



مزن و اندوه و درمان آن از دیدگاه خواجه نصیرالدین طوسی

رضا پورحسین

مقدمه

شریف "اخلاق ناصری" را می‌توان نام برد که خواجه آن را در اقسام حکمت عملی نگاشته و از ۳ مقاله و ۳۰ فصل تشکیل شده است.

مقاله اول را در تهذیب نفس و طهارت اخلاق، مقاله دوم را در تدبیر منزل و تدبیر اولاد و تأدیب آنان و مقاله سوم را در سیاست مَدَن نگاشته است.

در این نوشتار سعی بر این است که نظر خواجه نصیرالدین طوسی را در بارهٔ معالجه

خواجه نصیرالدین طوسی از رجال نامی و مشهور طوس است که خدمات بزرگی به دین، علم، ادب، شعر، سیاست و تعلیم و تربیت کرده است که هر یک از خدمات آن مرد بزرگ، مایهٔ مباهات و افتخار ایرانیان مسلمان است.

در زمرهٔ کتابهای پر ثمر خواجه نصیرالدین طوسی، به زعم بزرگان و اندیشمندان، کتاب

برابر فقدان یک شیء محبوب و مورد علاقه است. به یک اعتبار حُزن برای انسان اکتسابی و به تعبیر خواجه عارضی است.

علت حُزن

به رأی خواجه نصیر، علت حزن و اندوه، حرص آدمی بر کسب و نگهداری اموال، زیاده روی در دل سپردن به آن چیزی که به دست آورده و حسرت برفقدان و دوری آنها می باشد.

«... و سبب آن حرص بود بر مقتنیات ۲

جسمانی و شره ۳ به شهوات بدنی و حسرت بر فقدان و فوات آن ...» ۴

در سبب شناسی اندوه و غم، خواجه معتقد است اگر کسی برای محسوسات، ثبات و جاودانگی قائل شود و به آنها دل بسپرد، هرگاه آنها را از دست بدهد، دچار افسردگی و حزن خواهد شد. اگر فرد با خود فکر و تأمل نماید که هر چیز در عالم محسوسات ثبات و بقا ندارد، بلکه روزی از بین می رود، مطمئناً به هر چیز ناپایدار دل نمی بندد و نتیجتاً در فقدان آنها به حزن و اندوه دچار نمی شود. همان طور که ملاحظه می گردد دل بستن و علاقه مفراط به چیزهای ناپایدار و گذرا علت اصلی پدیداری حزن و اندوه است.

«... و این حالت کسی را حادث شود که بقای

محسوسات و ثبات لذات، ممکن شناسد و وصول به جملگی مطالب و حصول مفقودات در تحت

تصرف ناممتنع شمرد...» ۵

اگر همت آدمی برای کسب مطلوبات و

امراض روحی و نفسانی مورد دقت و توجه قرار دهیم. خواجه در تعلیم و تربیت کودک و در انواع بیماریهای نفسانی و طرق معالجت آنها نظریاتی دارد که اگر دانشوران این علم در نظریات خواجه، کمی غور و تفحص کنند، در می یابند که رجوع به آرای بزرگان و بهره گیری از اندیشه های ناب آنان که عمدتاً برخاسته از نصوص قرآن و عترت و اقوال عالمان الهی است؛ می تواند مطالعه آنان را برای ارتقای تعلیم و تربیت و پرورش مترقیان کامل نماید.

آری، ما گنجینه های ارزشمندی در بحر علم و دین داریم که شاید غفلت ما مانع بهره مندی از گنج آنان باشد و اگر به "خود" آیم و هویت اصیل خویش را بشناسیم، به یاد آوریم و بناور کنیم، به تحقیق گامهای ما برای طی نمودن پله های ترقی علمی و فرهنگی پرشتاب تر و مطمئن تر خواهد بود.

در این نوشتار، از میان امراض نفسانی، علاج حُزن و درمان غم و اندوه را بر اساس نظریه خواجه نصیر طوسی به صحنه دقت و توجه ذهن می آوریم.

تعریف حُزن

خواجه حُزن را یک رنج روانی می داند که از فقدان هر چیزی که مورد علاقه آدمی است، حاصل می شود.

"حزن اَلمی نفسانی بود که از فقد محبوبی یا از قوت مطلوبی عارض شود."^۱

خواجه حُزن را یک عارضه می داند. به تعبیر روان شناسی معاصر، حُزن و اندوه واکنشی در

ضحک ۱۵ و مسرت و فرح و غبطت ۱۶ آمدند و بکلی آن را فراموش کردند... ۱۷»

در نظر خواجه طوسی، عاقل کسی است که در مال و منال طمع نمی‌کند، آن را گذرا می‌داند و به قدر نیاز کسب می‌کند و به قدر نیاز نیز صرف می‌کند. در مقابل، کسی که در اموال و امکانات گذرای دنیوی طمع ملکیت می‌کند، تا موقعی که از آن سود می‌جوید، ظاهراً شادمان و خرسند است، اما هرگاه ترس جدا شدن از آن را داشته باشد، در غم و افسردگی فرو می‌رود. حتی ترس جدا شدن از علقه‌ها، آدمی را به افسردگی می‌کشاند. خواجه در این باره مثالی می‌زند و می‌نویسد: مثل این افراد مثل کسی است که در یک میهمانی حاضر می‌شود که در آن میهمانی، عطری خوشبو را دست به دست می‌گردانند تا هر یک به سهم خود از رایحه آن بهره‌مند شوند، اما وقتی نوبت به فرد طمّاع می‌رسد آن عطر را به تصرف خود در می‌آورد. وقتی از او عطر را باز می‌گیرند، فرد طمع‌کننده دچار حسرت و غم می‌شود. همان‌طور که ملاحظه می‌شود در نظر خواجه، طمع یکی از دلایل بروز حزن و غم است.

به گفته خواجه نصیر، خداوند نیز امکانات مادی را در اختیار انسانها قرار می‌دهد تا از آن به قدر نیاز سود جویند، اما دل نبندند که دلبستن به هر چیز که ناپایدار و گذراست، موجب غم و اندوه خواهد شد.

«همچنین اصناف مقتنیات ودایع خدای تعالی است که خلق را در آن اشتراک داده است و او را، عزوجل، ولایت استرجاع آن هرگاه که خواهد و به دست هر که خواهد، و ملامت و مذمت

چیزهایی که پایدار می‌مانند صرف شود و اگر امکانات مادی و جسمانی را به اندازه نیاز و حاجت خود فراهم کند و به آنان دلبستگی و علاقه شدید پیدا نکند، هنگام مفارقت و جدایی، احساس تألم نمی‌کند و به دوری آنها حسرت نمی‌خورد. در نظر خواجه نصیرالدین طوسی، فردی که برای مسائل مادی و گذرا حساب جاودانگی باز نکند، اگر آنها را از او باز ستانند، دچار غمگینی نمی‌شود و دائماً در فرح و مسرت به سر خواهد برد. با این ملاحظه، به رأی خواجه، مسرت و شادمانی حاصل دل ن سپردن به امکانات گذرای دنیوی است.

«... و اگر ملباس ۶ چیزی شود بر قدر حاجت و سدّ ضرورت قناعت کند، و ترک اذخار ۷ و استکثار ۸ که دواعی ۹ مباهات و افتخار بود واجب شمرد، تا به مفارقت آن متأسف نشود و به زوال و انتقالش متألم نگردد؛ و چون چنین بود به امنی رسد بی فزع ۱۰ و فرحی یابد بی جزع ۱۱ و مسرتی حاصل کند بی حسرت و ثمره یقینی بیاید بی حیرت... ۱۲»

به نظر خواجه کسی شاد می‌شود که می‌داند نیاستی به چیزی دل ببندد که بیم از دست دادن آن را دارد. همواره جدایی‌های غم‌آلود نتیجه دلبستگی و علقه به چیزهایی است که می‌داند روزی آنها را نخواهد داشت و از دست خواهند رفت.

«و کندی رحمة الله علیه در کتاب «دفع الاحزان» گوید: ما مشاهده کرده‌ایم جماعتی را که به مصیبت اولاد و اعزّه ۱۳ و اصدقا مبتلا شدند و احزان و همومی مجاوز از حد اعتدال بر ایشان طاری ۱۴ شد و بعد از انقضای کمتر مدتی با سر

و عار و فضیحت ۱۸ بر کسی که ودیعت به اختیار باز گذارد، و امل و طمع ازان منقطع دارد، متوجه نشود، بلکه اگر بدان طمع کند، و چون ازو باز گیرند دلتنگی نماید.» ۱۹

خواجه نصیرالدین طوسی در ادامه بحث در باره علاج حُزن به مراتب شکرگزاری انسان اشاره می‌کند و می‌گوید: شاکر کسی است که به هر چیز که به عاریت گرفته دل نمی‌بندد و چون عاریت دهنده آن را طلب کند، به سرعت آن را به صاحبش بر می‌گرداند. به همین دلیل، انسان شاکر وقتی می‌داند که بایستی روزی از امکانات گذرا چشم بیوشد، کمتر آنها را به دست می‌آورد، مگر به اندازه نیاز و حاجت خود. به همین مناسبت است که گفته‌اند: مؤمن کم خرج و کم مؤونه است.

«... چه کمترین مراتب شکرگزاری آن بود که عاریت به خوشدلی با مُعیر ۲۰ دهند و در اجابت مسارعت ۲۱ نمایند، خاصه آنجا که معیر افضل آنچه داده بود بگذارد و احس ۲۲ باز خواهد.» ۲۳

کلام آخر

و کلام آخر خواجه در باب علاج حُزن، نصیحتی است که به ارباب عقل ارائه می‌کند و می‌گوید جوانمردان، تجملات را به عاریت نمی‌گیرند و همیشه شادمان و مسرورند.

«... و از سقراط پرسیدند که سبب فرط نشاط و قَلت حُزن تو چیست؟ گفت آنکه من دل به چیزی نهم که چون مفقود شود اندوهگین شوم...» ۲۴

پی‌نوشت‌ها

- ۱- اخلاق ناصری، نوشته خواجه نصیرالدین طوسی، تصحیح مجتبی مینوی، خوارزمی، ۱۳۶۴
- ۲- مرغوبات، اموال، هر چیزی که گرد می‌آورند.
- ۳- زیاده روی در لذت، آزمندی
- ۴- همان منبع و همان صفحه
- ۵- همان منبع و همان صفحه
- ۶- باکاری درآمیزد
- ۷- ذخیره کردن
- ۸- زیاده طلبی
- ۹- جمع داعیه، انگیزه‌ها
- ۱۰- هراس، ترس
- ۱۱- ناله و زاری
- ۱۲- همان منبع و همان صفحه
- ۱۳- عزیزان
- ۱۴- پدیدار شدن
- ۱۵- خنده
- ۱۶- سود بردن، لذت بردن
- ۱۷- همان منبع، صفحه ۱۹۸
- ۱۸- رسوایی
- ۱۹- همان منبع، صفحه ۱۹۹
- ۲۰- عاریت دهنده
- ۲۱- سرعت دادن
- ۲۲- پست‌تر، نازل‌تر
- ۲۳- همان منبع و همان صفحه
- ۲۴- همان منبع، صفحه ۲۰۰