

# از ایمان تا آرامش مطلق

دکتر سیدمهدی حسینی خامنه، معاون فرهنگی و دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

در بسیاری از موارد  
افزون خواهی بشر مانع  
آرامش اوست .



از نظر عقل و فکر محکم‌ترین اطمینان‌ها و از نظر احساسات و قلب، پاک‌ترین نیات و از نظر عمل بهترین اعمال را داشته باشد. به راستی مگر کلمه «ایمان» از همان ریشه «امنیت» و آرامش نیست؟ ایمان همانند سپری محکم بشر را در مقابل طوفان‌های سهمگین مادی، همچون مشکلات زندگی، و معنوی همچون هیجان‌ات فکری و روحی، محافظت می‌کند و این همان خلأ و کمبودی است که انسان مرفقی امروز دچار و گاه متوجه آن شده است.

بشری که به سلاح ایمان مسلح است همچون کودکی که دست در دست پدر قوی و مهربان خود دارد، در برابر همه‌ی ناملایمات احساس آرامش می‌کند. اتصال به مبدأ و قدرت مطلق جهان آنچنان اعتماد به نفس و آرامشی در انسان ایجاد می‌کند که با هیچ چیز دیگر به دست نمی‌آید.

در دنیای پرهیاهوی امروز که رشد فناوری‌ها موجب ماشینی شدن زندگی بشر گشته، در عصری که تنوع و تعدد منابع اطلاعاتی موجب سرگشتگی بیشتر انسان شده است و در زمانه‌ای که همه برای به چرخش در آوردن چرخ زندگی خود با تمام توان مشغول کار و تلاش اند، همه‌ی انسان‌ها در پاسخ به این سؤال که مهم‌ترین خواسته‌ی شما در زندگی چیست؟ جواب خواهند داد: «آرامش».

به راستی تمامی رشد فناوری‌ها، انفجار اطلاعات و ماشینی شدن زندگی‌ها چقدر برای بشر امروزی آرامش به ارمغان آورده است؟ بی‌شک ما انسان‌ها برای آرامش و سعادت زندگی می‌کنیم و خالق بشر هم چیزی جز این برای او نخواسته است. ولی سعادت‌ی که خداوند، انسان را به سوی آن راهنمایی می‌کند، سعادت‌ی کامل و ابدی است که انسان

## یک خاطره ...

### دکتر مهران فرهادی

در روزهای خوبی از سال ۱۳۸۰ شمسی کنسرت موسیقی محمد نوری را در سالن میلاد تدارک می دیدم. شب اول اجرا بود. سالن مملو از جمعیت؛ تجربه جدیدی بود. هیجان، اضطراب و کمی ترس وجودم را فرا گرفته بود. نمی توانستم بر اعصاب مسلط باشم ولی می بایست خودم را حفظ می کردم و طبق معمول همیشه همه چیز را به درون می ریختم.

چند لحظه بیشتر به شروع برنامه باقی نمانده بود استرس تمام وجودم را فرا گرفته بود. زانوهایم نای راه رفتن نداشت. شمارش معکوس شروع شده بود که ناگهان چهره‌ای از درب VIP سالن وارد شد. به سمت من آمد هر چه نزدیک تر می شد پاهایم استوارتر می شد. تمام وجودش انرژی و آرامش بود. به من نزدیک شد و وقتی دستانم را فشرد احساس استواری و آرامش مطلق کردم.

درست نمی دانم بینمان چه کلماتی رد و بدل شد. او را به جایگاه استقرارش راهنمایی کردم. فرمان شروع برنامه را دادم و آغاز شب دوستی شش ساله را به همه مدعوین اعلام کردم و در تمام این مدت همیشه برایم پیک دوستی، آرامش و محبت بوده است.

با تمام وجود بهترین‌ها را برای مدیر مسئول محترم **پژواک آرامش**، دکتر علیرضا ناصری، آرزو می‌کنم. موفق، سربلند و پیروز باشد. ■



اینگونه است که قرآن تنها یاد خدا را مایه‌ی آرامش دل‌ها می‌داند! اگر بشر بیاندیشد که با ثروت زیاد و رفاه به آرامش و آسایش می‌رسد و از اضطراب، دلهره و ناراحتی رها می‌شود، سخت در اشتباه است. بدیهی است که این گفته به آن معنی نیست که نباید به دنبال ثروت و رفاه رفت، بلکه بدین معنی است که ثروت و رفاه همیشه منجر به آرامش انسان نمی‌شود. در بسیاری از موارد، افزون‌خواهی بشر مانع آرامش و کسب ثروت زیاد باعث اضطراب و دلهره می‌شود، اما با یاد خداست که دل آرامش می‌یابد. حال یاد خدا چگونه حاصل می‌شود؟ عبادت‌های مختلف و بالاترین آنها «نماز» نقش اساسی در این میان ایفاء می‌کند.<sup>۲</sup> این عبادت به ظاهر ساده و مکرر اگر حتی با کمترین توجه و تمرکز انجام شود، آنچنان اثر آرامش‌بخش و تسکین‌دهنده‌ای بر روح انسان خواهد داشت که بسیاری از دغدغه‌ها و آشفتگی‌های فکری و روحی فراموش خواهند شد و فرصتی برای فکر و اندیشه‌ی انسان فراهم می‌شود تا بتواند با عقلانیت بر مشکلات خود فائق آید. هنگامی که در نقطه‌ی اوج نماز می‌گوئیم: «خدا یا تنها از تو کمک می‌خواهیم»<sup>۳</sup> این اعتماد کامل ما به توانایی، خیرخواهی و کمک خداوند، انرژی دوجندانی در ما ایجاد می‌کند.

بشر امروز، زمانی می‌تواند صلح جهانی را دنبال کند که در وجود خودش صلح ایجاد کرده باشد و این تنها با ایجاد صفات پسندیده و دوری از صفات ناپسند اخلاقی فراهم می‌شود.

گاه داشتن آرزوهای دور و دست‌نیافتنی بیش از آنکه برای انسان انگیزه‌ی حرکت رو به جلو فراهم نماید، موجب اضطراب و سلب آرامش او می‌شود.

اما فلسفه‌ی انتظار، با توجه به اینکه انسان به امید آینده‌ای روشن‌تر در حضور مصلح جهانی زندگی می‌نماید، منجر به رویارویی بهتر با مشکلات شده و آرامشی وصف‌نیافتنی را به انسان هدیه می‌کند. ■

۱- «...الا بذکر... تطمئن القلوب» به گفته‌ی مفسرین اینکه «بذکر...» قبل از «تطمئن القلوب» آمده است علامت این است که فقط و فقط با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌گیرد.

۲- «اقم الصلوة لذكری...» نماز را برای یاد من برپا دارید.

۳- «ایاک نعبد و ایاک نستعین»