

## بررسی سلامت قلب از منظر ارتباط آن با خواسته‌ها و آرزوهای انسانی

### بررسی نسبت لا اله الا الله و قلب سلیم؛ نقش سلامت قلب در درک توحید

لا اله الا الله در ظاهر یکی از ارکان شهادتین و گزاره‌ای برای بیان توحید خداوند است؛ اعلامی مبنی بر اینکه هیچ معبودی جز الله وجود ندارد، اما باطن این گزاره چیست؟ این عبارت چگونه از حالت یک شعار خارج شده و به صورت عملی وارد بطن زندگی می‌شود؟ آیا ذکر زبانی می‌تواند عمق وجود را تغییر دهد؟

از سوی دیگر، قلب سلیم در ظاهر به معنای قلبی است که از آلودگی‌ها، پلیدی‌ها و تردیدها پاک شده باشد. در بحث از نقش و جایگاه قلب در انسان‌شناسی، قلب به‌عنوان مهمترین عضو وجود و مرکز فرماندهی نفس معرفی شده است؛ جایی که تمام تصمیم‌ها و گرایش‌ها از آن سرچشمه می‌گیرند. هدف نهایی خلقت نیز کسب همین قلب سلیم است. قلب ما، فارغ از سالم یا ناسالم بودن در این دنیا، تنها دارایی حقیقی و همراه ما هنگام ورود به عالم برزخ و زندگی ابدی است. هرچه قلب در این دنیا سالم‌تر و پاک‌تر باشد، سنخیت و هماهنگی آن با شرایط زیستی در عوالم بعدی بیشتر خواهد بود.

با توجه به اینکه قلب فرمانروای مطلق وجود و جایگاه اتصال ما به معشوق حقیقی است، چگونه می‌توان اطمینان حاصل کرد که این فرمانروایی به دست بخش انسانی و عاشق ما سپرده شده است؟ آیا صرف شناخت نظری از وجود خداوند و بیان لفظی گزاره لا اله الا الله کافی است تا قلب از آلودگی‌ها پاک شود و فقط خداوند در آن جای گیرد؟ آیا همیشه جمع‌آوری اطلاعات و دانش زیاد درباره خداوند لزوماً منجر به حضور واقعی و عاشقانه او در قلب می‌شود؟

در پاسخ باید گفت که گزاره لا اله الا الله، فراتر از یک شعار دینی، گزارشی دقیق از سلامت قلب و رمزی برای فعال‌سازی بخش عاشق وجود ماست. برای رسیدن به عمق این گزاره و درک حقیقت آن نیاز به قلبی سالم داریم. قلب سلیم بستر و زمینه لازم برای تجلی حقیقت توحید را فراهم می‌کند و ما را قادر می‌سازد تا به‌طور کامل و عملی در عشق و دلدادگی با الله غرق شویم، نه اینکه صرفاً به زبان این ذکر را تکرار کنیم. از این رو می‌توان لا اله الا الله و قلب سلیم را دو روی یک سکه دانست.

## همسویی حقیقت لا اله الا الله و قلب سلیم

برای درک عمیق ارتباط میان لا اله الا الله و قلب سلیم باید ابتدا به ماهیت وجودی قلب پردازیم؛ همان‌طور که در درس‌های پیشین اشاره شد، قلب تنها دارایی ما در ورود به آخرت و عالم برزخ است و تمام هستی حقیقی ما همان قلب ماست. بخش‌های حسی، خیالی، وهمی و حتی قدرت تعقل و استدلال، مقدماتی متعلق به این بخش اصلی و محوری وجود هستند. از این‌رو ملاک ارزش‌گذاری انسان‌ها نزد خداوند، نه بر اساس دانش‌های دنیوی، کمالات ظاهری و موفقیت‌های مادی، بلکه بر اساس محبوب‌هایی است که در قلب جای گرفته‌اند. خداوند به ظاهر ما نگاه نمی‌کند، بلکه به باطن و قلب ما می‌نگرد.

قلب سلیم که مهمترین زاد و توشه برای آخرت است، تعریف دقیق و روشنی در روایات دارد. امام صادق (علیه‌السلام) در معرفی این نوع قلب می‌فرماید: «قلب سالم دلی است که هنگام ملاقات پروردگار هیچ‌کس جز خدا در آن نباشد»<sup>۱</sup> این تعریف دقیقاً بازتاب‌دهنده باطن گزاره لا اله الا الله است. شعار دین اسلام که می‌گوید لا اله الا الله در واقع بیانگر این حقیقت است که هیچ معبود و معشوقی جز الله وجود ندارد؛ بنابراین ساختار قلب سلیم کاملاً متناسب با این عبارت توحیدی است. قلب سلیم قلبی است که غیر از خدا هیچ معشوق دیگری در آن جایی ندارد و تمام عشق و تمرکز آن متوجه حق تعالی است.

از سوی دیگر باید توجه داشت که قلب انسان حرم خداوند است. چنان‌که امام صادق (علیه‌السلام) می‌فرماید: «دل حرم خدا است، پس در حرم خدا جز خدا را جای نده.»<sup>۲</sup> این روایت نشان می‌دهد که رسیدن به حقیقت لا اله الا الله یک امر لفظی نیست؛ بلکه نیاز به پاک‌سازی درونی دارد. ما برای کسب قلب سلیم باید هر آنچه را که غیر خداست از دل بیرون برانیم و ارتباط خود را با غیر خدا، از اشیاء تا اشخاص یا آرزوهای دنیوی، کم و ضعیف کنیم.

قلب سلیم بستر و زمینه‌ای است که در آن گزاره توحید از حالت یک شعار خارج شده و به واقعیتی عینی در وجود انسان تبدیل می‌شود؛ جایی که وجود و قلب فرد سرشار از یاد خدا می‌شود و هیچ معبود دیگری در آن جای نمی‌گیرد.

<sup>۱</sup> أَلْقَلْبُ السَّلِيمُ الَّذِي يَلْقَى رَبَّهُ وَ لَيْسَ فِيهِ أَحَدٌ سِوَاهُ؛ کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، مترجم و شارح جواد مصطفوی و هاشم رسولی، تهران، کتابفروشی علمیه اسلامی، ج ۳، ص ۲۶  
<sup>۲</sup> أَلْقَلْبُ حَرَمٌ حَرَمَ اللَّهِ فَلَا تُشْرِكُنْ حَرَمَ اللَّهِ غَيْرَ اللَّهِ؛ شعیری، محمد بن محمد، جامع الأخبار، نجف اشرف، المطبعة الحیدریة، بی تا، ص ۱۸۵

## کارکردهای تربیتی باور به لا اله الا الله در سلامت قلب

پس از روشن شدن ساختار معنوی ارتباط لا اله الا الله و قلب سلیم اکنون باید به این پرسش پاسخ دهیم که این باور توحیدی چگونه به صورت عملی وارد بطن زندگی شده و چه تأثیری بر سلامت روان و رفتار ما می‌گذارد؟ آیا این مفاهیم فقط آرامش و کارکرد اخروی دارند یا در همین دنیا نیز کاربرد دارند؟

گزاره لا اله الا الله یک شعار دینی و مفهوم فلسفی نیست، بلکه گزارشی دقیق از سلامت قلب و رمزی برای فعال‌سازی بخش عاشق وجود ماست. وقتی کسی این حقیقت را باور کند و در عمق وجود خود جای دهد، تغییراتی اساسی در شخصیت او رخ خواهد داد.

باور داشتن لا اله الا الله به‌عنوان یک اصل و ارزش انسانی، از فرد یک شخصیت ضدضربه می‌سازد. این بدان معناست که فردی که قلبش سرشار از یاد خداست و معبودی جز او ندارد، در برابر ناملایمات زندگی، سختی‌ها و حوادث ناگوار مقاوم می‌شود و به‌راحتی نمی‌شکند. این باور عمیق، بیماری‌های روحی و روانی بسیاری را درمان می‌کند. باور به توحید و حقیقت لا اله الا الله باعث می‌شود که بیماری‌هایی چون عصبانیت، پرخاشگری، زودرنجی، حساسیت، حسادت، وسواس‌های فکری و عقده‌های روانی از بین بروند؛ زیرا وقتی کسی خدا را تنها معشوق خود بداند، وابستگی‌های پوچ و ریشه‌های کینه و حسادت، که ناشی از تعلقات به غیر خداست، در قلب او خشک می‌شود.

علاوه بر این ذکر لا اله الا الله گذرا بودن دنیا و ناپایداری آن را تذکر می‌دهد. این یادآوری باعث می‌شود که فرد فریب ظواهر دنیا را نخورد و خود را برای شرایط زیستی آخرت آماده کند. کسی که دل‌بستگی دنیوی دارد و در دنیا خود را با غیر خدا درگیر می‌کند، نمی‌تواند قلبی سالم با خود به آخرت ببرد؛ قلبی که به تعبیر قرآن کریم تنها دارایی سودمند و حقیقی برای زندگی ابدی است: «روزی که هیچ مال و اولادی سود نمی‌دهد؛

مگر کسی که دلی سالم [از رذایل و خبایث] به پیشگاه خدا بیاورد.»<sup>۳</sup>

عملی کردن گزاره لا اله الا الله در زندگی، انسان را به فردی اهل عفو و مغفرت تبدیل می‌کند که می‌تواند بدون کینه و عقده از دیگران بگذرد و در نهایت شاد و آرام باشد. این آرامش و سلامت روان ثمره حضور

<sup>۳</sup> یَوْمَ لَا يُنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ؛ سوره شعراء، آیات ۸۸ و ۸۹

واقعی خدا در قلب و نتیجه مستقیم داشتن قلب سلیم است.

ارتباط میان لا اله الا الله و قلب سلیم ارتباطی عمیق و ساختاری است. قلب سلیم تجلی عینی و باطنی گزاره توحیدی لا اله الا الله می‌باشد؛ جایی که حرم دل از هر آنچه غیر خداست پاک می‌شود و فرد به درجه‌ای از عشق و توحید عملی می‌رسد که هیچ معشوق دیگری در وجودش جای نمی‌گیرد.

این باور علاوه بر اینکه فرد را برای زندگی ابدی آماده می‌کند، در همین دنیا نیز با ایجاد شخصیتی ضدضربه، ریشه بیماری‌های روحی نظیر حسادت، کینه و وسواس را خشک کرده و آرامش واقعی و سلامت روان را به ارمغان می‌آورد. بنابراین رسیدن به حقیقت لا اله الا الله و کسب قلب سلیم دو روی یک سکه هستند که تحقق آن‌ها غایت هدف خلقت و کلید سعادت همیشگی بشر است.

آیا تا به حال در زندگی خود لحظه‌ای را تجربه کرده‌اید که فقط خدا در قلب شما جای داشته باشد؟ این حس چه تأثیری بر آرامش درونی شما گذاشته است؟ خوشحال می‌شویم تجربیات و دیدگاه‌های خود را درباره ارتباط لا اله الا الله و قلب سلیم با در میان بگذارید.