

نقش مرگ اندیشی در زندگی معنوی از منظر آیات و روایات

احمد ذبیح افشاگر^۱

چکیده

مرگ در مقابل زندگی واژه نام آشنا و از امور بدیهی نزد همه انسان ها به شمار می رود و وجدان بیدار و تجربه آدمی به آن اذعان دارد. پرسش اساسی این است که انسان در رویارویی با این پدیده حتمی باید چه اقدامی را روی دست گیرد، آیا آن را به دست فراموشی سپرده و عمرش را در انتظار رسیدن آن سپری نماید یا همواره در زندگی مرگ را یادآوری و خود را مهیای آن سازد. در آموزه های دین مبین اسلام برای تغییر سرنوشت و سعادت یابی انسان سفارش های زیادی شده و یکی از این سفارش ها تلاش برای درک حقیقت مرگ و اندیشیدن پیرامون آن است. از منظر آموزه های قرآنی و روایی مرگ اندیشی آثار مثبت فراوانی در زندگی انسان دارد که برای نمونه می توان به آثار تربیتی آن اشاره نمود. در این نوشتار تلاش شده است با رویکرد توصیفی و تحلیلی آثار مرگ اندیشی را در زندگی معنوی با تکیه بر آثار تربیتی از منظر آیات و روایات مورد بررسی قرار دهد. می توان گفت حقیقت بینی، هدفمندی زندگی، توسعه نگرش و اندیشه، تقویت بعد عبادی، انجام تکالیف و وظایف دینی، خودسازی و وارستگی در انسان از جمله آثار مرگ اندیشی است؛ و از عوامل تقویت مرگ باوری و یاد آن، شناخت مبدأ، تقویت شناخت مرگ و امکان وقوع آن، تفکر در آینده و سرنوشت خود و موانع مرگ اندیشی: عدم شناخت صحیح از مرگ، غفلت، پیروی از هوای نفس است.

واژگان کلیدی: مرگ، زندگی، تربیت، معنویت.

۱. گروه تفسیر و علوم قرآن، جامعه المصطفی العالمیه، کابل، افغانستان.

مقدمه

مرگ از سنن قطعی است که احدی از آن گریزی ندارد؛ چنانکه قرآن کریم می‌فرماید هر نفسی چشمنده مرگ است (آل عمران، ۱۸۵)؛ اما از منظر تعالیم دینی و معارف و حیانی مرگ پلی جهت انتقال به سرای ابدی و سرآغاز زندگی جدید است. یاد و توجه دادن به مرگ در فرد تأثیر ژرف و عمیق داشته و زندگی او را جهت داده و معنادار می‌کند و از زندگی حیوانی و بی‌مسئولیتی و پوچی رهایی می‌بخشد و باعث تحول و دگرگونی آدمی در رفتار و کردار و گفتار می‌شود و در برابر مشکلات، مصائب و شداید، استواری و استحکام می‌بخشد و او را از فشارهای روحی و روانی می‌رهاند. از همین روست که در جای جای آیات قرآن کریم بحث معاد و قیامت و رستخیز و مرگ را در کنار بحث مبدأ مورد تأکید قرار داده و همگان را به تفکر و تأمل نسبت به آن وامی‌دارد تا تأثیرات تربیتی آن شامل حال افراد شود؛ مثلاً بعضی فرموده‌اند که: «فَلَوْ لَا إِذَا بَلَغَتِ الْحُلُقُومَ وَأَنْتُمْ حِينِيذٍ تَنْظُرُونَ» (واقعۀ ۸۳ - ۸۴). تفریع است بر تکذیب قرآن در رابطه با خبر بعثت، جواب «لولا» جمله آن‌هاست که خواهد آمد یعنی اگر شما در نفی بعثت راست گوئید چرا وقتی که روح محتضر به حلقوم می‌رسد، نمی‌توانید آن را برگردانید.

به عبارت دیگر اگر مرگ و رفتن به سوی خدا مقدر و اجباری نبود، می‌شد انسان جلوی مرگ را بگیرد ولی اینکه محتضر در مقابل چشمان او قبض روح می‌شود دلیل بر مقدر بودن مرگ و مسئول بودن انسان در مقابل عمل است، فاعل بلغت روح (نفس) است، رسیدن آن به حلقوم کنایه از اشراف به مرگ می‌باشد. انسان از طرف پیاپی می‌رسد تا روح به حلقوم می‌رسد و «و انتم حِينِيذٍ تَنْظُرُونَ»، اشاره به لاعلاج بودن است در رابطه با برگرداندن روح به بدن (قرشی، ۱۳۷۴، ج ۱۰، ص ۵۴۰). لذا مرگ یک امر حتمی برای آدمی می‌باشد و همواره باید مدنظر قرار گیرد. در این نوشتار به آثار و تأثیرات مرگ‌اندیشی در زندگی معنوی و برخی از عوامل و موانع تأثیر آن از نظر آیات و روایات پرداخته شده است.

۱. مفاهیم

آنچه در تحقیقات علمی معمول و متداول است شناخت مفاهیم ضروری و کاربردی است؛ زیرا در صورت عدم شناخت واژگان کلیدی موضوع مورد بحث را نمی‌توان به صورت عمیق پی برد. لذا می‌طلبید واژه‌های دارای کاربرد فراوان در مبحث مورد نظر ریشه‌یابی گردد تا خواننده نسبت به فهم مطلب دچار مشکل و یا سوء برداشت نگردد. از همین جهت در این نوشتار نیز تلاش شده است مفاهیم اساسی و کلیدی زیر مورد بررسی قرار گیرد تا بستری باشد برای بازخوانی مطالب اصلی این نوشتار.

۱-۱. تربیت

در لغت به معنای پروردن و آموختن آمده است (دهخدا، ۱۳۷۷، ج ۱۴، ص ۵۵۰). و در زبان عربی نیز چون از دوریشه اشتقاق یافته، معانی مختلف برای آن بیان شده است. اولین ریشه تربیت رب است که به معنای اصلاح و تدبیر و سرپرستی کردن، خوب رسیدگی کردن و به اتمام رساندن و کامل کردن آمده است. ریشه دوم تربیت ربو است که به معنای رشد و نمو، افزودن و پرورش جسمی است (ابن فارس، بی‌تا، ج ۵، ص ۹۴). در اصطلاح عبارت از فراهم کردن زمینه‌های رشد و تکامل همه‌جانبه انسان و هدایت سیر تکاملی او به سوی وجود کامل مطلق (خدا) با برنامه‌ای منظم و سنجیده و با محتوایی که از پیش تعیین شده است. تربیت در این معنا از مرحله معینی از زندگی انسان آغاز می‌شود تا او را در مسیر تکامل به سعادت حقیقی رهنمود شود، این کار مستلزم شناخت و پرورش متوازن و هماهنگ استعدادها و توانایی‌هایی است که خداوند در آن به ودیعت گذاشته است (بناری، ۱۳۸۳، ص ۶۶).

۲-۱. مرگ

قطع شدن و از بین رفتن نیرو و توانی که قوام و تحرک بدن بستگی کامل به آن نیرو دارد و از این ریشه و معناست موت که خلاف حیات است (ابن فارس، بی‌تا، ج ۵، ص ۱۸۳). همچنین به معنای جان سپردن، از دست دادن نیروی حیوانی و حرارت غریزی، نیست شدن زندگانی است و از این واژه در عربی به صورت ممات و اجل نام

می‌برند (مکارم شیرازی، ۱۳۸۳، ج ۵، ص ۴۲۲).

۱-۳. معنویت

معنوی در لغت منسوب به معنا است، آنچه دارای باطن و حقیقت باشد معنی و معنوی گفته می‌شود. معنویت به هرآن چه شامل یا مربوط به معنی و روح باشد، گفته می‌شود و مقابل ظاهری و مادی است. معنویت یعنی وجود معنی هر آنچه مادی نباشد را معنوی می‌گویند. از همین رو دین به معنویت استعاره می‌شود (عمید، ۱۳۸۳: ذیل واژه معنویت).

۱-۴. زندگی

زنده بودن، زیست، حیات، مدت عمر، وضع مالی، مال و منال، زندگی انسان دارای دو جنبه مادی و معنوی است. در زندگی معنوی ارتباط با خالق هستی، عبودیت و پرستش خدای یگانه جایگاه ویژه‌ای دارد، زیرا عبادت نردبان ترقی معنوی و سکوی پرواز به سمت عالم ملکوت است (فرهنگ لغت فارسی به فارسی، ۸/۱۱/۱۴۰۰).

۱-۵. زندگی معنوی

زندگی معنوی لزوماً به معنی تعلق به یکی از ادیان نهادینه و تاریخی نیست، بلکه مراد از آن به معنای داشتن نگرش به عالم و آدم است که به انسان آرامش، شادی و امید بدهد (ملکیان، ۱۳۸۰، ص ۳۷۶).

۲. آثار تربیتی یاد مرگ

معمولاً هر زمان از مرگ سخن به میان می‌آید ناخودآگاه آدمی به یاد جنبه ظاهری رحلت انسان از این سرای به سرایی آخرت می‌افتد. این رویکرد سبب شده شماری از انسان‌ها همواره از آن بهراسند و راه گریز در پیش گیرند؛ اما مرگ اندیشی و پذیرش مرگ و به یاد داشتن آن می‌تواند آثار تربیتی گوناگونی شامل آثار اعتقادی، عبادی، اخلاقی، عاطفی و روانی و اجتماعی برای انسان به همراه داشته باشد. به عبارت دیگر مرگ اندیشی می‌تواند برای آماده بودن برای پذیرش مرگ به انسان کمک نماید و آثار مختلفی در زندگی انسان و گرایش او به معنویت به همراه داشته باشد.

۲-۱. آثار اعتقادی

نخستین آثار مرگ اندیشی در زندگی معنوی انسان مسلمان آثار اعتقادی آن است که هدف آن رسیدن به استقلال فکری و عقلی در چارچوب ضوابط و معارف دینی و قرآنی است؛ معارف ارزشمندی که انسان را به تأمل و تفکر در آفرینش آسمانها موجودات زمین فرامی خواند تا از این طریق به حقایق وجود توحید و یکتاپرستی پی ببریم (پژوهشکده تحقیقات اسلامی، تعلیم و تربیت در اسلام، ص ۹۸). که خود شامل دسته‌های مختلف از جمله حقیقت‌بینی، معنابخشی به زندگی و هدفمندی سازی زندگی و توسعه در نگاه و اندیشه را برای انسان به بار آورد که در ادامه به آنها اشاره می‌گردد:

الف. حقیقت‌بینی

اگر انسان مرگ و آخرت را فراموش نمود اعمالش در نظر او زینت داده می‌شود و توان تشخیص خوب و بد را از دست می‌دهد و چه بسا خوب را بد و بد را خوب بنگارد، اما در سایه اعتقاد به معاد و مرگ انسان قوه تشخیص وقایع را پیدا نموده و در سایه آن به اعمال خود می‌پردازد چنانکه قرآن در این رابطه می‌فرماید «إِنَّ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ زَيَّنَّا لَهُمْ أَعْمَالَهُمْ» (نمل، ۴)؛ همانا آنان که به عالم آخرت ایمان نمی‌آورند ما اعمالشان را در نظرشان جلوه می‌دهیم تا به کلی مغرور و گمراه شوند. این آیه شریفه علت عدم تشخیص این افراد را فراموشی و عدم ایمان به معاد ذکر می‌کند لذا مرگ باوری موجب بهره‌مندی از بصیرت و قدرت تشخیص حق و باطل می‌گردد.

ب. معنابخشی و هدفمند نمودن زندگی

یاد مرگ به زندگی انسان هدف و معنا می‌بخشد و از هرگونه انسان را از دلهره و اضطراب و پوچی رهایی می‌بخشد چراکه انسان درمی‌یابد دنیا مقدمه و پیش‌درآمد آخرت است و لذا از پوچی و نیازدگی و فرو رفتن در آن نجات و رهایی پیدا می‌کند و در امور دنیوی هم به حداقل اکتفا می‌کند. در روایت بیان شده است: «هر کس که بسیار به یاد مرگ باشد از دنیا به اندکی راضی خواهد شد» (نهج البلاغه، حکمت ۳۴۹).

ج. توسعه در نگرش و اندیشه

مرگ باوری و یاد آن اندیشه آدمی را توسعه داده و او را به فکر جهان ابدی می‌اندازد و لذا در اعمالش توجه به آینده دارد و او را از زندگی محدود مادی و تعلقات آن آزاد و رهایی می‌بخشد و آماده یک زندگی سراسر بقاء و جاودانی می‌کند.

۲-۲. آثار عبادی

از مهم‌ترین آثار مرگ‌اندیشی آثار عبادی آن است. به عبارت دیگر مرگ‌اندیشی می‌تواند انسان را برای عبادت و بندگی و پرستش پروردگار سوق دهد و عبادت را برای انسان شیرین نماید. تقویت بعد عبادی و اشتیاق رسیدن به وعده پروردگار و انجام وظایف و تکالیف دینی و دوری و اجتناب از معاصی و گناهان از جمله آثار عبادی مرگ‌اندیشی است که در ادامه به آن‌ها اشاره می‌گردد.

الف. تقویت بُعد عبادی

انسان در سایه توجه به مرگ و معاد رغبت بیشتری به ارتباط به خدا و انجام اعمال صالح پیدا می‌کند و از این‌روی، روح عبادت و نیایش و بندگی در او رشد کرده و تقویت می‌شود که در نتیجه با چنین تربیتی ارتباط او با خدای یکتا نزدیک‌تر شده و از لغزش و گناه ایمن مانده و موجبات سعادت او را فراهم می‌کند.

ب. اشتیاق رسیدن به وعده‌های الهی

یاد مرگ شوق رسیدن به وعده‌های الهی را در زندگی معنوی افزایش می‌دهد و علاوه بر اینکه، باورش به آن افزایش یافته رغبت و صف‌ناپذیری در رسیدن به آن‌ها در او موج می‌زند، از این‌روی، علی^(ع) می‌فرماید: «و اگر نبود مرگی که خداوند بر آنان مقدر کرده روح آنان حتی به اندازه یک چشم برهم زدن در بدن باقی نمی‌ماند» (نهج البلاغه، خطبه ۱۹۳). به راستی توجه به مواهب بهشتی و هم‌نشینی با بهشتیان و رضایت خداوند متعال اشتیاق رسیدن به آن‌ها را در انسان زیاد می‌کند و دشواری‌های مسیر را آسان می‌کند.

ج. انجام تکالیف و وظایف دینی

ایمان و اعتقاد به مرگ و معاد، منشأ عمل صالح است و طبق آیه شریفه «قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ» (کهف، ۱۱۰)؛ بگو من فقط بشری مانند شما هستم به سوری من وحی می شود که معبودتان معبودی یگانه است و هر کس به ملاقات پروردگار همواره امید دارد پس باید کار شایسته ای انجام دهد و هیچ کس را در عبادت کنندگان شریک نکند بازتاب عمده و شگرفی را در زندگی انسان دارد، اعتقاد به مرگ در انسان انگیزه عاقلانه را ایجاد می کند که بذریه ای را در مزرعه دنیا بکارد که ثمره و شکوفه آن، جنات و سعده و نعمت های گوناگون بهشتی است، امری که عقل های زنده و وجدان بیدار هم آن را تأیید می کند (طباطبایی، ۱۳۶۹، ج ۱۳، ص ۵۵۷).

د. دوری از ارتکاب معاصی

یکی از اموری که غالباً در زندگی انسان ها دیده می شود این است که گرفتار سرکشی ها و ارتکاب اموری می شوند که از منظر شارع نامشروع شمرده شده و به شدت منع شده اند و ارتکاب آن امنیت فردی و اجتماعی افراد را به مخاطره و چالش می کشاند یاد مرگ از جمله اسباب صیانت گناه بر شمرده شده و تأثیر ژرفی در ترک محرمات و زدودن غفلت ها دارد. چنانکه از حضرت علی^(ع) فرمود هر کس زیاد یاد مرگ نماید گناهان او کاهش می یابد (آمدی، ۱۳۷۸، ج ۱، ص ۲۰) و رسول گرامی اسلام^(ص) فرمود: مرگ را زیاد یاد کنید به درستی که گناهان را پاک می کند (آمدی، ۱۳۷۸، ج ۱، ص ۲۰).

۲-۳. آثار اخلاقی

تربیت اخلاقی عبارت است از فعالیت هدفمند و دوسویه میان مربی و متربی به منظور کمک به متربی در راستای تحقق بخشیدن به قابلیت های اخلاقی او به گونه ای که بدون تأمل فضائل را به جا آورد و از رذایل دوری گزیند (ناطق، ۱۳۹۴، ص ۲۰).

در کنار آثار اعتقادی و عبادی از جمله دیگر آثار مرگ اندیشی آثار اخلاقی آن است. مرگ اندیشی می تواند انسان را از گرایش به رذایل اخلاقی بازدارد و او را به سمت وسوی فضایل اخلاقی سوق دهد. خودسازی و وارستگی، اعطای قدرت

تحمل در برابر سختی‌ها و مصائب، ترک آرزوهای دراز، غفلت‌زدایی، اخلاص و تعدیل غرایز از جمله آن‌ها است که در ادامه به آن‌ها اشاره می‌گردد.

الف. خودسازی و وارستگی انسان

خودسازی یکی از عوامل سعادت و بیداری است اگر انسان همواره به یاد مرگ باشد تأثیر بی‌نظیری در وارستگی و کنترل اعمال و کردارش دارد.

ب. مراقبه

انسان وقتی آگاه شد پایان زندگی او مرگ است و به جهان آخرت منتقل شده و مورد بازخواست و حسابرسی قرار می‌گیرد به‌طور طبیعی مراقب اعمال و کردار و گفتار خود بوده و تلاش می‌کند خطایی از او سر نزنند همچون راننده‌ای که اطلاع یافته در مسیر دوربین‌ها را زیر نظر دارند و پلیس مراقب تخلفات و نحوه رانندگی اوست که مسلماً با رعایت مقررات راهنمایی رانندگی مسیر را طی می‌کند.

ج. قدرت تحمل سختی‌ها و مصائب

از جمله آثار یاد مرگ بالا رفتن توان انسان در پذیرش مشکلات روزمره است حضرت علی^(ع) فرمود: یادآوری پاداش‌های آخرت سختی و مشقت امور دنیوی را از یاد می‌برد (آمدی، ۱۳۷۸، ج ۱ ص ۲۶). باز آن حضرت فرمود در پیشگاه خداوند همواره به یاد مرگ و هنگام خارج شدن از قبر و روز قیامت باشید که در این صورت مصائب بر شما آسان می‌شود (بحارالانوار، ج ۶، ص ۱۳۲). لذا مرگ باوری و یاد آن در انسان این بینش را ایجاد می‌کند که مسائل دشوار از طرف خداست و خداوند علاوه بر پاداش در مقابل صبر آن‌ها نیز به نحو احسن جبران می‌کند.

د. ترک آرزوهای دراز

ترک آرزوهای طولانی در سایه یاد مرگ محقق می‌شود. امام علی^(ع) فرمودند: مرگ‌ها امیدها را از بین می‌برند (آمدی، ۱۳۷۸، ج ۲، ص ۱۳۴). در جای دیگر آن حضرت فرمود یاد کنید آن از هم پاشنده انجمن‌ها و دورکننده آرزوها و نزدیک کننده مرگ‌ها و اعلام کننده جدایی و پراکندگی را. آری وقتی انسان مرگ و پایان کارش را در نظر گرفت

آرزوهایش کم می‌شود و برعکس اگر غفلت از آن غالب شد به آرزوهای طولانی سرگرم شده و از انجام وظایف و آمادگی برای آخرت بازمی‌ماند.

ه. غفلت‌زدایی

یاد مرگ انسان را از خواب غفلت بیدار کرده و او را در مسیر انجام وظیفه قرار می‌دهد که فرمود: هر کس انتظار مرگ را می‌کشد در کارهای خیر سرعت می‌گیرد (آمدی، ۱۳۷۸، ج ۲، ص ۱۳۷۸). باز آن حضرت فرمود: توجه به قیامت و نهایت کار خود واعظ برای اهل تعقل و تفکر و درس عبرت برای جهال است (آمدی، ۱۳۷۸، ج ۱، ص ۱۷).

و. اخلاص

رسیدن به خلوص نیت و پالایش و زدودن عمل از خواسته‌های غیرخدایی، یکی دیگر از ثمرات تربیتی یاد مرگ است، که برخی از آیات هم به آن اشاره دارد چنانکه فرمود (کهف، ۱۱۰). طبق گفته برخی از مفسرین در این آیه شریفه معاد به عنوان لقاء رب به‌کاررفته و از مضمون آن استفاده کردند کسی که نه تنها یقین به مرگ و معاد، بلکه اگر امید به معاد هم داشته باشد همین امید آثار نیک مطلوبی در زندگی خود دارد و پیوسته اعمال صالح و نیکو انجام دهد پس کسی که به مرگ و معاد اعتقاد داشته باشد در انجام اعمال و در عبادت عبودیت خویش اخلاص را رعایت می‌کند و فقط در جهت کسب رضایت الهی گام برمی‌دارد (طباطبایی، ۱۳۶۹، ج ۱۳، ص ۵۰-۵۱). از طرفی در راه انجام وظیفه و ادای تکلیف از همه وجود خود مایه می‌گذارد و حتی جان خود را فدا می‌کند.

ز. تعدیل غرایز

آدمی به‌گونه‌ای است که در صورت غفلت از یاد خدا و فراموشی قبر و قیامت در معرض طغیان قرار گرفته و او را به ورطه سقوط و نابودی می‌کشاند اما توجه به سرنوشت، مرگ و قیامت انسان را از این سرکشی نفسانی ایمن داشته و او را به‌سوی تعدیل آن و چشم‌پوشی از لذایذ زودگذر و به عفت و پاکدامنی سوق می‌دهد زیرا فکر اینکه روزی باید پاسخگوی همه حرکات و سکنات و رفتار خود باشد، تأثیر

عمیقی در عملکرد او و تعدیل غرایز و مهار خواسته‌های درونی او می‌گذارد لذا یاد مرگ غرایز را تعدیل کرده و حس مسئولیت را در انسان رشد می‌بخشد و چه زیباست کلام امیر بیان علی^(ع) که در این باره فرمود: به خدا سوگند اگر شب را تا صبح روی خارهای تیز و برنده سعدان بیدار بمانم و درحالی که دست و پای مرا با غل و زنجیر بسته باشند به این سوآن سویم بکشانند برای من بهتر است از اینکه در قیامت، خدا و رسولش را ملاقات کنم با وصفی که بر پاره‌ای از بندگان خدا هستم نموده و چیزی از اموال این‌و آن غصب کرده باشم (نهج البلاغه، خطبه ۲۲۴).

۲-۴. آثار عاطفی و روانی

آگاهی و به یاد داشتن مرگ و اندیشیدن پیرامون آن انسان را از حیث روح و روان آرامش می‌بخشد و سبب فراهم‌سازی آسایش و امنیت روحی و روانی و نیز کاهش ناراحتی‌ها و آلام می‌گردد و انسان را نسبت به آینده امیدوار می‌سازد.

الف. آسایش و امنیت روحی روانی

امروزه جوامع بشری علی‌رغم پیشرفت‌های علمی و صنعتی بر اثر بی‌هدفی و احساس پوچی بیش از گذشته از بیماری روحی و روانی رنج می‌برند. پروفیسور یونگ از اساتید بزرگ روانکاوی غرب می‌گوید دوسوم بیمارانی که از سراسر جهان به من مراجعه کرده‌اند افراد تحصیل کرده و موفق هستند که درد بزرگی یعنی پوچی و بی‌معنا بودن زندگی آن‌ها را رنج می‌دهد (محمدتقی فلسفی، مادر از نظر روح و جسم، ج ۱، ص ۴۴)؛ درحالی که چنین چیزی در افراد متدین و معتقد به معاد دیده نمی‌شود و از آرامش و طمأنینه درونی و روانی برخوردارند؛ زیرا اگر همت آدمی صرفاً بهره‌مندی از دنیا و پیروی از هواهای نفسانی و شهوت‌رانی بود حالات روانی او رفته‌رفته تحت تأثیر قرار گرفته و به تدریج به جایی می‌رسد که پوچی و بی‌معنایی سراسر وجودش را گرفته و دست به خودکشی می‌زند. در این میان باور به مرگ و یاد آن و توجه به آخرت اشتیاق به مرگ و قیامت را در انسان می‌افزاید و به دنبال رسیدن به مواهب الهی لحظه‌شماری می‌کند؛ اما از چیزهایی که آسایش روحی روانی انسان را به مخاطره و تشویش می‌اندازد حب دنیا و تعلقات آن است که همواره انسان را به

تعب و رنج می‌کشاند؛ چنانکه علی^(ع) در این زمینه فرمود: «آن‌کسی که دنیاپرستی با قلب او پیوند خورد همواره جاننش گرفتار سه مشکل است اندوهی رها نشدنی، حرص جدانشدنی و آرزوهای دست‌نیافتنی» (نهج‌البلاغه، حکمت ۲۲۸). آری حب دنیا برای انسان همواره با اموری پیوند دارد که نتیجه آن سلب آسایش روحی و روانی خواهد بود که یکی از راه‌های برون‌رفت از آن یاد مرگ و توجه به آخرت و حوادث پیرامون آن خواهد بود در این باره امام علی^(ع) فرمودند: «هیچ راحت‌کننده همچون مرگ نیست» (آمدی، ۱۳۷۸، ج ۲، ص ۳۸۱).

ب. کاهش ناراحتی‌ها

زندگی انسان آمیزه‌ای از تلخی‌ها و شیرینی‌ها، فعالیت‌ها و شکست‌ها، خوبی‌ها و ناراحتی‌ها، کامیابی و ناکامی‌هاست اما برخی از شدايد قابل‌پیشگیری و درمان و برخی از دست بشر خارج‌اند مانند پیری و عوارض آن، مرگ و مسائل پیرامون آن که بشر در مواجهه با این امور به دو نحو عمل می‌کند، عده‌ای در پرتو تعالیم الهی شناخت صحیح از انسان و آینده دارند لذا نسبت به این امور آرام و مطمئن می‌باشند ولی گروه دوم که طیف وسیعی را در خود جای داده با محروم کردن خود از وحی و تعالیم و حیانی خود را گرفتار اوهام و افکار کرده و مرگ را همسنگ با نابودی و از دست رفتن تمام سرمایه‌های خود دانسته و لذا گرفتار شدیدترین فشارهای روحی و روانی و افسردگی شده‌اند از این روی در سایه یاد مرگ و شناخت صحیح آن بهتر از این درد و رنج‌ها رهایی پیدا کرده و ایمن می‌شود.

ج. امیدواری به آینده

انسان با اعتقاد به مرگ و قیامت در صدد انجام تکالیف و وظایف خود برمی‌آید و از آنجاکه می‌داند اعمال او در پیشگاه الهی محفوظ است و نتایج آن به بندگان برمی‌گردد با قلبی سرشار از امید اعمال خود را انجام می‌دهد چراکه در سایه تعالیم و حیانی دریافته که خداوند اجر و پاداش بندگان را ضایع نمی‌کند و لذا به نتیجه کارهای خوب امیدوار است.

۲-۵. آثار اجتماعی

مقصود از تربیت اجتماعی، پرورش جنبه یا جنبه‌هایی از شخصیت آدمی است که مربوط به زندگی او در میان جامعه است تا از این طریق به بهترین شکل حقوق، وظایف و مسئولیت‌های خود را نسبت به دیگران، هم‌نوعان، هم‌کیشان و هم‌مسلمانان خود بشناسد و آگاهانه و با عشق برای عمل به آن وظایف و مسئولیت‌ها قیام کند (حاجی ده آبادی، ۱۳۷۷، ص ۱۱۵).

انسان موجودی مدنی‌الطبع است و زیست در جامعه انسانی نیازمند برخی نیازها و پیش‌زمینه‌ها است. جامعه سالم در گرو وجود انسان‌های سالم و فرهیخته است. انسان اگر به جامعه به‌عنوان مزرعه و یا کشتزاری برای آماده شدن به دنیای دیگر بنگرد می‌تواند این جامعه انسانی و اخلاقی محور بوده باشد. یاد مرگ می‌تواند به پرورش فضایل اخلاقی در جامعه منجر گردد و عدالت اجتماعی را در جامعه برای انسان‌ها فراهم سازد، حس فداکاری و ایثار را در وجود انسان‌ها نهادینه سازد و سبب اصلاح جامعه از جرائم و فساد گردد که در ادامه به آن‌ها اشاره می‌گردد.

الف. پرورش فضایل اخلاقی در اجتماع

سرشت آدمی سرمایه ارزشمند به شمار می‌رود و از فضایل حمیده و کمال‌خواهی برخوردار است که عواملی آن را شکوفا و بارور می‌سازد. ازجمله آن یاد مرگ و توجه به آخرت است اعتماد به معاد نه تنها مشکلات روحی و روانی انسان‌ها را می‌تواند بگشاید بلکه این عقیده در تعدیل و رهبری غرایز انسانی، پرورش فضائل اخلاقی و تأمین عدالت اجتماعی نقش مؤثری ایفا می‌کند؛ چراکه یاد مرگ و توجه به معاد باعث زنده شدن فضایل اخلاقی در جامعه می‌شود و افراد را به‌سوی کسب آن سوق داده و رهنمون می‌سازد فضایل چون انسان‌دوستی، مهربانی با یتیمان، ازخودگذشتگی و ایثار و فداکاری، انفاق، رسیدگی به مشکلات دیگران، صداقت در رفتار و گفتار، احسان و بخشش و امور دیگری که لازمه بقاء و پویایی هر جامعه می‌باشند.

ب. تحقق عدالت اجتماعی

در سایه مرگ باوری و اعتقاد به معاد در جامعه عدالت اجتماعی برقرار خواهد شد و

همه تلاش می‌کنند که به حق خود قانع و به حقوق دیگران احترام بگذارند در مقابل ظلم و ناامنی ایستادگی نمایند از این رو تلاش می‌کنند با محرومان برخورد صحیح داشته و از آنان دستگیری و حمایت کنند و از هرگونه پایمال کردن آن دوری گزینند. در این رابطه سوره مطففین پس از آنکه کم‌فروشان را تهدید می‌کند و این کار را مذمت می‌نماید تا آن را به یاد معاد و قیامت متذکر کند و می‌فرماید: (مطففین، ۴-۵) آیا این کم‌فروشان می‌دانند که برای روز بسیار بزرگ مبعوث خواهند شد تا این تذکر مهم آن‌ها را به فکر اندازد و دست از پایمال کردن مال دیگران بردارند.

ج. ایجاد حس فداکاری و ایثار در افراد

اصولاً آدمی زمانی فعالیت را انجام می‌دهد که علم داشته باشد سود و نفعش عاید او خواهد شد در غیر این صورت انگیزه‌ای برای انجام آن عمل نخواهد داشت و اگر کسی به مرگ، سؤال و جواب عالم بعد از آن باور پیدا کند توجه دارد که نتیجه اعمال در آن ظهور و بروز کرده و مقیاس جزاء و پاداش یا حرمان و عذاب است و در سایه چنین بینشی جان‌نثاری و فداکاری و دستگیری از دیگران حتی در صورتی که نفع ظاهری و دنیای نداشته باشد از انسان سر می‌زند و با رغبت به حل مشکلات دیگران و قضای حاجات آنان می‌پردازد توجه به آخرت و مرگ حب ریاست دنیا را از آدمی سلب و او را به سوی ایثار و از خودگذشتگی برای دیگران سوق می‌دهد.

د. اصلاح جامعه و کاهش جرائم

مرگ‌اندیشی عاملی برای کاهش جرائم و اصلاح بزهکاری و فساد است. چراکه تصویر درست عالم آخرت و عالم برزخ و پاسخگویی نسبت به تمامی اعمال و عذاب‌ها، هرکدام تأثیری عمیق در اصلاح افراد از انحراف دارد لذا مرگ باوری و یاد آن و ترویج آن در جامعه از عوامل تأثیرگذار کاهش جرائم و جلوگیری از مفاسد اجتماعی است.

ه. حفظ پیوندها

از دیگر آثار اجتماعی یاد مرگ حفظ پیوندها و روابط میان افراد جامعه است زیرا در سایه توجه به مرگ و معاد آدمی تلاش می‌کند تمام تکالیف و وظایف خود اعم از

فردی و اجتماعی جامع عمل بپوشاند و در این میان حفظ پیوندها به عنوان یکی از وظایف دینی مورد تأکید است. قرآن کریم وصل پیوندها را به عنوان یکی از صفات اولوالالباب برمی شمارد و می فرماید (رعد، ۱۹) و هم به آنچه خدا امر به پیوند کرده می پیوندند و از خدای خود می هراسند و در سختی هنگام حساب می ترسند. علامه طباطبایی وصل را مطلق دانسته و می فرماید مراد همه وصل هاست از مهم ترین آن صله رحم است که خداوند به آن امر نموده است (طباطبایی، ۱۳۶۹، ج ۱، ص ۳۴۳).

۳. عوامل مرگ اندیشی

از آنچه بیان شد به دست می آید که توجه و یاد مرگ برای انسان تأثیرات و فواید گوناگون و متعددی دارد و زندگی معنوی او را سامان می دهد. در ادامه مناسب است به طور خلاصه عوامل و موانع مرگ اندیشی را بیان کنیم. عوامل مرگ اندیشی راهکارهای مرگ باوری و یاد آن و همچنین موانع آن از امور مهمی است که باید مورد توجه افراد قرار گیرد. عوامل و راههای تقویت اعتقاد مردم را می توان در چند محور عنوان کرد:

۳-۱. شناخت خداوند

انسان هراندازه خدا را بیشتر بشناسد و معرفتش عمیق شود، باورش نسبت به مرگ تقویت می شود زیرا صفات الهی همچون عدالت، حکمت و علم ارتباط تنگاتنگی با مسئله معاد و قیامت پیدا می کند و بینش او را تقویت کرده و عمق می بخشد که آیات زیادی این ارتباط را بیان می دارد. از باب نمونه در سوره ابراهیم می فرماید گمان نکنید که خداوند از کارهای ناروای ستمکاران غافل و ناآگاه است بلکه کیفرشان را به تأخیر می اندازد تا روزی که از شدت نگرانی و وحشت چشم ها خیره و حیرت زده خواهد شد (ابراهیم، ۴۲).

۳-۲. تقویت شناخت مرگ و امکان وقوع آن

شناخت صحیح مرگ از جمله راهها و عوامل تقویت اعتقاد به مرگ است اگر انسان بداند که مرگ نابودی نبوده بلکه پلی برای انتقال به عالم دیگر است آن را به عنوان

یک معبر دانسته و از آن ترس و اهمه نخواهد داشت و از طرفی باید خداوند را قادر بر میراندن و زنده کردن بداند؛ چراکه خداوند همان طوری که ما را از هیچ زنده کرد قادر خواهد بود که دوباره بمیراند زنده کند که این نگرش هم در تقویت ایمان به مرگ مؤثر خواهد بود که فرمود: (واقعۀ، ۶۰) ما مرگ را بر همه خلق مقدر ساختیم.

۳-۳. کثرت یادآوری مرگ

یادآوری مرگ و تفکر پیرامون آن به انسان شناخت و معرفت نسبت مرگ داده و در زندگی روزمره تأثیرگذار خواهد بود به طور طبیعی این گونه شناخت به دست فراموشی سپرده نخواهد شد.

۳-۴. باور به وجود مراقبین

منظور دوفرشته‌ای است که همواره با انسان بوده و همه اعمال خوب بد او را ثبت می‌کنند اگر کسی به این مسئله باور پیدا کرد مرگ باوری تقویت شده و تلاشش در جهت کسب مکارم اخلاق و عمل به وظیفه افزایش می‌یابد. قرآن کریم هم با توجه به تأثیر این اندیشه و باور در زندگی آدمی به این مهم اشاره می‌کند و می‌فرماید بدون شک نگهبانانی بر شما گمارده شده نگهبانان که در نزد پروردگار محترم‌اند پیوسته اعمال شما را می‌نویسند از آنچه شما انجام می‌دهید آگاه‌اند و همه را به‌خوبی می‌دانند (انفطار، ۱۰-۱۲).

۳-۵. تفکر نسبت به آینده و سرنوشت خود

تفکر و تأمل نسبت به اموری که فراروی آدمی است از جمله مرگ و جان دادن باعث می‌شود تا یاد مرگ در او زنده شود و به فکر چاره‌جویی باشد؛ و از موضوعاتی که تفکر بر آن مناسب است گردش فصول روز و شب و آثار هر یک تأمل در آیات مربوط به قیامت و معاد، تفکر در حالات گذشتگان و افرادی که از این دنیا رخت بستند.

۳-۶. عبرت و پندآموزی از سرنوشت پیشینیان

از دیگر شاخصه‌های انسان زیرک درس گرفتن از سرگذشت پیشینیان است که تأثیرات مثبتی را به ارمغان می‌آورد و مخصوصاً در رابطه با وداع و جدایی آنان از دنیا و

چگونگی انتقال آن‌ها به عالم قبر و قیامت، از این رو حضرت علی^(ع) ضمن توجه دادن به این مسئله می‌فرماید: «اندرزگیری شما بس، مرده‌هایی را که دیدید بر دوش‌ها به گورستان بردند، نه خود سوار بودند، در گورهایشان فرود آوردند نه خود فرود آمدند. تأمل در این فراز نورانی حاکی از آن است که سرانجام و سرنوشت شما هم این‌گونه خواهد بود پس به فکر باشید» (نهج البلاغه، خطبه ۱۸۸).

۳-۶. عیادت مریض

عیادت از مریض و کسی که در حال جان دادن است از جمله اموری است که انسان را به یاد مردم می‌اندازد چنان‌که رسول خدا^(ص) فرمود: به دیدار و عیادت مریض بروید در تشییع جنازه حاضر شوید شما را به یاد آخرت می‌اندازد (ری شهری، ۱۴۴۲، ج ۹، ص ۱۳۰).

۳-۷. تشییع جنازه

حضور در قبرستان و مشایعت در همراهی جنازه نیز از جمله اموری است که انسان را متذکر می‌نماید این مسئله مورد سفارش بزرگان دین است چنان‌که از امام محمدباقر^(ع) سؤال شد فردی که به تشییع جنازه و ولیمه دعوت شده کدام را اجابت نماید؟ فرمود: تشییع جنازه چراکه تشییع جنازه توراً به یاد مرگ می‌اندازد حضور در ولیمه از یاد مرگ می‌دارد (مجلسی، ۱۴۰۴، ج ۸۳، ص ۱۸۴).

۳-۸. حضور در قبرستان

حضور در قبرستان و تفکر در آن از جمله عوامل تقویت‌کننده مرگ باوری در انسان است لذا روایات نسبت به آن تأکید زیادی دارد. امام صادق^(ع) فرمود: قبر در هر روز سخنی دارد و می‌گوید من خانه تنهایی‌ام، من خانه وحشتم من خانه و لانه کرم‌ها و خزندگانم (مجلسی، ۱۴۰۴، ج ۸۳، ص ۱۸۴)؛ باغی از بهشت یافته آتشی از جهنم (مجلسی، ۱۴۰۴، ج ۶، ص ۲۹۷). درباره تفکر درباره مرگ این چنین رسیده می‌گوید به امام صادق^(ع) گفتم آیا یک ساعت تفکر بهتر از شب‌زنده‌داری به عبادت از فرمود بله رسول خدا^(ص) فرمود: تفکر از یک شب‌زنده‌داری با فضیلت‌تر است

سؤال کردم چگونه تفکر کنم فرمود: به طرف خرابه‌ها و خانه‌های بی سکنه برو و خطاب کن بانیان و ساکنین شما کجایند چرا سخن نمی‌گویند (مجلسی، ۱۴۰۴، ج ۶، ص ۲۹۷)؛ لذا شناخت خداوند، کثرت یادآوری مرگ، باور به وجود مراقبین، تفکر در آینده و سرنوشت خود، عبرت‌آموزی از سرگذشت پیشینیان وصیت کردن زیارت اهل قبور، مهیا کردن کفن، شرکت در تشییع جنازه مؤمنین، توبه، بریدن از زرق و برق دنیا، عیادت از مریض از جمله عوامل مرگ‌اندیشی است.

۴. موانع مرگ‌اندیشی

موانع مرگ‌اندیشی یا عوامل وحشت از مرگ بررسی‌ها نشان می‌دهد که نگرش تعداد قابل توجهی از مردم نسبت به مرگ و یاد آن منفی بوده از آن‌گريزانند در این قسمت به‌طور گذرا به برخی از عوامل ترس از مرگ اشاره می‌کنیم.

۴-۱. عدم شناخت صحیح از مرگ

بشر به گونه فطری تمایل به بقا و دوام دارد اما برخی مرگ را پایان زندگی قلمداد کرده و بعد از آن به چیزی باور ندارند آن را امری ناگوار نابودکننده تمام هستی خود دانسته و از آن همواره فراری و گریزانند از این‌رو می‌توان گفت سرچشمه اصلی ترس از مرگ اندیشه نابودی و نیستی است؛ چنانکه روایات هم به این مطلب تصریح دارد از جمله در روایتی آمده روزی امام هادی^(ع) به عیادت یکی از دوستان رفت و مشاهده فرمود که پیوسته گریه و بی‌تابی می‌کند. حضرت فرمود از مرگ می‌ترسی به خاطر اینکه آن را نابودی می‌بینی در حالی که مرگ بال پرواز به عالم جاودانه است (مجلسی، ۱۴۰۴، ج ۶، ص ۱۲۷).

۴-۲. غفلت

قرآن ریشه بسیاری از رذایل و مفاسد اخلاقی را غفلت معرفی می‌کند و غفلت سبب فراموشی و عدم اعتقاد به معاد را به دنبال دارد و باعث می‌شود از ابزار شناختی خود در شناخت مبدأ و معاد و هدف آفرینش هیچ‌گونه استفاده نکرده و لذا در یک حیرت و سرگردانی به سر برده و مشغول امور دنیوی و مادی می‌شود قرآن در توصیف این

افراد می‌فرماید «به سبب تعلق به امور مادی و معنوی از خداوند و ارزش‌های الهی رو برگردانده و در نتیجه خود را از نعمت هدایت و بندگی محروم کرده‌اند تا جایی که دیگر قادر به فهم و درک بدیهی‌ترین امور نیستند زیرا ابزار شناخت خدادادی را به واسطه سوء اختیار خود از دست داده‌اند» (نحل، ۱۰۶). طبق روایات اگر غفلت در انسان تداوم یابد باعث از بین رفتن قلب خواهد شد (آمدی، ۱۳۷۸، ج ۲، ص ۳۸۱). در جای دیگر آمده باعث فساد و از بین رفتن عمل می‌شود.

۳-۴. پیروی از هوای نفس

خواهش‌های نفسانی از اموری است که همواره انسان را به خود دعوت می‌کند و خواسته‌های خود را به او تحمیل می‌کند پاسخ مثبت دادن به این خواسته‌ها رفته‌رفته انسان را به بیراهه کشانده و او را از هدف اصلی‌اش بازداشته و گمراه می‌کند که از آثار سوء آن، فراموشی مرگ و قبر و قیامت است. آری انسان با تبعیت از نفس در دوراهی‌ها مسیر فطرت را ترک کرده و به دنبال هواهای نفس حرکت کند رفته‌رفته به انکار حقایق گرفتار می‌شود لذا قرآن کریم در وصف کسانی که از هواهای نفسانی پیروی می‌کنند می‌فرماید اینان کسانی هستند که خدا بر دل‌هایشان مهر نهاد و در نتیجه هواهای نفسانی خود را پیروی می‌کنند (محمد، ۱۶). به عبارت دیگر پیروی از هواهای نفسانی در واقع پذیرش سلطه آن و دوری قوای عقلانی و فطرت خدادادی است که دیگر هرگونه فعالیت و تأثیرگذاری را سلب کرده و آدمی را به سقوط و بدبختی و گمراهی می‌کشاند و در نتیجه حقایق را درک نمی‌کنند. چنان‌که در قرآن آمده «به موجب تبعیت از هوای نفس گمراه شده و ابزار هدایت آنان از کار افتاده و قلبشان می‌خورد» (جاثیه، ۲۴).

۴-۴. دنیا طلبی و دل بستگی به دنیا

یکی از موانع یاد مرگ و قیامت اهتمام و دل بستن به دنیا و تعلقات آن است اگر انسان حب دنیا را به خود راه داد دیگر یاد مرگ و معاد را که مانع کام‌جویی دنیاست به فراموشی سپرده و چه بسا آن را انکار کند و از آن بی‌زار است و همواره از آن فرار می‌کند

اگرچه این تصور خیال باطل و بیهوده است ولی به واسطه وابستگی به دنیا به عنوان یک باور پذیرفته و حتی از صحبت مرگ منع می‌کند ولی قرآن و روایات برای رهایی از این مرض سخت و کشنده (دنیاپرستی) اولاً دنیاطلبی را به شدت مذمت و خطرات آن را بازگو می‌کند و از طرفی این تصور باطل را پاسخ می‌دهد (بقره، ۹۴). لذا امام صادق^(ع) می‌فرماید: «دل بستن به دنیا سر منشأ تمام گناهان است» (همان). و باز می‌فرماید از دوستی دنیا پرهیز کنید چراکه باعث شقاوت و نزول بلاها بر تو می‌شود و باعث می‌شود که دنیای باقی را با دنیای گذرا معاوضه کنی (آمدی، ۱۳۷۸، ج ۱، ص ۴۶۷). باز فرمود کسی که به امور دنیایی دل خوش شود آخرتش را از دست می‌دهد (آمدی، ۱۳۷۸، ج ۱، ص ۴۶۷).

۴-۵. ارتکاب گناه

ارتکاب معاصی و گناه از اموری است که مرگ را از یاد و خاطره انسان می‌برد و رفته رفته در گرداب و باتلاق گناه و اعمال بدش فرو می‌رود و دیگر چیزی به نام مرگ از خاطر او می‌رود تا زمانی که به یک باره فرشته مرگ بر او وارد می‌شود و جان او را می‌ستانند در حالی که این گونه آمادگی برای آن ندارد و غرق گناه و آلودگی‌های آن است؛ چراکه هر کسی در گرو اعمال خود است و نتیجه‌اش را در این دنیا و آخرت مشاهده می‌کند.

۴-۶. آرزوهای طولانی

آرزوهای دراز باعث فراموش کردن آخرت و مرگ می‌شود چه آن که انسان به واسطه آن هم تمام هم و غم خود را صرف رسیدن به آرزوها می‌کند که این آرزوها به طور قطع یکی از روش‌های شیطان برای گمراهی و ضلالت انسان به شمار می‌رود. قرآن کریم هم بدان اشاره می‌کند و می‌فرماید که شیطان با آرزوهای طولانی به جنگ با انسان آمده و او را گمراه می‌کند (نساء، ۱۱۴). به هر حال آرزوهای طولانی از موانع مرگ اندیشی به شمار می‌رود.

۴-۷. عدم آمادگی برای مرگ

از جمله عواملی که در روایات به عنوان عامل ترس از مرگ بیان شده است سهل انگاری و نپرداختن به وظایف و تکالیف دینی و در نتیجه عدم آمادگی برای مرگ است مسلم چنان که فردی را بدون آمادگی قبلی و بدون فراهم کردن زاد و توشه به سفر طولانی و پرمشقت ببرند برای او ناگوار و دشوار است مخصوصاً اگر بداند در آن سفر مورد عقوبت و بازخواست اعمال نادرست خود قرار می گیرد از این روست که وقتی از امام مجتبی^(ع) سؤال شد که چرا از مرگ می ترسیم فرمود: که به واسطه اعمالتان خانه آخرتتان را خراب و دنیای خود را آباد نموده اید از این رو برایتان دشوار است که از آبادی به جای مخروبه منتقل شوید لذا توجه به مرگ برزخ و رویدادهایی که در این مسیر وجود دارد و ارتباط مستقیم آن رویدادها با عملکرد انسان در این دنیا، از روش هایی است که بالاترین تأثیرگذاری را در جهت رسیدن به زندگی معنوی دارد زیرا یاد توجه به عاقبت حتمی یعنی مرگ جهت دهی می کند و انسان را به طرف انجام وظیفه سوق می دهد.

نتیجه گیری

بر اساس آنچه از آغاز تا به اینجا بیان گردید به اختصار چنین می توان نتیجه گرفت:

۱. مرگ پدیده ای است که در وقوع آن تردیدی وجود ندارد و وجدان بیدار و تجربه انسان آن را اثبات نموده است. بر همین اساس باید همواره به یاد آن بود و خود را برای پذیرش آن مهیا ساخت.
۲. همه انسان ها خواسته و ناخواسته به استقبال مرگ می شتابند اما بر اساس آموزه های دینی باید به گونه ای به استقبال مرگ شتافت که قبل از افتادن به دام آن از آن شناخت کافی داشته باشیم و تجربه آن برای ما ناخودآگاه و دور از ذهن و باور نباشد. چنین رویکردی می تواند ما را به واقعیت های مرگ نزدیک ساخته و پذیرش آن را برایمان آسان سازد.
۳. نیل به چنین مرتبه ای زدودن موانع مرگ اندیشی را می طلبد. بر اساس ادله قرآنی

و روایی موانعی مانند غفلت، تبعیت از هوا و هوس، غوطه‌ور شدن در گناهان و معاصی، آرزوهای طولانی و دراز و نداشتن آمادگی پذیرش مرگ از جمله موانع مرگ‌اندیشی است.

۴. بر اساس آموزه‌های وحیانی عوامل مختلفی می‌تواند در زدودن موانع مرگ‌اندیشی و تعمیق باورها و اثربخشی یاد مرگ در زندگی معنوی نقش‌آفرین باشد که از جمله می‌توان به: معرفت و شناخت پروردگار، یادآوری مستمر و مداوم مرگ و برزخ، تفکر و تأمل به آینده و سرنوشت خود (به کجا می‌رویم)، عبرت‌آموزی از سرگذشت پیشینیان، عیادت مریض، تشییع جنازه و حضور در قبرستان

۵. باززدودن این موانع انسان می‌تواند مرگ را آن‌گونه که آموزه‌های دینی به انسان سفارش می‌کند بنگرد و نگاه ایمانی و قرآنی به مسئله مرگ زندگی انسان را معنی می‌بخشد و یاد همیشگی آن آثار ارزشمند و عمیقی در زندگی معنوی انسان ایجاد می‌نماید که برای نمونه می‌توان به امور چون: توسعه فکری و رهایی از آرزوهای صرفاً مادی و دنیوی، قدرت تشخیص حق و افزایش واقع‌بینی، هدمند شدن زندگی، ایجاد رغبت و شوق در انجام اعمال صالح و دوری از گناهان، تقویت وارسنگی، بالا بردن تحمل سختی‌ها و مصائب دنیوی، رهایی از آرزوهای دراز مادی، زدودن غفلت‌ها، ایجاد اخلاص و بندگی، تقویت آرامش روحی روانی، ایجاد امید به آینده، رشد و پرورش فضایل اخلاقی در اجتماع، تقویت روحیه ایثار و فداکاری.

فهرست منابع

قرآن کریم

نهج البلاغه

۱. آمدی، عبدالواحد بن محمد تمیمی، (۱۳۷۸ ش)، غررالحکم و دررالکلم، ترجمه سید هاشم رسولی محلاتی، تهران: نشر فرهنگ اسلامی، چاپ دوم.
۲. ابن فارس، احمد، (۱۳۷۸ ق)، معجم مقاییس اللغة، بیروت: بی‌نا.
۳. ابن فارس، احمد، (بی‌تا)، مقاییس اللغة، دارالفکر.
۴. بناری، علی‌همت، (۱۳۸۳ ش)، نگرشی بر تعامل فقه و تربیت، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
۵. حاجی ده‌آبادی، محمدعلی، (۱۳۷۷)، درآمدی بر نظام تربیتی اسلام، دفتر تحقیقات و تدوین متون درسی.
۶. دهخدا، علی اکبر، (۱۳۷۷)، لغت نامه دهخدا، تهران: دانشگاه تهران.
۷. راغب اصفهانی، (۱۴۳۰ ق)، مفردات، بیروت: دارالفکر.
۸. طباطبایی، سید محمدحسین، (۱۳۶۹ ش)، المیزان فی تفسیر القرآن، قم: انتشارات اسلامی.
۹. عمید، حسن، (۱۳۷۵)، فرهنگ عمید، تهران: نشر امیرکبیر، چاپ ششم.
۱۰. قرشی، علی اکبر، (۱۳۷۴) تفسیر احسن الحديث، بنیاد بعثت.
۱۱. مجلسی، محمدباقر، (۱۴۰۴ ق)، بحارالانوار، بیروت: مؤسسه الوفاء.
۱۲. محمدی ریشه‌ری، محمد، (۱۳۸۰ ش)، میزان الحکمه، قم: دارالحديث.
۱۳. مکارم شیرازی، ناصر و دیگران، (۱۳۸۲ ش)، پیام قرآن، قم: امیرالمؤمنین (ع).
۱۴. مکارم شیرازی، ناصر، (۱۳۸۶ ش) پیام قرآن، دارالکتب الاسلامیه، چاپ ششم.
۱۵. ناطقی، غلامحسین، (۱۳۹۴ ش)، تربیت اخلاقی در سیره اهل بیت علیهم السلام، قم: نشر بین المللی المصطفی (ص).