

مرگ آگاهی و دلالت‌های تربیتی آن در افزایش آرامش با تکیه بر روایات معصومین علیهم السلام

مریم بناهان*

فاطمه طراز منفرد**

دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۶/۳۱

پذیرش نهایی: ۱۳۹۹/۰۹/۱۸

چکیده

هدف این پژوهش پرداختن به مقوله مرگ و مرگ آگاهی و دلالت‌های آن برای تعلیم و تربیت است. پژوهش حاضر از منظر روایات معصومین، به آن دسته از ویژگی‌های ذاتی انسان، دنیا و مرگ پرداخته است که می‌تواند مبنایی برای استخراج عوامل زمینه‌ساز آرامش باشد. این مهم با استفاده از روش توصیفی - تبیینی و استنباطی انجام شد. ابتدا وجوب مرگ بر مبنای صفات الهی همچون: قدرت، حکمت، رحمت، عدالت و مالکیت تبیین شده است؛ این صفات در جایگاه مبنای اصولی همچون استکمال، تقوا، توبه، عبودیت و عمل صالح منتهی می‌شود. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که مرگ بر مبنای ویژگی‌های ذاتی انسان و دنیا ضرورت می‌یابد؛ درعین حال این ویژگی‌ها به همراه ویژگی‌های ماهوی مرگ متضمن دلالت‌هایی برای تربیت است که می‌تواند به آرامش منجر شود. از این منظر، یادآوری مرگ باعث تلاش، تکاپو، آسان شدن زندگی، دوری از سستی و پرهیز از رخوت و تشویش می‌گردد. همچنین یافته‌ها نشان می‌دهد، به‌رغم تفکر عام، نه‌تنها اندیشه مرگ منافاتی با آرامش انسان ندارد؛ بلکه در صورت فهم درست از ماهیت و علت وجوب مرگ، حیات انسان می‌تواند رها از اضطراب ناشی از نزدیکی مرگ باشد.

کلیدواژه‌ها: مرگ آگاهی؛ تربیت؛ آرامش؛ روایات.

* نویسنده مسئول: استادیار، گروه مدیریت و برنامه ریزی آموزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء (س)،

Banahan@alzahra.ac.ir

تهران، ایران.

** دانشجوی تاریخ و فلسفه آموزش و پرورش، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء (س)، تهران، ایران.

Tarazmonfared333@gmail.com

مقدمه و بیان مسئله

از دیرباز تاکنون موضوع حتمی و انکار ناشدنی مرگ به عنوان موضوعی در ارتباط با خدا، انسان و دنیا، یکی از مسائل عمیق و دامنه‌دار تفکر بشری بوده است؛ به گونه‌ای که بازتاب نگرش‌های متفاوت به آن در مذاهب، مکاتب و فرقه‌های مختلف به روشنی متجلی است. واکنش نسبت به مرگ صورت‌های مختلفی دارد که در همه افراد یکسان نیست؛ با وجود این می‌توان آن را شامل شوک، انکار، خشم، افسردگی و پذیرش دانست. مرگ و تفکر پیرامون آن، فقدان را در ذهن تداعی می‌کند و فقدان سبب می‌شود احساس نیرومندی را تجربه کنیم، احساسی که همیشه با تغییر همراه است. ادراک انسان از وجود و عدم، در تجسم تصویر مرگ و تشکیل انگاره ذهنی افراد مؤثر می‌افتد؛ لذا با وجود واقعیتی به نام مرگ، کوشش برای حصول آرامش درخور تعمق است. برقراری رابطه مناسب بین مرگ و زندگی با حفظ آرامش، نیازمند درک صحیح از ماهیت مرگ است.

نگرش انسان به مرگ به عنوان یکی از بزرگ‌ترین دغدغه‌های بشری، تحت تأثیر ادراک او از ماهیت مرگ، موجب بروز واکنش‌های گوناگونی از سوی انسان می‌شود. تأثیر عملی مرگ آگاهی بر شیوه زندگی، میزان آرامش در روند زیستن را تغییر می‌دهد. آگاهی از حقیقت مرگ به ویژه در شرایط همه‌گیری یک بیماری یا حوادث طبیعی غیرمترقبه می‌تواند به افزایش توانایی در مقابله‌ی منطقی افراد با فقدان و غم سوگ عزیزان بسیار کمک‌کننده و ضروری باشد. لذا ارائه‌ی شناختی واقع‌بینانه و منطقی از مرگ و تبیین برنامه تربیتی متناسب با آن می‌تواند نتایج خوبی دربرداشته باشد.

از آنجایی که می‌توان ائمه معصومین (ع) را به عنوان بالاترین و برترین مربیان تربیتی بشر در نظر آورد، بنابراین الگوی تربیتی صحیح، ایده آل و پربازده در جامعه اسلامی متضمن استفاده از شیوه‌ها و روش‌های تربیتی ایشان در راستای نزدیکی به خدا و آرامش انسان است. دین اسلام به فراخور منابع معرفتی غنی خود، مرجع مناسبی برای ارائه راهکارهای عملی افزایش آرامش و دوری از رنج و نگرانی است؛ بدین ترتیب بر اساس عناصر سه‌گانه شناخت، انتخاب و عمل در تربیت اسلامی (باقری ۱۳۸۶)، شناخت به دست آمده از روایات، می‌تواند زمینه انتخاب درست و متعاقباً بستر عملکرد مناسب باشد. لذا پرداختن به مقوله مرگ، مرگ‌اندیشی و مرگ آگاهی از زاویه اثربخشی

آن در تقلیل آلام و حفظ نیروی بازماندگان و مواجهه منطقی آنان با این مقوله، ضروری است. این نوشتار بر آن است با رویکردی توصیفی، تبیینی و استنباطی، با تکیه بر روایات معصومین (ع) دلالت‌های تربیتی مرگ آگاهی را در حصول آرامش تصریح نماید.

مبانی نظری

مفهوم شناسی مرگ:

در لغتنامه دهخدا کلمه مرگ معادل موت، وفات، اجل، از گیتی رفتن، باطل شدن قوت حیوانی و حرارت غریزی و فنای حیات و نیست شدن زندگانی و در مقابل زندگی و حیات آمده است. در لغتنامه معین نیز این واژه برابر با قطع حیات و از بین رفتن زندگی ذکر شده است. مرگ در قرآن کریم با کلمه «توفی» به کار رفته است؛ خداوند در هنگام مرگ ارواح خلق را می‌گیرد و آن کس را که هنوز مرگش فرانسیده نیز در حال خواب روحش را قبض می‌کند، سپس جان کسی را که حکم به مرگش کرده، نگاه می‌دارد و جان کسی را که هنوز مرگ برای او مقدر نشده است، تا وقت معین بازمی‌گرداند. در آیات متعددی از قرآن کریم، کلمه «توفی» در اشکال گوناگونی چون «توفی» به معنی «کاملاً داده خواهد شد»، «توفون» به معنای «کاملاً داده می‌شوند» و «توفته» به معنای «او را قبض کردند» و «یا او را بلند کردند» به کار رفته است (شوشتری، ۱۳۷۴: ۱۸۲). کلمات «فوت_ فات» در آیاتی از قرآن کریم به کار رفته و به معنی آنچه از رسایی خارج است، می‌باشد. اصطلاحات دیگری در آیات قرآن برای مرگ به کار رفته است که به انسان سفارش می‌کند: بابت آنچه از شما در گذشت، نباید اندوهگین شد؛ همچنین کلمات «فنی- فناء» در قرآن معادل نابود شدن، سپری شدن و نیست شدن برای صفات جسمانی بکار رفته است؛ هر چیزی که در جهان تن است نابود شونده است^۳ (همان، ۳۲۷). بنابراین تعاریف، می‌توان مرگ را از بین رفتن جسم و ادامه حیات جاودانه روح دانست. پس از مرگ، در حالیکه جهان ماده و بدن

۱. اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَابِقِهَا فِيمَسِكُ إِلَيْهَا فَتُؤْتَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأَخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ (زمر / ۴۲)

۲. إِذْ نُصَبُّوْنَ وَآلَا تَلُوْنَ عَلَىٰ أَحَدٍ وَالرَّسُولُ يَدْعُوكُمْ فِي أُخْرَائِكُمْ فَأَتَابَكُمْ عَمَّا بَغِمَ لَكُمْ لَكِنَّا نَحْنُ نُوْثِرُ عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَآلَا مَا أَصَابَكُمْ وَاللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ (آل عمران / ۱۵۳)

۳. كُلُّ مَنْ عَلَيْهَا فَانٍ (الرحمن / ۲۶)

انسان از دست می‌رود، بعد روحانی به زندگی خود ادامه می‌دهد.

مرگ از منظر اندیشمندان:

مرگ از آغاز تاریخ بشر، همواره به‌عنوان یکی از دغدغه‌های اساسی انسان، فیلسوفان را به تفکر درباره خود واداشته است. بعضی فیلسوفان مرگ را نیستی و توجه به آن را مغل آرامش می‌دانند، در حالیکه عده دیگری آن را زیستن دوباره و ازاین‌جهت درخور بررسی و واکاوی می‌پندارند. تنوع در طرز تلقی نسبت به مرگ، واکنش‌های گوناگونی را در اعصار مختلف پدید آورده است. سقراط مشتاقانه از مرگ سخن می‌گوید و از وجود زندگی دیگری بعد از مرگ شادمان است، وی معتقد است روح آدمی هنگامی می‌تواند به نیکوترین وجه اندیشه و تعقل کند که حس بینایی و شنوایی و خوشی و ناخوشی، او را مشوش نسازد بلکه از گرفتاری تن آزاد باشد و تا آنجا که میسر است دور از تن به جستجوی حقیقت پردازد (افلاطون، ۱۳۸۰، ج ۱: ۴۶۲-۴۵۸). افلاطون نیز هم‌راستا با استاد خویش، از آن‌جهت که مرگ را وسیله بازگشت به عالم حقایق می‌داند، مشتاق آن است و «مشغولیت با جسم و مادیات را به دلیل عدم تمایل به وصال، عبث و بی‌حاصل می‌پندارد (گستون، ۱۳۸۳). درحالی‌که آگوستین قدیس^۱ (۳۵۴-۴۳۰م) نگاهی بدینانه نسبت به مرگ داشته، آن را نتیجه و پیامد ارتکاب به گناهان معرفی می‌کرد، «به باور آگوستین، خداوند انسان را به گونه‌ای آفریده است که اگر گناه نمی‌کرد، از زندگی جاودانه برخوردار می‌شد. اقسام مرگ اعم از مرگ جسم، مرگ نفس و مرگ ابدی در اثر نافرمانی به سراغ انسان می‌آید» (کاکایی، جبار، ۱۳۹۵).

از نظر اسپینوزا (۱۹۷۷-۱۹۳۲) باید ترس از مرگ را صرفاً و از طریق منحرف ساختن توجه خود از آن تخفیف داد» (اسپینوزا، ۱۳۷۶: ۲۶۷). مطابق نظر اسپینوزا، نفس نسبت به تصور جدایی از بدن کراهت و ترس دارد (سلیمانی، ۱۳۸۷: ۱۴). او مرگ را نیستی و فناى مطلق نمی‌داند بلکه معتقد است: «ممکن نیست نفس انسان مطلقاً با بدن انسان از بین برود، بلکه از آن چیزی باقی می‌ماند که سرمدی است» (همان: ۳۰۸).

در نگاه نیچه^۲ (۱۸۴۴-۱۹۰۰) ابرمرد با وجود آگاهی از مرگ در زندگی، اشتیاق برای مرگ را نمی‌پسندد. به نظر وی، از یاد بردن رنج خود و به فراموشی سپردن خویش لذت‌بخش است

1. Saint Augustinus

2. Nietzsche

(نیچه، ۱۳۹۳: ۸۶). نیچه برای تن، ارزش زیادی قائل است و با تفکر پوچ‌گرایی خود، از نیندیشیدن پیرامون مرگ به‌عنوان سرانجام انسان، احساس رضایت و شادی دارد.

در دیدگاه مارتین هایدگر^۱ (۱۸۸۹-۱۹۷۶) «مرگ نوعی انتخاب اجباری و هراسناک خود انسان است که "نقطه پایانی" بر زندگی اوست؛ مرگ، حد پایان زندگی انسان است. از دیدگاه هایدگر، انسان موجودی است متناهی، در برابر مرگ، روبه‌مرگ و به‌سوی مرگ» (اکبر زاده، دهباشی و شانظری، ۱۳۹۳). «او معتقد است ما با اضطرابی بنیادی درباره توان اعتمادمان برای بودن در این جهان روبرو هستیم و اگر این اضطراب را حل نکنیم و پشت سر نگذاریم برای زندگی کردن آزاد و مختار نیستیم» (معمدی، ۱۳۸۷: ۱۰۹). هایدگر آدمی را وجودی روبه‌مرگ می‌خواند و بنیادی‌ترین پرسش هر فیلسوف را معطوف به جستجوی معنا برای زندگی تلقی می‌کند.

در نظریات بعضی از فلاسفه اگزیستانسیالیست، مرگ بیشتر به تهدید بالقوه عدم و نبود فرد نظر دارد. هایدگر و سارتر^۲ (۱۹۸۰-۱۹۰۵) عمدتاً ترویج غفلت از مرگ به‌عنوان وسیله‌ای برای بالا بردن حس زندگی، و شناخت مرگ به‌منظور ایجاد احساس اضطراب را سرلوحه فلسفه خود قرار داده‌اند (سلیمانی، ۱۳۸۷: ۱۶). از آنجایی که تجربه ترس از مرگ در افراد مختلف بسیار متفاوت است، فیلسوفان این تجربه را با اصطلاحات متفاوتی بیان کرده‌اند؛ سورن کی‌یرکگورد^۳ (۱۸۱۳-۱۸۵۵)، کارل یاسپرس^۴ (۱۸۸۳-۱۹۶۹)، پل تیلیش^۵ (۱۸۸۶-۱۹۶۵) و هایدگر به ترتیب، از آگاهی نسبت به «وحشت از نبودن»، «شکندگی وجود»، «اضطراب هستی‌شناختی» و «ناممکنی امکان دیگر» سخن گفته‌اند (یالوم، ۱۳۹۰). احتمال وقوع مرگ، اضطراب، وحشت و نگرانی در پی دارد؛ علی‌رغم آنکه وجود نیز خطر دائم الحضور نیستی را با خود دارد، هر فردی باید ماهیت شخصی خود را در این جهان بی‌معنی رقم بزند (گوتک، ۱۳۹۶: ۱۶۸-۱۶۹).

در مقابل اندیشه مغرب‌زمین، متفکرین مسلمان نگاه متعادل‌تری به مرگ دارند. آنان با استناد به تعالیم دینی و اعتقاد به دوگانگی وجود انسان اعم از جسم و روح، مرگ را موهبتی از جانب خدا برای تکامل پنداشته و انسان را ملزم به یادآوری و آمادگی برای آن می‌دانند. از نظر ابن‌سینا (۴۱۶-۳۵۹ ق) مرگ عبارت است از مفارقت نفس از بدن و در این مفارقت فسادی برای نفس

1. Martin Heidegger

2. Sartre

3. Soren Kierkegaard

4. Karl Jaspers

5. Paul Tillich

نیست، تنها نتیجه مفارقت همان فساد ترکیب است. (سلیمانی، ۱۳۸۷: ۴) از نظر ابن سینا چون حقیقت نفس، جسمانی نیست از هرگونه عوارض و لوازم جسمیت مصون است. (همان) بنابراین، پس از مرگ روح انسان با جدایی از بدن، به بقای خود ادامه می‌دهد؛ لذا با برطرف کردن جهل نسبت به حقیقت مرگ و کسب آگاهی از ماهیت آن، مواجهه انسان با مرگ را به‌دوراز ترس و با آرامش همراه می‌سازد.

«پدیده مرگ در رباعیات خیام (۵۳۶-۴۴۰ ق) به دو شکل مطرح شده است: اول، مرگ پایان زندگی و بر باد دهنده آن است که دلالت بر پایان وجود انسانی هم دارد؛ در نتیجه وی در این دنیا احساس تنهایی و بیگانگی، از دست رفتگی و بیهودگی می‌کند که از آن به برداشت مرگ گریزانه یا نگاه بدبینانه به مرگ یاد می‌شود. دوم، مرگ پایان دهنده رنج بی‌پایان زندگی است که هنگام درد و رنج انسانی، تنها روزنه‌ی امید اوست و در حقیقت نوعی برداشت خوش‌بینانه به مرگ و بدبینانه به زندگی است» (میرزایی، شریفیان و پروانه، ۱۳۸۹: ۶-۴).

مرگ از دیدگاه مولانا (۶۷۲-۶۰۴ ق) تولد و آغاز زندگی جاودانه دیگری برای انسان با حضوری ماورای مرگ و به‌دوراز تباهی است. در اندیشه مولوی، هر کس به همان نحو که در دنیا زیسته است، محسوس می‌شود و مواجهه انسان با مرگ، متناسب با شیوه زندگی اوست و تلاش و امید ثمره نگرش او به مرگ است. (اکبر زاده، دهباشی و شانظری، ۱۳۹۳). مردن برای مولانا عامل کمال و فزونی است و از این جهت نیل به آرامش انسان را نفی نمی‌کند.

ملاصدرا (۱۰۴۵-۹۸۰ ق) انسان را حقیقت یگانه و صاحب مراتبی می‌داند که در گوهر خود پیوسته در تحول است و به واسطه‌ی این حرکت می‌تواند از مرتبه طبیعت به تجرد برزخی و سپس به تجرد عقلی و سرانجام به مقام فوق تجرد یعنی مقام الهی که هیچ محدودیت و مانعی ندارد برسد (اکبریان، فاضلی، ۱۳۸۶: ۲۰). او نیز آگاهی به حقیقت انسان و مرگ را سبب رفع ترس از مرگ و بالتبع افزایش آرامش ذکر می‌کند. (سلیمانی، ۱۳۸۷). علامه طباطبایی (۱۳۶۰-۱۲۸۱ ش) معتقد است: «مرگی که خدای سبحان آن را به "حق" وصف نموده (ق/۱۹)، آن بی‌حسی و بی‌حرکتی و زوال زندگی‌ای نیست که به دید ظاهری ما درآید؛ بلکه بازگشتی است به سوی او که به خروج از نشئه دنیا و ورود به نشئه دیگر محقق می‌گردد» (طباطبایی، ۱۳۸۲: ۷۰) مطابق نظر علامه، مرگ نه تنها پایان و فنا نیست؛ بلکه آغازی دوباره در مرحله‌ای دیگر از حیات است. با توجه به دیدگاه‌های منتخبی از اندیشمندان و متفکرین، آشکار می‌شود که نوع نگرش نسبت به مقوله مرگ

و ماهیت آن در طول تاریخ دچار تغییراتی شده است و نوع نگاه هر اندیشمند به مقوله مرگ، امری کاملاً هستی‌شناسانه و وابسته به جهان‌بینی آنان است.

پیشینه پژوهش

بررسی مبانی نظری پژوهش که به صورتی مجمل در اینجا آورده شده است نشان می‌دهد که مقوله مرگ، چیستی و ماهیت آن امری است که در طول تاریخ ذهن انسان را به خود مشغول داشته و هیچ‌گاه جذابیت آن برای پژوهش از بین نرفته است. لذا همچنان پژوهش‌های بسیاری بر محوریت مقوله مرگ انجام شده و می‌شود. اما از بین پژوهش‌هایی که اخیراً انجام شده است به چند مورد از مرتبط‌ترین آن‌ها اشاره می‌شود. آبیاری، حسینی حجازی و شیریان (۱۳۹۸) در مقاله‌ای با عنوان "کارکردهای اخلاقی مرگ آگاهی در زندگی معنادار، از دیدگاه علامه جعفری" نشان می‌دهند که مرگ آگاهی با تصعید یافتگی، کنترل اخلاقی، افزایش کیفیت زندگی و تراکم اخلاقی در حیات معقول همراه است. لنگرودی و همکاران (۱۳۹۵) نیز در مطالعه‌ای تحت عنوان "مرگ آگاهی تجربه‌ای بیدارکننده: دو مطالعه بر اضطراب مرگ و ارزش‌گذاری آرزوهای بیرونی" به بررسی چگونگی رابطه میان اضطراب مرگ با آرزوهای بیرونی پرداخته‌اند. نتایج این پژوهش نشان داد که برجستگی مرگ، منجر به کاهش اهمیت آرزوهای بیرونی می‌شود و نقش بیدارکننده مرگ آگاهی از پیگیری سبک زندگی بی‌اصالت اجتناب به عمل می‌آورد. پژوهش دیگر توسط محمدزاده، جعفری و حاجلو (۱۳۹۴) در پژوهشی با عنوان "رابطه اضطراب مرگ با روش‌های مقابله مذهبی، سبک‌های دل‌بستگی به خدا و عمل به باورهای دینی" نشان دادند که بین اضطراب مرگ با این روش‌ها رابطه معنی‌داری وجود دارد. پژوهش دیگری، توسط طاهری و موسوی (۱۳۹۱) با عنوان "مرگ آگاهی و معناداری زندگی از منظر نهج‌البلاغه" انجام شده است و در این نوشتار چنین نتیجه گرفته شده که با تقویت ایمان عامل بنیادی برای مرگ آگاهی و زدودن غفلت فراهم می‌شود. در بررسی به عمل آمده در پیشینه پژوهش که به برخی از مرتبط‌ترین آن‌ها در اینجا اشاره شد، آشکار می‌شود، هرچند برخی پژوهش‌ها در حوزه مرگ با هدف شناسایی ویژگی‌های مرگ و آثار یاد مرگ انجام شده است؛ با وجود این، توجه به ضرورت مرگ آگاهی و نقش آن در ایجاد و بسط آرامش، امر مهمی است که مورد توجه واقع نشده است. و این امر، کانون پژوهش در این نوشتار است.

روش پژوهش

پژوهش پیش رو از آن منظر که به هدف توسعه‌ی دیدگاه و شناخت نسبت به مرگ انجام شده است جزو تحقیقات بنیادی و از آن جهت که یافته‌های آن می‌تواند به هدف بهبود محصول و فرایند تعلیم و تربیت به کار گرفته شود جزو تحقیقات کاربردی است. مقاله حاضر با روش کیفی و با رویکرد توصیفی-تبیینی و استنباطی صورت گرفته است. بر این اساس پس از بیان دیدگاه معصومین (ع) در ارتباط با چیستی مرگ، به تبیین چرایی و چگونگی آن می‌پردازد. زیرا «مطالعات مبتنی بر روش تبیینی می‌تواند از توصیف و پرداختن به "چیستی" پدیده آغاز و به سمت شناسایی دلایل واقعی رخداد یک پدیده حرکت کند. مطالعات تبیینی به سؤال‌های مربوط به "چرایی" و "چگونگی" اختصاص می‌یابد و علت‌ها و دلایل را جستجو می‌نماید. این روش به منظور کشف و گزارش برخی از روابط میان جنبه‌های مختلف پدیده مورد مطالعه انجام می‌شود (بورو، ۲۰۱۸). بدین منظور ابتدا با تکیه بر روایات معصومین (ع) به توصیف دیدگاه آنان نسبت به چیستی مرگ پرداخته، و با تبیین چرایی ضرورت مرگ و تصریح دلایل لزوم توجه به مرگ و مرگ آگاهی از منظر ایشان، بر آنیم تا با استنباط دلالت‌های تربیتی از روایات معصومین (ع) به چگونگی ارتباط مرگ آگاهی با آرامش بخشی بپردازیم.

سؤالات پژوهش

بر اساس مسئله پژوهش، مقاله پیش رو به دنبال پاسخ به دو سؤال اساسی است: ۱- ضرورت مرگ آگاهی چیست؟ ۲- چگونه مرگ آگاهی به افزایش آرامش منجر می‌شود؟ پاسخ به سؤال اول با تکیه بر ویژگی‌های ذاتی انسان تبیین می‌شود؛ برای پاسخ به سؤال دوم، حرکت بحث را از مبنای صفات و ویژگی‌های الهی آغاز نموده، پس از آن از منظر ویژگی‌های ذاتی دنیا و سپس ویژگی‌های ذاتی مرگ، زمینه‌های آرامش بخش بودن مرگ آگاهی مطرح می‌شود. همراه با تصریح و تبیین این ویژگی‌ها در جایگاه مینا، اصول و روش‌های ناظر بر آرامش نیز ارائه می‌شود.

یافته‌ها

در ادامه برای پاسخ به سؤال اول پژوهش و تصریح جایگاه مرگ آگاهی و لزوم آن در زندگی بشر، به صفات و ویژگی‌های ذاتی انسان در جایگاه مبنا استناد می‌کنیم.

ضرورت مرگ آگاهی از منظر ویژگی‌های ذاتی انسان

هرچند قضا و قدر الهی، مرگ را امری گریزناپذیر از سوی خداوند برای تمام موجودات رقم می‌زند، و در وهله اول تصور نیستی، از دست دادن و فقدان، ترس و اضطراب را با نام مرگ به همراه می‌آورد؛ اما نکته حائز اهمیت آن است که بسیاری از ترس‌ها و دلهره‌های نسبت به مرگ، به جهت عدم آگاهی از ماهیت آن است. بدون تدبیر در ماهیت مرگ، بسیاری از صفات ذاتی انسان، در تضاد با حقیقت حیات جلوه می‌کند از آن جمله: میل به جاودانگی، لذت طلبی، رنج‌گریزی، کرامت و عزتمندی، آرامش‌طلبی و ...؛ و این امر به دور از حکمت الهی است.

صفات مشترک انسان‌ها، بیانگر تمایلات مشترک انسانی است که از وجود خداوند حکیم و مدبری نشان دارد که هرگز فعلی را بیهوده انجام نمی‌دهد؛ به عبارت دیگر چنانچه انسان میل به جاودانگی در خویش احساس می‌کند، خداوند ویژگی نفس او را فناپذیری قرار داده است. اما تصور نابودی از مرگ، نشانه عدم آگاهی از آن است، لذا امام علی (ع) می‌فرماید: «ای مردم! ما و شما برای باقی ماندن آفریده شده‌ایم، نه برای فانی شدن لکن تغییر مکان می‌دهید و از خانه‌ای به خانه دیگر انتقال می‌یابید. پس، از این سرای گذران برای عالمی که رهسپار آن هستید و برای همیشه در آن می‌مانید، توشه‌ای بردارید» (بحارالانوار، ج ۶۸: ۲۶۴). امام علی (ع) ضمن بیان نگرش هستی‌شناسانه اسلامی در مورد انسان و نسبت او با دنیا، توجه آدمی را به ضرورت آینده‌نگری، و بهره‌برداری از فرصت محدود زندگی جلب می‌نماید. نکته قابل تأمل در این سخن آن است که ایشان هشدار یک امر خطیر را در پوشش ملموس و آرامش‌بخش خانه ارائه می‌نماید، و نشان می‌دهد که چگونه داشتن تصور صحیح از مرگ می‌تواند اضطراب را به آرامش بدل کند.

انسان برخلاف تصور خویش برای رهایی از رنج و اندوه مرگ، باید نسبت به شناسایی حقیقت آن اقدام نماید. توجه به کلام معصومین (ع) این نکته مهم را تأیید می‌نماید. امام صادق (ع) انسان‌ها را برخوردار از کرامات ذاتی چون درک حقایق هستی به وسیله مدرکات حسی و عقلی می‌داند (سلیمی زارع و قاضی‌زاده، ۱۳۸۶). از آنجایی که علی‌رغم وجود مرگ برای تمام موجودات هستی،

این کرامات مختص انسان است و دیگر موجودات را شامل نمی‌شود؛ لذا با بهره‌گیری از آن‌ها و دست یافتن به حقایق می‌توان بر دلهره‌های زندگی و مرگ غلبه نمود.

انسان لذت طلب و رنج‌گریز آفریده شده است، چه بسا لذت اندک نزدیک را به لذت سرشار دور ترجیح می‌دهد، در این راه هر ناکامی برای او رنج‌آور است. تأکید بر گذرا بودن لذات دنیوی در برابر لذات عمیق و حقیقی اخروی، نه فقط در آیات قرآن^۱، بلکه در کلام معصومین^۲ (ع) نیز مورد توجه است.

انسان موجودی مرکب از جسم و روح است که این دوگانگی وی، اثباتی بر عدم فنای کامل انسان با مرگ است. با از دست رفتن جسم انسان در مرگ، روح وی همچنان وجود دارد و امکان طی کردن درجات کمال را داراست. از این رو باید توجه داشت که زندگی فرایندی قابل برنامه‌ریزی است و انسان موجودی خواهان نظم است، زمان و آغاز و پایان، محدوده‌ی فرصت‌ها را نشان می‌دهد، از منظر روایات، مرگ نقطه پایان نیست. نگاه نابودکنندگی و پایان دهندگی به مرگ، آن را پلید و رنج‌آور می‌سازد. اما نگاه روایی به مرگ، آن را آغازی با قدرت تبیین‌کنندگی فراوان معرفی می‌نماید. امام علی (ع) می‌فرماید: «انسان‌ها خفتگان‌اند، وقتی می‌میرند بیدار می‌شوند.» (خصایص الاثمه، ۱۳۸۹: ۱۱۲) بر اساس این سخن، مرگ به معنای برطرف شدن پرده‌های حجاب و غبار فراموشی و به منزله مرحله‌ای سراسر شعور و آگاهی است؛ لذا شوق برانگیز و همچون لحظه‌ی شروع دیگری است. همچنین از امام صادق (ع) نقل شده است: «به‌درستی که مؤمن خانواده خویش را زیارت می‌کند؛ پس آنچه را دوست دارد، می‌بیند و آنچه را ناخوشایند دارد، از او پوشیده می‌شود و برای کافر برعکس اتفاق می‌افتد» (فروع کافی، ۱۳۸۸، ج ۳). لذا از این سخن برمی‌آید که نه تنها روح انسان با مرگ نمی‌میرد، بلکه امکان ارتباط با دیگران، آگاهی از مسائل دنیا و شادی و غم را نیز دارد. اشاره روایت به رحمت و اسعه الهی است، و از مؤمنان می‌خواهد که با نظر بر رحمت الهی، به زندگی مؤمنانه خویش ادامه دهند. بنابراین چنانچه آدمی

۱. نساء / ۷۷؛ کهف/ ۴۶؛ آل عمران/ ۱۴؛ اسراء/ ۱۸ و ...

۲. رسول اکرم (ص): اگر دنیا و لذتهای فانی آن به اندازه بال مگسی در نزد خداوند ارزش داشت شربت آبی از آن به کافر نمی‌نوشانید. نهج الفصاحه صفحه ۲۹۸ / امام علی (ع): لذتهای دنیوی شنیدن و وصف آنها بهتر از دیدن آنهاست و لذات آخرت دیدنش بهتر از شنیدنش میباشد. نهج الفصاحه خطبه ۱۱۴

به شناخت حقیقی نسبت به مرگ دست یابد نه تنها آن را هولناک نخواهد دید که آرامشی جاودان در جوار رحمت الهی می‌داند.

امام صادق (ع) می‌فرماید: «نماز، روزه، حج، صدقه، اعمال خیر و دعا که برای مرده انجام می‌دهند در قبرش بر او وارد می‌شود و به او می‌رسد و ثوابش را برای کسی که آن را انجام داده و نیز برای مرده می‌نویسند» (من لا یحضره الفقیه، ج ۱: ۱۸۵). برگشت‌پذیری نتایج اعمال در دنیای باقی از سوی معصومین بسیار سفارش شده است؛ امام علی (ع) می‌فرماید: ای آدمی زاده، تو خود وصی خود باش و هر چه دوست داری که بعد از خودت در مال تو عمل کنند امروز بدان عمل نما (نهج البلاغه، کلمات قصار ۲۴۶). این احادیث مؤید آن است که، معصومین (علیهم السلام) با تأکید بر غیر جسمانی و غیرمادی بودن روح، در کنار توجه به میل به جاودانگی انسان، با ترسیم رابطه عمل و عکس‌العمل بین دنیا و آخرت، آدمی را به سوی انجام عمل صالح به‌عنوان توشه‌ای برای رهایی از نگرانی‌ها هدایت می‌کنند.

یکی از ویژگی‌هایی که ریشه کلمه انسان نیز هست، نسیان و فراموش کاری است، غرق شدن در امورات دنیا فراموشی نسبت به سرای باقی را به همراه دارد مگر آنان که مدام یاد مرگ می‌کنند. سیره معصومین (ع)، مملو از یادآوری مستمر مرگ است. امام علی (ع) شرکت در تشییع جنازه مؤمنان را برای یادآوری مرگ از ویژگی‌های مؤمن به‌شمار می‌آورد (اصول کافی، ج ۵: ۳۱-۳۰). امام حسن (ع) با یادآوری مرگ، توقف در پیشگاه خدای متعال در محشر را گوشزد می‌کند. یاد مرگ بدون اظهار عدم دل‌بستگی و وابستگی به دنیا ناقص است. امام صادق (ع) دل‌نستن به زندگی و دوست داشتن مرگ (توجه به آن) را موجب دستیابی به حقیقت ایمان تلقی کرده است (اصول کافی، ج ۸: ۲۵۳). در کنار سخن روشن‌گر پیامبر اکرم (ص) که سرآغاز نافرمانی خدا را حب دنیا، و پس از آن راحت‌طلبی و آسایش را عاملی دیگر معرفی می‌کند (اصول کافی، ج ۵: ۱۶۷-۱۶۶)؛ امام صادق (ع) با نگاهی ارزشی هرگونه میل و رغبتی از سوی مؤمن که موجب خواری او شود را ناپسند می‌داند (اصول کافی، ج ۵: ۲۴۳)، شیفتگی نسبت به دنیا و دنیاطلبی، در تضاد با کرامت ذاتی انسان است.

امام صادق (ع) خداوند را عادل‌تر از آن می‌داند که بنده‌ای را بر کاری مجبور سازد آنگاه او را عقوبت دهد. انسان با استفاده از عقل، اختیار و دیگر ویژگی‌های منحصر به فرد خود می‌تواند آرامش را جایگزین دغدغه‌های روزمره نماید. بنا بر گفته‌ی پیامبر اکرم (ص) که می‌فرماید: «از

عقل هدایت بجوید و خلاف آن ره نپوید که پشیمان شوید» (بحارالانوار، ج ۱: ۹۶)، سه صفت بارز آدمی یعنی عقل، اختیار و اراده از سرمایه‌های انسانی است که نقش بسزایی در مهار جولان اندیشه‌های منفی دارند. خداوند انسان را به موهبت عقل بر سایر موجودات کرامت بخشیده، به نظر پیامبر اکرم (ص) خداوند به مؤمنان چیزی بهتر از عقل نداده است. ایشان مؤمن را دارای فکر جامد و راکد ندانسته و تفکر را برترین عبادت دانسته‌اند؛ لذا بر مؤمنین فرض است که عزتمندان با اندیشه درباره عاقبت امور، بهترین راه، با کمترین مشکلات و دغدغه‌ها را انتخاب نمایند.

پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «اگر دوست دارید وارد بهشت شوید، آرزوها را کوتاه کنید، مرگ را پیش چشم خود قرار دهید و از خداوند چنان که سزاوار است شرم کنید» (جامع السعادات، ج ۳: ۳۶). ایشان صفت دیگر مؤمن را علم کثیر در کنار صبر عظیم می‌داند (بحارالانوار، ج ۶۴: ۳۱۰)؛ لذا سزاوار است که مؤمن در کسب علم و آگاهی بکوشد، که به میزان معرفت و علم نسبت به حکمت امور، میزان صبر و تحمل وی چه در ارتکاب به گناهان و چه در برابر رنج‌ها و ترس‌ها، فزونی می‌یابد.

امام علی (ع) در توصیف اولیای خدا، می‌فرماید: «آن‌ها به مرگ قلب‌هایشان بیشتر از مرگ بدن‌هایشان اهمیت می‌دهند». ایشان تواضع و فروتنی را از صفات مؤمن بیان می‌کند؛ مؤمنان علاوه بر تواضع در برابر باقی انسان‌ها باید در وهله نخست نسبت به خداوند که آفریننده آن‌هاست این احساس را داشته باشند و دچار تکبر و خودخواهی نشوند. بسیاری از انسان‌ها به علت عدم استفاده از حداکثر ظرفیت وجودی‌شان با وجود مرگ آگاهی، دلهره عذاب در دنیای باقی رهایشان نمی‌سازد. اما همان‌گونه که خداوند در قرآن کریم، ناامیدی از رحمت خود را به کافران نسبت می‌دهد^۱ (یوسف / ۸۷)، امام صادق (ع) نیز ناامیدی از رحمت خداوند را از گناهان کبیره می‌داند (اصول کافی، ج ۵: ۱۴۱-۱۴۰)؛ و لذا امام علی (ع) استغفار از بدی‌ها را از ویژگی‌های مؤمنان عنوان می‌کند. استغفار و توبه به درگاه خداوند، دل‌ها را آرامش می‌بخشد (غررالحکم و درر الکلم، ج ۱: ۲۴۲)؛ به نظر امام صادق (ع) نتیجه آموزش جویی فراوان بنده، بالا رفتن و درخشش نامه اعمال او است (اصول کافی، جلد ششم: ۱۱۷)؛ به این جهت است که پیامبر اکرم (ص) بهترین دعا را آموزش جویی بیان می‌کند (اصول کافی، جلد ششم: ۱۱۶). بر اساس این روایات، مؤمن،

۱. يَا بَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّنُوا مِنْ يَوْسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَتَأَسُّوا مِنْ رُوحِ اللّٰهِ اِنَّهُ لَا يَتَأَسُّ مِنْ رُوحِ اللّٰهِ اِلَّا الْقَوْمَ الْكَافِرُونَ

چون ذکر و تذکر را نصب العین خود سازد، نیروی کنترل درونی خویش را تقویت می‌نماید، و با استغفار و توبه، اشتباهات خویش را جبران می‌کند. لذا از روحی آرام و امیدوارم به رحمت الهی بهره می‌برد و در نگاه به مرگ بر این مبنا و اصل، با تکیه بر رابطه فرایند و نتیجه، به اطمینان دست می‌یابد.

از پیامبر اکرم (ص) به امام علی (ع) توصیه شده است که: «در عمل مانند کسی عمل کن که امید دارد به پیری برسد و آنگاه بمیرد و در احتیاط مانند کسی باش که بیم آن دارد فردا بمیرد» (اصول کافی، ج ۳: ۱۳۸)؛ شاید این الگویی باارزش برای کسانی باشد که در جستجوی کشف چگونگی رابطه میان مرگ و رشد هستند و می‌خواهند در سفر درازمدت کسب هویت انسانی و در طول زندگی، خویشتن خویش را بیابند» (معمدی، ۱۳۸۷: ۱۰۰). ذهن آگاهی و توجه به واقعیت امور، مانع دنیازدگی و غافلگیر شدن است، چنانکه در کلام رسول خدا (ص) به این نکته توجه شده، اسلام همواره انسان را به حالت خوف و رجاء، و رعایت اعتدال در دل‌بستگی‌های مادی توصیه می‌کند. ذهن آگاهی نسبت به حیات و مرگ، به آدمی کمک می‌کند تا خود را آماده نگه دارد. محصول این آگاهی، آرامش و طمأنینه و دوری از اضطراب‌های ناامیدکننده و ناتوان‌کننده است.

آنچه مطرح شد، پاسخ به سؤال اول پژوهش بود، و آشکار ساخت که چگونه بر مبنای صفات و ویژگی‌های ذاتی انسان و اصول ناظر بر آنها، مرگ آگاهی و مرگ‌اندیشی ضرورت می‌یابد؛ خلاصه مطالب مطرح‌شده در بالا در جدول شماره یک آمده است.

جدول ۱. وجوب مرگ آگاهی^۱ بر مبنای ویژگی‌های انسان

ردیف	مبنا	اصول تربیتی	روش
۱	فناناپذیری روح	جاودانگی	یقین، مرگ آگاهی
۲	بیم از آینده	معناداری زندگی، توکل	معرفت افزایی، مرگ آگاهی
۳	لذت طلبی	اعتدال	کوتاهی آرزوها، استغفار، مرگ‌اندیشی
۴	رنج‌گریزی	توجه به حکمت الهی	انذار و تبشیر، مرگ‌اندیشی
۵	مرگ‌هراسی	واقعیت‌پذیری، ذهن آگاهی	مرگ آگاهی

۱. مرگ آگاهی به مفهوم شناخت پدیده مرگ و معرفت نسبت به حقیقت آن است.

ردیف	مبنا	اصول تربیتی	روش
۶	فراموش کاری	تذکر، یادآوری	زیارت اهل قبور، تشابه مرگ و زندگی، مرگ اندیشی و مرگ آگاهی
۷	دنیازدگی	واقعیت گرایی	ذهن آگاهی، مرگ اندیشی
۸	کرامت	عزت، تکامل	بندگی، عمل صالح، مرگ آگاهی
۹	آرامش طلبی	امید به رحمت الهی	اطمینان (از رابطه فرآیند و نتیجه)، مرگ اندیشی و مرگ آگاهی

در ادامه با تمرکز بر سؤال دوم پژوهش، برای دستیابی به ارتباط میان مرگ آگاهی و آرامش، ابتدا با تکیه بر برخی از صفات و اسماء الهی در جایگاه مبنا، ضمن بیان ضرورت و وجوب مرگ، اصول و روش های تربیتی ناظر بر آرامش از آن ها احصاء شود. در پی آن به ترتیب ابتدا ویژگی های ذاتی دنیا و پس از آن ویژگی های ذاتی مرگ، در جایگاه مبنا قرار گرفته و از آن، اصول و روش تربیتی ناظر بر آرامش استنباط می شود.

مرگ آگاهی و آرامش بر مبنای صفات الهی

طبق فرموده پیامبر اکرم (ص) همگان باید خود را در زمره ی مردگان بشمارند؛ «سوگند به آنکه جانم به دست اوست، آنچه به شما وعده داده می شود، خواهد آمد و شما نمی توانید خدا را به عجز در آورید» (موسوی، ۱۳۸۶). با توجه به این روایت می توان چند ویژگی بارز خداوند که ارتباط زیادی با مرگ انسان دارد را استخراج نمود: اولاً خدا مالک است؛ ثانیاً خدا قادر است و همه چیز در دست اوست؛ ثالثاً آنچه خدا امر کند، محقق می شود؛ رابعاً هر موجودی جز خدا در زمره مردگان جای دارد. لذا انسان اجازه ندارد زندگی ای که از آن او نیست را حق خود شمرده و درباره سرنوشت خود، اندیشه های باطل داشته باشد. خداوند زندگی و مرگ را در تکامل یکدیگر برای شکوفایی استعداد های آدمی به وجود آورده است و هدف خداوند از زندگی، رنج و درد و ترس و وحشت از مرگ نیست. امام علی (ع) در موضوع آفرینش خطاب به خداوند می فرماید: «آفریده ها را برای تنهایی و وحشت نیافریدی و برای سودی هم آن ها را به کار نگرفتی» (نهج البلاغه، خطبه ۱۰۹). حکمت امور خداوند بر انسان پوشیده است و پسندیده ترین کار از سوی بشر، تسلیم حق شدن است. خلقت انسان سراسر نیاز مخلوق به خالق را تداعی می کند و انسان با

همراهی همیشگی خداوند در این مسیر، تنها نیست و ترس و دلهره بر او جایز نیست. لذا بر آنیم تا نشان دهیم چگونه مرگ آگاهی بر مبنای صفات الهی می‌تواند برای انسان آرامش به ارمغان آورد: خداوند در آیه « ثُمَّ انشأناهُ خَلْقاً آخَرَ فَتَبَارَكَ اللهُ احْسَنُ الْخَالِقِينَ ثُمَّ اَنْكُمْ بَعْدَ ذَلِكَ لَمَيْتُونَ ثُمَّ اَنْكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ تُبْعَثُونَ^۱» بیان می‌دارد که خداوند خالق و مهندس عالم است، هندسه وجودی عالم را ترسیم نموده و برای آن مراحل و منازلی در نظر گرفته، هر مرحله کامل‌تر از مرحله قبل. با نظر بر مراتب و نشئت خلقت و حیات، آدمی باید بداند که برای کمال یافتن خلق شده است و کمال امری ذو مراتب است. پس مرگ از این منظر، دروازه‌ای به جهان کامل‌تر است، و این انتقال به صورت کامل صورت می‌گیرد، از این روست که از آن به نام "توفی" یاد شده است. امام علی (ع) مرگ را وسیله‌ی ورود به دنیای جدید می‌داند و می‌فرماید: «مرگ ما را با دنیای تازه‌ای روبرو می‌کند که همه عوالم آن برای ما شگفت‌انگیز است و ورود به این دنیای جدید تنها با برافتادن پرده‌ای امکان می‌یابد که به دست مرگ فروافتد». (نهج البلاغه، خطبه ۲۰) همچنین پیامبر اکرم قبر آدمی را اولین منزل از منازل آخرتی عنوان می‌کند (شهاب الاخبار: ۷۹). چنین آگاهی، اعتماد آفرین است. اعتماد نسبت به قدرت لم‌یزلی و اراده خیر خالق، آگاهی نسبت به جریان استکمالی حیات، و شناخت مرگ به عنوان مرحله برتری از حیات، اطمینان و طمأنینه به دل مؤمن هدیه می‌کند. این آیه علاوه بر قدرت و اراده الهی، ناظر بر صفت حکمت الهی نیز هست.

خداوند در آیه « اَفَحَسِبْتُمْ اَنْمَّا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَاَنْكُمْ اِلَيْنَا لَّا تُرْجَعُونَ^۲»، به آدمی نهیب می‌زند که تأمل و تفکر را جایگزین گمان و تصور نماید تا دریابد بر خلقت و رجعت، حکمتی حاکم است. هدف، استکمال وجودی انسان است. خداوند حکیم از انسان می‌خواهد تا راه حکمت را بیپوید. حکمت، به عقل نورانیت می‌بخشد و چون زمام امور انسان را عقل روشن بین به دست گیرد، حکمت با عصمت همراه می‌گردد. وقتی آدمی دریابد که خداوند حکیم هیچ چیز را عبث و بیهوده نیافریده است؛ مرگ را معادل نابودی و نقطه پایان هستی نخواهد شمرد. نگرش پوچ‌گرایانه به دنیا، بستر مناسبی برای مجاز شمردن هرگونه رفتار، و دم را غنیمت شمردن است، چنین نگرشی با خویشتن‌داری و تقوا متناسب نیست. پس از این رو حفظ حیات به هر قیمتی امری معقول به نظر

۱. پس از آن خلقتی دیگرش کردیم پس آفرین بر خدا که بهترین آفرینندگان است. (۱۴) باز (شما آدمیان که بدینسان خلق

شده اید) همه خواهید مرد (۱۵) سپس در روز قیامت به یقین مبعوث می‌شوید (۱۶). (مومنون)

۲. آیا چنین پنداشتید که ما شما را به عبث و بازیچه آفریده‌ایم و هرگز به سوی ما بازگردانده نمی‌شوید (مومنون/۲۳)

خواهد رسید. اما در نگرش قرآنی از آنجا که خلقت و آفرینش، هدفمند است؛ و این جهان سرایی موقت و محل توشه برداشتن است؛ و تمامی اعمال و رفتار آدمی در سرای دیگر قابل محاسبه است؛ لذا صبر کردن بر سختی‌ها و رنج‌ها، پاداش بهشت را در پی خواهد داشت. این معنای تقوا و وقایه است که بارها در قرآن و کلام معصومین علیهم السلام مورد تأکید واقع شده است. پس بر مبنای حکمت الهی باید تقوا پیشه کرد و در سایه اعتماد به خداوند، در برابر رنج‌ها، از جمله رنج ترس از مرگ صبور بود، زیرا صبر، موجد آرامش؛ و نشانه آرامش است.

صفت دیگر خداوند که بر مبنای آن می‌توان به تصویر آرامش بخشی از حقیقت مرگ دست یافت، صفت رحمت و رحمانیت الهی است. بخشش و جود و کرم بی‌منتهای الهی بهترین امیدبخش برای بندگان است. مطابق آیه: «قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ»^۱ حتی چنانچه بنده‌ای بر خویشتن ستم روا داشته باشد مورد رحمت الهی واقع می‌شود. امام علی (ع) در حکمت ۸۷ می‌فرماید: «در شگفتی از کسی که ناامید می‌شود، در حالی که استغفار را با خود دارد». کلام امیر در راستا با کلام قرآن است و آن تأکید بر توجه به رحمت واسعه الهی و اصل تربیتی توبه است. پس توجه به رحمت الهی، باید مؤمن را به سمت توبه هدایت نماید تا با امید به بخشایش الهی، قصد جبران نماید. شناخت صفات الهی، امید، پذیرش و آرامش را جایگزین ناامیدی، انکار و اضطراب از مرگ می‌نماید. اضطراب و ترس از مرگ در جایی نمود می‌یابد که تمام هستی انسانی محصور در دنیا می‌شود، در دنیایی که برای این انسان هیچ پشتوانه‌ای برای استمداد وجود ندارد. بنابراین امید به رحمت الهی در مواجهه‌ی با مرگ، دستیابی به آرامش را نه تنها امکان‌پذیر، بلکه ضرورت می‌بخشد.

از سوی دیگر خداوند مالک علی الاطلاق عالم است. «قُلِ اللَّهُمَّ مَالِكِ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَنْ تَشَاءُ وَتَنْزِعُ الْمُلْكَ مِمَّنْ تَشَاءُ...»^۲ آدمی با پذیرش مالکیت خداوند، مجذوب آرزوهای بلند نمی‌شود. امام علی (ع) در خطبه متقین در صفات ایشان می‌فرماید: «او را بینی که آرزویش کوتاه است و خطایش اندک. دلش خاشع است و نفسش قانع»^۳، درک مبنای مالکیت الهی، با درک

۱. بگو ای بندگانم که زیاده بر خویشتن ستم روا داشته‌اید، از رحمت الهی نومید مباشید (زمر/ ۵۳)

۲. بگو: خداوند! ای دارنده‌ی ملک! می‌دهی ملک را به کسی که می‌خواهی، و می‌گیری از کسی که می‌خواهی.... (آل

عمران/ ۲۶)

۳. تَرَاهُ قَرِيبًا اَمَلُهُ، قَلِيلًا زَلُّهُ، خَائِعًا قَلْبُهُ، قَانِعًا نَفْسُهُ (خطبه ۱۹۳)

اصل عبودیت قرین است. عبد، چیزی از خود ندارد. آنچه هست از آن مولاست که مالک است. امام صادق (ع) می‌فرماید: «علم آن نیست که به درس گرفتن و تعلم حاصل آید. بلکه علم نوری است که در قلب آن کس که خدای تعالی هدایت او را اراده کرده است، قرار می‌یابد. پس اگر چنین علمی را خواستی، در مرحله‌ی اول باید در نفس خود حقیقت عبودیت و بندگی را بجویی، و به دنبال آن، علم را به وسیله‌ی به کار گرفتن آن طلب کن و از خدای متعال بخواه که فهم و هوش عطایت کند». سپس ایشان در پاسخ به سؤال از حقیقت عبودیت می‌فرماید: «عبودیت سه چیز است:

- عبد آنچه را خدا برایش داده ملک خود نپندارد. زیرا که بندگان و بردگان را ملکی نباشد.
- بنده برای خود تدبیری از پیش خود نیندیشد.
- تمام مشغولیت خود را در اوامر و نواهی خدای متعال قرار دهد.

پس اگر بنده، خود را مالک عطایا و بخشش‌های خدای تعالی نداند، مصرف آن‌ها در مواردی که خدایش دستور داده، برایش آسان آید؛ و اگر بنده‌ای تدبیر امورش را به خدای مدبر واگذارد، مصیبت‌ها و حوادث ناگوار دنیا برایش سهل شود. (بحارالانوار، ج ۱: ۲۲۴)

خداوند در قرآن می‌فرماید: «إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ وَإِنْ تَكَ حَسَنَةً يُّضَاعِفْهَا وَيُؤْتِ مِنْ لَدُنْهُ أَجْرًا عَظِيمًا»؛ خداوند وعده فرموده که اجر کار خیر را مضاعف می‌گرداند. پس آن که در دوران حیات، عمل صالح به‌جای آورد، دلیلی بر ترس از مرگ نخواهد داشت، و مرگ به وعده‌گاهی برای ملاقات دوست تبدیل می‌شود. در روابط زمینی هر مستخدم در صورتی رنج کار را بر خود هموار می‌کند که توسط کارفرما، اقدام او مشاهده و محاسبه شود. آنچه معرفت الله به فرد ارائه می‌دهد در اولین گام باور به آن است که خداوند بر همه امور شاهد و محیط بر همه چیز است، پس در تاریک‌ترین و تنهاترین مکان‌ها ذره‌ای کار خیر نادیده گرفته نخواهد شد.

امام علی (ع) می‌فرماید: «خداوند روزی همگان را تعیین کرد و آن را زیاد و کم نمود و در آن تنگی و گشایش قرارداد و عدالت ورزید تا با آسانی و سختی آن، هر کس را بخواهد، بیازماید و سپاسگزاری و صبر ثروتمند و فقیر را امتحان نماید» (نهج البلاغه، خطبه ۹۱). پس عدالت به معنای قرار دادن هر چیزی در جای خود است. خداوند حکیم می‌داند که هر کس صلاحیت چه امری را و با چه میزان دارد؛ عدالت به معنای بهره‌مندی به قدر ظرفیت است. لذا باید به قدر توان در انجام عمل

۱. در حقیقت، خداوند به اندازه ذره‌ای ظلم نمی‌کند و هر کار نیکی را بر آن می‌افزاید و از نزد خود، پاداش بزرگی می‌بخشد

صالح کوشید. امام علی (ع) در وصف متقین می‌فرماید: «پیوسته عمل صالح انجام می‌دهد، باین حال ترسان است (که از او پذیرفته نشود). روز را به پایان می‌برد درحالی که هم او شکرگزاری (نعمت‌های الهی) است». انسان از دریچه مرگ با دنیای دیگری روبرو می‌شود که در آنجا نتایج زندگی دنیوی خویش را درک می‌نماید؛ از این رو وقوع مرگ برای معنادار شدن زندگی لازم است. در این باره می‌توان به گفته امام صادق در باب بازرسی و آزمایش مراجعه نمود که فرمود: «باید مردم بازرسی شوند و آزمایش گردند و غربال شوند و از ته غربال خلق بسیاری بیرون ریزند» (اصول کافی، جلد سوم: ۱۹). بدین ترتیب مردم بعد از غربال در دنیای دیگری مورد محاسبه قرار می‌گیرند. (به نقل از یشی، ۱۳۸۶).

بنا بر آنچه مطرح شد و با استناد به آیات و روایات، مرگ آگاهی از دریچه صفات الهی، مانع از تاریک و سیاه دیدن مرگ می‌شود، و بنده مؤمن با نظر بر این صفات و اصول مبتنی بر آن‌ها، در مواجهه با یاد و حقیقت مرگ، ذره‌ای از آرامش وجودی‌اش زایل نمی‌شود. خلاصه مطالب مذکور در قالب جدول شماره دو به تفکیک هر یک از صفات قدرت، حکمت، رحمت، مالکیت و عدالت الهی و متناسب با آن، یک اصل و روش تربیتی زمینه‌ساز آرامش ارائه شده است.

جدول ۲. مرگ آگاهی بر مبنای صفات الهی و دلالت‌های تربیتی ناظر بر آرامش

ردیف	مبنا (صفات الهی)	اصل تربیتی	روش تربیتی
۱	قدرت خداوند ^۱	استکمال	اعتماد به خدا ← آرامش
۲	حکمت خداوند ^۲	تقوا	صبر ← آرامش
۳	رحمت خداوند ^۳	توبه	امید ← آرامش
۴	مالکیت خداوند ^۴	بندگی و عبودیت	تسلیم قضای الهی ← آرامش
۵	عدالت خداوند ^۵	عمل صالح	شکرگزاری ← آرامش

۱. ثم انشأناه خلقاً آخر فتبارك الله احسن الخالقين ثم انكم بعد ذلك لميتون ثم انكم يوم القيامة تبعثون.

۲. افحسبتم انما خلقناكم عبثاً و انكم الينا لاترجعون.

۳. قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ اسْرَفُوا عَلٰى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللّٰهِ.

۴. قُلِ اللّٰهُمَّ مَالِكِ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَنْ تَشَاءُ وَ تَنْزِعُ الْمُلْكَ مِمَّنْ تَشَاءُ.

۵. اِنَّ اللّٰهَ لَا يَظْلِمُ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ وَّ اِنْ تَكُ حَسَنَةً يُّضَاعِفْهَا وَ يُوْتِرْ مِنْ لَدُنْهُ اَجْرًا عَظِيْمًا.

دنیا آگاهی مبنایی برای مرگ آگاهی

شاید بتوان گفت بنیادی‌ترین اصل در مقوله مرگ آگاهی، شناخت صحیح دنیا و ویژگی‌های ذاتی آن است. مرگ‌اندیشی و مرگ آگاهی از دنیا آگاهی جدا نیست. کما این که امام علی (ع) دنیا آگاهی را مبنای مرگ آگاهی دانسته است، به این معنا که اگر انسان به این باور و معرفت برسد که دنیا گذرگاه است نه قرارگاه^۱، آنگاه مرگ آگاه خواهد بود و برای راهی که در پیش دارد از این گذرگاه توشه برمی‌دارد^۲. عدم شناخت صحیح نسبت به ویژگی‌های ماهوی دنیا، زمینه‌ساز مرگ هراسی است. هر قدر دل‌بستگی و وابستگی به دنیا بیشتر باشد، یاد مرگ و لحظه جدایی از آن تلخ‌تر است. لذا در ادامه، با تکیه بر روایات معصومین علیهم السلام آن بخش از صفات و ویژگی‌های ذاتی دنیا که باید مدنظر مؤمن قرار گیرد تا در دام دل‌بستگی‌های فریبنده دنیا نیافتد را در جایگاه مبنا قرار داده و اصول و روش‌های تربیتی متناسب با آن را احصاء نموده‌ایم، هدف از بیان این مبانی، اصول و روش‌ها آن است که نشان دهیم چنانچه انسان از این زاویه به دنیا نگاه کند، اصول و روش‌های مبتنی بر آن را پی گیرد، خواهد توانست بر ترس و هراس آسیب‌زننده از تصور مرگ در امان بوده و با آرامش با حقیقت مرگ روبرو شود.

درک و پذیرش حقیقت دنیا در کلام معصومین (ع) به‌ویژه در سخنان حضرت علی (ع) بسیار مورد تأکید است. مؤمن حقیقی، دنیا را منزلگاهی برای کسب معرفت، صیروت و تعالی نفس خویش می‌بیند و دل در گرو لذات و جلوه‌های فانی آن نمی‌گذارد. بحران‌ها، بلایا و ابتلائات را ذاتی دنیا و عامل استکمال روحی می‌داند چنین نگرشی موجب آرامش است. دنیا محل ابتلا و آزمون است، همچون کوره‌ای از آتش که ناخالصی را از طلای ناب برمی‌گیرد. نگرش مؤمن به آزمون‌ها و ابتلائات، نگرش بیمار به داروی تلخ است. در مواجهه با آزمایش‌های الهی، مؤمن باید متذکر شود. امام صادق (ع) می‌فرماید: «چهل شب بر بنده مؤمن نگذرد مگر اینکه واقعه‌ای برایش رخ دهد و او را غمگین سازد و به واسطه آن، متذکر گردد.» (اصول کافی، ج ۲: ۲۵۴) امام صادق (ع) وقایع غم‌انگیزی که برای بشر رخ می‌دهد را عاملی برای رشد، صیروت و عبرت‌آموزی از مسیر تذکر معرفی می‌نماید. لذا اصل تربیتی تذکر ناظر بر روش عبرت‌آموزی

۱. الدُّنْيَا دَارٌ مَمَرٌ لَا دَارٌ مَقَرٌّ (حکمت ۱۳۳)

۲. أَيُّهَا النَّاسُ، إِنَّمَا الدُّنْيَا دَارٌ مَجَازٌ، وَالْآخِرَةُ دَارٌ قَرَارٌ، فَخُذُوا مِنْ مَمَرِكُمْ لِمَقَرِّكُمْ (خطبه ۲۰۳)

است، کما این که امام علی (ع) می فرماید: مؤمن به این دنیا به دیده عبرت می نگرد.^۱ از این منظر است که دنیا را مزرعه آخرت معرفی می نمایند که تنها آنان که با آگاهی با دام های آن مواجه می شوند می توانند از آن برای سفر آخرت توشه بگیرند: «مردم برای آزمایش گرفتار دنیا شده اند. آنچه را از دنیا به خاطر دنیا برگرفتند، از کفشان برود و باید حساب پس دهند و آنچه را از دنیا برای غیر آن (آخرت) به دست آوردند به آن برسند و همیشه با آن ها است.» (نهج البلاغه، خطبه ۶۳) انسان مسئول خوب و بد و زشت و زیبای اعمال خویش است، اراده و اختیار، مسئولیت آفرین است. «در نگرش اسلامی، انسان با الزام ها و بایدهای بیرونی روبرو است. خداوند بایدهایی را فراروی انسان نهاده است که تخطی از آن ها مجازات در پی خواهد داشت، اما این بایدها در عین حال منطقی پذیر و قابل دفاع است و لذا در پیروی از آن ها نیازی به اکراه و اجبار نیست.» (باقری، ۱۳۸۶: ۱۰۶) لازم است فرد در قبال این بایدها و نبایدها، با الزامی نشئت یافته از درون به عمل پردازد و در برابر آن ها احساس مسئولیت داشته باشد. (همان) امام علی (ع) بر پیچیده شدن لحظات دنیا با آزمون و بلا، تأکید می کند: «دنیا سرایی است پیچیده در بلاها و به بی وفایی و خیانت معروف.. احوالش مختلف و حالاتش گذرا، زندگی در آن مضموم و امنیت در آن وجود ندارد» (نهج البلاغه، خطبه ۲۲۶) آشکار است که در سرای دنیا، خداوند مسئولیت پذیری انسان را با مواجهه ی مداوم وی با انواع ابتلائات می آزماید، در برابر بلاها و احوال دگرگون عالم است که ایمان وی محک می خورد. امام علی (ع) چهره حقیقی دنیا را با پیچیده بودن با بلاها ترسیم می نماید تا مؤمن با تقویت و تحریک نیروی درونی ای به نام ایمان، هراس های بی حد نسبت به فقدان ناشی از مرگ را در وجود خویش تعدیل نماید. اما به هر روی همان طور که پیامبر گرامی اسلام فرموده اند: دنیا زندان مؤمن است (بحار الانوار، ج ۷۴: ۱۵۹) علامه مجلسی از راوندی نقل کرده است: پیامبر اکرم - صلی الله علیه و آله - دنیا را به این جهت به زندانی تشبیه کرده است که مؤمن در دنیا مقید به اوامر و نواهی الهی است و دنیا برای او تنگ است. همچنین به وسیله عذاب خداوندی ترسانده شده است و با شهوات و آرزوها امتحان می شود و مشکلات به او روی می آورد. (همان) چنانچه حدیث پیامبر (ص) و سخن امام علی (ع) که می فرماید: دنیا زندان مؤمن است و مرگ هدیه ای است به او (النهایه، ج ۱: ۱۸۲) را در کنار سخن امام سجاد (ع) که در پاسخ به سؤال

۱. ينظر المومن الى الدنيا بعين الاعتبار (حکمت ۳۷۲)

چه کسی از همه مردم مهم‌تر است، قرار دهیم، که فرمودند آن کس که همه دنیا را با خویش برابر نداند، به این نتیجه می‌رسیم که جایگاه مؤمن بسیار فراتر از دنیاست، پس رخت بر بستن از دنیا از این منظر نه تنها رنج‌آور نیست که همچون هدیه‌ای برای اوست. مطابق این بیانات «اسلام ارزش انسان را بالا برده است، اسلام جهان را برای انسان می‌خواهد نه انسان را برای جهان، هدف اسلام احیای ارزش‌های انسان است در عین این‌که قصد بی‌اعتبار کردن ارزش‌های جهان را ندارد» (مطهری، ۱۳۷۸: ۵۶۶)

حیات دنیوی همواره همراه با دشواری‌ها و رنجه است، و در این مسیر انسان مؤمن دل در گرو فضل الهی داشته، ناملایمات زندگی را با امید به عفو و پاداش الهی تحمل می‌کند. امام علی (ع) می‌فرماید: لیکن خداوند بندگان خود را به انواع سختی‌ها می‌آزماید و به واسطه کوشش‌های گوناگون به بندگی‌شان می‌کشد و به اقسام ناخوشایندها و ناملایمات مبتلایشان می‌کند تا بدین وسیله کبر را از دل‌هایشان بیرون برد و فروتنی را در جان‌هایشان جای دهد و آن را درهایی گشوده به سوی فضل خود و وسایل آسانی برای بخشش خویش قرار دهد. (نهج البلاغه، خطبه: ۱۹۲)

امام علی (ع) در حکمت ۱۳۱ از منظری متفاوت به دنیا نظر انداخته، و با ذکر صفات و ویژگی‌های دنیا، چگونگی دنیا را در نزد مؤمن، وابسته به نوع نگاه، و زاویه دید وی به دنیا ترسیم می‌نماید: «چه کسی دنیا را نکوهش می‌کند در حالی که جدایی خود را اعلام داشته و فراق خود را با صدای بلند خبر داده و خبر از مرگ خود و اهلش داده است»؛ امام (ع) بعد از این سه جمله که در پاسخ مذمت گویان فرموده با دو جمله دیگر آن را تکمیل می‌کند و می‌فرماید: «دنیا با نمونه‌ای از بلاهایش بلاهای آخرت را به آن‌ها نشان داده و با صحنه‌هایی از سرور و خوشحالی‌اش به سرور آخرت متوجه ساخته است (در حالی که می‌دانند نه بلای آخرت قابل مقایسه با بلای دنیا و نه سرور آخرت شایسته مقایسه با سرور دنیاست) و گاه می‌بینند هنگام عصر در عافیت‌اند و صبحگاهان در مصیبت (و به این ترتیب) گاه تشویق می‌کند و گاه می‌ترساند و انسان را به خوف می‌افکند و بر حذر می‌دارد»؛ آنگاه امام (ع) در پایان این سخنان حکمت‌آمیز و فوق‌العاده بیدارکننده چنین نتیجه‌گیری می‌کند که «با این اوصاف، گروهی آن را در روز پشیمانی (روز قیامت) نکوهش می‌کنند و گروه دیگری در آن روز آن را مدح و ستایش می‌نمایند؛ همان گروهی که دنیا به آن‌ها

۱. فَمَنْ ذَا يَدْمُهَا وَقَدْ آذَنْتَ بَيْنِيهَا، وَتَادَتْ بِفِرَاقِهَا، وَتَعَتْ نَفْسَهَا وَأَهْلَهَا

۲. فَمَنْ لَمْ يَبْلَايْهَا الْبَلَاءَ، وَشَوَّقَتْهُمْ بِسُرُورِهَا إِلَى السُّرُورِ؟! رَاحَتْ بِعَافِيَةٍ، وَابْتَكَّرَتْ بِفَجِيعَةٍ، تَرْغِيباً وَتَرْهِيباً وَتَخْوِيفاً وَتَحْذِيرًا

تذکر داد و متذکر شدند و برای آن‌ها (با زبان حال) سخن گفت و تصدیقش کردند و به آنان اندرز داد و اندرز را پذیرا شدند^۱. (مکارم شیرازی، ۱۳۹۰) مطابق کلام امام (ع) دنیا با همه ویژگی‌هایش به انسان عرضه شده است، آدمی می‌داند با سرایی فانی و بی‌ثبات و متغیر روبرو است که نه لذت تنعمش و نه رنج محرومیتش قابل اعتبار نیست، همه‌چیز این عالم در گذر است، پس دل در گرو امری سپردن که به ناپایداری آن واقف هستی، به‌دوراز حکمت است. امام (ع) از انسان می‌خواهد که در قبال این عالم فانی، خواستار جهان باقی باشد، از خوشی‌های زودگذر آن، متذکر نعمت‌های جاودان آخرت شود. هر آن که هوشیار و بیدار است، آماده پند گرفتن است، پس بر وجود خویش حاکم و بر نفس خویش امیر است. پس چنانچه انسان جزو همان گروهی باشد که از تذکر و پند و اندرز دنیا، بهره‌مند گردد، دلیلی بر ترس و وحشت نسبت به سرای باقی نداشته، به اطمینان قلبی و آرامش روحی دست می‌یابد.

در ادامه نکات کلیدی مطرح شده در روایات در خصوص ویژگی‌های ذاتی دنیا مبنا قرار داده شده، بر اساس آن‌ها اصول و روش‌های تربیتی که هر یک می‌تواند زمینه‌ساز آرامش در مواجهه با یاد مرگ باشد، احصاء و در جدول شماره سه ارائه شده است:

جدول ۳. ویژگی‌های ذاتی دنیا و دلالت‌های تربیتی زمینه‌ساز آرامش

ردیف	مبنا	اصول تربیتی	روش تربیتی
۱	دنیا مزرعه آخرت	مسئولیت‌پذیری	ابتلا و تحریک ایمان
۲	دنیا زندان مؤمن	عدم ارزش‌گذاری دنیا	تزکیه
۳	عدم ثبات دنیا	صبر و صبرورت روح	تبشیر
۴	محدودیت دنیا	استکمال	حکمت‌آموزی
۵	دشواری‌های زندگی	امید به فضل الهی	مبالغه در عفو و پاداش
۶	دنیای فانی	توجه به عالم باقی	یادآوری نعمت‌ها
۷	دنیای فریبنده	حفظ خویش	مراقبه و محاسبه نفس
۸	دنیای ابتلائات	تذکر	عبرت‌آموزی

۱. قَدْ مَهَا رِجَالٌ غَدَاةُ النَّدَامَةِ، وَحَمَلَهَا آخِرُونَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ. ذَكَرْتُهُمُ الدُّنْيَا فَتَذَكَّرُوا، وَحَدَّثْتُهُمْ فَصَدَّقُوا، وَوَعَّظْتُهُمْ فَاتَّقَوْا.

ویژگی‌های ذاتی مرگ و دلالت‌های تربیتی زمینه‌ساز آرامش

از منظر امکان شناخت و یقین در شناخت به نقل از امام صادق (ع) خداوند، هیچ چیز را مانند مرگ نیافریده، عین اینکه یقینی است و هیچ شکی در آن نیست اما مردم گویی در آن شک دارند چونان شکی که در آن یقین نیست (من لایحضره الفقیه، ج ۱: ۱۹۴)؛ و امام محمدباقر (ع) نیز در همین توصیف، بیداری از این خواب را روز قیامت می‌داند (بحارالانوار، ج ۱۳: ۴۱۷).

حقانیت مرگ بر مبنای آیات و روایات و در سپهر حیات بشر، امری بدیهی و حتمی است. از یک سو قرآن تأکید می‌نماید که کل نفس ذائقه الموت و از دیگر سو امام علی (ع) تأکید می‌کند که «ای مردم شما در این جهان هدف تیرهای مرگ هستید» (نهج البلاغه، خطبه ۱۴۵) اما شگفت‌انگیز آن است که انسان که مداوم با مرگ عزیزان روبرو بوده و هست، گویا هنوز در تردید نسبت به مرگ خویش است و حاضر نیست آن را بپذیرد. در این راستا امام علی (ع) می‌فرماید: در شگفتم از کسی که مرگ را فراموش کرده باینکه مردگان را به چشم می‌بیند (نهج البلاغه، خطبه ۱۰۹). با آگاهی از وقوع حتمی مرگ و عدم اطلاع از زمان دقیق آن، انسان می‌تواند به فراهم نمودن زیرساخت‌های مناسب پرداخته و زندگی توأم با آرامش در جهت داشتن زندگی اخروی فارغ از درد بسازد. بر این مبنای بایستی یاد مرگ قرین زندگی شود، تا با تقوا پیشه کردن و انجام عمل صالح، جان خود را از هراس امری که گریزی از آن نیست آرام نگه داشت.

اولین نکته در توجه به حقیقت مرگ، پس از حتمی بودن، سختی آن است. ترس از مرگ، در وهله اول شاید بتوان گفت به جهت وحشت از جان‌کندن و هراس از ابهام و تاریکی راه پیش رو است. در روایات بسیاری به سختی لحظه مرگ اشاره شده است. اما هدف ما آن است که از منظری منتهی به آرامش، به این حقیقت بنگریم. امام علی (ع) تأکید می‌نماید که «به خدا سوگند یاد و خاطره مرگ است که مرا از سرگرمی‌ها و بازی‌های دنیا بازمی‌دارد». (نهج البلاغه، خطبه ۸۳) پس هراس از مرگ قوی‌ترین عامل کنترل و مهار نفس است؛ لذا مطابق نظر پیامبر اکرم (ص) کمتر گناه کن تا مردن بر تو آسان گردد. (شهاب‌الاجبار، ص ۳۰۹) آدمی پس از پذیرش حقیقت و حقانیت مرگ، تنها از طریق مراقبه نفس و یادآوری رحمت و واسع الهی و توکل بر بخشش گسترده او، می‌تواند بر هراس جانکاه مرگ غلبه نماید.

خداوند در آیه ۴۲ سوره زمر، مرگ را همان خوابی معرفی می‌کند که انسان با آن بسیار انس

دارد، مگر این که برای این خواب بیداری صبح وجود ندارد. لذا هیچ چیز برای تعدیل ترس از مرگ، مؤثرتر از این نیست که انسان همیشه متذکر شود، هر شب که به خواب عمیقی می‌رود، می‌میرد؛ پس آدمی می‌تواند خود را برای خواب عمیقی که پس از دوره‌ای از حیات و خستگی به وی دست می‌دهد آماده سازد. درحالی که به واسطه مشاهده وقایع زندگی خویش، آن مرگ، زیباتر و روشن‌تر از این خواب معمولی است (عبید، ۱۳۷۴: ۹۳۴). امام حسین (ع) مرگ را برای مؤمنان همچون پلی ترسیم می‌نماید که آن‌ها را از ناراحتی‌ها و رنج‌ها به باغ‌های وسیع بهشت و نعمت‌های جاویدان منتقل می‌کند اما برای دشمنان آن را به مثابه انتقال شخص از قصر به زندان و عذاب بیان می‌دارد. (بحارالانوار، ج ۶: ۱۵۳) طبق توصیفات ائمه معصومین (ع) از مرگ، همانند سخن امام حسین (ع)^۱، قطعاً مؤمنان حقیقی با اندیشه مرگ نه تنها دچار هراس نمی‌شوند بلکه به عنوان آخرین دردی که احساس می‌کنند و در نهایت کفاره آخرین گناهانشان، مشتاقانه به سوی آن می‌شتابند و زندگی سرشار از آرامش را تجربه می‌کنند. در صورتی که کفار از واهمه غذایی که در انتظارشان هست از مرگ می‌گریزند و یا آن را دور از سرنوشت خود می‌پندارند و در پی انکار آن برمی‌آیند، چرا که مرگ را عامل جدایی از نعمت‌هایشان می‌پندارند (همان: ۱۵۵). بنابراین آگاهی از سرنوشتی که پس از مرگ در انتظار انسان است، به مرگ وجهه ارزشی می‌دهد و تغییر در سبک زندگی را باعث می‌شود.

با نگرش هستی‌شناسانه به انسان و دنیا، مرگ تدبیری ارزنده، برخاسته از حکمت الهی است. بدیهی است که در صورت زندگی طولانی‌مدت، بدن‌ها تحلیل رفته و امکان کار و فعالیت از انسان گرفته می‌شود؛ هم‌چنین در صورت نگهداری از خویشان پیر و فرسوده، انسان قادر نیست از زندگی خود بهره‌ای ببرد و این امر هم شخص بیمار و هم بستگان وی را رنجور می‌کند. امام صادق (ع) ضمن نقل درخواست مردم شهری از پیامبرشان مبنی بر دوری از مرگ برای مدت‌زمان طولانی‌تر ماندن کنار عزیزانشان، زندگی طولانی‌مدت در دنیا را مستعد بلاها و مشکلات زیادی

۱. امام علی (ع) مرگ را برای گروهی نوید به نعمت‌های همیشگی و برای دسته‌ای وعید به عذاب ابد و برای طایفه‌ای هول و ترس ذکر کرده است (بحارالانوار، ج ۶: ۱۵۳). امام حسن مجتبی (ع) نیز مرگ را بزرگترین سرور بر مؤمنان و بزرگترین درد و مصیبت برای کافران می‌نامد (همان: ۱۵۴). امام سجاد (ع) مرگ مؤمن را مانند کندن لباس چرکین و گشودن غل و زنجیرهای سنگین و پوشیدن لباس‌های فاخر می‌داند (همان: ۱۵۵) و امام صادق (ع) نیز مرگ را برای مؤمن بهترین بویی که می‌توان استشمام نمود توصیف می‌کند در حالی که آن را برای کافر به افعی کژدم تشبیه می‌کند (همان). امام موسی کاظم (ع) مرگ مؤمن را نخست پالایشگاهی معرفی می‌کند که باعث پاک شدن مؤمنان از گناه می‌شود

می‌داند (بحارالانوار، ج ۱۴: ۴۶۳). ادامه زندگی در ضعف و ناتوانی، نشاط را از انسان سلب می‌کند. نکته قابل تأمل دیگر درباره مقوله مرگ آن است که مرگ صرفاً مربوط به جسم و بدن نیست. چنانچه ضمیر آدمی به نور آگاهی روشن نشود، در این صورت دل و قلب و روح نیز فانی شود، امام علی (ع) در خطبه ۱۳۳ می‌فرماید: حکمت مایه حیات دل‌های مرده است^۱ درجایی دیگر می‌فرماید: «هر کس روح ورع اش کم شود قلبش می‌میرد»^۲ (حکمت، ۳۴۹) عبودیت و یاد خداوند بهترین راه برای جلوگیری از مرگ قلب است. در کلام معصومین و در آیات قرآن، بر لزوم احیای نفس و زنده نگه داشتن دل تأکید شده است، از این منظر آرامش وجود مؤمن، مستلزم توجه به این نکته است که اساس حیات بشر، حیات روحانی است که پس از مرگ جسم، در سرایی دیگر ادامه می‌یابد.

نکته بااهمیت دیگر در مورد مرگ لزوم یادآوری آن است. بنا بر فرمایش پیامبر اکرم (ص) یاد مرگ، بالاترین عبادت و برترین تفکر است (بحارالانوار، ج ۶: ص ۱۳۷). زیرک‌ترین مردم از نظر ایشان را می‌توان کسانی دانست که بیشتر مرگ را یاد می‌کنند و زیاده‌تر مهیای آن می‌شوند (موسوی، ۱۳۸۶). یادآوری مرگ سبب حصول مراتب بالا پس از مرگ می‌شود. پیامبر (ص) در گرامیداشت مقام شهدا و یادکنندگان مرگ، در پاسخ به این سؤال که آیا کسی با شهدا محشور می‌شود، فرمودند: «کسی که در شبانه‌روز بیست مرتبه مرگ را یاد کند از این عده خواهد بود» (عطایی، ۱۳۶۹: ۴۸۶). امام علی (ع) نیز می‌فرماید: «از یاد بردن مرگ در اثر زنگار گرفتن دل‌هاست» (مواعظ عدیده، ص ۲۴). بدین ترتیب گناهان زیاد، مرگ را از یاد انسان می‌برد؛ درحالی که ترک گناهان باعث آسان شدن مرگ و رنجه‌ای قبل از آن می‌شود. ایشان در جای دیگری می‌فرماید: کمتر گناه کن تا مردن بر تو آسان شود. لذا خودداری از گناه موجب آسودگی پیشامد مرگ خواهد شد. هم‌چنین در ستایش مردمی که از یاد مرگ غافل نمی‌شوند، پیامبر اکرم (ص) فرمود: «کسی که همواره به یاد مرگ باشد از هوا و هوس‌ها چشم‌پوشی می‌کند» (شهاب‌الاجبار، ص ۱۴۶). امام علی (ع) نیز می‌فرماید: «هر که زیاد یاد مرگ کند به اندکی از دنیا خشنود گردد» (نهج‌البلاغه، حکمت، ۳۴۹). یکی از عواملی که باعث پذیرش راحت‌تر مرگ می‌شود، عدم وابستگی به دنیا و متعلقات آن است. یاد مرگ دنیا را در نظر انسان حقیر ساخته و

۱. هـی حَیَاةً لِّلْقَلْبِ الْمَیِّتِ

۲. مَن قَلَّ وَرَعُهُ مَاتَ قَلْبُهُ

میل به رهایی از آن را تقویت می‌کند. پس اگر نیک بنگریم «هر نفس گامی است به سوی مرگ» (همان، حکمت، ۷۴). لذا کسی که مراقب مرگ باشد، به سوی خوبی‌ها شتاب می‌کند. (نهج البلاغه، حکمت، ۳۱)

باور به نزدیکی مرگ به عنوان مبنای اصل لزوم آمادگی برای مرگ را در بر دارد. حیات که خود مسوق به عدم است، معطوف به فنای جسمانی هم هست. پس حیات در میانه‌ی دو فنا، فرصتی کوتاه و منزلگاهی موقتی است که باید از آن توشه بر گرفت. از این رو مؤمنان آگاه، به جای انکار و فراموشی، راه مواجهه‌ی آگاهانه با حقیقت مرگ را برمی‌گزینند. امام علی (ع) در نامه ۳۱ چنین توصیه می‌کند: «فرزندم مرگ را بسیار به یاد آور و هجوم ناگهانی آن را یاد کن تا هنگامی که فرامی‌رسد با همه نیرو آماده باش و باید کمر بسته و آماده منتظر او باشی، نه این که ناگهان فرارسد و بر تو چیره شود» و یا در نامه ۲۷ در تأکید بر نزدیکی مرگ و لزوم آمادگی برای آن می‌فرماید: «ای بندگان خدا! از مرگ و زود فرارسیدنش بترسید و زاد و توشه راه فراهم سازید ... و شما رانده‌شدگان مرگید، اگر بایستید شما را می‌گیرد و اگر بگریزید به شما می‌رسد. مرگ از سایه به شما نزدیک‌تر است و در پیشانی شما مهر مرگ زده‌شده و دنیا طومار عمرتان را درمی‌نوردد». ایشان همواره به تدارک توشه برای سفر طولانی مرگ تأکید کرده است (نهج البلاغه، کلمات قصار ۴۵). امام حسن (ع) انسان را به آمادگی برای این سفر دعوت می‌کند و فراهم کردن خویشتن قبل از فرارسیدن ساعت مرگ را ضروری می‌داند (منتهی‌الآمال، ج ۱، ص ۲۳۳). امام جعفر صادق (ع) نیز مرگ را به سفری طولانی و دورودراز تشبیه می‌کند که توشه و سازوبرگ زیادی را نیاز دارد (بحارالانوار، ج ۱۳، ص ۴۳۲). مسافری که مدت‌ها قبل از موعد سفر، خود را آماده آن کرده باشد از نگرانی‌های ناشی از مسیر فارغ می‌گردد و با آرامش خیال پا به سفر می‌گذارد. انسان آماده از بابت اطمینان از وعده‌های الهی، علی‌رغم وابستگی‌های دنیوی از قبیل خانواده و اموال و مقام و ... مرگ را مشتاقانه می‌پذیرد و آرامش، جایگزین نگرانی‌های طبیعی مرگ و رنج حاصل از آن می‌گردد. امام رضا (ع) کسی که از مردن یاد کرده اما خود را برای آن آماده نمی‌کند، مذمت نموده و می‌فرماید: «چنین شخصی در حقیقت خود را مسخره کرده است» (مواعظ عدیده، ص ۲۰۰).

از سوی دیگر با استناد به روایات معصومین (ع) مرگ می‌تواند به تأخیر بیفتد. هرچند این واقعیت می‌تواند بر اضطراب زندگی آدمی نسبت به وقوع مرگ تأثیر بگذارد اما انسان اندیشمند

باید بداند، زمان و شیوه مرگ انسان متأثر از رفتار دنیوی اوست؛ لذا با مرگ‌اندیشی، محاسبه و مراقبه دائمی می‌توان در قضای الهی تغییر و تحول ایجاد نمود. اجل بر اثر اعمال نادرست انسان ممکن است بسیار جلو بیفتد و برعکس بر اثر تقوا و نیکوکاری و تدبیر ممکن است بسیار عقب بیفتد. امام جعفر صادق (ع) درباره تغییرپذیری اجل می‌فرماید: «مردم با نیکوکاری‌شان بیش از عمر طبیعی زندگی می‌کنند و نیز با معصیت و گناهانشان پیش از کسانی که با مرگ طبیعی خود می‌میرند از دنیا خواهند رفت» (بحارالانوار، ج ۵: ۱۴۰). ایشان قطع رحم، آزردن و نافرمانی پدر و مادر و ترک احسان و نیکی را از جمله گناهانی می‌داند که مرگ را نزدیک می‌سازند. پیامبر اکرم (ص) انفاق در راه خدا و صلح‌رحم را باعث طولانی شدن عمر می‌داند (بحارالانوار، ج ۷۴، ص ۹۴). امام جواد (ع) نیز می‌فرماید: «مرگ آدمی به سبب گناهان بیشتر از مرگ به واسطه اجل است و ادامه حیاتش به سبب نیکوکاری بیشتر از حیاتش به واسطه عمر طبیعی است» (مسند الامام الجواد: ۲۸۴). امام صادق (ع) نیز یکی از عوامل به تأخیر انداختن مرگ را صلح‌رحم معرفی کرده است (بحارالانوار، ج ۷۴، ص ۹۴) به هر حال مطابق فرمایش امام هادی (ع): «خداوند دنیا را منزل حوادث ناگوار و آفات، و آخرت را خانه ابدی قرار داده است و بلای دنیا را وسیله به دست آوردن ثواب آخرت قرار داده است و پاداش آخری نتیجه بلاها و حوادث ناگوار دنیاست» (اعلام الدین: ۵۱۲ به نقل از حوزه قرآن و عترت). اگر انسان بداند بلاهای دنیا قرار است به خوشی تغییر یابند، بدون واهمه سختی‌های دنیا را تحمل کرده و با دلی آرام به سوی مرگ می‌رود.

انسان با علم به وقوع مرگ، هر لحظه باید خود را آماده سازد. مرگ هر آن ممکن است به انسان وارد شود و در صورت سستی در فراهم کردن زمینه‌های آن، تشویش و نگرانی هنگام وقوع آن دوچندان می‌شود. تفکر درباره مرگ با ورود به دوره میان‌سالگی مضاعف می‌شود؛ لذا جهت کاستن از ناراحتی‌های ناشی از آن پیش از ورود به این دوره باید به مرگ‌اندیشید و از دوره جوانی آگاهانه عزم سفر کرد. بنا به فرموده پیامبر (ص)، بیشترین مرگ‌ومیرها از ۶۰ تا ۷۰ سالگی است (شهاب‌الاجبار، ص ۸۲) و بنا بر گفته امام محمدباقر (ع) نیز انسان که به ۴۰ سالگی رسید، نزدیکی زمان کوچ و لزوم آمادگی برای سازوبرگ آن از آسمان ندا داده می‌شود (احقاق الحق، ج ۱۲: ۱۸۸). هر موجود زنده‌ای بر حسب طبیعت و استعداد جسمی خود، تا مدت معینی می‌تواند زنده بماند که اگر مانعی در ادامه حیات وی رخ ندهد، او تا پایان عمر طبیعی خود زنده می‌ماند و حیات وی به گونه طبیعی پایان می‌یابد.

اشتیاق برای حضور در پیشگاه الهی و آمادگی انسان از پیش، برای مرگ با عزت، به ایجاد آرامش و آسایش در زندگی می‌انجامد؛ در صورتی که ناامیدی از لطف خداوند و دل بستن به امیال ناپسند، انسان را دچار عذاب همیشگی می‌کند. برترین گونه مرگ، شهادت یا مرگ در جهاد با دشمنان خدا است؛ پیامبر اکرم (ص) در این رابطه فرموده است: «برتر از هر خوبی خوب دیگری هست تا برسد به شهادت که هرگاه انسانی به شهادت رسید و در راه خدا کشته شد، بالاتر از آن خیری وجود ندارد» (بحار الانوار، ج ۷۴: ۶۱). اما با وجود تأکیدات فراوان بر جایگاه رفیع شهید و شهادت؛ باید آن را از قتل نفس و خودکشی متمایز دانست.

در روایاتی از ائمه معصومین (علیهم‌السلام) قتل نفس اعم از قتل مؤمن به عمد و خودکشی، اولین گناه از گناهان کبیره که موجب آتش است، محسوب می‌شود (اصول کافی، ج ۵: ۱۳۵-۱۳۴). امام محمدباقر (ع) می‌فرماید: «مؤمن به هر بلایی گرفتار می‌شود و به هر نوع مرگ و میری از دنیا می‌رود اما هیچ وقت دست به انتحار و خودکشی نمی‌زند» (اصول کافی، ج ۵). خودکشی نوعی رفتار برون‌ریزی است که اغلب نشانه آشفتگی شدید هیجانی است و نرخ آن با افزایش سن افزایش می‌یابد (رایس، ۱۳۸۷: ۵۷۵). وصول به مرگ نیز مانند زندگی باید در جهت حفظ همه ابعاد وجود انسان صورت گیرد و این کمال مطلوب هر انسانی است اما نیل به آن حتی در طول زندگی نیز آسان نیست. با این حال رسیدن به مرگی بهتر را نباید با شوق برای خاتمه زندگی اشتباه گرفت (معمدی، ۱۳۸۷: ۲۳۹). کسانی که مرگ را انتهای هستی می‌پندارند با تحت فشار قرار گرفتن از سوی ناملایمات زندگی، سعی در نابودی خود و خاتمه بخشیدن به آلام خویش دارند. آنان با غفلت از ماهیت مرگ و الطاف الهی بجای راحتی از غم‌ها، عذابی جاودانه را متحمل می‌شوند. لذا نگرش صحیح نسبت به حیات و مرگ هنگام بروز بلاها، مصائب و بحران‌ها، حرکت آفرین و مولد است نه ناتوان‌کننده. شناخت ماهوی مرگ به دستیابی به آرامش رهنمون می‌شود. توانایی مقابله صحیح با ابتلائات مستلزم ایمان حقیقی و یقینی است. چنین شخصی هرگز در مواجهه با حقیقت مرگ، دچار هراس نمی‌شود و به جهت عمل به تکلیف، در کنار امید به فضل الهی از آرامش و اطمینان قلبی بهره‌مند می‌شود. مرگ آگاهی به معنای ناامیدی از زندگی نیست، بلکه معنا بخش زندگی و حیات است.

در جدول زیر ویژگی‌های ماهوی مرگ به عنوان مبنا قرار داده شده و بر اساس آن اصول و روش‌های تربیتی منجر به آرامش ذکر شده است.

جدول ۴. ویژگی‌های مرگ و دلالت‌های تربیتی زمینه‌ساز آرامش

ردیف	مبنا	اصول تربیتی	روش تربیتی
۱	حقانیت مرگ	زندگی با یاد مرگ	تقوا، عمل صالح، آرامش
۲	سختی مرگ	یادآوری رحمت و فضل الهی	توکل، مراقبه، آرامش
۳	ترس از مرگ	مرگ آگاهی	توجه به رحمت و فضل الهی، عمل صالح، توبه، آرامش
۴	جسمانیت مرگ	توجه به حیات روحانی	عبودیت، تذکر، آرامش
۵	نزدیکی مرگ	آمادگی برای مرگ	عمل به تکلیف، آرامش
۶	مرگ متأثر از رفتار دنیوی	زندگی نیکو	محاسبه، مراقبه، آرامش

نتیجه‌گیری و پیشنهادات

تغییر در شیوه زندگی با توجه به واقعیتی به نام مرگ از الزامات برنامه‌های تربیتی است. حصول آسایش و آرامش روانی جز با آگاهی از ماهیت مرگ ممکن نیست. در تفکر معنوی، ضرورت وجود مرگ نه تنها امکان تحقق آرامش را نفی نمی‌کند، بلکه با توجه به صفات خدا و ابعاد شخصیتی انسان، نیل به سوی آرمان‌های تربیتی او را ممکن می‌سازد. در این نگاه، مرگ آگاهی به مثابه یک راهنما به اصلاح سبک زندگی می‌انجامد. ادیان ابراهیمی و مخصوصاً دین اسلام نسبت به سایر ادیان، برنامه تربیتی کامل‌تری در رابطه با مرگ ارائه داده‌اند. نکته حائز اهمیت این است که ادیان ابراهیمی لزوماً آرامش انسان را در نظر داشته و دستوری در تضاد با آسایش جسمی و روحی انسان صادر نکرده‌اند.

آرامش و آسایش در زندگی در دو حالت راحتی در زیستن و برخورداری از امکانات زندگی و دیگری اطمینان از عاقبتی نیکو و دست‌یافتنی حاصل می‌شود. برخورداری از الگویی همه‌جانبه که ضمن حفظ کرامت انسانی، نیل به اهداف دنیوی و اخروی را سهل نماید جز از طریق ارتباط بی‌واسطه با حق امکان‌پذیر نیست؛ لذا بهره‌گیری از سفارش‌های اولیای الهی، انسان را در این راه یاری می‌رساند.

از دیگر نتایج حاصل از بررسی روایات در مورد مرگ، حصول این مدعاست که انسان به‌عنوان تجلی روح خداوندی، از وجودی سرشار از حیات و جاودانگی برخوردار است و جمع آن

با عدم ممکن نیست. علاوه بر این می‌توان دریافت که زندگی و مرگ با یکدیگر قرابت دارند و هر یک بدون دیگری ناقص و پوچ است. رابطه تکاملی، مستقیم و دوطرفه بین آن‌ها بیانگر تأثیر نوع باور و تفکر درباره مرگ بر سبک زندگی و علاوه بر آن، اثرگذاری شیوه زندگی بر نوع مرگ است. در نتیجه یاد مرگ و مرگ آگاهی برخلاف تصور حاکم، چاره‌رهایی از سرگردانی‌های روحی و اشتغالات ذهنی آزردهنده انسان در دنیا است. از دیگر سوی ویژگی‌های فطری‌ای همچون میل به جاودانگی، تمایل به تکامل، حکمت جویی، اراده خیر، رنج‌گریزی، و درنهایت آرامش‌طلبی با مرگ آگاهی معنا می‌یابد.

انسان دین‌دار با آگاهی از وجود عقوبت در آینده و شناخت قابلیت‌های خود، بجای سرکوب ترس، آن را در جهت رضایتمندی خداوند سامان داده و با یادآوری مستمر مرگ، آن را در همه لحظات عمر، همراه خود و بسیار نزدیک تجسم می‌کند. بدین صورت یاد مرگ در ذهن او، هشدار بیداری و تلاش و در نتیجه آرامش خیال است. انفاق مال، ایثار، نوع‌دوستی، همیاری از جمله صفاتی است که با مرگ آگاهی تقویت می‌شود و این همان نیرویی است که در شرایط بروز بحران‌های همگانی ضرورت بسیار دارد تا تعهدات فردی را به مشارکت جمعی ملحق نماید.

عبرت‌آموزی، شکر گذاری و مراقبه و محاسبه نفس، مسئولیت‌پذیری، امیدواری و توکل از جمله اثرات مرگ آگاهی است که نتیجه آن آرامش و طمأنینه قلبی است. هرچند گرایش به اخلاقیات، آخرت‌گرایی، حقوق‌گرایی و تکلیف‌گرایی از جمله آثار عملی تفکر آگاهانه درباره مرگ است، موانعی چون صفات ناپسند اخلاقی، دنیا‌گرایی و هدف‌انگاری دنیا و لذا بداند آن، آرامش انسان را در این مسیر تهدید می‌کنند. برقراری همسویی و تعادل مناسب و منطقی بین اهداف دنیوی و اخروی با ادراک صحیح از ماهیت مرگ و یقین در آن، حرکت انسان را در مسیر تکامل وجودی کمک کرده و آرامش او را تضمین می‌کند.

مرگ‌اندیشی و مرگ آگاهی نوع حرکت و سلوک انسان‌ها را در اجتماع تحت تأثیر قرار می‌دهد و تعدیل‌کننده نیازها و معنا بخش زندگی انسان است. هدف‌گذاری‌ها، تعهدات فردی و اجتماعی و سبک زندگی صبغه‌ای عاری از منفعت‌طلبی و خودمحوری می‌یابد. توجه به مرگ و مرگ آگاهی نگرش واقع‌بینانه را تقویت کرده، توجه انسان را از امور فانی به سمت امور باقی برمی‌گرداند. خداوند در قرآن به این مهم تأکید می‌کند: که ما عندکم ینفد و ما عندالله باق (نحل/۹۶) براین اساس است که اهمیت و نقش مرگ آگاهی در بهره‌مندی هرچه بیشتر از فرصت

محدود حیات در جهت استکمال و صبرورت وجودی معنا می‌یابد.

مرگ‌اندیشی عامل مهم تربیتی در فراهم آوردن زمینه‌های مطلوب مناسبات بین فردی است. رها شدن از نگرش‌های منفعت طلبانه و خودمحوری، با عشق و علاقه نسبت به همنوع حاصل می‌شود؛ و اقدام به‌سوی حقوق انسانی عام و فراگیر مستلزم انگیزه‌ای درونی و نیرومند است. مرگ‌اندیشی و مرگ آگاهی چنانچه با دیدگاه معنوی و یاد خداوند قرین باشد می‌تواند بستر مساعدی برای رفتارها و کنش انسانی فراهم آورد؛ در غیر این صورت زمینه‌ای برای طمع فزون‌تر و تلاش برای بهره‌برداری هر چه بیشتر فردی از موقعیت‌های اندک موردنیاز همگان می‌شود. در اسلام مقوله مرگ‌اندیشی با توجه به صفات خالق، هدف خلقت و جایگاه انسان در خلقت همراه است. به سبب توجه به حکمت، قدرت، عدالت و مالکیت خداوند آن نوع از مرگ ضرورت می‌یابد که آغازی بر حیاتی دیگر در جهت استعلا و استکمال وجودی اوست. ایمان به حیات پس از مرگ، بخش جدانشدنی از مرگ آگاهی در ادیان الهی به‌ویژه دین اسلام است. این باور و اعتقاد، برای تنظیم حیات معقول، پاک و طیبه، رعایت حقوق دیگران، نوع‌دوستی، وفاداری و تعهد، نیکی و درنهایت دستیابی به آرامش، زیربنایی مستحکم است. این نوع از مرگ آگاهی نه تنها موجد وحشت و هراس ناتوان‌کننده نیست، بلکه باعث آرامشی است که بسیار مولد و اثربخش است. آرامشی که قدرت اندیشه و تصمیم‌گیری عقلانی را تقویت می‌نماید و فرد را در مسیر غایت مطلوب به پیش می‌راند.

تمرکز بر عمومیت مرگ و لزوم یادآوری آن از زاویه دید معصومین (ع)، ضمن تأکید بر رابطه ناگسستگی شناخت درست مرگ و آرامش در زندگی، نشان می‌دهد که مرگ و اندیشه درباره آن منافاتی با آرامش ندارد. طبق روایات معصومین (ع) با روی آوردن به اعمال نیک، به‌منظور ایجاد آرامش، مرگ‌اندیشی با تلاش و دوری از سستی و رخوت همراه می‌شود. بنابراین ادعا، با شناخت درست مرگ به‌عنوان نعمتی از جانب خداوند و نیز با لحاظ الزاماتی برای حرکت، عملکرد مناسب با نگرش سازمان‌یافته انتخاب شده و با معیار حق سنجیده و ارزیابی می‌شود. لذا با توجه به حقیقت مرگ به‌عنوان امری غیرقابل اجتناب، در حوزه تربیتی پیشنهاد می‌شود که فصلی از کتب معارف، اخلاق و دین و زندگی در مقاطع مختلف تحصیلی به شناخت حقیقت مرگ، لزوم مرگ آگاهی و نحوه‌ی رویارویی با آن با تمرکز بر آیات و روایات اختصاص داده شود و چنانچه زمینه انجام پژوهش‌های عمیق‌تر به‌صورت میدانی در این حوزه فراهم شود و نتایج در اختیار برنامه‌ریزان و

سیاست‌گذاران گذاشته شود، می‌توان به انجام اقداماتی جهت افزایش سطح آرامش عمومی به‌ویژه در شرایط بحرانی از قبیل بروز سوانح طبیعی و بیماری‌های همه‌گیر از قبیل کرونا کمک نمود.

منابع

منابع فارسی:

- قرآن کریم
 نهج‌البلاغه
 لغتنامه دهخدا
 لغتنامه معین
 اسپینوزا، باروخ (۱۳۷۶). اخلاق، ترجمه محسن جهانگیری، چاپ دوم، تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
 افلاطون (۱۳۸۰). دوره کامل آثار افلاطون، چاپ سوم، تهران: خوارزمی.
 اکبر زاده، فریبا؛ دهباشی، مهدی و شانظری، جعفر (۱۳۹۳). بررسی و تحلیل تطبیقی مرگ و رابطه آن با معنای زندگی از دیدگاه مولوی و هایدگر، الهیات تطبیقی، سال پنجم، بهار و تابستان، شماره ۱۱، ص ۱-۲۰.
 اکبریان، رضا و فاضلی، علی‌رضا (۱۳۸۶). بررسی چیستی مرگ از دیدگاه افلاطون و ملاصدرا، قبسات، سال دوازدهم، صص ۴۹-۷۰.
 آبیاری، زهرا؛ حسینی حجازی، فاطمه سادات. و شیریان، زهرا. (۱۳۹۸). کارکردهای اخلاقی مرگ آگاهی در زندگی معنادر، از دیدگاه علامه جعفری، فصلنامه اخلاق، سال نهم، شماره ۳۳، صص. ۹۵-۱۱۹.
 باقری، خسرو (۱۳۸۶). نگاهی دوباره به تربیت اسلامی، چاپ هفدهم، تهران: مدرسه.
 رایس، فیلیپ (۱۳۸۷). رشد انسان، مهشید فروغان، چاپ دوم، تهران: ارجمند.
 سبزه‌آرای لنگرودی، میلاد؛ حاجلو، نادر؛ بشر پور، سجاد و ابوالقاسمی، عباس (۱۳۹۵). مرگ آگاهی تجربه‌ای بیدارکننده: دو مطالعه بر اضطراب مرگ و ارزش‌گذاری آرزوهای بیرونی، پژوهش در سلامت روان‌شناختی، دوره دهم، شماره چهارم، صص. ۱۹-۲۹.
 سلیمانی، فاطمه (۱۳۸۷). ترس از مرگ با تکیه بر دیدگاه ابن‌سینا و ملاصدرا، حکمت سینوی (مشکوه النور)، دوره ۱۲، شماره ۴۰، صص. ۷۵-۱۰۱.
 شریف‌الرضی، محمد بن حسین (بی‌تا). خصائص الأئمه (ع) (خصائص أمير المؤمنين (ع))، محقق و مصحح محمدهادی امینی (۱۳۶۴)، چاپ اول، مشهد: آستان قدس رضوی.
 شوشتری، عباس (۱۳۷۴). فرهنگ کامل لغات قرآن، چاپ سوم، تهران: گنجینه.
 شوشتری، نورالله (۱۴۰۹ ق). احقاق الحق و ازهاق الباطل، قم: انتشارات کتابخانه آیت‌الله مرعشی نجفی.
 شیخ صدوق (۱۳۸۵). ترجمه من لایحضره الفقیه، ترجمه غفاری، ع. ا.، تهران: دارالکتب الاسلامیه.

- شیخ طوسی (۱۳۹۰ ق)، *النهایه فی مجرد الفقه و الفتاوی*، ترجمه دانش‌پژوه، م.ت. (۱۳۶۰ ش)، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- طاهری سرتشینزی، اسحاق و موسوی، مریم السادات (۱۳۹۱). مرگ آگاهی و معناداری زندگی از منظر نهج البلاغه، *انسان پژوهی دینی*، سال نهم، شماره ۲۷، صص. ۱۷۷-۱۹۸.
- طباطبایی، محمدحسین (۱۳۸۲). *اصول عقاید و دستورات دینی*، قم: بوستان کتاب.
- طباطبائی، محمدحسین (۱۳۷۴). *تفسیر المیزان*، محمدباقر موسوی همدانی، قم: نشر انتشارات اسلامی.
- عبید، رؤوف (۱۳۷۴). *انسان روح است نه جسد*، تهران: گلفام.
- عطاردی، عزیز الله (۱۳۹۱). *مسند الامام الجواد ابی جعفر محمد بن علی (ع)*، تهران: عطارد.
- قاضی زاده، کاظم و سلیمی زارع، مصطفی (۱۳۸۶). کرامت انسانی در پرتو قرآن و روایات، *مجله بینات*، بهار، شماره ۵۳، صص ۹۵-۶۸.
- قاضی قضاعی، ابوعبدالله (۱۳۹۷). *ترجمه و شرح فارسی شهاب الاخبار*، ترجمه دانش‌پژوه، م.ت.، تهران: دانشگاه تهران.
- قمی، عباس (۱۳۹۰). *منتهی الامال*، ویرایش عابدینی مطلق، ک.، تهران: مبین اندیشه.
- کاکایی، قاسم و جبارہ ناصرو، محبوبه (۱۳۹۵). بررسی و نقد ارتباط مرگ و گناه در آثار آگوستین قدیس، *تأملات فلسفی*، دوره ۷، شماره ۱۶، صص ۱-۱۸.
- کلینی (۱۳۸۸). *فروع کافی*، ترجمه گروه مترجمان، قم: قدس.
- کلینی (۱۳۹۷). *اصول کافی*، ترجمه انصاریان، ح.، قم: دارالعرفان.
- گوتهک، جرالد (۱۳۹۶). *مکاتب فلسفی و آراء تربیتی*، محمدجعفر پاک‌سرشت، چاپ هفدهم، تهران: سمت.
- مجلسی، محمدباقر (۱۳۶۳). *بحار الانوار*، ترجمه سید ابوالحسن موسوی همدانی، کمپانی.
- محمد زاده، علی؛ جعفری، عیسی و حاجلو، نادر (۱۳۹۴). رابطه اضطراب مرگ با روش‌های مقابله مذهبی، *سبک‌های دل‌بستگی به خدا و عمل به باورهای دینی، فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، دوره پنجم، شماره دو، صص. ۲۵۹-۲۷۲.
- مر، گستون (۱۳۸۳). *افلاطون*، ترجمه خونساری، ف.، تهران: موسسه پژوهشی حکمت و فلسفه ایران.
- مشکینی، علی (۱۳۹۳). *مواعظ عدیده*، ترجمه موسوی قافله‌باشی، س.م.، قم: موسسه فرهنگی دارالحديث.
- مطهری، مرتضی (۱۳۷۸). *مجموعه آثار*، ج ۱۲، تهران: انتشارات صدرا.
- معمدلی، غلامحسین (۱۳۸۷). *انسان و مرگ*، تهران، مرکز.
- مکارم شیرازی، ناصر و جمعی از فضلا (۱۳۹۰). *پیام امام امیرالمؤمنین علیه السلام*، ج ۱۳، قم: مدرسه الامام علی بن ابی طالب علیه السلام.
- موسوی، سید جواد (۱۳۸۶). برخی از آثار یاد مرگ، *مجله مبلغان*، بهمن و اسفند، شماره ۱۰۰، صص ۷۷-۶۸.

میرزایی، فرامرز، شریفیان، مهدی و پروانه، علی (۱۳۸۹). مرگ‌اندیشی خیامی در آثار دو شاعر فارسی و عربی: صلاح عبدالصبور و نادر نادر پور). فصلنامه پژوهش‌های زبان و ادبیات تطبیقی، بهار، شماره ۱، صص ۱۷۷-۱۵۹.

نراقی، ملامهدی (بی‌تا). جامع السعادات، ترجمه کریم فیضی (۱۳۸۸)، قم: انتشارات قائم آل محمد. نیچه، فردریک (۱۳۹۳). چنین گفت زرتشت، داریوش آشوری، چاپ سی و چهارم، تهران: آگه. یالوم، اروین (۱۳۹۰). روان‌درمانی اگزستانسیال (وجودی)، سبیده حبیب، تهران: نی. یثربی، یحیی (۱۳۸۶)، مرگ و مرگ‌اندیشی، مجله قیسات، شماره ۱۹.



معرفة الموت و دلالاتها التربوية فى زيادة السكينة مع الاتكال على روايات المعصومين (ع)

مريم البناهان

فاطمة الطراز المنفرد

الغرض من هذه الدراسة هو التامل الى موضوع الموت معرفة الموت و دلالاتها على التعليم و التربية. تناولت الدراسة الحالية ، من منظر روايات المعصومين ، تلك الخصائص المتأصلة فى الإنسان و الدنيا و الموت التى يمكن أن تكون أساساً لاستخراج عوامل التى هى مكونة ارضية السكونه. تم تلك المهمة باستخدام الأسلوب التوصيفية التبيينية والاستنباطية. أولاً ، يتم تبيين ضرورة الموت على أساس الصفات الإلهية مثل: القدرة ، الحكمة ، الرحمة ، العدالة و المالكية ؛ وهذه الصفات فى موقع الأساس تنتهى إلى اصول مثل الاستكمال و التقوى و التوبة و العبودية و العمل الصالح. تظهر نتائج البحث أن الموت ضرورى بناءً على الخصائص المتأصلة فى الإنسان و العالم ؛ فى الوقت نفسه ، تتضمن هذه الخصائص ، مع الخصائص الماهوية للموت ، دلالات على التربية التى تمكن أن يودى إلى السكينة. من هذا المنظر ، فإن تذكر الموت يسبب الجدّ و الجهد و تسهيل المعاش و تجنب الكسل و الابتعاد عن الخمول و التشويش. تظهر النتائج أيضاً أنه على الرغم من الاعتقاد العام ، أن تذكر الموت لا تنافى سكينه الانسان، بل إذا فهم الانسان بشكل صحيح ماهية الموت و سبب ضرورته ، فيمكن أن تتحرر الحياة البشرية من الاضطراب الناشئ عن اقتراب الموت.

الكلمات الرئيسية: معرفة الموت ، التربية ، السكينة ، الروايات.

الكاتبة المسؤولة: أستاذة مساعدة، قسم الإدارة و التخطيط التعليمى، كلية العلوم التربوية و علم النفس، جامعة الزهراء، طهران،

الإيران.

طالبة تاريخ و فلسفة التعليم و التربية، كلية العلوم التربوية و علم النفس، جامعة الزهراء، طهران، الإيران.

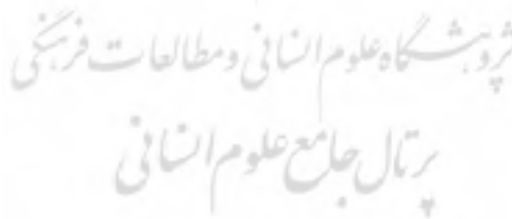
The awareness Death and Its Educational Implications in Increasing calmness Relying on Infallibles Narrations

Maryam Banahan *

Fatemeh Teraz Monfared **

The aim of this study is to address death and death awareness, and its implications for education. This study deals with the intrinsic features of the world and death in terms of the narrations of the infallibles and uses them as a basis for extracting the underlying factors of calmness. This was done using descriptive-explanatory and inferential methods. First, the necessity of death is explained on the basis of divine attributes such as God's power, wisdom, mercy, justice and property. These attributes in the position of the foundations, lead to principles such as perfection, piety, repentance, servitude and righteous deeds. Research findings indicated that death is necessary based on human characteristics and world characteristics; But the nature of death includes implications for education that can lead to calmness. From this perspective, remembering death causes effort, endeavor, making life easier, avoiding laziness, and avoiding lethargy and anxiety. Findings also showed that despite popular beliefs, the idea of death is not in conflict with human calmness. through understanding the nature and cause of necessity of death, human life can be free from the anxiety of nearby death.

Keywords: Awareness Death, Education, Calmness, Narrations.



* Assistant Professor, Department of Management and Educational Lesson Planning, College of Educational and Psychological Sciences, Azahra University, Tehran, Iran.

** Student of Educational and Training History and Philosophy, College of Educational and Psychological Sciences, Azahra University, Tehran, Iran.