

## اوصاف شیعیان واقعی در وصایای امام محمدباقر علیه السلام (۱۳) \*

آیت‌الله علامه محمدتقی مصباح

### چکیده

این مقال شرحی است بر کلام امام محمدباقر علیه السلام در باب صفات شیعیان واقعی. حضرت می‌فرمایند: با تفویض صحیح (همه امور به خدا) به آسایش دل دست یاب و آسودگی تن را در آسایش دل جست‌وجو کن، و با کاهش خطا، آسودگی دل را به دست آور. روان‌شناسان و آگزبستان‌سیالیست‌ها معتقدند که انسان حیوان مضطرب است. اگر انسان اضطراب نداشته باشد، انسان نیست. راه‌حل روان‌شناسان برای درمان اضطراب این است که اصلاً نباید به سختی‌ها و گرفتاری‌های زندگی اندیشید و باید به دنبال خوشی و سرگرمی بود. ولی انبیای الهی معتقدند که برای رهایی از اضطراب‌های دنیایی، باید ماهیت این عالم و دنیا را که گذرگاه و موقتی است، شناخت. کسی که سختی‌های این دنیا را تحمل کند و وظایفش را انجام می‌دهد، به آرامش و آسایش ابدی خواهد رسید. باید امور را به خدا واگذار کرد. لازمه واگذاری امور به خدا این است که انسان احساس آرامش کند و تنها نگرانی او انجام وظیفه به بهترین شکل باشد. واگذاری کارها به خدا و اعتماد به او دربارہ سرانجام امور، راهی است برای آرامش روح و ریشه‌کن کردن اضطراب، ناراحتی و ترس‌های بی‌دلیل.

کلیدواژه‌ها: فلسفه شرور، آرامش، تفویض، تمرکز حواس، اضطراب.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

فقط متوجه شرور دنیا باشد، زندگی در نظر او تلخ می‌شود؛ زیرا هر لحظه احتمال می‌دهد مصیبت و گرفتاری نصیب او شود. کسانی که در این باره زیاد فکر می‌کنند به روان‌پریشی مبتلا می‌شوند. به هر حال زندگی خواه‌ناخواه توأم با اضطراب، دلهره و نگرانی است؛ تا آنجا که، به اعتقاد اگزیستانسیالیست‌ها، اضطراب مقوم انسانیت انسان است. به عبارت دیگر، انسان حیوان مضطرب است و اگر اضطراب نداشته باشد، انسان نیست. از آنجا که اندیشیدن به سختی‌ها و گرفتاری‌ها انسان را ناراحت و مضطرب می‌کند، روان‌شناسان پیشنهاد می‌دهند که اصلاً به این گونه مسائل فکر نکنید و به دنبال خوشی و سرگرمی باشید و اصلاً به اینکه ممکن است خطر یا پیشامد ناگواری در پیش باشد فکر نکنید. این نسخه‌ای است که روان‌شناسان برای راحتی انسان پیشنهاد می‌کنند؛ ولی انبیای الهی ﷺ نسخه دیگری دارند. آنان می‌گویند که برای رهایی از اضطراب‌های بیجا باید ماهیت این عالم را بشناسید و بدانید که دنیا گذرگاه است، و اقامت در آن موقت، و کسی که سختی‌های این جهان را تحمل کند و وظایفش را انجام دهد به آرامش و آسایش ابدی خواهد رسید.

### آرامش در پرتو شناخت ماهیت حقیقی دنیا

براساس نگرش انبیا ﷺ زندگی دنیا اصالت ندارد و سختی‌های دنیا مقدمه‌ای برای آسایش و لذت بی‌نهایتی است که انسان می‌تواند به دست بیاورد. انسان قادر است با مدیریت سختی‌ها و حوادث دنیوی سعادت ابدی را برای خود رقم بزند. چنین نسخه‌ای در مکاتب مادی پیدا نمی‌شود؛ زیرا آنها به سرای ابدی اعتقاد ندارند یا اعتقاد ضعیف آنها به زندگی اخروی در متن زندگی‌شان تأثیری ندارد. درحالی‌که پیامبران الهی ﷺ ماهیت این عالم را به انسان شناسانده‌اند و بر این توقع مهر باطل زده‌اند که این عالم محل امن و آسایش باشد. حقیقت آن است که انسان در این عالم دوره‌ای آزمایشی را طی می‌کند و نسبت عالم دنیا به عالم آخرت از نسبت چشم‌برهم‌زدنی به عمر صدساله ناچیزتر است. آیا کسی که صدسال عمر دارد نگران این است که یک لحظه چشم‌برهم‌زدن چگونه می‌گذرد؟

اگر انسان این حقیقت را درک کند، می‌تواند به سعادت ابدی امید داشته باشد. کسانی که در این دنیا به وظیفه‌شان عمل می‌کنند و آمادگی پذیرش سختی‌های زودگذر را در خود ایجاد می‌کنند، در آخرت آسوده خواهند بود: «أَلَذَىٰ أَلْحْنَا دَارَ الْمَقَامَةِ مِن فَضْلِهِ لَا يَمَسُّنَا فِيهَا

امام باقر علیه السلام می‌فرماید: «وَتَخَلَّصَ إِلَى رَاحَةِ النَّفْسِ بِصِحَّةِ التَّفْوِيضِ، وَاطْلُبْ رَاحَةَ الْبَدَنِ بِإِجْمَامِ الْقَلْبِ، وَتَخَلَّصْ إِلَى إِجْمَامِ الْقَلْبِ بِقِلَّةِ الْخَطَا»؛ و با تفویض صحیح [همه امور به خدا] به آسایش دل دست یاب و آسودگی تن را در آسایش دل جست‌وجو کن، و با کاهش خطا آسودگی دل را به دست آور.

### فلسفه شرور در بینش توحیدی

زندگی دنیا برای همه انسان‌ها با سختی‌ها و ناگواری‌هایی همراه است. قرآن کریم می‌فرماید: «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ» (بلد: ۴). این مطلب در جهان بینی مادی تفسیر روشنی ندارد. براساس این بینش، دشواری‌ها لازمه این دنیاست و به‌ناچار باید آنها را تحمل کرد. در مقابل، بینش توحیدی برای این ناگواری‌ها تفسیری عقلانی ارائه می‌دهد: زندگی در دنیا از آن جهت که مقدمه‌ای برای شکوفایی استعدادها و آزمایش انسان‌هاست، باید با خوشی‌ها و ناخوشی‌ها توأم باشد. قرآن کریم می‌فرماید: «وَتَبَلَّوْكُمْ بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً» (انبیاء: ۳۵). در بینش توحیدی، این عالم پرورشگاه انسان است و به دوران جنینی در مقایسه با دوران پس از تولد بسیار شباهت دارد. در دوران جنینی، لازم است نطفه نه ماه در رحم مادر باشد تا رشد کند و برای ورود به دنیا آماده شود. این نه ماه آمادگی جنینی، با ورود به دنیا مثلاً به نود سال آمادگی برای ورود به جهان آخرت تبدیل می‌شود. دنیا زمینه‌ای بسیار مناسب برای رشد انسان و تولد دیگر او در عالم ابدی است. البته تفاوت این است که رشد در دوران جنینی طبیعی و جبری است؛ یعنی جنین از خودش اختیاری ندارد؛ اما در عالم دنیا انسان خودبازیر میدان است و باید خود را برای زندگی ابدی آماده کند. طبیعی است که در محیط آزمایش خوشی‌ها و ناخوشی‌هایی بروز کند تا هرکسی جوهر خودش را نشان دهد و ثابت کند که تا چه اندازه حاضر است برای رضای خدا آزمون‌های دشوار را تحمل کند و برای رسیدن به کمال از لذت‌های پست چشم‌پوشد.

جهان بینی توحیدی برای شرور، نقص‌ها و کمبودهای این عالم تفسیری معقول دارد؛ ولی در بینش مادی این دشواری‌ها ضرورتی تلقی می‌شود که ناچار باید آن را پذیرفت. گاهی شرور از قبیل حوادث طبیعی - سیل، زلزله و غیره - است که انسان در ایجاد آنها هیچ نقشی ندارد و گاه نیز شامل خطرها و ضررهایی است که کمابیش خود انسان در آنها مؤثر است. اگر ذهن انسان هر لحظه

همان گونه که گفتیم دو نظام بر عالم حکم فرماست: نظام تکوین و واقعیت‌های خارجی که باید به خدا واگذار شود تا هر چه خداوند متعال صلاح می‌داند مقدر کند، و نظام تشریح که در آن، خداوند وظایف فعلی ما را تعیین کرده است. توضیح آنکه، مثلاً اگر خداوند صلاح دانست که کسی بیمار شود، حتماً مصالح و حکمت‌هایی در آن نهفته است و از آنجاکه به نظام تکوین و واقعیت‌های خارجی مربوط است، باید به خداوند واگذار شود؛ خواه حکمت این مصالح برای او معلوم شود و خواه از آنها هیچ آگاهی حاصل نکند. پس باید به این واقعیت تکوینی راضی بود و کار را به خدا واگذار کرد؛ اما این واگذاری با انجام تکلیف و وظیفه - مانند رفتن نزد پزشک و استفاده از داروها برای درمان - منافاتی ندارد. بیمار وظیفه دارد نزد طیب برود و طبق دستور او عمل کند؛ اما اینکه بهبود باید یا نه، نباید برای او فرقی داشته باشد، بلکه باید به تدبیر خداوند متعال راضی باشد. حضرت ابراهیم (ع) در جواب نمرود که پرسید خدای تو کیست، فرمود: «وَأَلَدَىٰ هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِي، وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِي» (شعراء: ۸۰ و ۷۹). حضرت در جواب نمرود، به جای اینکه بگوید خدایی که مرا بیمار کرد، می‌گوید خدایی که اگر بیمار شدم، مرا شفا می‌دهد. این گونه سخن گفتن برای رعایت ادب بندگی است.

اینکه حضرت ابراهیم (ع) از شفای الهی سخن به میان می‌آورد، به این معنا نیست که ایشان نزد پزشک نمی‌رود و از دوا و سایر اسباب شفا استفاده نمی‌کند، بلکه او دستی را در همه جا حاضر می‌بیند که اسباب را می‌گرداند و آن حضرت آمده است تا دیگران را هم به این نگرش هدایت کند: خداست که آب را از آسمان نازل می‌کند؛ اوست که گیاه را از زمین می‌رویانند؛ اوست که گیاه را برای انسان به غذا تبدیل می‌کند؛ اوست که آب را به انسان می‌نوشاند و بیماری‌اش را شفا می‌دهد. این حقایق به معنای نفی فعل و انفعالات مادی یا انکار تأثیر داروهای طبیعی و شیمیایی نیست؛ زیرا نظام تکوین بر جای خود استوار است؛ ولی باید دانست که در آن سوی عالم اسباب، دست قدرت الهی نظام تکوین را مدیریت می‌کند. اگر انسان به چنین شناختی دست یابد، دیگر ناراحتی برای او مفهومی نخواهد داشت: «أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» (یونس: ۶۲). چنین انسانی در هشتاد یا نودسالگی هم جوانانه و در کمال نشاط و آرامش است و هیچ دغدغه‌ای ندارد. چنین روحیه‌ای در برخی بزرگان به روشنی دیده شده است. حضرت آیت‌الله بهاء‌الدینی (ع) در پیشامدهای

نَصَبٌ وَلَا يَمَسُّ فِيهَا لُتُوبٌ» (فاطر: ۳۵). کارگری که می‌داند اگر از صبح تا شب خوب کار کند چندین برابر مزد می‌گیرد، سختی کار برایش شیرین می‌شود، چه رسد به اینکه در ازای کوشش فراوان در طول روز، مزدی در انتظار کارگر باشد که در تصورش هم نمی‌گنجد. این راهی است که انبیا (ع) برای از بین بردن اضطراب و دلهره پیش می‌نهند. این توصیه کارکرد دارویی ندارد، بلکه بیان واقعیت است. یکی از راه کارهای انبیا (ع) برای درمان بیماری‌های بشر، حقیقت‌درمانی است. اگر کسی چنین حقایقی را درک کند، دیگر به دارو نیاز نخواهد داشت و بیماری او بهبود می‌یابد؛ زیرا انسان با شناخت ماهیت واقعی عالم توقعات بیجا را کنار می‌نهد. افزون بر این خداوند متعال برای کسانی که از راهنمایی او در زندگی استفاده کنند، در همین دنیا هم امتیازهای خاصی قرار داده است. چنین کسانی با یاری خداوند متعال از مشکلات و گرفتاری‌ها رها می‌شوند: «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا، وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ» (طلاق: ۳ و ۲).

### تفویض؛ عالی‌ترین نسخه عملی برای آرامش

عالی‌ترین نسخه‌ای که در مقام عمل در این باره توصیه شده است، تفویض است. مؤلف کتاب شرح امثله در جامع المقدمات پایان علم را واگذاری کار به خداوند متعال دانسته است: «اول العلم معرفة الجبار و آخر العلم تفویض الامر الیه» (آغاز علم این است که انسان خدا را بشناسد و پایانش هم این است که کارهای خود را به او واگذار کند). این عالی‌ترین نتیجه عملی‌ای است که انسان از خداشناسی می‌گیرد؛ هر چند برخی به لحاظ قلبی مقام تسلیم را به مراتب بالاتر از تفویض دانسته‌اند. اگر مقام تفویض برای انسان ملکه شود، تنها دغدغه‌اش انجام وظیفه خواهد بود؛ زیرا به اعتقاد او، کسی هست که بهترین نتیجه را برای کار انسان رقم می‌زند و بهترین راه را برای او انتخاب می‌کند؛ پس اگر انسان کار خود را به خداوند واگذاشت، می‌داند که اگر بیماری صلاح او باشد، او را بیمار می‌کند و اگر سلامت صلاح او باشد نمی‌گذارد بیمار شود یا اگر بیمار شد، معالجه‌اش می‌کند.

### انجام وظیفه در عمل، و اعتماد به خدا در نتیجه

روشن است که معنای تفویض و واگذاری امور به خداوند متعال این نیست که از دست انسان هیچ کاری ساخته نیست و باید همه کارها را به خداوند متعال سپرد و تنبلی و تن‌آسایی را در پیش گرفت.

بهبودنیافتن را جویا شد. خداوند فرمود: «گفتم نزد فلان طبیب برو تا او دارو را به تو بدهد؛ اما به این سفارش عمل نکردی و خودت دارو تهیه کردی». می‌بینیم که تنظیم اسباب و علل، مصلحت‌هایی دارد که عقل انسان نمی‌تواند درک کند؛ پس وظیفه داریم که اگر بیمار شدیم، به پزشک مراجعه کنیم؛ اما شفا دادن در توان پزشک نیست: «وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ» (شعراء: ۸۰).

واگذاری امور به خداوند متعال و اعتماد به او درباره نتیجه کارها راهی برای آرامش روح و ریشه‌کن کردن اضطراب، ناراحتی و ترس‌های بی‌دلیل است. البته این کار آسان نیست. کسی مثل جابر که مراحلی از کمال را گذرانده باشد، می‌تواند به‌درستی کار خود را به خداوند واگذار کند؛ پس صحت تفویض به معنای واگذاری امور به خداوند، آن‌هم با اعتقاد واقعی به توحید است، نه از سر تبلی یا بی‌عرضگی.

### تمرکز حواس و راحتی جسم

بعضی ناراحتی‌ها کم‌وبیش به جسم مربوط است. البته هرچه جنبه ادراکی داشته باشد، به روح مربوط می‌شود. حتی درکی هم که به عمل دیدن منسوب است، مربوط به روح است؛ زیرا چشم مادی درک ندارد، بلکه فقط تصویری در آن شکل می‌گیرد. این در حالی است که ما برحسب عادت آنچه را با اندام‌های حسی ارتباط دارد به بدن نسبت می‌دهیم؛ مثلاً می‌گوییم چشم می‌بیند، گوش می‌شنود و... درحقیقت، روح است که به‌واسطه چشم و گوش می‌بیند و می‌شنود. درک عواطفی مانند راحتی، لذت، رنج و درد نیز کار روح است؛ هرچند ممکن است با بدن نیز ارتباطی مستقیم داشته باشد. توضیح آنکه برخی بیماری‌ها جنبه روان‌تنی (Psychosomatic) دارند، یعنی روح و جسم هردو به بیماری مبتلا می‌شوند؛ بعضی بیماری‌ها از روح شروع می‌شوند و کم‌کم در جسم سریان می‌یابند و گاه نیز عکس آن اتفاق می‌افتد. پس رابطه روح و جسم بسیار تنگاتنگ است. برخی بیماری‌ها به‌صورت مستقیم در جسم تأثیر نمی‌گذارند، مانند اینکه انسان نگران آینده باشد و همواره به این بیندیشد که آیا گرفتار سیل و زلزله می‌شود؟ آیا حوادثی ناگوار برای او اتفاق می‌افتد؟ گاهی نیز برخی ترس‌ها و نگرانی‌ها مستقیماً با جسم ارتباط دارند. اولی، ناراحتی روحی و دومی، ناراحتی بدنی تلقی می‌شود. شاید به همین مناسبت باشد که امام باقر<sup>ع</sup> پس از آنکه راه دستیابی به راحتی نفس را تفویض معرفی کردند می‌فرمایند: «وَاطْلُبْ رَاحَةَ الْبَدَنِ بِاجْمَامِ الْقَلْبِ» (و آسودگی تن

گونگون، از جمله ماجرای پانزدهم خرداد و دستگیری حضرت امام<sup>ع</sup> هیچ‌گاه سراسیمه نشدند. البته محبت و علاقه ایشان به امام بسیار بود و برای ایشان نگران بودند؛ اما آرامش خود را حفظ می‌کردند. آرامش او از بهر اعتمادی بود که به خدا داشت و می‌دانست هزار برابر آنچه او حضرت امام<sup>ع</sup> را دوست می‌دارد خدا امام را دوست دارد و او را رها نمی‌کند. توسل کردنشان هم انجام وظیفه بود. خداوند متعال هم کارهای کسی را عهده‌دار می‌شود که آموزش را به خدا واگذار کرده باشد. لازمه واگذاری امور به خداوند متعال این است که انسان احساس آرامش کند و تنها نگرانی او انجام وظیفه به بهترین شکل باشد. وقتی حضرت امام<sup>ع</sup> از پاریس می‌آمدند و بسیاری از شخصیت‌های سیاسی آمدن ایشان به ایران را در آن موقعیت مصلحت نمی‌دانستند، در جواب این سؤال که چه احساسی دارید؟ فرمود: «هیچ احساسی ندارم». ایشان خود را بنده‌ای در حال انجام وظیفه می‌دانست و کارش را به خداوند متعال و مصلحت او واگذار کرده بود. کارها برای کسانی که به تفویض ایمان دارند آسان می‌شود.

امام باقر<sup>ع</sup> می‌فرمایند: «وَتَخَلَّصْ إِلَى رَاحَةِ النَّفْسِ بِصِحَّةِ التَّوْفِیْضِ». شاید به‌کارگیری عبارت «بصحة التفویض» به‌جای «بالتفویض» یا «بتفویض الامر الی الله»، برای اشاره به این نکته باشد که گاه انسان خودش را فریب می‌دهد و واقعاً کار را به خدا تفویض نمی‌کند، بلکه از جهت تبلی و بی‌حالی وانمود می‌کند که کار را به خدا واگذار کرده است. تفویض با بی‌عرضگی تفاوت دارد. ترک مبارزه با دشمن یا ترک تلاش برای انجام وظایف دیگر، تفویض صحیح نیست. تفویض صحیح این است که انسان قدرت انجام کار را داشته باشد و با اعتماد به خدا وظیفه‌اش را انجام دهد؛ خواه به نتیجه مطلوب برسد، خواه نرسد؛ زیرا نتیجه را به خداوند واگذار کرده است و از او خواسته است که بهترین‌ها را برای او رقم بزند.

روزی حضرت موسی<sup>ع</sup> در حال بیماری برای مناجات به کوه طور رفت. در مناجات با خدا - شاید برای عذرخواهی از اینکه نمی‌تواند درست وظیفه‌اش را انجام دهد - موضوع بیماری خود را بیان کرد (طبیعی است که بیمار نمی‌تواند به‌گونه‌ای شایسته عبادت و مناجات کند). خطاب آمد که نزد فلان پزشک برو تا با تجویز فلان دارو و مصرف کردن آن بهبود یابی. حضرت موسی<sup>ع</sup> بعد از آنکه از کوه طور بازگشت، آن دارو را تهیه و مصرف کرد، اما بهبود نیافت. بار دیگر که برای مناجات با خداوند به کوه طور رفت علت

نماز، مطالعه و دیگر کارها تمرکز حواس ندارد. این در حالی است که اگر چشمش را نگه داشته بود به این پراکندگی مبتلا نمی‌شد. عامل پراکندگی حواس خروج از جاده مستقیم فطرت و شرع است. دستیابی به سعادت حقیقی، در گرو اطاعت از خداوند متعال و پرهیز از گناهان است. اگر انسان - که طالب سعادت است - بتواند خود را از خطاها و گناهان حفظ کند، بر اثر اطاعت خدا از آرامش و تمرکز و حواس جمعی بیشتری بهره‌مند خواهد شد؛ ولی اگر از شیطان پیروی کند، به گونه‌ای به انواع پراکندگی‌های ذهنی مبتلا می‌شود که کارهای عادی را هم نمی‌تواند درست انجام دهد. هرزگی چشم، زبان و گوش باعث پراکندگی ذهن می‌شود و نه تنها نیروهای انسان را هدر می‌دهد، بلکه گاه به او ضررهای جبران‌ناپذیری می‌زند. خلاصه آنکه براساس فرمایش امام باقر<sup>ع</sup> راحتی جسم در گرو تمرکز حواس است و تمرکز حواس در گرو کاستن از خطاها و گناهان است.

را در آسایش دل بجوی). از بروز ناراحتی‌های جسمی از قبیل لرزش، اضطراب و ترس و... می‌توان پیشگیری کرد. یکی از مهم‌ترین عوامل این بیماری‌ها حواس‌پرتی و فقدان تمرکز است. گاهی ذهن انسان به محض شروع مطالعه پراکنده می‌شود یا هنگام نماز به جای حضور قلب، به همه دنیا سفر می‌کند. حواس‌پرتی و پراکندگی دل، مصیبت بزرگی است که چون به آن عادت کرده‌ایم، درک نمی‌کنیم چقدر به ما ضرر می‌زند. البته اندازه‌ای از حواس‌پرتی طبیعی است؛ زیرا زندگی انسان جنبه‌های مختلفی دارد و ارتباط با اشخاص متفاوت و تکالیف متفاوت فردی، اجتماعی، دنیوی و اخروی میزان متفاوتی از توجه را می‌طلبد؛ اما گاهی از حد متعارف خارج می‌شود؛ به گونه‌ای که هیچ‌کدام از کارها منظم انجام نمی‌شود. براساس فرمایش امام باقر<sup>ع</sup> راحتی جسم را باید در تمرکز حواس یافت. به راستی، راهکار تمرکز حواس چیست؟

### تأثیر کاهش گناه بر تمرکز حواس

امام باقر<sup>ع</sup> می‌فرماید: «وَتَخَلَّصُ إِلَىٰ إِجْمَامِ الْقَلْبِ بِقَلَّةِ الْخَطَا» (و با کاستن از خطا به دل آسودگی نائل شو). به نظر می‌رسد، در صورت صحت نسخه، کاستن خطا به معنای کاستن از گناه باشد؛ بنابراین اگر کسی در پی تمرکز حواس باشد، باید از گناهان خود بکاهد. اگر انسان برای رفع نیازها و تأمین خواسته‌هایش، از راه‌های شرعی و فطری و معقول استفاده کند، به راحتی به مقصود خود می‌رسد؛ اما اگر از مسیر صحیح منحرف شود، گرفتار هزاران پیچ‌وخم خواهد شد؛ مثلاً انسان می‌تواند برای ارضای غریزه جنسی راه فطری و صحیح را برگزیند که ازدواج است. در این صورت از معاشرت با همسرش لذت می‌برد و زندگی آرام و آسوده‌ای دارد: «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً» (روم: ۲۱). اما اگر درباره برآورده کردن نیاز خود، از مسیر صحیح منحرف شود، به انواع دلهره‌ها، دل‌مشغولی‌ها و پراکندگی‌ها مبتلا خواهد شد: «وَالَّذِينَ هُمْ لِأُزْوَاجِهِمْ حَافِظُونَ، إِلَّا عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ، فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ» (مؤمنون: ۷۵؛ معارج: ۳۱-۳۹).

شاید هر کسی در زندگی، کم یا زیاد، از مسیر صحیح خارج شده باشد و مسیر نادرست تمام ذهنش را مشغول کرده باشد. گاه نگاه حرامی ذهن انسان را تمام روز مشغول می‌کند، به گونه‌ای که دیگر در