختی و مصیبت است، بطوری که با وقوع حادثه انسان از حالت عادی خارج نشود، زبان به شکایت نگشاید و حرکات غیر متعارف از او سر نزنند.» (جباران، ۱۳۸۷، ج ۲، ص ۲۰۸)

در بین آیات و روایات بارها و بارها توصیه به صبر شده است و برای افراد صبور جایگاه ویژه-



ای در نظر گرفته شده است.

خداوند در سوره‌ی زمر آیه‌ی ۱۰ خطاب به افراد با ایمان این گونه می‌فرماید:

«إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ»

همانا صابران اجر و پاداش خود را بی حساب دریافت می‌دارند.

شخص با ایمان همواره سعی بر صبور بودن دارد تا بر بی‌صبری و آه و ناله در برابر مصائب و مشکلات و این شخص زندگی خود را بر مبنای علماء و بزرگان دینی تطبیق می‌دهد چرا که آن‌ها بارها و بارها مورد امتحانات الهی قرار گرفته‌اند و هیچ‌گاه لب به شکوه شکایت نگشودند.

امتحاناتی مثل: از دست دادن عزیزان، فقر و... که شاید افراد عادی نمی‌توانند در برابر آن دوام بیاورند اما آن‌ها در مقابل این امتحانات نهایت بردباری را داشته‌اند و بخاطر همین امر سربلند شده‌اند. آن‌ها بر این اصل مهم اعتقاد داشتند که بدی‌ها مقدمه‌ی خوبی‌هاست و دنیا محل امتحان است، حال خداوند به یکی مال می‌دهد به یکی فقر، یکی را فرزنددار می‌کند و یکی را بی‌اولاد و مواردی از این قبیل که در همه‌ی زندگی‌ها دیده می‌شود که خود نوعی امتحان الهی است.

خداوند هرگاه بخواهد به بنده‌اش سختی وارد شود گویا دوست دارد او به واسطه‌ی همین سختی-ها با او نجوا کند چه بسا اگر همین مشکلات نبود ما انسان‌ها کمتر سراغ خدا می‌رفتیم و از او درخواست می‌نمودیم این در حالیست که خداوند به ما بندگان دستور داده است که حتی نمک غذای خود را از او بخواهیم!

از نتایج و ثمرات آزادی از قید و بند هواهای نفسانی صبر می‌باشد. تازمانی که انسان مصیبت و بلاها را ناخوشایند شمارد و در درون بی‌تابی کند مقام معرفتش ناقص است چه برسد به اینکه نزد همه بنشیند و از غم و غصه‌هایش بگوید و مدام لب به شکوه و شکایت بگشاید.

۳. مدیریت زمان

یکی از مبانی زندگی که می‌توان در زمره‌ی مبانی زندگی توحیدی برشمرد، مدیریت زمان یا اغتنام اوقات و نظم و انضباط در زندگی است. مدیریت زمان بارها و باره تعاریف مختلفی از آن شده است اما بهترین تعریفی که می‌توان از آن کرد این است استفاده‌ی درست از زمان به نوعی که برای



انسان آسایش را به ارمغان بیاورد. (مرکز مشاوره‌ی خراسان رضوی، ۱۳۹۱، ص ۷)

بارها و بارها شنیده‌ایم که «وقت طلاست»، اما از نظر دین مبین اسلام وقت ارزشمندتر و بالاتر از طلاست. چرا که همین زمان است که ما را در انجام تکالیف و نیل به هدف خلقت سوق می‌دهد، به قدری زمان اهمیت دارد که در قرآن به آن قسم یاد شده است مثل: «وَالْعَصْرِ... وَاللَّيْلِ... وَالْفَجْرِ...»

وقت‌شناسی و نظم در امور از مهم‌ترین عامل رشد و تعالی و پیشرفت آدمی است، با نگاهی به دستورات دینی و اوقات نمازهای پنج‌گانه و همچنین اوقات حج و... به اهمیت این که هر کاری زمانی دارد و همه‌ی امور باید با نظم و ترتیب انجام شود پی می‌بریم. (ر.ک: خدایی، ۱۳۸۸، ص ۱۷۰)

باید دانست که تمام سرمایه‌هایی که انسان در این دنیا دارد مانند مال و ثروت و... در صورت از بین رفتن با کمی تلاش و کوشش دوباره می‌توان آن‌ها را بدست آورد حتی در بسیاری از اوقات شخصی که نعمت سلامتی خود را از دست داده است با معالجات پزشکی یا شفا یافتن از درگاه (ائمه اطهار علیهم‌السلام) و خدای متعال چه بسا دوباره سلامتی‌اش برگردد اما تنها سرمایه‌ی انسان که وقتی از بین رفت هیچ راه جبران و برگشتی ندارد همین زمان و عمر انسان است.

گاهی اوقات ما بخاطر نداشتن برنامه و مدیریت زمان به بسیاری از کارهای خود نمی‌رسیم و زندگی خود را توأم با استرس و اضطراب می‌کنیم که تأثیر بسیار بدی بر روی بدن ما می‌گذارد بطوری که امام علی (علیه‌السلام) می‌فرماید:

«إِضَاعَةُ الْفُرْصَةِ الْغُصَّةُ» (عاملی، ۱۴۰۹ ق. ج ۱۶، ص ۸۴)

از دست دادن فرصت‌ها باعث غم و اندوه می‌شود

ج. اصول زندگی توحیدی در جامعه

۱. تواضع در مقابل دیگران

یکی دیگر از مبانی زندگی توحیدی که باید در بعد اجتماعی و در ارتباط با دیگران مورد بررسی قرار گیرد تواضع می‌باشد. با کمی تأمل و کنکاش در زندگی ائمه‌ی اطهار (علیهم‌السلام) و



همچنین بزرگان دین و اشخاصی که می‌توانند برای زندگی ما الگو باشند به وفور دیده می‌شود که رفتار و منش آن‌ها چه در رابطه با خدای متعال و چه در مقابل مردم و اطرافیان خود، رفتاری همراه با تواضع و خشوع و فروتنی بوده است و همه‌ی آن‌ها این مبنا را به خوبی و درستی رعایت می‌کردند.

در روایتی از امام رضا (علیه‌السلام) پرسیده شده است:

«مَا حَدَّ التَّوَّاضِعُ؟ قَالَ: أَنْ تُعْطِيَ النَّاسَ مِنْ نَفْسِكَ، مَا تُحِبُّ أَنْ يَعْطُوكَ مِثْلَهُ»

حقیقت تواضع چیست؟ ایشان فرمودند: آنکه با مردم چنان باشی که دوست داری با تو باشند.

(مجلسی ۱۴۰۳ ق، ج ۷۲، ص ۱۱۸؛ کمره ای، ۱۳۶۴، ج ۲، ص ۸۰)

شخصی که مطیع خدای متعال است و ایمان راسخ به فرامین الهی دارد، همواره سعی می‌کند تا رفتار خود را با فروتنی و تواضع در آمیزد و همه‌ی انسان‌ها نیز باید بدانند که عزت دنیا در فروتنی است و افراد متواضع همیشه و در همه حال دوست داشتنی‌تر و محبوب‌ترند نسبت به افرادی که مغرور هستند و شاید به خاطر پست و مقام‌های ظاهری دنیایی و یا مال و منال دچار تکبر و غرور می‌شوند.

در برخی روایات دیده شده است که کمترین حد تواضع را شاید بتوان سلام کردن نام برد گاهی اوقات ما منتظر می‌شویم تا دیگران به ما سلام کنند. حال یا بخاطر اینکه از ما از لحاظ سنی یا مالی و... پایین‌ترند یا بخاطر دلایل دیگر که هیچ‌کدام توجیه قابل قبول و عقلانی ندارند در حدیثی خداوند خطاب به حضرت داوود (علیه‌السلام) این‌گونه فرموده است:

«همان‌طور که نزدیکترین افراد به من متواضع‌ترین انسان‌ها هستند، دورترین افراد هم متکبرانند.»

البته باید دانست که ذلت و خواری هم برای مؤمن مذمت شده است و چه بسا باید نزد برخی افراد متکبرانه برخورد کرد و در مقابل برخی اصلاً تواضع جایز نیست. هرچیزی در اسلام حد و وسطی امر شده است و افراط و تفریط در آن نهی شده است. حد وسط تواضع است، افراط در آن تکبر و تفریط در آن خواری و پستی می‌آورد.



از مواردی که تواضع جایز نیست، تواضع شخص مسلمان در مقابل کافر، تواضع عالم برای جاهل، تواضع در مقابل شخصی که همیشه متکبراست، می‌باشد. پس چه بسا اگر در این موارد تواضع نشان دهیم خفت و خواری بیاورد نه فروتنی.

۲. عفو و گذشت

از جمله مبانی مهم در زندگی توحیدی می‌توان به عفو و گذشت اشاره کرد. روح‌های بزرگ ظرفیت بخشایش و گذشت بیشتری دارند، هم‌چنین افرادی که توحیدی می‌اندیشند و زندگی دنیا را مزرعه‌ی آخرت می‌دانند، عفو و گذشت بیشتری دارند و در مقابل این افراد پست و حقیر هستند که سریع در صدد انتقام بر می‌آیند. (ر.ک: محدثی، ۱۳۸۴، ص ۱۵۰)

خداوند در سوره‌ی اعراف آیه‌ی ۱۹۹ این‌گونه بیان داشته است:

«خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَاعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ»

(دره‌حال) با آن‌ها مدارا کن و عذرشان را بپذیر و به نیکی‌ها دعوت کن و از جاهلان روی‌گردان و با آن‌ها ستیزه مکن.

خدای بزرگ با چشم‌پوشی از تمام کوتاهی‌ها و کم‌وکاستی‌های ما انسان‌های گنه‌کار توبه را برای ما قرار داده است تا ما دوباره به سمت او برگردیم و خود او نیز از گناهان ما درمی‌گذرد. شیوه‌ی انسان‌های بزرگ منش نیز همین است همیشه گذشت را بر قهر و کینه‌توزی ترجیح می‌دهند.

در زندگی روزمره‌ی هر یک از ما انسان‌ها اتفاقات بسیار زیادی در حال رخ دادن است که تنها با عفو و گذشت و چشم‌پوشی از بدی‌ها می‌توان با آرامش خاطر به آن‌ها پرداخت. شخصی که نمی‌بخشد و گذشت ندارد دائما در فکر انتقام‌جویی است و به مرور زمان این رذیله برای او به صورت ملکه در خواهد آمد که جبران آن بسیار مشکل می‌شود.

بخشش و گذشت مقابل کینه‌توزی و ناسازگاری است که همین امر یکی از دلایل فقدان شادی و نشاط در افراد می‌شود و عدم نشاط و سرزندگی مقدمه‌ای برای غم و اندوه و افسردگی می‌باشد.



۳. کنترل خشم

خشم عاطفه‌ای فطری است که وقتی بر سر راه ارضای یکی از انگیزه‌های اساسی و یا مهم مانع ایجاد شود، ظهور و بروز پیدا می‌کند. در بین متون دینی ما و همچنین فرهنگ غنی اسلامی، فراوان احادیثی داریم که به مذمت از خشم و عصبانیت پرداخته‌اند و در بین آیات الهی هم این رفتار نهی شده است.

خشم پدیده‌ای طبیعی بوده و مانند سایر احساسات نشانه‌ی تندرستی و سلامت عواطف انسانی است اما هنگامی که از کنترل خارج شود می‌تواند به حسی مخرب و ویرانگر تبدیل شود.

برخی از علل و عوامل پدیدار شدن خشم عبارت‌اند از: بدرفتاری، مورد تبعیض قرار گرفتن، تحقیر شدن، مورد تعرض قرار گرفتن، مورد بی‌مهری قرار گرفتن و... می‌باشد. (نجاتی، ۱۳۸۷، ص ۹۵)

پیامبر اکرم (صلی‌الله علیه وآله وسلم) می‌فرماید:

«لَا تَغْضَبْ فَإِنَّ الْغَضَبَ مَفْسَدَةٌ» (نهج‌الفصاحه، بی تا، ص ۲۹۴)

خشمگین نشو که خشم موجب فساد است.

باید دانست که انسان‌های خشمگین سه دسته‌اند، دسته‌ای وقتی خشمگین شدند هیچ نمی‌فهمند و هیچ چیز و هیچ کس نمی‌تواند جلودار آن‌ها باشد و اکثر این افراد سر هیچ و پوچ جوش می‌آورند و عصبانی می‌شوند و سریعاً واکنش از خود نشان می‌دهند که این‌گونه خشمگین شدن در بین روایات تشبیه به خشم حیوانات شده است.

گروه دیگری هم وجود دارند که اصلاً خشمگین نمی‌شوند نه در جایی که حق با آن‌هاست و نه در جایی که پای دین و اعتقاداتشان در میان باشد. این‌گونه افراد هم در بین روایات به آدم‌های ترسو خوانده شده‌اند.

گروه سومی هستند که خشمشان هم به موقع است و هم به اندازه، این افراد زمانی خشمگین می‌شوند که حقی ناحق شده باشد و یا این که پای اعتقادات و دین و ایمان‌شان در میان باشد، این‌گونه افراد هستند که محب و دوست‌دار خدا و ائمه‌ی اطهار (علیهم‌السلام) هستند و مورد رحمت خداوند قرار می‌گیرند. (نجاتی، ص ۹۷۰)



۴. امر به معروف و نهی از منکر

در جامعه‌ی کنونی ما گاهی اوقات دیده می‌شود که فسادی آشکارا در حال انجام است اما هیچ عکس‌العملی در مقابل آن از سوی افراد جامعه و حتی افراد عالم و آگاه دیده نمی‌شود. گاهی اوقات هم ما این وظیفه را بر گردن یکدیگر می‌اندازیم و منتظریم تا شخص دیگری تذکر بدهد. امر به معروف و نهی از منکر یکی از مبانی بسیار مهم و حیاتی در زندگی توحیدی می‌باشد که از جمله واجبات دین مبین اسلام نیز به شمار می‌آید.

این فریضه بسیار مهم دارای آثار و برکات بسیار زیادی است که با گذری در بین احادیث و روایات به آن خواهیم رسید همان‌طور که در حدیث بالا مشاهده کردید.

حضرت علی (علیه‌السلام) در حکمت ۳۷۳ نهج‌البلاغه می‌فرماید:

«ای مؤمنان هرکس تجاوزی را بنگرد و یا شاهد دعوت به منکری باشد و در دل آرا انکار کند خود را از آلودگی سالم داشته است و اگر با زبان آن را انکار کند پاداش دارد و از اولی بهتر است» (انصاریان، بی‌تا، حکمت ۳۷۳، ص ۵۱۵)

د. اصول زندگی توحیدی در خانواده

۱. رفتار با والدین

یکی از مهم‌ترین مبانی زندگی توحیدی چگونه رفتار کردن با والدین می‌باشد. در نگاه اول شاید نتوان این مهم را مبنا به حساب آورد اما با کمی تأمل در مورد این موضوع متوجه خواهیم شد که شاید از مهم‌ترین مبانی همین امر باشد.

از جمله محق‌ترین و مهم‌ترین شخصیت‌های زندگی هر فرد پدر و مادر او هستند بطوری‌که پیامبر اکرم (صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم) می‌فرماید:

«رِضَاءُ اللَّهِ مَعَ رِضَاءِ أَوْلَادِهِ وَ سَخَطُ اللَّهِ مَعَ سَخَطِ أَوْلَادِهِ» (طبرسی، بی‌تا، ص ۱۵۱)

خداوند با خشنودی والدین خشنود و با خشم آن‌ها خشمگین می‌شود

والدین از جان و مال خود در راه تربیت و رشد و تعالی فرزندان دریغ نمی‌کنند و مقام و منزلت



آن‌ها به قدری والاست که حتی در قرآن کریم هر کجا سخن از توحید و یکتاپرستی به میان آمده است بلافاصله صحبت از برّ و نیکی به والدین شده است و این بیانگر اهمیت این موضوع می‌باشد.

امام حسین (علیه‌السلام) می‌فرماید:

«مَا يَمْنَعُ أَحَدَكُمْ أَنْ يَبِرَّ وَالِدَيْهِ حَيِّينَ وَ مَيِّتِينَ يُصَلِّيَ عَنْهُمَا وَ يَصُومَ عَنْهُمَا وَ يَتَصَدَّقَ عَنْهُمَا فَيَكُونَ
الَّذِي صَنَعَ لَهُمَا وَ لَهُ مِثْلُ ذَلِكَ فَيَزِيدَهُ اللَّهُ بِرَّهُ خَيْرًا كَثِيرًا.» (طوسی. همان. ص ۱۶۲)

به پدر و مادر خود در زمان حیات و ممات نیکویی کنید، نمازشان را به جا آورید به نیت آن‌ها صدقه بدهید و روزه‌شان را بگیرید.

۲. همسررداری

یکی از مبانی مهم دیگر در زندگی توحیدی بحث همسررداری است. این مبنا را شاید بتوان به مبانی کوچک‌تری نیز تقسیم نمود که در ادامه به آن‌ها پرداخته خواهد شد. لازم است زن و شوهر در آغاز زندگی نسبت به یکدیگر شناخت پیدا کنند و با طرز فکر، اخلاق، خواسته‌ها، تمایلات و توانایی‌های همسر خود آشنا شوند و از نقاط ضعف و قدرت خود آگاهی یابند و این شناخت هم به منظور تحکیم بنیاد زناشویی و دستیابی به راه‌های تنظیم خانواده و تعدیل خواسته‌ها و حداکثر استفاده از امکانات موجود باشد نه به قصد عیب‌جویی و کشف نقاط ضعف شخص مقابل. (امینی، بی‌تا، ص ۱۷۱)

تفکری که در یک زندگی زناشویی توحیدی جاری است همواره بر پایه‌ی این مهم می‌چرخد که:

هر کاری را که انجام می‌دهی باید ابتدا جلب رضایت خدا باشد سپس همسر!

مثلاً: من به همسرم احترام می‌گذارم چون خدای مهربان فرموده است.

یا من بخاطر خدا با اخلاقیات نامناسب همسرم و یا خانواده‌ی همسرم کنار می‌آیم و ...

اگر این تفکر روح تفکرات ما در زندگی زناشویی باشد همسران امروزی کمتر دچار شکست و جدایی خواهند شد و همواره رضایت خدا را بر هر چیز دیگری ترجیح می‌دهند و متأسفانه این چیزی است که در زندگی‌های امروزی کمتر مشاهده می‌شود.

روابط صمیمانه‌ی دراز مدت در زندگی زناشویی نیازمند ارزش نهادن به شریک زندگی و دوری از خودخواهی‌ها و گذشت و صبر و تحمل در مقابل یکدیگر می‌باشد. همان‌طور که قبلاً اشاره شد



مهارت همسررداری خود از مهارت‌های دیگری تشکیل می‌شود از جمله:

احترام متقابل

درک متقابل

محبت به یکدیگر

کمک کردن و همکاری و تعاون و ...

۳. تربیت فرزند

از جمله وظایف بسیار مهم والدین که می‌توان آن را در زمره‌ی مهم‌ترین مبانی زندگی توحیدی قرار داد تربیت و پرورش فرزندان می‌باشد بطوری که اگر هر یک از والدین در نهایت دقت و دلسوزی به این امر خطیر بپردازند مهم‌ترین نقش را بر روی سلامت روان و جسم فرزند خود می‌گذارند و در نهایت به سلامت جامعه کمک فراوانی کرده‌اند. پس هرچند این موضوع یک مبانی کلی می‌باشد اما باید دانست که به قسمت‌های جزئی‌تری تقسیم می‌شود که در ادامه به آن خواهیم پرداخت.

در هر خانواده پس از مسئولیت زن و شوهر نسبت به هم، مهم‌ترین وظیفه‌ی آن‌ها در قبال فرزندان است. با تولد اولین فرزند تحول بسیار شدیدی در زندگی زناشویی پدید می‌آید، به طور مسلم چگونگی روابط والدین الگویی برای روابط کودکان فراهم می‌آورد. (ر.ک: سالاری فر، ۱۳۸۸، ص ۱۲۷)

۵. زندگی توحیدی و تأثیر آن بر روح و جسم انسان

تندرستی یکی از مهم‌ترین نعمت‌هایی است که خداوند متعال می‌تواند به هر بنده‌ای عطا کند که سلامت روانی در زمره‌ی بالاترین نعمات است و بدیهی است که بیماری‌های روانی اختصاص به قشر خاصی ندارد و هر یک از ما انسان‌ها اگر مواظب رفتار و روح و روان خویش نباشیم به آن دچار خواهیم شد. (ر.ک: قاضی، ۱۳۸۳، ص ۴۲)

در ادبیات دینی ما چیزی بنام (حلاوت ایمان) وجود دارد که این حلاوت و شیرینی مربوط به



لذت‌های معنوی انسان است و می‌تواند نشاط روحی و روانی را برای انسان پدید بیاورد، بنابراین ایمان به خدا و رعایت مبانی زندگی توحیدی، خود عامل اصلی نشاط و سرزندگی انسان‌هاست، این مسأله در زندگی بزرگان دین بسیار دیده می‌شود که این اشخاص چنان آرامش روحی و نشاط ظاهری دارند که در افراد عادی کمتر دیده می‌شود.

شاید بتوان گفت مفهوم معصیت یا گناه در کلام دینی معادل بیماری‌های روانی است که در نتیجه عدم التزام به مبادی الهی و یا تزلزل در اعتقادات فرد پدید می‌آید که در مقابل آن مفهوم اطاعت و یا سلامت روان که به معنای التزام به مبادی الهی است به کار می‌رود.

امور معنوی و پیوندهای قلبی انسان با آن‌ها علاوه بر کمک انسان در جهت داشتن نگرشی مثبت به زندگی، به او کمک می‌کند تا در شرایط سخت و آزاردهنده تسلط بیشتری بر روی مسائل داشته باشد.

انسان بدون معنویات و ارتباطش با این امور بی تکیه‌گاه است به همین خاطر است که باید هرچند وقت یک‌بار به اماکن متبرکه همچون حرم ائمه‌ی معصومین (علیهم‌السلام) و مساجد و... سر بزند تا این مکان‌ها به او نیرو و انرژی بدهند.

انسان آفریده‌ی خداست و برای زندگی و حیاتی آفریده شده است که برای زندگی سالم و بندگی خدای متعال و هم‌چنین انجام فرامین الهی به بدن سالم احتیاج دارد و بهره‌مندی از او از سلامت جسمی اساس فعالیت‌های او در زندگی مادی و معنوی اوست.

جسم و روان از یکدیگر تأثیر مستقیم می‌پذیرند پس همان‌طور که انسان احتیاج به یک روح سالم دارد، به جسم و بدن سالم هم احتیاج دارد و به وجود آمدن هرگونه نقص و کاستی در هر یک باعث می‌شود تا آن یکی نتواند وظیفه‌ی خود را به خوبی انجام دهد.

شخصی که از بدن و جسم سالم برخوردار باشد بیشتر می‌تواند در راستای اطاعت از خداوند قدم بردارد و به تکالیف خود بیشتر رسیدگی کند...

باید دانست که یکی از عوامل آرامش در زندگی و بندگی خدا برخورداری از جسم و جان سالم است از این رو عقل و نقل، حفظ جسم و تندرستی و حفظ نفس را لازم می‌داند و چه بسا واجب



شمرده است. یکی از شاخص‌ها و معیارهای سلامت روانی، سلامت و بهداشت جسم است بطوری- که از قدیم گفته‌اند: عقل سالم در بدن سالم است. (آملی، ۱۳۹۱، ص ۹۳)

و. آثار زندگی توحیدی

در این قسمت، در مورد آثار و پیامدهای اخروی و دنیوی هر یک از گناهان و هم‌چنین عدم رعایت مبانی زندگی توحیدی سخن به میان آورده خواهد شد، چراکه همان‌طور که بیان شد هریک از این مبانی خود به نوعی فضیلت است که عدم انجام آن گاهی گناه است و گاهی رذیله‌ای اخلاقی است که خود منجر به گناه می‌شود. بطور مثال: صبر در نوع خودش فضیلت است و بی‌صبری، نالیدن، زاری کردن و کفرگویی که در نتیجه‌ی بی‌صبری پدید می‌آید نوعی گناه و رذیله به حساب می‌آید.

هر یک از اعمال ما اثر خاص به خود را بر روی زندگی دنیایی و آخرت ما دارا می‌باشد، از خاصیت‌های گناه این است که موجب پوچ شدن اعمال نیک می‌شود یعنی شخص گناه‌کار در اثر انجام گناهان اگر کار خیری هم انجام داده باشد بی‌پاداش خواهد شد گویی اثرش خنثی می‌شود. در قرآن کریم شانزده بار سخن از "حبط عمل" به میان آمده است که از مجموع آن‌ها چنین نتیجه می‌گیریم، گناهان بزرگی همچون: کفر، شرک، تکذیب آیات الهی و انکار معاد، ارتداد، مخالفت با پیامبران و... موجب حبط عمل می‌شود. گناهان بزرگ باعث بی‌اثر شدن اعمال نیک و پوچ شدن آن‌ها می‌شوند چنانچه تکبر ابلیس در برابر خداوند و سجده نکردن او در مقابل آدم موجب از بین رفتن شش هزار سال عبادت او شد. (ر.ک: قرآنتی، ۱۳۸۴، ج ۲، ص ۲۶۸)

از دیگر آثار گناه، اثر سوء گناه بر روح انسان است که در صورت مداومت به گناهی خاص روح انسان براساس همان گناه شکل خواهد گرفت و منجر به تیرگی قلب و در نتیجه بیرون رفتن از قلمرو انسانیت و ورود به قلمرو حیوانی می‌شود و همین امر باعث می‌شود گناهان بزرگ‌تر نیز در نظر ما کوچک و بی‌اهمیت جلوه کند و به مرور زمان ارتکاب هر گناهی برای ما آسان می‌شود.

بطور مثال: شخصی که عصبانیت خود را نمی‌تواند کنترل کند شاید در ابتدا حرف‌های رکیک و زشتی را که بر زبان می‌آورد دچار عذاب وجدان شود اما با گذشت زمان نه تنها خبری از عذاب



وجدان نیست بلکه حرف‌های زشت تر هم اگر بر زبان بیاورد هیچ تأثیری بر وی نخواهد گذاشت و چه بسا همین عدم کنترل خشم خودش مقدمه‌ی بسیاری از گناهان دیگر از جمله: فحش و هتاک، تهمت، سوء ظن و... گردد.

اگر بخواهد هر یک از مبانی زندگی توحیدی به طور جداگانه مورد بررسی قرار گیرد در این پژوهش مجال سخن نمی‌باشد. ولی بطور مثال آثار دنیوی برخی از مبانی به صورت اجمال بیان می‌گردد.

۱. آثار دنیوی و اخروی توکل:

همان‌طور که بیان شد یکی از مبانی زندگی توحیدی توکل می‌باشد که خود این مبنا به تنهایی آثار دنیوی و اخروی متعددی را داراست از جمله:

- شخص توکل کننده در دنیا و آخرت مورد لطف پروردگار قرار می‌گیرد.
- شخص توکل کننده بر اثر توکل به خدا دارای سه ویژگی: ارتباط قوی تر با خدا، تسلیم شدن در مقابل خدا و راضی بودن به قضای الهی می‌گردد.
- توکل باعث می‌شود تا انسان از خلق خدا در خواست نکند و تنها خدا را کافی بداند در نتیجه از ذلت و خواری در خواست از مردم نجات پیدا می‌کند:

«فإن المتوكل يعتمد على الله و لا يلتجئ إلى المخلوقين فينجو من ذل الطلب و يستغنى عنهم

فإن الغنا غني» (طبرسی، بی تا، ص ۸۸)

۲. آثار دنیوی و اخروی اخلاص

- شخص مخلص به رزق الهی قانع است.
- اخلاص موجب بصیرت و نورانیت دل می‌گردد.

۳. آثار دنیوی و اخروی تواضع

- باعث بزرگی و عزت نفس در فرد می‌شود.



- منجر به نزدیک شدن به خدای متعال می‌گردد.

- آسوده شدن از ترس و بیم‌ناک نبودن از خدای متعال. (ابن بابویه، بی‌تا، ج ۲، ص ۱۰۰)

۴. آثار دنیوی و اخروی صبر

- صبر مانع از اضطراب درونی، شکایت زبانی، حرکات غیر عادی اعضا و جوارح بدن می‌گردد

و منجر به آزادی از قید و بند نفس می‌گردد. (دیلمی، ج ۱، ص ۲۹۶)

۵. آثار دنیوی و اخروی عفو و گذشت

- باعث بالا رفتن روحیه‌ی نشاط و شادابی در زندگی می‌گردد.

- منجر به دوری از خودخواهی و بالا رفتن حس همنوع دوستی می‌شود.

۶. آثار دنیوی و اخروی قناعت

- بالا بردن عزت نفس

- دوری از غم و غصه

۷. آثار دنیوی و اخروی امر به معروف و نهی از منکر

- باعث دور شدن بلاها از ما و جامعه‌ی ما می‌گردد.

- عزت نفس عمومی را بالا می‌برد.

۸. آثار دنیوی و اخروی مدیریت زمان

- عامل رشد و تعالی و پیشرفت آدمیست.

- باعث بالا رفتن عقل و خرد می‌شود.

همان‌طور که گذشت، به بررسی آثار تعدادی از مبانی زندگی توحیدی پرداخته شد که مطالعه‌ی

این آثار می‌تواند نقش بسیار مؤثری بر روی به کارگیری این مبانی در زندگی فردی و اجتماعی هر

یک از ما انسان‌ها گردد.



نتیجه بحث

هریک از انسان‌ها دارای باور و اعتقادات قلبی می‌باشند که تفکرشان بر اساس آن‌ها سرچشمه می‌گیرد و بر اساس همین تفکراتشان عمل می‌کنند؛ یعنی هر یک از افراد اعمالش متناسب با اعتقادات و باورهایش می‌باشد.

اعمال شخص باعث به وجود آمدن سبک زندگی‌اش می‌شود بدین معنا که شخصی که به خدای متعال اعتقاد دارد اعمال و رفتارش و همچنین سبک زندگی‌اش بر اساس آموزه‌های توحیدی شکل می‌گیرد و این شخص همواره در مسیر رشد و تعالی است چرا که برای تمام مراحل زندگی‌اش هدف و برنامه‌ای دارد که در راستای قرب الهی است و هیچ‌گاه از این مسیر به بیراهه نخواهد رفت گاهی اوقات هم شخصی سبک و روش زندگی‌اش بر مبنای توحید نیست و چه بسا او را به بی‌راهه‌های موهوم کشد

بنابراین تفکر هر یک از انسان‌ها که مبنای اعمال و رفتارشان قرار می‌گیرد از اهمیت به‌سزایی در سعادت و شقاوت آن‌ها دارد، از میان جهان‌بینی‌های مطرح شده، جهان‌بینی توحیدی آن قلب و مبنایی است که در همه‌ی امور مسیری در راستای اعتدال و میانه‌روی را داراست و اگر شخص بر طبق این مبانی حرکت کند هیچ‌گاه به بیراهه نخواهد رفت و سعادت دنیوی و اخروی خود را تضمین خواهد کرد.



منابع و مآخذ

- * قرآن کریم، ترجمه: آیت‌الله مکارم شیرازی. انتشارات آستان قدس رضوی
- * نهج البلاغه، شریف الرضی، حسین انصاریان، تهران، پیام آزادی، بیتا.
۱. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، تحف العقول، قم، جامعه‌ی مدرسین، ۱۳۶۳.
 ۲. امینی، محمدباقر، سبک زندگی منشور زندگی از منظر امام رضا (علیه السلام)، مشهد، آستان قدس رضوی، ۱۳۹۲.
 ۳. امینی، ابراهیم، همسر داری، قم، اسلامی، بیتا.
 ۴. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غرر الحکم و درر الکلم، قم، دارالکتب الاسلامی، ۱۴۱۰
 ۵. جباران، محمدرضا، درس‌نامه‌ی علم اخلاق، قم، هاجر، ۱۳۸۷.
 ۶. جوادی آملی، عبدالله، مفاتیح الحیاة، قم، اسراء، ۱۳۹۱.
 ۷. خدایی، زبیده، خدایا چگونه شادباشم، قم، نگاران نور، ۱۳۸۸.
 ۸. دیلمی، حسن بن محمد، ارشاد القلوب، عبدالحسین رضایی، تهران، اسلامی، ۱۳۷۷.
 ۹.، ارشاد القلوب، علی سلگی نهاوندی، قم، ناصر، بیتا.
 ۱۰. سالاری فر، محمدرضا، نظام خانواده در اسلام، قم، هاجر، ۱۳۸۸.
 ۱۱. طبرسی، علی بن حسن، مشکاة الانوار فی غرر الاخبار، نجف، مکتبه الحیدریه، ۱۳۸۵.
 ۱۲.، مشکاة الانوار، عزیزالله عطاردی قوچانی، تهران، عطارد، بیت.
 ۱۳. عدالتیان، مهدی، ۱۰ عامل خوشبختی، بیجا، گل محمدی، ۱۳۸۷.
 ۱۴. قاضی، فاطمه، زن و شوهر در خانواده‌ی متعادل، قم، گلستان ادب، ۱۳۸۳.
 ۱۵. قرائتی، محسن، گناه شناسی، تهران، مرکز فرهنگی درسهای ازقران، ۱۳۸۴.



۱۶. گوهری، اسماعیل، اغتنام فرصت و ارزش عمر، تهران، همای دانش، ۱۳۸۴.
۱۷. مجلسی، محمدتقی، بحار الانوار الجامعة لدرر الاخبار الائمه الطهار: (ط، بیروت)، بیروت، دارالاحیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ ق.
۱۸. محدثی، جواد، اخلاق معاشرت، قم، بوستان کتاب، ۱۳۸۴.
۱۹. مرکز مشاوره ی خراسان رضوی، مدیریت زمان، مشهد، بیتا، ۱۳۹۱.
۲۰. میرزایابی، علی، اخلاص و ریا در قرآن و نهج البلاغه، قم، مشهور، ۱۳۸۳.
۲۱. مهدوی کنی، محمدرضا، نقطه های آغاز در اخلاق عملی، تهران، فرهنگ اسلامی، ۱۳۷۳.
۲۲. نجاتی، محمدعثمان، حدیث و روایت‌شناسی، حمیدرضا شیخی، مشهد، بنیاد پژوهش های اسلامی، ۱۳۸۷.

