



## ترس از مرگ

**کلیدواژه:** ترس از مرگ، عوامل ترس از مرگ، مرگ، پرسش: چرا بعضی ها از مرگ می‌ترسند؟  
**پاسخ:** عواملی مانند ناآگاهی از مرگ و یا **حسابرسی** سبب ترس بعضی از انسان‌ها از مرگ است.

### فهرست مندرجات

- ۱- بررسی مسئله ترس از مرگ
- ۲- عوامل ترس از مرگ
  - ۲.۱- ناآگاهی از حقیقت مرگ
  - ۲.۲- دل‌بستگی شدید به دنیا
  - ۲.۳- ترس از حسابرسی اعمال
- ۳- برخورد‌های گوناگون آدمیان با مرگ
- ۴- پانویس
- ۵- منبع

### بررسی مسئله ترس از مرگ

از میان عوامل گوناگون که موجب ترس و وحشت انسان می‌شود، شاید هیچ‌یک به اندازه اندیشه مرگ، آدمی را به **وحشت** و **هراس** نیندازد. هر چند ممکن است که انسان با پرداختن به امور دیگر خود را از اندیشه مرگ غافل کند، اما هرگاه که حادثی همچون مرگ خویشان و نزدیکان پیش آید، خود را گرفتار این **اندیشه** و ناتوان از درک حقیقت آن می‌بیند و سرانجام رهایی خود را دگربار در همان **غفلت** از مرگ جست و جو می‌کند.

البته ترس از مرگ از ویژگی‌های انسان است. **حیوانات** درباره مرگ نمی‌اندیشند. آنچه در حیوانات دیده می‌شود **غریزه** فرار از خطر و میل به حفظ **حیات** است. البته علاقه به **بقا** و **عشق** به **زندگی**، از خصایص جدانشدنی موجودات به شمار می‌رود، ولی آدمی غیر از علاقه به حفظ حیات خویش، آرزوی خلود نیز دارد. او می‌خواهد به حیات ابدی دست یابد و جاودان و ماندگار بماند. از این رو با تمام توان با عوامل پیری و مرگ می‌جنگد و برای دستیابی به چشمه حیات و راز بقا می‌کوشد. بر اساس اینکه هیچ **میل** و علاقه‌ای در انسان بی‌حکمت و مصلحت نیست و معنی ندارد که در انسان میلی ایجاد گردد ولی هیچ‌گاه تحقق نپذیرد، چنانچه **تشیگی** نشان‌دهنده وجود آب و **گریسگی** نشان‌دهنده وجود غذاست. میل و علاقه به زندگی پیوسته و جاودانه، گواه بر این است که بشر علاوه بر این زندگی دنیوی، زندگی دیگری دارد که تجلی‌گاه این میل طبیعی است.

[1] شریعتی سبزواری، مجد باقر، معاد در نگاه عقل و دین، قم، بوستان کتاب، چاپ ششم، ۱۳۸۰، ص ۶۸.

### عوامل ترس از مرگ

می‌توان عوامل ترس از **مرگ** را به دو نوع طبیعی و غیر طبیعی تقسیم کرد. عامل طبیعی مرگ، ریشه در **انسی** و **الفت** انسان با عزیزان خویش مانند **همسر**، **فرزند**، **دوستان** و... دارد، گسستن از این انس و الفت به طور طبیعی در هر انسانی موجب نگرانی و رنج خواهد بود.

[2] سبحانی، جعفر، منشور جاوید، قم، موسسه سیدالشهدا، چاپ اول، ۱۳۶۹، ج ۹، ص ۲۱۵.

عمده‌ترین عوامل ترس و **نگرانی** غیرطبیعی از مرگ عبارتند از:

### ← ناآگاهی از حقیقت مرگ

از عوامل مهم ترس از مرگ آن است که انسان از حقیقت مرگ، که انتقال از سرای فانی به سرای باقی است، غافل باشد و چنین پندارد که با مرگ هستی او پایان می‌پذیرد. طبیعی است که چنین انسانی که به صورت فطری خواستار بقا و زندگی جاودان است، از فرا رسیدن مرگ در هر اس خواهد بود. تعالیم اسلام با تشریح حقیقت مرگ به مبارزه با این عامل برمی‌خیزد. اسلام مرگ را تولدی تازه معرفی می‌کند که از رهگذر آن، انسان عالم فانی و گذرا را ترک می‌گوید و به جهانی باقی و جاودان گام می‌نهد. امام هادی (ع) به یکی از یاران خویش که در بستر بیماری بود و از ترس مرگ بی‌تابی کرده و می‌گریست، فرمود:

«یا عبدالله تخاف من الموت لانک لاتعرفه»

[3] شیخ صدوق، معانی الاخبار، بیروت، موسسه الاعلمی، ص ۲۹۰، ج ۹.

ای بنده خدا، تو از مرگ می ترسی به دلیل آنکه حقیقت آن را نمی شناسی.  
همچنین وقتی از **امام جواد(ع)** در مورد ترس مسلمانان آن زمان از مرگ سوال شد، فرمودند:  
«لأنهم جهلوه فكهوه و لو عرفوه و كانوا من اولياء الله عز و جل لاحتبه و لعلموا ان الآخرة خير لهم من الدنيا»  
[۱۴] شیخ صدوق، معانی الاخبار، بیروت، موسسه الاعلمی، ص ۲۹۰، ج ۸.

چون بدان جهل دارند پس آن را ناخوشایند می دارند، و اگر آن را می شناختند و از دوستان خداوند بودند بدان **محبت** می ورزیدند و می دانستند که آخرت برای آنان از دنیا بهتر است.

#### ← دل بستگی شدید به دنیا

یکی دیگر از عوامل مهم ترس از مرگ، دل بستگی شدید به دنیاست به گونه ای که از **آخرت** خویش کاملاً غافل گردد و حیات دنیوی را هدف نهایی خود قرار دهد. چنین انسانی برای بهره مند شدن هرچه بیشتر از لذایذ دنیوی، به دنبال زندگی ابدی در این دنیاست و همواره از فرا رسیدن مرگ خویش در نگرانی و اضطراب به سر می برد، زیرا چنین می پندارد که مرگ پایان بخش تمام لذتها و کامیابی های اوست و او را از علایق و دل بستگی هایش، برای همیشه جدا می سازد.

**اسلام** برای برطرف کردن این عامل، همواره حقارت و زبونی دنیا را گوشزد می کند و به انسان هشدار می دهد که دنیای فانی و زودگذر شایسته دل بستگی نیست. **قرآن کریم** دنیا را با تمام نعمت هایش ناچیز، و **آخرت** را برتر و بهتر معرفی می کند:

«قُلْ مَتَاعُ الدُّنْيَا قَلِيلٌ وَ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِمَنِ اتَّقَى» (نساء ۷۷)

«به آنها بگو سرمایه زندگی دنیا ناچیز است و سرای آخرت برای کسی که **بیهیزار** باشد بهتر است.»

علی(ع) نیز با گذرا خواندن دنیا و جاودان خواندن آخرت، در همه انسانها این انگیزه را ایجاد می کند که به دنیای زودگذر دل نبندند:

«ایها الناس انما الدنيا دار مجاز و الآخرة دار قرار»

[۱۵] سید رضی، نهج البلاغه، خطبه ۲۰۳.

«ای مردم، دنیا سرای گذرا و آخرت خانه جاودان است.»

کسی که بر اثر تعالیم دینی، جهان آخرت را سرای برتر و لذایذ آن را ارزشمندتر از نعمت های دنیوی بداند و دل بستگی حقیقی او به جهان جاودان باشد، از اینکه با مرگ از لذت های دنیوی محروم گردد، هراسی نخواهد داشت.

#### ← ترس از حسابرسی اعمال

یکی دیگر از علل **ترس** از مرگ، **بیم** از **حسابرسی اعمال** است. این عامل به آن گروه از انسانها اختصاص دارد که از یک سو به معاد اعتقاد دارند و از سوی دیگر از اعمال خویش راضی نیستند. بدیهی است که این دسته از گنهکاران به شدت از مرگ می ترسند، زیرا می دانند که با مرگ مهلت آنان به پایان می آید و زمان **کیفر** اعمالشان فرا می رسد. **قرآن کریم** از گروهی از **یهودیان** یاد میکند که به سبب اعمال زشتشان، هرگز آرزوی مرگ را نکرده و از مرگ هراسانند:

«و لَا يَتَمَنَّوْنَ اَبَدًا يَمَا قَدَّمْت اَبْدِيَهُمْ وَ اَللهُ عَلِيمٌ بِالظَّالِمِينَ» (جمعه ۷)

«ولی آنها هرگز تمنای مرگ نمی کنند به خاطر اعمالی که از پیش فرستاده اند، و خداوند ظالمان را بخوبی می شناسد.»

شخصی از **امام مجتبی(ع)** پرسید: به چه دلیل ما مرگ را ناخوشایند می دانیم؟ امام(ع) پاسخ دادند:

«اِنَّكُمْ اُخْرَيْتُمْ اٰخِرَتَكُمْ وَ عَمَّرْتُمْ دُنْيَاكُمْ فَاَنْتُمْ تَكْرَهُونَ الثَّقَلَةَ مِنَ الْعُمَرَانِ اِلَى الْخَرَابِ»

[۱۶] علامه مجلسی، بحار الانوار، بیروت، موسسه الوفاء، ج ۶، ص ۱۲۹، ج ۱۸.

«زیرا شما **آخرت** خویش را (به دلیل **گناهان** و اعمال **زشت**) ویران ساختید و دنیای خود را آباد کردید و دوست نمی دارید که از آبادی به ویرانی روید.»

اسلام برای خنثی کردن این عامل، همواره بر گشودگی در **توبه** و **بخشندگی** و **توبه پذیری** خداوند تاکید می کند. **حرم** و **گناه** انسان هر قدر هم که سنگین باشد، در صورت **توبه حقیقی** و جبران حقوق تضییع شده، قابل بخشایش است و ناامیدی از **رحمت** خدا، خود گناهی بس بزرگ شمرده می شود. از سوی دیگر انسان بر اساس آموزه **شفاعت** می تواند با ایجاد شایستگی و قابلیت لازم در خود، به شفاعت شفیعیان در **آخرت** امیدوار باشد.

[۱۷] سعیدی مهر، مجد، آموزش کلام اسلامی، قم، طه، چاپ سوم، ۱۳۸۲، ج ۲، ص ۲۳۴-۲۳۶.

نکته قابل توجه این که همه عوامل ذکر شده برای ترس از مرگ، ریشه در خود فرد دارند و مرگ به خودی خود برای انسان ترس آور نیست. اگر انسان شناخت صحیحی از مرگ داشته باشد، دل از دنیا بکند و از اعمال زشت دست بردارد، نه تنها از **مرگ** هراسان نخواهد داشت بلکه رغبت به آن نیز پیدا می کند چنانچه انسانهای معصوم، نمونه بارز این حالت اند.

#### برخوردهای گوناگون آدمیان با مرگ

برخورد انسانها با مرگ سه گونه است:

۱. پاره ای از انسانها در **زندگی دنیوی** غوطه ور شده، دل بدان خوش می کنند، تا جایی که در خود هدفی جز رسیدن به متاع آن ندارند. این گروه همواره از یاد مرگ غافل اند و هرگاه که به سببی از اسباب هشداردهنده به یاد مرگ می افتند، می کوشند که خود را از آن رها سازند.

قرآن کریم در مورد این دسته از افراد می فرماید:

«قُلْ اِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَاِنَّهٗ مُلَاقِيكُمْ» (جمعه ۷)

«بگو این مرگی که از آن فرار می کنید سرانجام با شما ملاقات خواهد کرد»

۲. گروه دیگر با یاد مرگ در قلبشان خوف و خشیت ایجاد شده، خود و اعمال خویش را برای آن آماده می کنند. در واقع **خوف** این گروه از آن جهت است که میباید بدون آمادگی و توبه کامل و توشه کافی پای به حیات پس از مرگ نهند.

۳. دسته ای دیگر پیوسته به یاد مرگ بوده مشتاق دیدار آن اند، زیرا مرگ را زمان دیدار محبوب و رهایی از دنیا می دانند. و اگر در این جهان مانند دیگران زندگی می کنند به جهت خواست خداوند است و گرنه کمترین دل بستگی و رغبت به **حیات دنیوی** در آنان نیست. **حضرت علی(ع)**

**عشیق** خویش به مرگ را چنین بیان می کند:

«والله لابن ابی طالب انس بالموت من الطفل بئدی امه»

[۱۸] نهج البلاغه، ترجمه مجد دشتی، خطبه ۵.

«سوگند به خدا انس پسر ابوطالب به مرگ بیشتر از انس **طفل** به پستان **مادر** است.»  
« فو الله ما ابالی دخلت الی لاموت او خرج الموت الی »  
[۹] نهج البلاغه، ترجمه مجد دشتی، خطبه ۵۴.

«پس **سوگند** به **خدا** هیچ باکی ندارم از داخل شدن در مرگ یا اینکه ناگاه مرگ مرا دریابد.»  
و در توصیف حال پرهیزگاران می‌فرماید:  
« و لولا الاجل الذی کتب الله علیهم لم تستقر ارواحهم فی اجسادهم طرفة عین شوقا الی الثوب و خوفا من العقاب »  
[۱۰] نهج البلاغه، ترجمه مجد دشتی، خطبه ۱۸۴.

«و اگر نبود **اجل** و مدتی که خدا برای ایشان تعیین فرموده از شوق **ثواب** و بیم **عذاب** چشم بر هم زدنی جان در بدنشان قرار نمی‌گرفت»  
از این روایت که خداوند به **یهودیان** که ادعای **دوستی** خدا را می‌کنند، می‌فرماید که اگر صادق‌اید مرگ را از خداوند خواستار شون:  
« قُلْ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ هَادُوا إِنْ زَعَمْتُمْ أَنْكُمْ أَوْلِيَاءُ لِلَّهِ مِنْ دُونِ النَّاسِ فَتَمَتُّوا الْمَوْتَ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ » (جمعه ۶)  
«بگو ای یهودیان! اگر گمان می‌کنید که شما دوستان خدا غیر از مردم هستید آرزوی مرگ کنید اگر راست می‌گوئید! (تا به لقای محبوبتان  
پرسید»  
[۱۱] دیوانی، امیری، حیات جاودانه، معاونت امور اساتید و دروس معارف اسلامی، چاپ اول، ۱۳۷۶، ص ۱۴۳-۱۴۴.

## پانویس

۱. [↑](#) شریعتی سبزواری، مجد باقر، معاد در نگاه عقل و دین، قم، بوستان کتاب، چاپ ششم، ۱۳۸۰، ص ۶۸.
۲. [↑](#) سبحانی، جعفر، منشور جاوید، قم، موسسه سیدالشهدا، چاپ اول، ۱۳۶۹، ج ۹، ص ۲۱۵.
۳. [↑](#) شیخ صدوق، معانی الاخبار، بیروت، موسسه الاعلمی، ص ۲۹۰، ج ۹.
۴. [↑](#) شیخ صدوق، معانی الاخبار، بیروت، موسسه الاعلمی، ص ۲۹۰، ج ۸.
۵. [↑](#) سید رضی، نهج البلاغه، خطبه ۲۰۲.
۶. [↑](#) علامه مجلسی، بحارالانوار، بیروت، موسسه الوفاء، ج ۶، ص ۱۲۹، ج ۱۸.
۷. [↑](#) سعیدی مهر، مجد، آموزش کلام اسلامی، قم، طه، چاپ سوم، ۱۳۸۲، ج ۲، ص ۲۳۴-۲۳۶.
۸. [↑](#) نهج البلاغه، ترجمه مجد دشتی، خطبه ۵.
۹. [↑](#) نهج البلاغه، ترجمه مجد دشتی، خطبه ۵۴.
۱۰. [↑](#) نهج البلاغه، ترجمه مجد دشتی، خطبه ۱۸۴.
۱۱. [↑](#) دیوانی، امیری، حیات جاودانه، معاونت امور اساتید و دروس معارف اسلامی، چاپ اول، ۱۳۷۶، ص ۱۴۳-۱۴۴.

## منبع

[سایت پژوهه.](#)

رده‌های این صفحه : [مرگ](#) | [معاد شناسی](#)