



زندان‌ها و اسارت‌های زندگی‌مان را بشناسیم

شما در کدام بند گرفتار هستید؟!

■ **مرضیه بامیری**

تا حالا پرندهای در بند دیده‌اید؟ پرندهای که به حکم غریزه دنبال دانه می‌رود و سر از بند در می‌آورد. در چرخه غذایی طبیعت قرار می‌گیرد و توسط یک موجود قوی‌تر حذف می‌شود. ما انسان‌ها در بند کشیدن استادیم و می‌خواهیم همه چیز و همه کس را به بند بکشیم. در اینکه مغرورانه خود را مالک همه دنیا بدانیم و بخواهیم برای تک تک موجودات زمینی و فرا زمینی تصمیم بگیریم. العیاذ بالله گویا خداییم. ما جنبه تعریف کردن را نداریم. دیده‌اید وقتی یکی را می‌ستایند فاز برتری بر می‌دارد و به جای اینکه از این تمجید در جهت شناخت استعداد و توانش بهره‌گیرد از آن برای در بند کردن دیگران استفاده می‌کند. بند که می‌گوییم نه تور صیادهای بی‌وجدانی است که برای خوشگذرانی جان‌چانداری می‌ستایند. بند به معنی در بند کشیدن و انحصاری کردن شخص یا شیئی برای خودمان. ما فکر می‌کنیم پیرامون خود را به بند می‌کشیم، واقعیت این است که خودمان در بند هستیم. در بند خیلی چیزها که از ما موجودی اسیر و زندانی ساخته‌اند. بگذارید بعضی از مهم‌ترین بندهای زندگی‌مان را بشناسیم.

بعضی‌ها در بند شیطان هستند

بسیاری از ما در بند شیطان هستیم. تکلیف در بند هم مشخص است. اطاعت و سر تسلیم فرود آوردن. پس اگر شیطان بر ما چیره شد و ما در بندش گرفتار آمدیم، دیگر ما می‌شویم در بند، او می‌شود نگهبان. به هر سازی که دلش خواست ما را می‌رقصاند. گاهی مظلوم و سر به زیر تمام دستوره‌های عالیجناب شیطان را مو به مو بدون هیچ کم و کاستی اجرا می‌کنیم. آدم فروشی می‌کنیم، تهمت می‌زنیم. قسم دروغ می‌خوریم و مثل آدم بدهای قصه، دل‌مان می‌خواهد بقیه را هم به کام حبس بکشانیم. به رسم عبادت و بر اساس این ضرب‌المثل معروف که می‌گوید: دینگی که برای من نوجوشد بهتر است سر سبگ در آن بچوشد، رفتار می‌کنیم. بسیاری از ما حاضرین دیگران را به زحمت بیندازیم. اصلاً حسادت‌ما از همین جا شروع می‌شود. اینکه نمی‌توانیم کسی را برتر ببینیم و به اختیار و یا تصمیم شیطان تصمیم به نابودی آن فاکتور برتری می‌گیریم. ساده بگوییم، اگر به هر داشته دیگران حسادت می‌کنی، اگر زی‌راب می‌زنی، اگر مدام در سیرت و صورت دیگران دنبال عیب می‌گردی، اگر دچار خودبرت‌بینی شده‌ای و همه جهان را زیر دستان خود می‌پنداری بدان در بند هستی و باید هر چه زودتر برای نجات خودت کاری کنی.

خیلی‌هایمان در بند تن هستیم

اما بند یا زندان بعدی زندان تن است. بسیاری از ما در بند تن خودمان هستیم. در صندوقچه عقل و شعور را بسته‌ایم و به جایش می‌گذاریم زشتی و زیبایی تن، تعریفمان کند. ما گاهی یادمان می‌رود هر آنچه داریم سرسرامات است و روزی تمام و کمال از ما می‌ستانند. چنان به تن خود می‌نازیم که انسانیت و فاکتورهای مهم بندگی را از یاد می‌بریم. بسیاری از ما، ما یعنی آدم‌ها، آنقدر در منجلاط تن خود گرفتار می‌شویم که اسم زندانمان می‌شود هوس. آن‌وقت دیگر چنان‌بینی برایمان عوض می‌شود. وقتی همه چیز در فیزیک آن‌نومسی بدن و تن خلاصه شد، خودفروشی و تن فروشی رایج می‌شود. آن‌وقت است که به جای عقل برای تن خوراک می‌خواهیم و علاجش می‌شود همه آن نیایدهایی که میل ندارم از آنها بگویم که هم من می‌دانم و هم شما! این روزها خیلی خوب می‌دانید. زندانی‌های تن که زیاد می‌شود فساد ریشه می‌گیرند. آن وقت است که هم و غم ما می‌شود حفظ زیبایی‌های ظاهری. مالک ما هم می‌شود صورت و به آسانی، دیگران را بر اساس آنچه می‌بینیم و نه آنچه هستند قضاوت می‌کنیم. تنها راه‌هایی از زندان تن، برتری عقل و تدبیر است و اینکه ما بدانیم هدف از خلقتمان یک صورت نبوده و کارهای مهم‌تری بر دوشمان است که باید در این چند صباح زندگی انجام دهیم.

زندان گیر خیلی خطرناک است

زندان دیگر زندان کبر است. این زندانی‌ها را از نزدیک بسیار دیده‌ایم. این آدم‌ها خطرناکند. رحم ندارند و هر کسی را قربانی خودخواهی و کبرشان می‌کنند. اینها همان دسته‌های هستند که فکر می‌کنند

که دوستان داریم. مثلاً همه ما روی وطنمان غیرت و

تعصب داریم. همه ما به‌طور غریزی نسبت به خانواده‌مان غیرتی هستیم و هر قدر هم که بد باشد کسی جرئت ندارد جلوی روی ما بدشان را بگوید حتی اگر واقعیت باشد. یک فرزند روی آبروی پدرش غیرت دارد و آنقدر صحنه‌های انسانی و احساسی در ذهنمان شکل می‌گیرد نمی‌گنجد. پس ما خیلی از اشتباهات را با اراده خودمان در کمال صحت عقل انجام می‌دهیم و اسمش را می‌گذاریم غیرتی شدن. نگذاریم روح بعضی واژه‌های ناب از فرهنگمان پاک شود. اجازه ندهیم دختر کشی صفت غیرت را لگدمال کند. مرد با غیرت کار می‌کند و فکر رفاه خانواده است و هرگز راضی به آزار اعضای خانه‌اش نمی‌شود. غیرت موقعی خودش را نشان می‌دهد که نگذاریم چارچوب‌های ارزشی و اخلاقی خانواده و جامعه خدشه‌دار شود و انسانیت زیر سؤال برود.

زندان شکم، سلامت‌مان را تهدید می‌کند

بند و زندان دیگر برای ما زندان شکم است. بسیاری از ما آدم‌ها بنده شکم خود هستیم. قیمت‌مان چند پرس غذا، چرب و خوش‌رنگ و لعاب است. مایی که از هر چه بگذریم نمی‌توانیم از تمنای شکم بگذریم و خیلی وقت‌ها با دست خودمان کمر به نابودی خود می‌بندیم. خوش‌همزها منطبق را زایل می‌کنند و ما دیوانه‌وار سمت خوراکی‌هایی می‌رویم که ما را به بیماری و رفتن از دنیا نزدیک می‌کند. جالب است که عاقبتش را می‌دانیم اما باز هم عبرت نمی‌گیریم و درد کشیدن و دچار آلزایمر شدن برایمان بی‌اهمیت‌تر از خوردن شکر، نمک و غیره است. فقط یک زندانی نیست که خانواده پدری رومینا نشانمان دادند. غیرت یعنی حساس بودن روی سرنوشت و رفتارهای کسانی



زبان زندانبان بی‌رحمی است

یکی از چیزهایی که ما را در بند می‌کشد زبان است. این عضو صورتی رنگ پسرزاد به طرز عجیبی ما را در اسارت خودش دارد که اگر از قدرتش غافل شویم بر بادمان می‌دهد. وقتی دروغ می‌گوییم مدام مجبوریم برای اینکه گند کارمان در نیاید یک دروغ تازه بگوییم. دروغ را با دروغ بعدی پیش می‌بریم و یک وقت چشم‌باز می‌کنیم و حیرتمان می‌شود از وسعت دروغ‌هایی که گفته‌ایم. اولی را هر چند کوچک به اختیار و با اراده خودمان بر زبان جاری می‌کنیم ولی بعدش بنده دروغ‌ها می‌شویم و می‌گذاریم ما را به هر کجا خواستند بکشانند. زبان می‌تواند تند و تیز باشد و واسطه‌اش حلقه دوستان را تنگ‌تر کند. می‌تواند اقترا ببندد و آبروی بنده‌ای را ببرد یا می‌تواند ما را از لانه بیرون بکشد. تا وقتی زبان تحت مالکیت و فرمان ماست همه چیز خوب است اما وقتی اختیار ما افتاد دست زبانمان دیگر معلوم نیست با چه سرنوشتی مواجه خواهیم شد. وقتی غیبت می‌کنیم در بند گرفتار می‌شویم. وقتی تهمت می‌زنیم، کلمات زشت بر زبان می‌آوریم، سخن بیهوده می‌گوییم، کلمات زشت بر زبان می‌آوریم، سخن بیهوده

سبک‌زندگی

سبک‌زندگی ۸۸۴۹۸۴۷۱

درد

از بند ترس غافل نشویم. این زندان مخوف، قربانبان زیادی در خود جای داده است. آنهایی که از ترس مردن به درستی زندگی نکرده‌اند. مدام از در جا زدن و اشتباه کردن ترسیده‌اند. آنقدر این حس را در خود بارور ساخته‌اند که دیگر قادر نیستند از آن‌رهایی یابند و به همین خاطر تن به هر ذلتی می‌دهند. می‌گویند ترس برادر مرگ است. پس بهتر است با ترس‌هایمان هر چه که هست روبه‌رو شویم



می‌گوییم ... اسیر زبان خود می‌شویم. پس زبان بسیار شکارچی و زندانبان بی‌رحمی است و باید مراقبش باشیم.

از بند گذشته‌رها شویم

همه ما به نوعی در خاطرات خود گرفتاریم. البته بعضی‌ها برای کسب انرژی سراغش می‌روند و ورق می‌زنند اما اکثریت در یک نقطه از گذشته‌شان جامی‌مانند و این فقط جسمشان است که تن به تغییر می‌دهد. آدم‌های ضعیف مغلوب خاطرات می‌شوند و مدام با اشک و آه تعریف می‌کنند و آدم‌های موفق از گذشته و خاطراتش پلی برای آینده می‌سازند. آنها در جا نمی‌زنند و برای زنده ماندن هر روز خاطرات نو می‌سازند.

در بند حرص و آز گرفتار نشویم

یکی از بندهای خطرناک حرص و آز است. خصلتی که اجازه نمی‌دهد از زندگی که در لحظه جاری است لذت ببریم. مدام برای به دست آوردن چیزهای بیشتر حرص می‌زنیم و هیچ وقت به آنچه داریم قانع نیستیم. هیچ وقت نمی‌گوییم تا همین جا هر چه داریم بس است. آنقدر پیش می‌رویم و جمع می‌کنیم که کم‌کم لذت زندگی فراموش‌مان می‌شود دیوانه‌وار سمت خوراکی‌هایی می‌رویم که ما را به حرص خوردن. آنهایی که حرصند به حق خود قانع نیستند و اغلب با ناحق کردن دیگران سعی دارند دارایی‌شان را زیاد کنند.

بند شهرت شیرین و ویرانگر است!

بند دیگر شهرت است که آدم‌های زیادی در آن گرفتارند. یا مشهورند و در بند یا خیال شهرت دارند و حاضرند به هر قیمتی برای دیده شدن هر کاری کنند. اگر اسیر شهرت شویم و حواسمان نباشد زود قافیه را بیاوریم. همان قدر که شیرین و جذاب است به همان اندازه ترسناک و ویرانگر است.

از بند ترس غافل نشویم

از بند ترس هم نباید غافل شویم. این زندان مخوف، قربانبان زیادی در خود جای داده است. آنهایی که از ترس مردن به درستی زندگی نکرده‌اند. مدام از در جازدن و اشتباه کردن ترسیده‌اند. آنقدر این حس را در خود بارور ساخته‌اند که دیگر قادر نیستند از آن‌رهایی یابند و به همین خاطر تن به هر ذلتی می‌دهند. می‌گویند ترس برادر مرگ است. پس بهتر است با ترس‌هایمان هر چه که هست روبه‌رو شویم. اگر از ارتقای می‌ترسیم به بلندترین نقطه از شهر برویم و اگر فویسای رانندگی داریم، در شلوغ‌ترین خیابان شهر تردد کنیم. فقط رویارویی با ترس می‌تواند ثابت کند هیچ اتفاقی به‌آن بدی که ما فکرش را می‌کنیم نیست و همیشه این بدترین‌ها در ذهن ماست که شکل می‌گیرند.

بندها را از دست و پایمان باز کنیم!

اگر بخواهم همه بندهایی که ما را تهدید می‌کنند بگویم در حوصله این مقال نمی‌گنجد. پس از بند خرافات نمی‌گوییم. از اینکه اکثر ما بنده پول و صدلی قدرتمان هستیم هم سخن نمی‌گوییم. زندان افکار منفی و سمی را هم نمی‌کاویم که خودش به تنهایی مثنوی هفتاد من است ولی می‌گوییم که چقدر برای داشتن یک جسم و تن سالم و یک جامعه ایمن نیاز داریم به باز شدن این بندها. هر کدام از این بندهای لعنتی طوقی شده بر گردن خوشبختی و سعادت دنیا و آخرتمان. بعضی از آنها تار و پود ایمانمان را می‌چود و بعضی هم...

این بندها را از دست و پایمان باز کنیم و مثل یک انسان آزاد و رها در صفحه خورشنگ زندگی بنازیم و به سمت اوج و قله‌های انسانیت برویم.

راهنما



رفتار با دنیا در کلام معصومین(ع)

چه خوب است دنیا برای به دست آوردن آخرت

رفتار ما در دنیا و با دنیا چگونه باید باشد؛ دنیایی که از ریشه دنی به معنای پست و در نهایت هم فانی و زودگذر است. معصومین(ع) درباره نگاه و رفتار ما در قبال دنیا احادیث فراوانی دارند که شاخص‌ترین ایشان امیرالمؤمنین علی(ع) است. حضرت علی(ع) به دنیا نگاهی کامل و چندوجهی دارد. از سویی مذمت آن را می‌گوید و از سوی دیگر ما را به کار و تلاش دعوت می‌کند. امام علی(ع) معتقد است: -دنيا انسان را مغرور می‌کند... به او ضرر می‌رساند... آب شور در باست که نوشنده را نه تنها سیراب، بلکه تشنه‌تر می‌کند... سایه زودگذر است... مهمانی است که شبی را در جایی می‌گذراند و صبح کوچ می‌کند...

در آغاز، ممکن است چنین تصور شود که امام علی(ع) آدمی را به ترک دنیا، تلاش و کوشش، انتظار مرگ، گوشه‌نشینی و رخت و سستی دعوت می‌کند، میل و رغبت به زندگی را در انسان خاموش و او را به صورت شخصیتی سست عنصر تبدیل می‌کند، اما حقیقت امر این است که زهد دنیوی که مورد سفارش آن حضرت است، به معنای دست برداشتن از کار، کوشش، کناره‌گیری و عزالت‌یبستگی نیست. رفتار اجتماعی آن حضرت بهترین سند این مدعاست. در نهج‌البلاغه، دنیا زیاد مورد نکوهش قرار گرفته، به گونه‌ای که ممکن است چنین برداشت شود که دنیا مایه درد سر و پدیده زشتی است که موجب فریب و گمراهی انسان می‌شود، اما واقعیت آن است که اولاً، حضرت علی(ع) کنار نکوهش دنیا، گاه آن را تحسین کرده‌اند. در واقع، این دل‌بستگی‌ها و تعلقات روحی به دنیاست که پیامدهای ناگوار و تبعات روحی به دنبال دارد و همین‌ها مورد مذمت قرار گرفته‌است. در واقع اسلام ما را به تعادل دعوت می‌کند و از دنیاپرستی بازمی‌دارد.

نکوهش از دنیاپرستی در روایات اسلامی مخصوصاً در سخنان پیامبر اکرم(ص) و خطبه‌های نهج‌البلاغه به صورت بسیار وسیعی دیده می‌شود، از جمله:

در حدیثی از رسول خدا(ص) در پاسخ این سؤال که چرا «دنیا»، «دنیا» نامیده شده است؟ (توجه داشته باشید که دنیا از ماده دنی به معنی پایین و پست است) فرمودند: «لان الدنيا ذینة خلقت من دون الاخرة...؛ به خاطر این است که دنیا پست است و پیش از آخرت آفریده شده است.» در حدیث دیگری از همان امام(ع) می‌خوانیم: «ان الدنيا لمفسدة الدین و مسلیة الیقین؛ دنیاپرستی دین انسان را بر باد می‌دهد و ایمان و یقین او را می‌گیرد.» در حدیث دیگری می‌خوانیم که از امام علی بن ابی‌طالب(ع) نقل شده است: «ان الدنيا مغشوشة؛ دنیا پر از آشوب است و در واقع فلسفه این حکم الهی در آن تبیین شده، می‌خوانیم: «حب الدنيا یفسد العقل و یصم القلب عن سماع الحکمة و یوجب الیم العقاب؛ دنیاپرستی خرد را فاسد می‌کند و گوش قلب را از شنیدن سخنان حکمت آمیز ناشنوا می‌سازد و سبب عذاب دردناک(در دنیا و آخرت) می‌شود.»

در حدیث دیگری در بیان آثار زیانبار دنیاپرستی از پیامبر اکرم(ص) چنین آمده است: «ان الدنيا مشغلة للقلوب و الابدان؛ دنیاپرستی هم فکر انسان را به خود مشغول می‌دارد و هم بدن‌ها را(نه آرامش فکری و نه آسودگی جسم).»

بی‌تردید اگر به مادیات به عنوان وسیله‌ای برای رسیدن ن سعادت و خدمت به مردم نگریده شود، قابل تحسین است اما اگر به عنوان هدف، نه وسیله مورد توجه قرار گیرند و انسان را از معنویت دور سازند، طبعاً مورد نکوهش خواهند بود. امام باقر(ع) فرمودند: «نعمَ التَّوَنُ الدنیا علی طَلَبِ الاُخْرَی؛ چه خوب کمکی است دنیا برای به دست آوردن آخرت.»

مردی به امام صادق(ع) گفت: به خدا که ما دنیاطلب هستیم و دوست داریم دنیا به ما داده شود. امام(ع) فرمودند: «دوست داری با آن چه کنی؟» گفت: با آن به خودم و خانواده‌ام بهره‌ای رسانم، صلح رجم بجا آورم، صدقه بدهم و حج و عمره بگذارم. فرمودند: «این، دنیاطلبی نیست. این، آخرت طلبی است.»

زهد به معنای این نیست که انسان به‌طور کلی دنیا را کنار گذارد. قرآن کریم می‌فرماید: «لا تُتَّسِ نَصِیْکَ مِنَ الدُّنْیا؛ سهم خود را از دنیا فراموش مکن.»

- دنیاپرستی در احادیث اسلامی / پایگاه اطلاع‌رسانی حوزه /مرجع: کتاب اخلاق در قرآن - احادیث دنیا طلبی/ پایگاه اطلاع‌رسانی حدیث شیعہ - سیمای دنیا در نهج البلاغه / بر تال جامع علوم انسانی