

تحقیقی در اشارات قرآن به: بیماری های قلبی

قلب آدمی از یک منظر پمپ نیرومندی است که عمل خون رسانی را به همه اجزای بدن به طور دائمی انجام می دهد و از منظر دیگر، به گواهی همه فرهنگ ها و ادبیات بشری، جایگاه عواطف و احساسات انسانی می باشد. صرفنظر از این که این موضوع از نظر علمی و واقعیت طبیعی تا چه حد قابل اثبات باشد، انکار نمی توان کرد که در همه زبان ها "دل آدمی" مرکز مناسبات و مبادلات انسانی او و معرف شخصیت اش می باشد. قرآن نیز، بطور واقعی، یا بصورت استعاره و تمثیل، قلب را کانون همه صفات آدمی شناخته و ۱۳۲ بار به این واژه اشاره کرده است.

آمار دقیق در کشورهای پیشرفته صنعتی نشان می دهد که بیماری های قلبی مهمترین عامل مرگ و میر می باشند و استقبال گسترده مردم از برنامه های پیشگیرانه در جهت کاهش مقدار کلسترول، فشار و قند خون، اصلاح الگوی تغذیه، تمرینات ورزشی و مقابله با موجبات خطر (Risk Factors) همچون سیگار و مشروب و ... نشان می دهد که تا چه حد سلامت قلب برای مردم اهمیت پیدا کرده است. اما مهمتر از جسم ما، روح و جان جاوید ما می باشد که سلامت و سعادت آن در اولویت قرار دارد. به همین دلیل هم در قرآن از نشانه های سلامت یا بیماری "قلب روحانی" فراوان سخن گفته و هلاکت یا نجات آدمی را به آن نسبت داده است.

قرآن با ۱۲ بار (۱) ذکر جمله: "فی قلوبهم مرض" (در دل آنان بیماری است)، از امراضی که در قلب آدمی رسوخ می کند هشدار داده است. همچنین از قلب صددرصد سالمی چون قلب ابراهیم (۲) خلیل و دعای او بر عرضه چنین قلبی به پیشگاه الهی، در روزی که نه مال و نه فرزند، جز دل سالم، فایده ای برای آدمی ندارد. (۳)

همچنان که قلب خون رسان ما را بیماری فرا می گیرد و رگ های تغذیه کننده (عروق کرونر) ماهیچه های آن را رسوبات چربی تنگ می کند، قرآن همین مکانیسم را با اشاره به زنگارهایی که دل را کدر می سازد و همچون گرد و غبار و خاک و خاشاک سطح صیقل آینه دل را می پوشاند، در وصف متجاوزینی که منکر روز جزا و حقانیت قرآن هستند، چنین توصیف می کند:

كَلَّابٌ رَانٌ عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ. كَلَّا إِنَّهُمْ عَنْ رَبِّهِمْ يَوْمَئِذٍ لَمَحْجُوبُونَ. (مطففین)

... بلکه دستاورد آنان زنگار بر دل‌هایشان بسته است، (در نتیجه) آنها در آن روز (آخرت) از پروردگارشان در حجاب (مانع برخورداری از نور رحمت) خواهند بود.

در حدیثی از امام باقر (ع) نقل شده است که به گونه ای تمثیلی فرمود: در قلب هر انسانی نقطه ای سفید است که گناه آن را کدر می سازد و توبه آن را تمیز می کند. اما در اثر تکرار و استمرار گناه، این نقطه بتدریج تاریک تر و سرانجام خاموش می گردد و در نتیجه، آدمی از هر خیری روگردان می شود. آینه دل نیز باید جمال زیبا و جلال پروردگار را بنمایاند و پرتو صفات او را منعکس نماید، اما اگر روی آن را با گل پوشانیم از تماشای گل محروم می شویم و به همین دلیل است که آیه فوق الذکر نتیجه زنگار گرفتن دل را محروم شدن از دیدار دوست، به دلیل پرده و حجابی که در این میان حائل می شود، شمرده است.

انواع زنگارها

این حجاب و حائل را که در سوره مطفین "رین" (زنگار یا رسوب) خوانده، در سوره های دیگر به نام ها و تعبیر دیگری نیز نامیده است. از جمله "غلاف" که روکش شمشیر و پوشاننده برق و جلای آن است و انواع مختلف آن برای اشیاء گوناگون بکار می رود.

قرآن در مذمت کسانی از بنی اسرائیل که با پیمان شکنی نسبت به پروردگار، انکار نشانه های او و کشتن پیامبران به حقیقت پشت کرده و می گفتند "دل ما در غلاف است" (و قولهم قلوبنا غُلفٌ)، تأکید می کند چنین مانع ایمانی، به خاطر ندیده گرفتن عمدی حق (کفر) است که قابلیت های انعطاف پذیر قلب آنان را از کار انداخته و آن را تبدیل به جسمی ثابت و نفوذناپذیر (متعصب) ساخته است؟ (۴)

غلاف روی قلب را می پوشاند. حالت دیگر "قفل" شدن قلب است که قرآن از آن هم یاد کرده است. قفل شدنی که گویی درهای تبادل نظر و باب تحقیق و تدبر را بکلی می بندد، دل آدمی را زندانی باورهای خرافه آمیز آباء و اجدادی می کند.

"چرا در قرآن تدبر نمی کنند، مگر بر قلب های آنان قفل (غفلت) زده شده است؟"

واژه دیگری که چندین بار تکرار شده "اکنه" به معنای پرده و پوشش است. چرا مردم به پیام روشن پیامبران پشت می کردند؟ ساده ترین دلیل آن افکار و اندیشه های آباء و اجدادی و آداب و سنت های حاکم بر فکر

و فرهنگ مردم هر زمانه بوده است که همچون پرده ضخیمی (اکنه) مانع رسیدن پرتو خورشید هدایت به دل های مساعد می گردد. خرافات شرک آمیز مذهبی و تشریفات بی پایه و گمراه کننده دینی در هر دوره ای محکم ترین سد و مانع را در برابر باور توده های مردم نسبت به پیام آوران الهی ساخته است.

آنها می گفتند: "دل های ما نسبت به آنچه ما را بسوی آن دعوت می کنی در پرده (اکنه) است و در گوش هایمان سنگینی است و بین ما و تو حجابی است (که حرفهات را نمی فهمیم) بنابراین تو کار خود کن و ما کار خود (کاری به کار ما نداشته باش)" (۵)

این حجاب و پرده، محصول و نتیجه طبیعی انکارها و اعراض های غفلت آمیز و غرورهای تکبرآمیزی است که طبق قانون علت و معلولی موجب عدم رؤیت حقیقت و دور ماندن از نور و حرارت هدایت آن می شود و از آنجایی که همه فعل و انفعالات عالم تحت نظاماتی انجام می گیرد که خداوند مقرر داشته است، و او به اصطلاح، "مسبب الاسباب" و تنها مؤثر و مرکز همه نیروها و عوامل تأثیرگذار در جهان هستی می باشد، قرار دادن چنین پرده و حجابی را هم که مانع فهم قرآن و درک توحید می باشد به خودش نسبت داده است، هر چند به اختیار مشرکین انجام شده است:

هرگاه قرآن می خوانی؛ میان تو و کسانی که به آخرت باور ندارند، پرده ای ناپیدا می افکنیم و بر دل هایشان پرده و بر گوشهایشان سنگینی نهادیم تا آن (پیام) را دریابند و چون یکتایی پروردگارت را (در برابر عقاید شرک آمیز آنان) در قرآن یاد کنی، پشت کرده و با بیزاری دور می شوند"

از شگفتی های دیگر این است که قرآن نه تنها اندیشه یعنی عمل تعقل را به قلب نسبت داده، بلکه کور شدن را به جای چشم، حالتی از قلب شمرده است. می گوید:

"چرا در زمین سیر و سیاحت نمی کنند تا دل هایی داشته باشند که به آن درک کنند و گوشهایی که به آن بشنوند، پس این چشم ها نیست که کور می شوند، بلکه دل هایی که در سینه هاست کور می شوند" (۶)

معنای سخن فوق این است که آدمی ممکن است با چشم ظاهر زوال دنیا را در آثار بجای مانده از اهل زر و زیور و تزویر در تاریخ گذشته بنگرد، اما دلی برای عبرت گیری و پندآموزی نداشته یا قلبش کور شده باشد.

هان ای دل عبرت بین از دیده نظر کن ایوان مدائن را آینه عبرت کن

درمان دل مردگی و کوردلی دو چیز است؛ یکی تصفیه و پالایش آن از ناخالصی ها، دیگر رعایت بهداشت محیط زیست قلبی. در مورد نخست قرآن از واژه " تمحیص " (پالایش و خالص شدن) استفاده کرده و خطرات و سختی های جهاد در راه حق و جامعه ایمانی را عامل بسیار مؤثری برای خالص کردن آنان (از ترس و تنبلی و خودبینی و دنیاپرستی و ...) شمرده است.

"(فلسفه جهاد این است) تا خدا بیازماید آنچه در سینه دارید و پالوده و خالص گرداند آنچه در دل دارید، چرا که خدا دانای به ذات سینه هاست" (۷)

پالایش قلب کاری درونی است، شرایط بیرونی هم همواره عامل مؤثری برای سلامت قلب می باشند. وسوسه های محیط و تحریکاتی که به خصوص در مسائل جنسی عارض می شود، قلب را تحت تأثیر و نفوذ و در معرض لغزش قرار می دهد. قرآن به مردان توصیه کرده است که اگر برای صرف غذا به خانه ای دعوت شدند، از وارد شدن به حریم خصوصی خانه (آشپزخانه و ...) برای برداشتن غذا یا وسایل آن اجتناب کنند و غیر مستقیم (نه در رو) از اهل خانه درخواست نمایند، چرا که رعایت این شیوه برای دو طرف (مهمان و همسر و یا دختران میزبان) پاک تر است:

"ذَٰلِكَ أَطْهَرُ لِقَٰلُوبِكُمْ وَقُلُوبِهِنَّ" (۸)

ممکن است چنین توصیه ای در روزگاری که دیگر آشپزخانه ها را هم بصورت باز (open) طراحی می کنند، غیرضروری بیاید، ولی اگر روح مطلب و پیام اصلی آن را که رعایت حریم خصوصی اشخاص و کاستن از موجبات تحریک در روابط زن و مرد نامحرم می باشد، در نظر بگیریم، به حکیمانه بودن چنین توصیه ای پی می بریم، هر چند با معیارهای دنیای مادی امروز که اساس را بر کامجویی هرچه بیشتر و لذت و رفاه گسترده تر گذاشته مغایرت داشته باشد.

اینک اجازه دهید انواع امراض قلبی را که قرآن برشمرده است یک به یک مورد نظر قرار دهیم:

۱- طبع قلبی (از دست دادن آزادی فکر)

بیش از همه امراض قلبی، قرآن از "طبع" نام برده است. معنای کلمه "طبع" این است که چیز قابل انعطافی را به صورت ثابت و به شکل معینی دریاوریم. همچون سکه و فلزاتی که قالب ریزی می شوند. به چاپخانه نیر

در سال های گذشته "مطبعه" (محل طبع) می گفتند، زیرا ماشین های چاپ، مقالات و نوشته ها را از طریق حروف سُرّبی به شکل "ثابت" و همیشگی درمی آوردند. روزنامه ها و نشریات را هم به دلیل ثابت بودن حروف، "مطبوعات" می نامند. به همین ترتیب وقتی صفت یا رفتار ثابت و مستمری را، بد یا خوب، از کسی مشاهده کنیم، می گوئیم این صفت "طبیعت" او شده است. همچون صفاتی که خداوند در اجزاء هستی همچون آب و خاک و آتش و درخت گذاشته و ما آن ها را "طبیعت" می نامیم.

خداوند در قلب آدمی قابلیت تغییر و تحول شگرفی قرار داده است که بتواند در ارتباط با اطلاعاتی که دائماً توسط ا بزار شناخت خود (چشم و گوش و عقل) کسب می کند، دگرگون شود و رشد و کمال یابد و به تعبیری امروزش از دیروزش بهتر شود. اصولاً معنای لغوی "قلب"، ظرف همین انقلاب و زیر و رو شدن و تحول پذیری های دائمی است، همچنان که قلب صنوبری ما نیز که در وسط سینه قرار گرفته است، یکسره در خواب و بیداری می طپد و با ماهیچه های نیرومند خود خون را به اجزاء بدن می رساند.

کسانی که قلبشان دچار "طبع" می شود، بتدریج این قابلیت را از دست می دهند و دچار نوعی دگم اندیشی، تصلّب عقیدتی، تعصب دینی و توقف فکر و اندیشه می شوند. این ها بزودی نگاه مستقل و آزاد خود را به موضوعات جدید از دست می دهند و اسیر یک سلسله افکار و عقاید شکل گرفته و ثابت و دیگته شده می گردند و به هیچ قیمتی نمی توان در دل آنها نفوذ کرد. عنوان "دگماتیسم" که بیشتر در سیاست به کار می رود، کاربرد گسترده تری در دین و مذهب دارد و شواهد و مصادیق آشکارتری از آن را می توان مشاهده کرد.

متأسفانه بیشتر مردم، از گذشته تا به امروز، اسیر یک سلسله آداب و تشریفات و سنت های آباء و اجدادی و رسوم شکل گرفته از فرهنگ های شرک آمیز بوده اند و از استعداد و قابلیت تحول پذیری قلب خود کمتر بهره گرفته اند.

در قرآن ۱۱ بار واژه "طبع" تکرار شده و مصادیق و نمونه های عینی آن را عمدتاً در گروه ها و اشخاص زیر سراغ داده است:

۱- جبارین (دیکتاتورها و مستبدین) و متکبرهای زورگو: کذلک یطبع الله علی قلب کل متکبر جبار.

۲- متجاوزین به حقوق مردم (معتدین)

۳- کسانی که انگیزه ای برای درک حقیقت ندارند و نمی خواهند بفهمند (الذین لایعلمون)

۴- اشخاص و گروه های ریاکار مذهبی که دین را دکان دنیا می کنند.

۵- ملت هایی که با زیر پا نهادن قوانین الهی به دنیا رو می کنند و شیفته و دلداده آن می شوند.

۶- منافقین دوچهره که پشت ماسک مذهب، منافع مادی خود را تعقیب می کنند.

۲- قساوت (سنگدلی):

ما در زبان فارسی به کسی که بسیار خشن و بی رحم باشد، "سنگدل" یا "قسی القلب" می گوئیم، اما در زبان قرآن قساوت مقابل بی رحمی نیست، بلکه حالتی شبیه همان "طبع قلبی" است که همچون سنگ بسیار سخت و نفوذناپذیر شده باشد. سنگ برخلاف خاک که آب باران را جذب می کند و سبزه و گل و گیاه می دهد، رابطه چندانی با باران برقرار نمی کند و بی اعتنا باقی می ماند. ذکر الهی نیز باران رحمتی است که دل های مستعد و شوریده حال آن را جذب می کنند و خرمی و صفا و طراوت و تازگی می یابند، اما کسانی که به دلیل اشتغال به تمنیات نفس و تمایلات دنیایی، انگیزه و احساس حق طلبی را در خود تضعیف کرده اند، همچون سنگ بی تفاوت و روگردان از آن می شوند. یکی همچون اسفنج آب حیات بخش را جذب می کند و دیگری همچون پارچه های نایلنی به صورت سطحی با آن برخورد می کند. نگاه کنید به این آیه که چگونه چنین قضاوتی را تبیین می کند:

افمن شرح الله صدره للاسلام فهو على نورٍ من ربه فويل للقاسيه قلوبهم من ذكرالله ...

آیا کسی که خداوند سینه اش را برای اسلام (تسلیم شدن به حق) گشوده باشد، در نتیجه در پرتو نوری از جانب رب خویش باشد (مساوی است با کسی که در تاریکی های باطل باشد) پس وای بر کسانی که دلشان در برابر (جذب) یاد خدا سنگ (دچار قساوت) باشد.

همانطور که ملاحظه می کنید قساوت را در آیه فوق در برابر "شرح صدر" قرار داده است که مفهوم آن آزادی فکری، وسعت نظر و گشایش افق اندیشه است.

قساوت قلب، امری ذاتی، موروثی و ناگهانی همچون بیماری های قلب فیزیکی ما نیست، حالتی است که به تدریج، روز به روز و ذره ذره عارض می شود، قرآن در تمثیلی گویا چنین حالتی را در مورد بنی اسرائیل به دلیل قرن ها گمراهی و انحراف از حق، در روند تاریخ گذشته شان نشان داده است.

اصولاً قلب ما در قبول و پذیرش حق و هدایت الهی حالات مختلفی دارد که از نظر سرسختی و مقاومت، یا نرمی و جاذبیت، قابل تشبیه با سنگ می باشد. برخی از سنگ ها همچون سنگ خارا، نه آبی به خود جذب می کند، و نه در اثر تغییرات جوی (باد و باران و یخبندان) تغییر شکل چندانی می دهد. سنگ های آذرین معمولاً چنین هستند، اما بعضی از سنگ های رسوبی، به دلیل نرمی زیاد قابلیت بیشتری نشان می دهند و اسفنج وار با تمام حجم خود آب را جذب می کنند و به سهولت تغییر شکل و حالت می دهند.

قرآن نیز در مقام مقایسه و تمثیل، از این شباهت ظاهری استفاده کرده و با ارائه مثال مجسمی از تفاوت تغییر شکل سنگ ها در کوه و دشت در اثر عوامل جوئی، نشان داده است که قلب آدمی از نظر قساوت و سختی ممکن است از سنگ هم سخت تر شود، با این تفاوت که عمل تغییر شکل در طبیعت، باد و باران و تفاوت درجه حرارت است و در شریعت و نفس آدمی، هدایت و ارشاد الهی.

این حقیقت را آیه ۷۴ سوره بقره به روشنی و وضوح در سه تصویر مختلف از تغییر شکل سنگ ها در طبیعت به شرح ذیل بیان کرده است:

۱- سنگ هایی که به شدت تأثیرپذیر بوده و به شکل انفجار آمیزی نهرهای متعددی از درون خود جاری می سازند.

۲- سنگ هایی که حداقل شکاف برداشته و آبی خارج می سازند.

۳- سنگ هایی که (به دلیل فرسایش یا یخبندان) از اوج ارتفاعات به پایین می غلطند و سقوط و "هبوط" می کنند.

حالات فوق مبین این حقیقت است که سخت ترین سنگ ها هم سرانجام تأثیری از طبیعت می پذیرند و تغییر حالتی می دهند. اما برخی از انسان ها در اثر ناسپاسی و انحراف از حق، به چنان قساوت و سنگدلی دچار می شوند که قلبشان از سنگ نیز سخت تر می گردد.

نگاه کنید به آیه مورد نظر:

ثُمَّ قَسَتْ قُلُوبُكُمْ مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ فَهِيَ كَالْحِجَارِ أَوْشَدُ قَسْوَةً وَإِنَّ مِنَ الْحِجَارِ لَمَّا يَتَفَجَّرُ مِنْهُ الْأَنْهَارُ وَإِنَّ مِنْهَا لَمَّا يَشَقُّ فَيَخْرُجُ مِنْهُ الْمَاءُ وَإِنَّ مِنْهَا لَمَّا يَهْبِطُ مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ وَمَا اللَّهُ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ

سپس دل های شما بعد از آن سخت شد همانند سنگ یا سخت تر از آن، چرا که از برخی سنگ ها نهرهای

متعدد منفجر و جاری می شود و برخی ترک خورده و از شکاف آن آبی جاری می شود و برخی نیز از خشیت الهی هبوط می کنند و خدا از آنچه می کنید غافل نیست.

انسان های متقی و مخلص و مقرب درگاه الهی، همچون انبیاء و اولیاء، در برابر هدایت و ذکر حق آنچنان متحول و منقلب و دگرگون می شوند که وجودشان سرچشمه انواع علم و حکمت ها می گردد و آثار آب حیات و هدایتشان، امت ها را تا ابد سیراب می کند. پیروان راستین آنها و پیشتازان از امت نیز قابل تشبیه به سنگی هستند که شکاف برداشته و از درون آن آبی روان می گردد. آنها نیز با تأثیرپذیری از پیام رسولان و با ایمان و اعمال صالح خود به مردم خیر و خدمت و احسان و انفاق می کنند. و بالاخره سومین گروه کسانی هستند که اگر منشاء خیر و فایده ای نیستند و تشنگی و طلبی را برطرف نمی سازند، حداقل از قله غرور و استکبار خود پایین آمده خضوع و خشوع در برابر حق نشان می دهند و از منیت و مستی غرور دست برمی دارند.

تمثیل فوق از ترکیب حالات مختلف سنگ ها در طبیعت با عکس العمل و بازتاب درونی دل آدمی در برابر حق، تصویر زیبایی ساخته است که برای اهل بصیرت بس تماشایی است، بخصوص نسبت دادن هبوط از بلندی یا خشیت الهی، که مخصوص موجودات ذیشعور است، به سنگ و کوه، که ظاهراً شناخت و شعوری ندارند، برای همین است که متکبران را از اوج افتخارات و قله غرور آنها به نیروی "خشیت الهی" به دامان تواضع و فروتنی فرود آورد. نتیجه گیری نهایی "و ما الله بغافل عما تعملون" (خدا از آنچه می کنید غافل نیست) نیز با ظرافتی شگفت، حواس خواننده یا شنونده را از استعاره و تمثیل به عالم واقعیات و عملکرد انسان متوجه می سازد تا از طبیعت درس توحید بگیرد.

۳ - ختم قلب

همانطور که "ایست قلبی" موجب مرگ قطعی انسان می شود، از نظر روحی نیز "مرحله ختم قلبی" مفهوم زوال قابلیت تغییر را دارد. اهل لغت، ختم قلب را مهر زده شدن آن معنا می کنند. در روزگاری که هنوز امضای پای مدارک و اسناد معمول نشده بود، مردم از "مهر" استفاده می کردند و به این وسیله نامه و نوشته خود را خاتمه می دادند، گاهی نیز از خاتم (انگشتر) به جای مهر استفاده می کردند.

قرآن تصریح می کند:

بقره ۷ - إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا سَوَاءٌ عَلَيْهِمْ نَذَرْتَهُمْ أَمْ لَمْ تُنذِرْهُمْ لَا يُؤْمِنُونَ خَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَ عَلَى سَمْعِهِمْ وَ عَلَى أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةٌ...

"کسانی که راه انکار و حق پوشی (کفر) را برگزیده اند، تفاوتی نمی کند چه هشدارشان بدهی یا بی تفاوت بمانی. آنها ایمان نمی آورند، چرا که (به دلیل نادیده گرفتن حقایق) خداوند بر دل ها و گوش های آنها "مهر خاتمه" زده و بر چشمانشان گویی پرده ای است..."

"نادیده گرفتن حقیقت" از "خودبینی" ناشی می شود، کسی که خالق هستی را نمی پرستد، در واقع با پیروی از خواهش های دل و هوای نفس، "خودش" را می پرستد و به رغم علم و دانش اکتسابی، در حقیقت گمراه است. قرآن سقوط به مرحله "خودپرستی" را، که انحرافی از خداپرستی است، از آثار ختم قلب شمرده است:

جاثیه ۲۳ - أَفَرَأَيْتَ مَنْ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَ خَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَ قَلْبِهِ وَ جَعَلَ عَلَى بَصَرِهِ غِشَاوَةً...

آیا به آن کس که هوای نفسش را معبود خود گرفته (و به آن تسلیم شده) توجه کرده ای؟ (در نتیجه طبیعی چنین رفتاری) خداوند او را هرچند عالم بود، گمراه کرد و بر گوش و دلش مهر (غفلت) نهاد و بر دیده اش پرده ای کشید...

رسم مردمان این است که برای درگذشتگان شان مجلس ختم می گیرند و به بازماندگان تسلیت می گویند، در حالی که سزاوارتر چنین است که برای ختم قلب زنده ها، نه کالبد رفتگان، عزاداری شود (مضمون خطبه ۱۳۰ حضرت علی در نهج البلاغه)

درمان آسیب های درونی

(گرفتگی و کاهش طپش، تحرک و پویایی آزاد)

نرمی دل (لینت قلبی)

قرآن در برابر واژه های: طبع، قساوت، شدت و ختم قلب، که به چشم مرض و عارضه به آن نگاه می کند، دارو و درمان هایی را نیز توصیه کرده است که مصرف و رعایت آنها سلامت قلب را باز می گرداند. این داروها نقش همان داروهای ضد کلسترول و تنظیم کننده فشارخون و امثالهم را که در مورد قلب فیزیکی تجویز می شود، برای قلب روحانی بازی می کند.

چه می توان کرد تا دل های زنگار گرفته و به رسوب نشسته و سخت همچون سنگ شده را به نرمی و انعطاف و تحرک باز گرداند؟

طیب دل ما، تلاوت تدبیرآمیز پیام تازه و نیکویی را که نازل کرده توصیه می کند، پیامی که پوست را به لرزه می آورد و دل را به تدریج نرم می کند:

زمر ۲۳ - اللَّهُ نَزَلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَانِي تَقْشَعِرْمِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ...

خداوند بهترین سخن را به صورت کتابی هماهنگ و حکیمانه نازل کرده است که پوست خداترسان از تلاوت آن موی خیز می شود. آنگاه پوست ها و قلب هایشان به سوی پذیرش ذکر الهی نرم می گردد...

پس نقش قرآن همچون داروهای ضد کلسترول پاک کردن رسوبات گناه است و به همین دلیل خداوند آن را "شفاء لمافی الصدور" (شفای آنچه در سینه هاست!) (۹) و "شفاء و رحمتی برای جهانیان" (۱۰) نامیده است و حضرت علی آن را "شفای نافع" (۱۱)، شفایی که نباید نگران بازگشت مجدد بیماری شد (۱۲) شمرده و توصیه فرموده: "شفای دردهای خود را از قرآن بجوید که در آن درمان بزرگترین دردها همچون کفر، دورویی، سردرگمی و گمراهی است" (۱۳) و شگفت آن که پیامبر را نیز طیب سیاری خوانده است که هر کجا لازم باشد مرهم های خویش را بر زخم های کهنه می گذارد و راه خروج چرک ها از قلب های کور شده، گوش های کر شده و زبان های لال شده ... می گشاید" (۱۴)

ارتباط قلب با دستگاه تنفسی (شرح صدر، درمان قساوت)

گمان نمی کند نقش بسیار اساسی دستگاه تنفسی در تصفیه دائمی خون تیره ای که توسط سیاهرگ ها از اعضاء بدن بازگردانده می شود و تأمین اکسیژن مورد نیاز قلب نیازی به شرح و توضیح داشته باشد، این مکانیسم را درمدرس نیز آموزش می دهند، در واقع شش ها حمایت کننده های اصلی قلب هستند و چگونگی تنفس با عملکرد قلب کاملاً مربوط می باشد. اتفاقاً قابل تشخیص ترین نشانه گرفتگی عروق کرونر قلب، تنگی نفس و دردی است که هنگام دویدن یا سربالایی رفتن در وسط سینه خود احساس می کنیم. وقتی آلودگی هوا نیز از حد مجاز تجاوز کند، معمولاً به بیماران قلبی توصیه می شود از خانه خارج نشوند. همه این ها نشان می دهد تا چه حد نقش دستگاه تنفسی برای کارکرد سالم قلب مهم است.

در قرآن نیز هماهنگی قلب و سینه را به وضوح نشان داده است، البته بصورت تشبیه و تمثیل برای مقایسه کارکرد قلب فیزیکی با قلب معنوی و پی بردن به مشابهنی های ظاهری و باطنی.

اصطلاح "شرح صدر" که در قرآن بارها به کار رفته است، معنای "گشادگی سینه" و ظرفیت بسیار داشتن دستگاه تنفسی است. همانطور که در جوانی شیب تند کوه و تپه را به راحتی طی می کنیم، اما وقتی پا به سن گذاشتیم، در راه های صاف نیز به نفس می افیم، در مواجه شدن با مشکلات زندگی و سختی ها و سربالایی های مصیبت ها و محرومیت ها نیز، عده ای با "شرح صدر" یعنی سینه فراخ و اراده و همت والا و صبر و شکیبایی از آن عبور می کنند و عده ای همچون واماندگان در راه، زمینگیر و متوقف می شوند.

از نظر قرآن، سخت ترین کار، تسلیم شدن به خدا، به جای تسلیم شدن به خواهش های دل و تحریکات و وسوسه های شیطانی است. اولی سربالایی رفتن در شیب تند قله کوه است و دومی سراسیمگی دره را به راحتی پیمودن، اولی نیازمند نفس های عمیق است، دومی رها کردن نفس: اینک نگاه کنید به تقابلی که قرآن از "شرح صدر" در تسلیم به خدا، با "قساوت قلب" تصویر کرده است:

زمر ۲۲ - أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ أُولَئِكَ فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ

آیا کسی که سینه اش را خداوند برای (پذیرش) تسلیم (در برابر خود) وسعت بخشیده و به این ترتیب برخوردار از نور (هدایتی) از جانب پروردگارش شده، (همچون گمراهان تنگ نفس است؟) پس وای بر

سخت دلان در برابر (پذیرش) ذکر خدا! آنان در گمراهی آشکاری هستند.

وجل قلب (درمان ختم قلب)

حیرت و هراسی که به غزالی ضعیف در برابر هیبت و عظمت شیری هولناک دست می دهد، می توان تمثیلی برای تصور مفهوم "وجل" گرفت. وجلی که به قلب مؤمن در برابر خالق جهان هستی دست می دهد، چنین حالتی است، با این تفاوت که اولاً نسبت ضعف و قدرت در اینجا بی نهایت است، ثانیاً احساس حیرت از ترس و وحشت نیست، بلکه از حیرت و دل باختگی در برابر هیبتی است که به جای فرار جذب می کند و همچون عاشق، شیفته و شیدا و ناآرام و سرگشته می سازد.

در قرآن سه مرتبه حالت "وجل" را به قلب نسبت داده است:

۱- یک بار مهمترین صفت مؤمن را در همین دل باختگی و حیرت زدگی در برابر ذکر خدا شمرده است؛
إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ... (انفال ۲)

۲- بار دیگر به جای مؤمنین، محبتین (خاشعین) را به خاطر همین صفت بشارت داده است:
وَبَشِّرِ الْمُخْبِتِينَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ ... (حج ۳۵)

۳- و بالاخره از جمله نشانه های سابقین، یعنی پیشتازان در ایمان و عمل، یکی هم همین ناآرامی و نارضایتی از عمل خود در برابر عظمت معبود و مقصد و مقصودی است که به سوی آن در حرکت اند:
... وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَاءً آتَوْا وَقُلُوبُهُمْ وَجِلَةٌ أَنَّهُمْ إِلَى رَبِّهِمْ رَاجِعُونَ (مؤمنون ۵۷)
... و کسانی که همواره می بخشند آنچه می بخشند؛ با این حال دل هایشان در وجل (هراس و حیرت) است از این که به سوی پروردگارشان در حال رجوع هستند.

وقتی مقصد و مقصود، نزدیک و محدود باشد، همت و هنر چندانی نمی طلبد، با تلاش مختصری می توان به آن دست یافت. هر قدر از دسترس دورتر باشد، انگیزه قوی تری می طلبد. وقتی مقصد بس دور و دراز و مقصود بی نهایت باشد، هر تلاشی را هر چند جانفرسا، باید ناچیز و کوچک شمرد.

و چنین است که پیشتازان هر آنچه باید بدهند می دهند، با این حال دلهاشان راضی و راحت نیست، چرا که می دانند به سوی پروردگارشان در حرکت هستند.

این سخن را از مولای متقیان علی علیه السلام، که به راستی وجل قلبی را از او باید آموخت، شنیده اید که در تنهایی نیمه های شب و با سوز و گداز می گریست و زیر لب زمزمه می کرد:

آه، آه مِنْ قَلِّهِ الزَّادِ وَ طُولِ الطَّرِيقِ وَ بُعْدِ السَّفَرِ وَ عَظِيمِ الْمَوْرِدِ
آه، آه از کمی توشه و طولانی بودن راه و دوری سفر و عظمت جایگاهی که به آن باید وارد شد.

بار خدایا، ما را از دل بسته و زمینگیر شدن در منزلگاه های بین راه بیدار و بلند کن، تا با توشه تقوا، توان ادامه راه را کسب نماییم و در پیوستن به صالحین، در مسابقه سرعت و سبقت به سویت بشتابیم.

عوارض خارجی قلب

(درد و درمان)

در قسمت قبل با تعدادی از واژه های بیان کننده حالت گرفتگی و انقباض قلب آشنا شدیم و درمان آن را نیز اجمالاً شناختیم. موارد مذکور نشانه های بالینی بود که آسیب های درونی قلب را نشان می داد، در این بخش می خواهیم آثار و عوارض بیرونی چنان قلبی را به کمک آیات قرآن بشناسیم. می خواهیم بدانیم قلب های آسیب دیده از بیماری های: قساوت، طبع و ختم، چه نشانه هایی در مناسبات با دیگران از خود بروز می دهند و رفتار بیمار با مردم چه حالتی پیدا می کند.

قرآن در این مورد چند حالت را شرح داده است:

معنای "غِل" دشمنی و کینه است. قرآن به ما آموخته است دعا کنیم در دل هایمان غِل (دشمنی و کینه ای) نسبت به مؤمنان جای نگیرد. (۱۵) و در وصف متقینی که در نهایت سلامت و امنیت به بهشت درآمده اند، می گوید:

"ما ریشه هر گونه دشمنی و کینه ای را از سینه آنها برکنندیم (در نتیجه) برادروار، روبه روی یکدیگر (نه پشت بر هم) بر بلندی های شادی آفرین نشسته اند"

یعنی همانطور که در دنیا از اختلاف و ادبار دوری گزیده و با اتحاد و اقبال، محیط امن و سلامتی پیرامون خود و در مناسبات با مردم بوجود آورده بودند، امروز نیز بازتاب طبیعی همان رفتار را در بهشت دریافت می کنند.

"غِل" با "غُل" هم ریشه است. غُل به طوق سنگینی گفته می شود که برای ذلت و شکنجه به گردن محکومان می بستند، از این هم‌ریشگی می توان فهمید دشمنی و کینه ای که میان برادران همفکر در فعالیت های اجتماعی پدید می آید، همانند غل و زنجیری که به گردن زندانیان می بندند، آدمی را اسیر احساسات منفی و بدبینی و بدخواهی تفرقه انگیز می کند. پس "غِل" بیماری دل های بدبین و زود رنجی است که با مختصر کدورت و رنجشی، روابط برادری خود با همفکران را به دوری و دشمنی تبدیل ساخته و آن را بسته و قفل می کنند. واژه "غیظ" نیز که یک بار در قرآن به قلب نسبت داده شده نیز همین مفهوم را دارد. (۱۶)

درمان: رحمت و رأفت

درمان غِل و غیظ را قرآن "رأفت و رحمت" یعنی مهربان و دلسوز بودن قرار داده است. (۱۷) گویی مهربانی و محبت دارویی است که به تدریج آثار دشمنی و ددمنشی را از دل می زداید و روابط تیره شده را به صفا و صمیمیت تبدیل می سازد.

قرآن پیروان راستین حضرت عیسی مسیح را با همین دو صفت معرفی کرده است:

حدید ۲۷ - وَ جَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَ رَحْمَةً

(ما در دل کسانی که او را پیروی کردند رأفت و رحمت را قرار دادیم)

معنای "زیغ" لغزیدن و انحراف از حق است. دل هیچ کس تضمین شده نیست، هر قلبی آمادگی این را دارد که هر لحظه بلغزد و مرتکب خطا و اشتباه شود، هر چند سوابق بلند مدت بسیار نیکویی هم داشته باشد. پس جز لطف و رحمت حق که توفیق ثبات قدم و استقامت عنایت کند، چاره ای نیست و همین است که پس از هدایت هم باید دعا کنیم از لغزش ها نگاهمان دارد.

رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا

(پروردگارا قلبمان را پس از آن که هدایتمان کردی نلغزان) آل عمران

البته این خدا نیست که دل ها را می لغزاند، بلکه لغزاندن او بنا به قانون علت و معلولی، نتیجه لغزش خود بنده است، چنان که در باره بنی اسرائیل فرموده:

"فَلَمَّا زَاغُوا أَزَاغَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ"

(پس چون لغزیدند ما هم دل های آنها را لغزاندیم) صف ۵

۳- صغو

"صغاوت" نیز مفهومی مشابه "زیغ" یعنی تمایل از حق به سوی باطل دارد:

إِنْ تَتُوبَا فَقَدْ صَغَتْ قُلُوبُكُمَا

(بہتر است شما دو تن توبه کنید چرا کہ دلہایتان بہ سوی باطل میل کردہ است) تحریم ۴

درمان ۲و۳- قلب منیب

یک بار حضرت ابراہیم از خداوند خواستہ بود " در روزی کہ مردم مبعوث می شوند او را خوار و شرمندہ نکنند، همان روزی کہ نہ مال سودی دارد و نہ فرزند. مگر آن کہ دل سالمی نزد خدا بیاورد " (۱۸) خداوند نیز خلیل خود را در کتابش با ہمین صفت نیز ستودہ است:

وَإِنَّ مِنْ شِيعَتِهِ لَإِبْرَاهِيمَ، إِذْ جَاءَ رَبَّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ

از پیروان او (نوح) ابراہیم بود، آنگاہ کہ با دل سالمی بہ نزد خدا روی آورد.

تنها مورد دیگری که قرآن از آوردن قلب نزد خدا، یعنی تحویل دادن این امانت به صاحب آن، سخن گفته است، به جای واژه "سلامت"، واژه "منیب" را به کار برده است که نشانه یا اثر همان سلامت است:

و أُولَئِكَ الْجَنَّةُ لِلْمُتَّقِينَ غَيْرُ بَعِيدٍ. هَذَا مَا تُوعَدُونَ لِكُلِّ أَوَّابٍ حَفِيزٍ - مَنْ خَشِيَ الرَّحْمَنَ بِالْغَيْبِ وَ جَاءَ بِقَلْبٍ مُنِيبٍ.

و بهشت (در آن روز) بی درنگ و نزدیک در دسترس پرهیزکاران قرار گیرد. این است آنچه به هر بازگشت کننده (به درگاه خدا) و حفیظ (نگهدار خود از هوای نفس و شیطان) وعده داده شده است، همان کس که در نهان از خدای رحمان پروا گیرد و قلبی منیب (بازگشت کننده) به پیشگاه خدا عرضه کند.

منیب از مصدر "انابه" و از ریشه "نوب" است که همان مفهوم توبه را دارد. اما توبه و بازگشتی مستمر و دائمی.

کشتی وجود ما در اقیانوس زندگی در همه لحظات در معرض طوفان های مخالف و انحراف به چپ و راست و دور شدن از مسیر مستقیم قرار دارد، هشیاری دائمی ناخدایی که پشت فرمان قرار گرفته و با نگاه به نقشه و قطب نما و تغییر دادن زاویه برخورد بادبان با باد مخالف، دائماً اصلاح مسیر می کند، و کشتی را به امتداد مستقیم بازمی گرداند، همان انابه است و چنان ناخدایی را "منیب" باید نامید.

همان ابراهیمی را که خداوند با "قلب سلیم" ستوده بود، بار دیگر قرآن با "قلب منیب" ستوده است که علامت آن سلامت است:

إِنِ اِبْرٰهٖمَ لَحَلِیْمٌ اَوَّاهٌ مُنِیْبٌ

(به راستی که ابراهیم بردباری دلسور و بازآینده مستمر به سوی ما بود) هود ۷۵

اصلاً عظمت ها و آیات گسترده در آسمان و زمین و کوه و دشت فقط برای بندگان منیب بصیرت و یادآوری است (تَبَصَّرَ وَ ذِكْرٍ لِّكُلِّ عَبْدٍ مُنِيبٍ - ق ۸) و آیات امنیت بخش نیز بر همان ها نشانه است (إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّكُلِّ عَبْدٍ مُنِيبٍ)

پروردگارا دل های ما را در لغزشگاه های زندگی با ریسمان هدایت خود حفظ کن و به ما توفیق ده با هر افراط و تفریط و انحراف از چپ و راست، به زودی و به سرعت به سوی تو بازگردیم.

"ریب" به حالتی از شک و تردید و دودلی می گویند که شخص را در بلا تکلیفی و سردرگمی نگه می دارد. وقتی ایمان عمیق و استوار نباشد، یا انگیزه های غیرخدایی آن را آسیب پذیر کرده باشد، دل آدمی ناآرام و ناستوار می گردد و دائماً تغییر موضع می دهد. نگاه کنید به این فراز که در مذمت منافقینی که به بهانه های مختلف از زیر بار مسئولیت دفاع از شهر و دیار خود شانه خالی می کردند، نازل شده است:

"... وَارْتَابَتْ قُلُوبُهُمْ فَهُمْ فِي رَيْبِهِمْ يَتَرَدَّدُونَ"

(دلهاشان در شک افتاده است و در چنین شکی در تردید و سرگردانی اند) توبه ۴۵

همچنین این فراز:

"لَا يَزَالُ بُنْيَانُهُمُ الَّذِي بَنُوا رِيبَهُ فِي قُلُوبِهِمْ إِلَّا أَنْ تَقَطَّعَ قُلُوبُهُمْ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ"

همواره برنامه ها و بنیان هایی که (در زندگی) بنا می گذارند موجب تردید دلهاشان خواهد بود مگر آن که قلوبشان (از قید حیات یا بندهای نفاق) منقطع شود و خدا دانای حکیم است.

درمان: اطمینان و آرامش

نقطه مقابل شک و تردید و ریب، آرامش و اطمینان است که اضطراب را از دل می راند و آن را آسوده می سازد. همانطور که در قلب مادی صنوبری شکل خود شاهد نامنظم شدن ریتم قلبی و افزایش یا کاهش فشار خون، به عنوان علائمی از بیماری هستیم، در قلب معنوی نیز این بالا و پایین رفتن های بی ثباتی یا آرامش و استواری (اطمینان) را مشاهده می کنیم.

قرآن تصریح کرده است آرامش واقعی قلب جز با یاد خدا حاصل نمی شود:

"الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ"

(آنهايي که ایمان آوردند و دلهاشان به ذکر خدا آرام شد؛ بدانید که (تنها) به ذکر خدا دل آرام گیرد.) رعد

و رضایت واقعی را نیز که همان خشنود شدن همه جانبه خدا، خلق و خود است (راضیه مرضیه) برای کسانی قرار داده است که به چنین اطمینانی رسیده باشند.

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً فَادْخُلِي فِي عِبَادِي وَادْخُلِي جَنَّتِي

ای نفس به آرامش رسیده، خشنود و مورد پسند، به سوی پروردگارت بازگرد، در صف بندگان من داخل شو و به بهشت (مخصوص) من در آی.

چنین است آرامش و اطمینانی که با طبیعت و ساختار وجودی قلب سازگار است، هر چند نومیدان از ملاقات رب و رسیدن به حضور او، که به دنیا دل بسته و مشتاق و مطمئن هستند، آن را باور نداشته باشند. (۱۹)

۵ - حمیت

"حمیت" که از خشم سرچشمه می گیرد و رگ گردن و رنگ صورت را به راست و سرخ شدن تبدیل می سازد، حالتی از غیرت ورزی است که در "حمایت" از خودی ها (وابستگان به خانواده، قبیله، مملکت) بروز می کند. چنین غیرتی اگر به خاطر دفاع از حق باشد، البته محمود است، اما معمولاً به صورت تعصب آمیزی در دفاع از همفکران سیاسی و مذهبی، بدون توجه به حق یا باطل بودن عملکرد آنان نمود پیدا می کند و ریشه و انگیزه ای جز خودخواهی، در بعد گسترده تر فردی آن، ندارد.

درمان : سکینه

نقطه مقابل این جوش و خروش ها و غیرت ورزی های جاهلانه، که اغلب موجب زد و خورد و کشت و کشتارهای خونین هم می شود، "سکینه" یعنی خونسردی و آرامشی است که خداوند در دل انسان های صاحب تقوا و اراده قرار می دهد. نگاه کنید به آیه ذیل:

"إِذْ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَمِيَّةَ حَمِيَّةَ الْجَاهِلِيَّةِ فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَىٰ رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَالزَمَهُمْ كَلِمَةَ التَّقْوَىٰ ..."

(آنگاه که منکران، حمایتی (تعصب آمیز) به خرج دادند. (آن هم) حمایتی جاهلانه، پس خداوند آرامش (خاطری از جانب) خویش بر پیامبرش و بر مؤمنین القاء کرد و آنها را به اصل تقوا پایبند ساخت.) فتح ۲۶

در آیه فوق همان طور که ملاحظه می کنید دو واژه "حمیت" و "سکینه" در برابر هم قرار گرفته است.

بی توجهی ها و سهل انگاری ها

همانطور که قلب فیزیکی ما را مصرف مشروب، سیگار، چربی، ... یا در فشار و استرس قرار گرفتن و تحرک نداشتن گرفتار عوارض ناخواسته می کند، قلب معنوی مان را نیز نوع زندگی و نگاهمان به هستی، در معرض مشکلات قرار می دهد. برخی از این موارد را قرآن برای ما نشان داده است.

۱ - غفلت

غفلت همان بی توجهی و سهل انگاری و سهوی است که دامنگیر آدمی می شود، ضد غفلت "یقظه" یعنی بیداری و هشیاری است که موجب مراقبت در انجام مسئولیت ها می شود. قرآن، غفلت قلب ها از ذکر خدا را ناشی از پیروی هوای نفس شمرده است:

وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَنِ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا (کهف ۲۷)

۲ - غمره

به آبی که محلی را در خود بپوشاند و غرق کند، "غمره" می گویند. غمرات نیز شاید مرگ است که انسان را احاطه می کند. به همین ترتیب بی توجهی و غفلتی که دل را مشغول و اسیر کند غمره می گویند، بیشتر آدمیان آنچنان در گرفتاری های روزمره و اشتغالات دنیایی غرق می شوند که از همسایه دیوار به دیوار خود هم بی خبر می مانند. لازم نیست این اشتغالات حتماً باطل باشد، گاهی پرداختن بیش از حد به همسر و فرزند، فرو رفتن در درس و تحقیق یا کار و حرفه و هنر و ... آنچنان آدمی را اسیر می کند که ابعاد وجودی و استعداد های دیگر خود را ضایع می سازد و انسانی تک ساحتی یا یک بعدی می گردد.

خداوند خواسته است ما در میدان های گسترده ای که استعداد آن را در ضمیر ما نهاده است، به مسابقه و مسارعه با یکدیگر پردازیم، ولی تصریح نموده، دل بیشتر آدمیان از درک چنین رقابت های رشدآوری در پوشش غفلت است و علاقمند انجام اعمالی در مرتبه ای پایین تر (دون) هستند و تنها همت انجام همان را دارند:

بَلْ قُلُوبُهُمْ فِي غَمْرَةٍ مِنْ هَذَا وَلَهُمْ أَعْمَالٌ دُونَ ذَلِكَ هُمْ لَهَا عَامِلُونَ (مؤمنون ۶۳)

"لهو" به چیزی می گویند که آدمی را آنچنان به خود مشغول و غافل کند که از کارهای اساسی و مهم بازماند. به همین دلیل دنیا را که پرداختن غافلانه به آن موجب فراموشی آخرت می گردد، "لهو" نامیده اند. (انعام ۳۲)، حتی توجه به اموال و اولاد که کسب و صرف وقت برای آن بسیار توصیه شده است، اگر از حد متعادل و مجاز تجاوز کند و موجب بازماندن انسان از انجام وظایف دیگر نسبت به خلق خدا و طاعت پروردگار گردد، "لهو" خوانده می شود. (فتح ۱۲)

دل آدمی جایگاه آرزوها و آمال و ظرف ذوق و زیباطلبی های اوست، اگر تمامی حجم این ظرف را از امور دنیایی پر کردیم، جایی برای امور اخروی و انگیزه ای برای حق طلبی و هدف های متعالی باقی نمی ماند و دل به لهو مشغول می شود.

سوره انبیاء با این پیام هشدار دهنده آغاز می شود :

" (روز) حساب مردم به آنان نزدیک شده است، در حالی که غرق غفلتِ ناشی از رویگردانی هستند. هر سخن تازه ای از پروردگارشان بر آنها می رسد، به بازی (نه جدی و مسئولانه) با آن برخورد می کنند، چرا که دل های آن به لهو مشغول است ... " (انبیاء ۱ تا ۳)

۴- اثم

مفهوم گناه در قرآن با واژه های مختلفی از جمله: جرم، ذنب، ظلم، اثم و ... بیان شده است که هر کدام از زاویه معینی گناه را تعریف می کنند، به نظر می رسد واژه "اثم" که مفهوم تنگ نظری، محدودیت ظرف وجودی و خودبینی دارد، به ریشه و علت گناه اشاره داشته باشد. بررسی اجمالی آیاتی که این واژه در آنها به کار رفته است، به خوبی نشان می دهد که "من" را محور قرار دادن، چگونه موجب فراموشی "او" و فرو رفتن در پيله محدود و بسته پندارهای فردی می گردد.

تعبیر "قلب آثم" یعنی قلبی که دچار منیت و محدودیت بینشی شده باشد، در قرآن به کار رفته است، این صفت بخصوص به کسی نسبت داده شده که شهادت به حق را از ترس یا طمع نسبت به کسی که ظلمی انجام داده کتمان می کند و منافع شخصی خود را بر دفاع از مظلومان ترجیح می دهد.

... وَلَا تَكْتُمُوا الشَّهَادَةَ وَمَنْ يَكْتُمْهَا فَإِنَّهُ آثِمٌ قَلْبُهُ ... (بقره ۲۸۳)

۵ - عمی (کوری)

شگفت آن که قرآن کوری را هم، به جای چشم، به قلب نسبت داده است، مگر نه این است که چشم برای دیدن، و دیدن برای بصیرت است. پس اگر از مشاهدات مکرر خود، بینش و بصیرتی نیافتیم، چشم دلمان کور شده است. هر چند چشمان ظاهری سالمی هم داشته باشیم.

قرآن ما را توصیه کرده است سیر و سفر کنیم و آثار پیشینیان را ببینیم و از عاقبت اهل قدرت و ثروت عبرت بگیریم، بعد اضافه می کند، این چشمها نیست که کور شده، بلکه دل هایی که در سینه هاست کور شده است (که می بیند و عبرت نمی گیرد)

أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونْ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ

مگر جهانگردی نکرده اند تا دلهایی داشته باشند که بدان درک کنند و گوش هایی که بدان بشنوند؛ پس همانا چشم ها کور نمی شود، بلکه دل هایی که در سینه ها می طپد کور می شود (سوره حج آیه ۴۶)

به نگاهی که توأم با توجه و تدبر باشد "نظر" می گویند. خداوند در شأن ابرار (نیکان گسترده نظر و عمل) فرموده است: ابرار در متن نعمت ها قرار گرفته و از "ارائك" (تکیه گاه و افق های بلندی) می نگرند!

بارخدا یا نگاه ما را از خودمان به سوی خودت و اسماء نیکوی جلال و جمالت بگردان تا بیدار و بینا شویم و از خاک به افلاک پرواز کنیم.

الهی سینه ای ده آتش افروز	در آن سینه دلی، وان دل همه سوز
هر آن دل را که سوزی نیست، دل نیست	دل افسرده غیر از آب و گل نیست
دلم پرشعله گردان، سینه پردرد	دلی در وی درون درد و برون درد

...

دلم را داغ عشقی بر جبین نه	زبانم را بیانی آتشین ده
سخن کز سوز دل تابی ندارد	چکد گر آب از او آبی ندارد

چراغی زو بغایت روشنی دور

دلی افسرده دارم سخت بی نور

فروزان کن چراغ مرده ام را

بده گرمی دل افسرده ام را

از مناجات های کمال الدین وحشی بافقی

۱ - سوره و آیات مدثر ۳۱ - محمد ۲۰ و ۲۹ - احزاب ۳۲ و ۶۰ - نور ۵۰ - حج ۵۳ - توبه ۱۲۵ - انفال ۴۹ - مائده ۵۲ - بقره ۱۰

۲ - صفات ۸۳ - و ان من شیعتہ لایراہیم. اِذْجاء رَبُّہُ بِقَلْبِ سلیم (ابراہیم از پیروان راستین نوح بود آنگاه که با دلی پاک به پیشگاه پروردگارش آمد).

۳ - شعراء ۸۹ - پروردگارا مرا در روزی که مردم برانگیخته می شوند خوار و شرمندہ مکن. روزی که نہ مال فایده ای دارد و نہ فرزند، مگر کسی کہ قلب سلیمی نزد خدا عرضه نماید.

۴ - مضمون آیات ۸۸ سوره بقره و ۱۵۵ سوره نساء

۵ - فصلت ۵ - و قالو قلوبنا فی اکنه مما تدعونا لیه وفي اذاننا وقر و من بیننا و بینک حجابٌ فاعمل اننا عاملون

۶ - حج ۴۶ - افلم یسیروا فی الارض فتکونَ لہم قلوب یعقلون بها او اذانٌ یسمعون بها فانہا لاتعمی الابصار ولكن تعمی القلوب التی فی الصدور

۷ - آل عمران ۱۵۴ - ... ولیتلی اللہ ما فی صدورکم ولیمحص ما فی قلوبکم واللہ علیم بذات الصدور

۸ - احزاب ۵۳

۹ - یونس ۵۷

۱۰ - اسراء ۸۲

۱۱ - خطبہ ۱۵۶ (فانه الحبل المتین والنور المبین و الشفاء النافع ...)

۱۲ - خطبہ ۱۹۸ - (القرآن) شفاء لاتخشی اسقامہ

۱۳ - خطبہ ۱۷۶ - ... فاستشفوه من ادوائکم و فیہ شفاءٌ من اکبرالداء و هو الکفر والنفاق والغی و الضلال

۱۴ - خطبہ ۱۰۸ - (رسول اللہ) طیب دوار بطبہ قداحکم مراحمہ و احمی مواسعہ ...

۱۵ - حشر ۱۰ - " ... و لاتجعل فی قلوبنا غلا للذین آمنوا... "

۱۶ - توبہ ۱۵ - ... ویذهب غیظ قلوبہم

۱۷- در همان آیه ۱۰ سوره حشر صفت غل را در برابر صفات "رؤف و رحیم" که از اسماء نیکوی خداست نشانده است.

۱۸ - شعراء ۸۹

۱۹ - یونس ۷- ان الذین لایرجون لقاءنا و رضوا بالحویه الدنیا و اطمأنوا بها...