

## سبک نگرش

### آدم در عزای امام حسین (ع)، آدم می شود

حجت الاسلام والمسلمین علیرضا پناهیان

«ان الصلاة تنهی عن الفحشاء والمنکر» از آن به بعد نماز را با اعتقاد به اینکه می تواند مانع فحشا و منکر شود می خوانید. درست مثل تأثیری که آنتی بیوتیک روی بدن دارد شما چه بدانید و چه ندانید اگر قرص را بخورد تأثیرش را روی بدن تان می گذارد اما اگر دکتر از مکانیزم تأثیر گذاری قرص و زمان تأثیرش برایتان بگوید پس طبیعتاً تلاش می کنید سرفوت و درست مصرف کنید تا نتیجه بهتری بگیرید. مجلس عزای امام حسین (ع) هم مثل همین است اگر از تبعات و آثارش ندانی و بروی نعمت نصیبت می شود اما اگر بدانی و بروی اثر و وسعتش بیشتر می شود و در نهایت هم اگر بدانی، بروی و آدایش را هم رعایت کنی معرفتی در وجودت ایجاد می کند که دیگر تو را زوی لای پرچی می شناسد و در دست مصرف کننده است و آثارش پایدار خواهد بود. وقتی ما در زیارت عاشورا می گویم «یا ابا عبدالله انی اتقرب الی الله» یعنی من می خواهم به خدا نزدیک شوم پس باید پیش از آن بدانم که چطور می شود به خدا نزدیک شد و آداب و اثر این نزدیکی چیست تا بتوانیم نتیجه بهتری بگیریم. یکی از برکاتی که در مجالس محرم شامل حال ذاکر و عزادار امام حسین (ع) می شود

مجلس عزای حسینی از آن مجالسی است که عزادار اگر چه با نیت عزاداری وارد آن می شود اما غافل از اینکه بدانند هزار و یک سود فردی و اجتماعی نصیبش می شود. حقیقتاً عزای امام حسین (ع) به مثابه دری از درهای بهشت است که ما تنها روز قیامت متوجه اهبت و جایگاه این مراسم می شویم و آن روز است که حسرت می خوریم چرا از فرصت های این مراسم بهره کمی بردیم؛ روز قیامت است که به خودمان می گویم چرا نتوانستیم از لحظه لحظه فرصت های عزاداری محرم استفاده کنیم و حسرت می خوریم. اگر خوب دقت کنید تازه متوجه می شوید که ماه محرم درست زمانی که روزهای شهادت حسین (ع) و یاران و خانواده اش (ع) است اتحاد و وحدت مسلمانان شکل می گیرد. عزاداری زیر لای پرچی می شناسد مسلمانان را که هیچ، بلکه همه پیروان ادیان مختلف را کنار هم جمع می کند و این یکی از قدرت ها و شگفتی های عزای حسین (ع) است. اولین و مهم ترین اثری که مجلس عزاداری محرم دارد نزدیک شدن و تقرب به خداوند است. کسی که وارد مجلس نوحه و سینه زنی این ماه می شود به امام حسین (ع) نزدیک می شود و کسی که به این امام معصوم نزدیک



گذر کردن از دنیای هوای نفس است. امروزه دنیای ما با گذر کردن از دوران بت پرستی به جاگاهی رسیده که مردم بت زانسان را هوای نفس هایشان قرار داده اند و تا مرز پرستش این بت پیش رفته اند. درست شده ایم مصداق بارز آیه قدسی که خداوند فرمودای پیامبر آیا ندیدی کسانی که خدایشان را هوای نفس قرار داده اند؟ این بت پرستی و هوای نفس پرستی یک دفعه از کجا سر آورد که اینطور رواج پیدا کرد؟ این هوای نفس پرستی در واقع بت پرستی تنویزه شده و تدوین شده ای است که غربی ها به آن رنگ و لعاب و قالب شب دادند و از آن علیه خودمان استفاده کردند.

چشم باز کردیم و دیدیم همه ابزارها و وسایل ارتباط جمعی و فضاهای مجازی در جهت این حرکت می کنند که «من چه چیز هستم دوست دارم؟» و همه دوست داشتنی های دلمان را فراهم می کنند. اصلاً همه این ابزارها به وجود آمده اند تا به انسان بیاموزند که هر کاری که دوست داری انجام بده و هر کاری که دوست نداری انجام ندهد؛ دقیقاً برعکس و پیروی از هوای نفس. به همین دلیل است که متأسفانه امروز اگر به نوجوانی که نماز نمی خواند بگویی چسرا نماز نمی خوانی صریح می گوید دلم نمی خواد، دوست ندارم؛ مگر سا به دنیا آمده ایم که طبق خواسته دلمان رفتار کنیم که چون دوست نداریم نماز نمی خوانیم؟! اما اتفاقی که در مجلس عزای امام حسین (ع) می افتد این است که ما یاد می گیریم از دلم خواست خیری نیست، ما آمده ایم که قید خواستنی های دلمان را بزیم و آن انسانی بشویم و آن اتفاق را رقم بزیم که خدا می خواهد دوست دارد درست مثل یاران و خانواده حسین (ع). عزادار حسین (ع) با شرکت در مراسم محرم یاد می گیرد که همه خواستنی های دلش را زیر پا بگذارد این حسین (ع) تا به جایی برسد که خواسته های خدا را به نقطه و درجه ای از درک می رسد که می تواند تشخیص دهد کدام کار دنیوی اش مشکل دارد و چطور باید اصلاحش کند. این هم یکی دیگر از مزایای شرکت در مجالس عزاداری حسین (ع) است.

نکته بعدی اینکه انسان در مراسم محرم و عزاداری است که معنای حقیقی عشق، غیرت انجام کاری اطلاع نداشته باشید و ناگاهانه آن را انجام دهید یا بدانید و انجام دهید؟! مطمئناً دانستن و آگاه بودن از تبعات یک رفتار تأثیر گذاری آن را بیشتر کمک می کند و اگر در مراسم محرم یاد می کنید مجلس حسینی هم یک آنتی بیوتیک روحی و جسمی است با این تفاوت که اصلاح رفتار و طوری می شود که هم خیر دنیای را رقم می زند هم خیر آخرت را. همانطور که گفتیم رفتار دینی رفتاری است که اگر از تبعاتش آگاهی نداشته باشید هم اثرش را می گذارد اما از نظر شما بهتر است از تبعات انجام کاری اطلاع نداشته باشید و ناگاهانه آن را انجام دهید یا بدانید و انجام دهید؟! مجلس عزاداری حسین (ع) به شما آگاهی می دهد که تا به جایی برسد که خواسته های خدا را به نقطه و درجه ای از درک می رسد که می تواند تشخیص دهد کدام کار دنیوی اش مشکل دارد و چطور باید اصلاحش کند. این هم یکی دیگر از مزایای شرکت در مجالس عزاداری حسین (ع) است.

نکته بعدی اینکه انسان در مراسم محرم و عزاداری است که معنای حقیقی عشق، غیرت انجام کاری اطلاع نداشته باشید و ناگاهانه آن را انجام دهید یا بدانید و انجام دهید؟! مطمئناً دانستن و آگاه بودن از تبعات یک رفتار تأثیر گذاری آن را بیشتر کمک می کند و اگر در مراسم محرم یاد می کنید مجلس حسینی هم یک آنتی بیوتیک روحی و جسمی است با این تفاوت که اصلاح رفتار و طوری می شود که هم خیر دنیای را رقم می زند هم خیر آخرت را. همانطور که گفتیم رفتار دینی رفتاری است که اگر از تبعاتش آگاهی نداشته باشید هم اثرش را می گذارد اما از نظر شما بهتر است از تبعات انجام کاری اطلاع نداشته باشید و ناگاهانه آن را انجام دهید یا بدانید و انجام دهید؟! مجلس عزاداری حسین (ع) به شما آگاهی می دهد که تا به جایی برسد که خواسته های خدا را به نقطه و درجه ای از درک می رسد که می تواند تشخیص دهد کدام کار دنیوی اش مشکل دارد و چطور باید اصلاحش کند. این هم یکی دیگر از مزایای شرکت در مجالس عزاداری حسین (ع) است.

نکته بعدی اینکه انسان در مراسم محرم و عزاداری است که معنای حقیقی عشق، غیرت انجام کاری اطلاع نداشته باشید و ناگاهانه آن را انجام دهید یا بدانید و انجام دهید؟! مطمئناً دانستن و آگاه بودن از تبعات یک رفتار تأثیر گذاری آن را بیشتر کمک می کند و اگر در مراسم محرم یاد می کنید مجلس حسینی هم یک آنتی بیوتیک روحی و جسمی است با این تفاوت که اصلاح رفتار و طوری می شود که هم خیر دنیای را رقم می زند هم خیر آخرت را. همانطور که گفتیم رفتار دینی رفتاری است که اگر از تبعاتش آگاهی نداشته باشید هم اثرش را می گذارد اما از نظر شما بهتر است از تبعات انجام کاری اطلاع نداشته باشید و ناگاهانه آن را انجام دهید یا بدانید و انجام دهید؟! مجلس عزاداری حسین (ع) به شما آگاهی می دهد که تا به جایی برسد که خواسته های خدا را به نقطه و درجه ای از درک می رسد که می تواند تشخیص دهد کدام کار دنیوی اش مشکل دارد و چطور باید اصلاحش کند. این هم یکی دیگر از مزایای شرکت در مجالس عزاداری حسین (ع) است.

## سبک نگرش

### آدم در عزای امام حسین (ع)، آدم می شود

حجت الاسلام والمسلمین علیرضا پناهیان

«ان الصلاة تنهی عن الفحشاء والمنکر» از آن به بعد نماز را با اعتقاد به اینکه می تواند مانع فحشا و منکر شود می خوانید. درست مثل تأثیری که آنتی بیوتیک روی بدن دارد شما چه بدانید و چه ندانید اگر قرص را بخورد تأثیرش را روی بدن تان می گذارد اما اگر دکتر از مکانیزم تأثیر گذاری قرص و زمان تأثیرش برایتان بگوید پس طبیعتاً تلاش می کنید سرفوت و درست مصرف کنید تا نتیجه بهتری بگیرید. مجلس عزای امام حسین (ع) هم مثل همین است اگر از تبعات و آثارش ندانی و بروی نعمت نصیبت می شود اما اگر بدانی و بروی اثر و وسعتش بیشتر می شود و در نهایت هم اگر بدانی، بروی و آدایش را هم رعایت کنی معرفتی در وجودت ایجاد می کند که دیگر تو را زوی لای پرچی می شناسد و در دست مصرف کننده است و آثارش پایدار خواهد بود. وقتی ما در زیارت عاشورا می گویم «یا ابا عبدالله انی اتقرب الی الله» یعنی من می خواهم به خدا نزدیک شوم پس باید پیش از آن بدانم که چطور می شود به خدا نزدیک شد و آداب و اثر این نزدیکی چیست تا بتوانیم نتیجه بهتری بگیریم. یکی از برکاتی که در مجالس محرم شامل حال ذاکر و عزادار امام حسین (ع) می شود

مجلس عزای حسینی از آن مجالسی است که عزادار اگر چه با نیت عزاداری وارد آن می شود اما غافل از اینکه بدانند هزار و یک سود فردی و اجتماعی نصیبش می شود. حقیقتاً عزای امام حسین (ع) به مثابه دری از درهای بهشت است که ما تنها روز قیامت متوجه اهبت و جایگاه این مراسم می شویم و آن روز است که حسرت می خوریم چرا از فرصت های این مراسم بهره کمی بردیم؛ روز قیامت است که به خودمان می گویم چرا نتوانستیم از لحظه لحظه فرصت های عزاداری محرم استفاده کنیم و حسرت می خوریم. اگر خوب دقت کنید تازه متوجه می شوید که ماه محرم درست زمانی که روزهای شهادت حسین (ع) و یاران و خانواده اش (ع) است اتحاد و وحدت مسلمانان شکل می گیرد. عزاداری زیر لای پرچی می شناسد مسلمانان را که هیچ، بلکه همه پیروان ادیان مختلف را کنار هم جمع می کند و این یکی از قدرت ها و شگفتی های عزای حسین (ع) است. اولین و مهم ترین اثری که مجلس عزاداری محرم دارد نزدیک شدن و تقرب به خداوند است. کسی که وارد مجلس نوحه و سینه زنی این ماه می شود به امام حسین (ع) نزدیک می شود و کسی که به این امام معصوم نزدیک



### آثار روحی و جسمی عزاداری محرم

## محرم پاک پاکت می کند، اگر بخواهی

که از سختی های زندگی، مشکلات خانوادگی، شرایط اقتصادی و نظایر این به ستوه آمده باشید؟ حتماً برای شما هم روزهایی در زندگی تان وجود داشته و دارد که از تنگناها و مشکلات زندگی مستاصل شده اید و دنبال بهانه ای برای گریه کردن و تخلیه می گردید. حضور در مراسم عزاداری در این شرایط روحی از چندین جهت برای حال روحی تان مفید است. اول اینکه مراسم عزای حسینی به عنوان یکی از مهم ترین مناسک مذهبی مسلمانان آرامش و تسکین می دهد. فراهم شدن فضای کافی برای اشک ریختن، درد دل کردن و به زبان آوردن مشکلات آن هم در اثنای نوحه خوانی و سینه زنی یکی از بهترین روش ها برای تخلیه درونی است. دوم اینکه آدمی به امید زنده است وقتی مشکلی برایشان پیش می آید و پسی صحبت های دوست یا فامیلی می شناسد. چنین مؤمنی مطمئناً همه را می شناسد و بدتر از مشکلات ماست انگار روزنه امیدی در دلمان شکل می گیرد حتی وقتی در بین مشکلاتمان ردپایی عینی از حمایت و حضور خدا را می بینیم به ادامه مسیر و صبوری دلگرم می شویم. حالا تصور کنید وقتی با دل پر درد در مجلس، روزه یاران و خانواده نوه پیامبر را می شنوی که با همه عزیز بودنش چه بلاها و مشقت هایی را پشت سر گذاشته، وقتی می شنوی که حضور حر از بین همه سربازان لشکر دشمن بهترین روزنه برای اثبات امید است کمی آرام می شوی.

زندگی هر انسانی هزینه های زیاد و صرف نیروی انسانی بسیار برای آموزش لازم است اما چطور می شود که جمعیت بزرگ مسلمانان به ویژه ایرانی ها یکدفعه با آمدن اسم محرم تغییر رویه می دهند و همه ابعاد زندگی شان را از کار، پوشش، خوراک، رفتار و استراحت زیر اسم امام حسین (ع) از این رو به آن رومی کنند؟! پاسخ نه برای ما بلکه برای محققان ادیان دیگر مثل مسیحی و یهودی که کنجکاو ای بسیاری در مورد اسلام داشته اند مشخص شده است. ما آداب محرم و عزای حسینی را درست مثل خصوصیت های ژنتیکی از نیا کمانان به ارث برده ایم. همانطور که شباهت های چهره ای و خصوصیات رفتاری از پدر بزرگها و اجداد ما به ما رسیده همانطور هم ما آداب عزاداری و حرمت گذاشتن به ماه محرم و صفر را یاد گرفته ایم؛ آموخته های هم که با خون، گوشت و پوست از نسلی به نسل دیگر منتقل شود درهای دستخوش تغییرات قرار نمی گیرند و این همان رمز موفقیت آموزه های محرم است.

### انرژی منفی ببار انرژی مثبت بر

نکته مهمی که معمولاً در مورد ماه محرم و عزاداری های این ماه کمتر از آن صحبت می شود آثار متفاوت روحی و جسمی است که در این ایام ایجاد می شود؛ اثراتی که در اغلب موارد از دامنه تغییرات فردی به خانوادگی و اجتماعی هم رسیده است. مثلاً فضای معنوی که در مراسم های عزاداری این ماه وجود دارد به رفع نیازهای غریزی و معنویت های درونی انسان کمک می کند. همه ما در بین دغدغه های روزمره مان نیاز داریم که با کمی خلوت کردن، اشک ریختن و ناله زدن سبک شویم، بخش مهمی از انرژی های منفی درونمان را تخلیه کنیم و زمانی تأثیر این اشک ریختن ها بیشتر می شود که بدانییم برای مرور یک اتفاق تلخ و آزار یک معشوق گریه می کنیم. این نوع گریه کردن قطعاً یک نوع شارژ شدن روحی، با ماندگاری و سرعت بالا در وجود انسان ایجاد می کند.

مرور اتفاق های تلخ، رذالت ها و سنگدلی های واقعه عاشورا از یک طرف و شنیدن رشادت ها، از خود گذشتگی ها و غیرت هایی که در بین خانواده و یاران امام حسین (ع)



موج می زده از طرف دیگر، باعث می شود هر مستمع و عزاداری زشتی های نفس، دروغویی، نفاق و رذیلت های اخلاقی را در ذهنش مرور کند و در مقابل دنبال این باشد که به روشی کفه اخلاق نیکو سنگین تر از کفه دیگر قرار بگیرد. در واقع این مراسم عزای حسینی است که مشخص می کند هر کسی در بین رفتارهای روزانه اش حقیقتاً چه انسانی است و باید چطور رفتارهای زشت را از دایره زندگی اش حذف کند؟ حتی بیان صفات نیکوی یاران و خانواده امام، مرور لحظات سخت محرم و صبوری کودکانی که در تک تک لحظه های درناک واقعه حضور داشتند به کسب فضایل اخلاقی مؤمن کمک می کند.

### طاقمان طاق شد راهی هیئت شدیم

من ایمان دارم مراسم عزای امام حسین (ع) بزرگ ترین نقطه امید در زندگی بسیاری از ماست. بگذارید یک سؤال بپرسم تا موضوع روشن شود. برایتان پیش آمده

«عاشورا و محرم دانشگاه بزرگی است که انسان می سازد، انسان تربیت می کند و با کمترین هزینه و بیشترین تأثیر حتی قابلیت تربیت چند صد نسل مؤمن را هم دارد. شما هر جای دنیا که برای آموزش دادن بروی یک رفتار عادی باید کلی هزینه کنی، کلی مربی و کلاس و درس تدارک ببینی تا بتوانی یک رفتار درست را برای نسل جدید آموزش بدهی اما محرم و واقعه عاشورا، مراسم عزاداری، بخش کردن نذری و حتی اشک ریختن های این ماه چنان تغییری در رفتارهای هر مؤمنی ایجاد می کند که از عهده هیچ دولت و سازمانی بر نمی آید؛ یک اسلام است و یک امام حسین (ع) که مرکز پرورش و تربیت است». این بخشی از سخنان حجت الاسلام والمسلمین محمدچواد ده حق، کارشناس ارشد و پژوهشگر در زمینه مسائل دینی است. آنچه در ادامه می خوانید حاصل گفت و گوی ما در مورد اثرات تربیتی و روحی است که مراسم های عزاداری محرم بر فر، ذکاوت و جامعه می گذارد.

هیچ کدام از فرایض دینی و مناسبت هایی که در دین اسلام به آن بها داده شده تک بعدی و تک اثری نیست. ما در حیطه فضای بسته فکری وقتی به یک فرضیه دینی یا رفتار مناسبی چه ولادت و چه شهادت فکر می کنیم به چند اثر انگشت شمار می رسیم؛ اثری که از منظر فکر ما مردم عادی در بهترین شرایط تأثیر جسمی آن هم از نوع جهت دیگر در دین اسلام به حساب می آید. این رفتارها دقت کنیم و در چارچوب های علم روانشناسی، مردم شناسی، پزشکی و سایر علوم مربوط به روح و جسم بررسی کنیم. تازه متوجه ابعاد تأثیر گذاری جدیدتری خواهیم شد.

در اولین مورد علمی باید به این نکته اشاره کنم برسی های نشان داده که هر رفتاری در مدت ۴۰ روز مستمر ادامه داشته باشد جزو رفتارهای همیشگی یک فرد می شود؛ از جهت دیگر در دین اسلام به مسلمانان توصیه شده که بسته به شرایط روز و ماههای خاص شایسته است که یک سری اصول رفتاری، پوششی و به طور کلی سبک زندگی خاصی اجرا شود. مثلاً همانطور که توصیه شده در ماههای خاصی مثل ماه شعبان و ربیع الاول بهترین نوع رفتار شادی بودن، برپایی مجالس شادی، صلح رحم، انفاق، عیدی دادن و نظایر آن است ما در ماه های خاص شهادت مثل محرم و صفر به رعایت آداب عزاداری توصیه فراوان شده ایم.

### سبک زندگی که زیر و رو می شود

بزرگان دینی ما سفارش کرده اند که یک مؤمن واقعی باید سبک زندگی اش در ماه های عزای محرم طوری تغییر کند که از رفتار، گفتار و حتی پوشش او بتوان فهمید که او عزادار است. توصیه های برپایی عزا از تغییر رنگ و مدل پوشش شروع می شود و تا تغییر برنامه های روزانه پیش می رود. فهم این مسائل اگر چه ممکن است برای یک تازه مسلمان سخت به نظر برسد اما از نظر ما سخت نیست چون ما عزادار بودن را یک شبه و به شکل تنوری یاد نگرفته ایم. ما از دوران بچگی چشم باز کردیم و دیدیم روزه رفتن هر روز صبح مادرمان و هیئت ها و دسته های ششانه پدرمان از اول محرم شروع می شود، ما از بچگی یاد گرفتیم که از اول محرم رنگ سیاه را جایگزین همه رنگ های شاد زندگی مان حتی لباس هایمان کنیم. ما خودبه خود یاد گرفتیم همه مراسم ها و رفتارهایی که بوی شادی و سرخوشی می دهد را در ماه عزا از زندگی مان حذف کنیم و سبک کارمان را طوری تنظیم کنیم که اولویت روزهای محرم مان شرکت کردن در مراسم های عزاداری باشد. ما حتی از بچگی یاد گرفتیم که سبک غذا خوردن مان را درست در روزهای محرم طوری تغییر دهیم که غذای عادی هر روزمان جایش را با غذای نذری امام حسین (ع) عوض کند.

### سبک و سیاق محرمی می گیریم

نکته اول در مورد تغییر سبک زندگی این روزهایمان ریشه دار و گسترده بودن این تغییر ناگهانی و ۱۸۰ درجه است. مطمئناً برای تغییر به این بزرگی در