

## اوضاع روانی از نظر اسلام

( ۹ )

تهور و ترس

علل آنها

علاج آنها

شجاعت

... گویانکه این حدیث (۱) را بظاهر تفسیر می کنند و احترام ازدانش را احترام از همان مسأله مورد سؤال میدانند ، اماممکن است در عین آنکه از آن سؤال احترام شده ، مقصود ، اصل کلی احترام دانش باشد یعنی اصولاً علم آدمی را متین ساخته از شتاب و عجله پرهیز میدهد . دانشمند متوجه است که تردید و سستی زیانبخش بوده ، و شتاب و عجله زیانبخش تر است و باین دلیل کارهای خود را هر چه هم ساده و کوچک باشند با منانت و سنگینی انجام داده و در هر حال با تسلط بر اعصاب و آرامش روانی کار میکند .

تهور

تهور و بی باکی - یعنی بدون مطالعه وارد کار شدن و مشکلات و موانع را بحساب نیاوردن و زیان و ضرر را بکلی نادیده گرفتن - بر خلاف تصور بعضی نه تنها کمال و سلامت روحی نبوده ، بلکه نقص و بیماری روانی است . چنانچه ترس و بیم از زیان و موانع هم بنوبه خود انحراف و بیماری دیگری

(۱) اشاره به حدیثی است که در آخر بحث شماره قبل ذکر شد .

میباشد یعنی بهنگام مطالعه هر کار ، تنها مشکلات را دیدن و خود را ضعیف و غیر قادر بر حل و فصل آنها دانستن خطرناکتر از بی باکی است (۱)

کودکی را میبینید که بهشوق زیبایی پروانه بدنالش میدود و بالطف و هوای بچگی بی پروا دست در خانه زنبور میکند گر چه برای گرفتن پروانه خطر سوختن دست و در پیش است و گزند زنبور بر سر راه ، گر چه این خطرات را کم و بیش بمقیاس کوچکنتری درک میکند اما باز چون پروانه نیم سوخته بگردشمله سوزان شمع میگردد با این تفاوت که پروانه عاشق است و کودک متهور .

کودک متهور است چون کم و بیش موانع راه را دیده و زیان کار را تشخیص میدهد اما در عین حال پروا نکرده با پای برهنه بدنبال پروانه ندیده و با دست بی- ابزار سراغ زنبور میرود ، صحیح است که انسان متهور عاشقانه بدنبال مطلوب میدود اما بی پروا است نه عاشق .

پروانه عاشقی است که جز روشنی و شعله شمع ، چیز دیگری ندیده و نفع و ضرری را درک نمیکند (۲)

(۱) اینکه میگوئیم خطرناکتر است زیرا کسانی که با نهایت بی پروایی وارد کار میشوند در عین آنکه ممکن است بسیاری از مواقع بخطرناک غیر قابل جبرانی برخورد کنند ، گاهی از موانع گذشته و کم و بیش بمقصود میرسند ، بر خلاف اشخاص ترسو که همیشه از بیم ضرر عقب نشینی نموده و کم کم حالتی پیدا می-کنند که بکلی دست از کار کشیده ، و هرگز به موفقیتی نمیرسند .

شاعر میگوید : « عاقل بکنار جو ، پی پل میگشت - دیوانه پای برهنه از آب گذشت ، آری از طرفی باید گفت : صحیح است که دیوانه ای دمتهوره در کمتر مدتیکه عاقل دنبالش پیدا کردن پل میکرد ، از آب گذشته است اما بالاخره دیوانه وار بوده و متهوری است که اتفاقاً بسا حل رسیده و رنصدها دیوانه هم غرق شده طعمه امواج دریای زندگی گشته اند .

(۲) عاشق کسی را گویند که نه تنها زیان و ضرر را ندیده بلکه جز معشوق هیچ چیز حتی خود را هم نمیبیند در بحث محبت و اقسام آن در این باره صحبت خواهد شد انشاء الله .

شرط عشق است که گرسوزی و پروا نکنی همچو پروانه شوی کشته و پروا نکنی  
ثبت نامت شود از زمره عشاق آدم که فدا جان جهت شمع چو پروانه کنی .

يك بازرگان ، اگر متهورانه پابه بازار گذارده وارد کار شود همان دیوانه رماند که گاهی از آب میگذرد و روزه معمولاً غرق شده دستخوش امواج گشته و باور شکستگی از بین میرود.

يك دانشمند شیمیست اگر متهورانه وارد آزمایشگاه شده و سرگرم کار شود ؛ همان کودکی راماند که بادست برهنه سراغ زنبور رفته و گاهی بامنفجر شدن يك ماده شیمیائی نه تنها خود بلکه آزمایشگاه را هم باآتش میکشد (۱).

يك سیاستمدار هم اگر متهورانه روی صحنه سیاست ظاهر شود کشور و ملت را چون کشتی بی ناخدا گرفتار طوفان و امواج خطرناکی میکند گرچه گاهی ممکن است سلامت بساحل برسد .

يك فرد روحانی هم اگر متهورانه در کار خود وارد شده و در امور مذهبی بی پروا اظهار نظر کند بتمبیر امام (ع) رهگذری راماند که بر لبه نزنده آتش دوزخ میدود .

يك دكتر ، يك مهندس ، يك دانشجو ، يك معمار و بنا . . . هم بهمین حساب .



### ترس

نگرانی و ترس از زیان و ضرر ، همان حالتی است که اراده را ضعیف کرده و همواره شکست و زیان را بیش از موفقیت و سود مبیند و خواه و ناخواه آدمی را از میدان زندگی و فعالیت کنار میزند .

در مثالهای قبل ، کودکی را مبینید که بخاطر ترس و وحشت از گزند زنبور نه تنها از صحنه بازی کنار رفته بلکه کم کم حالتی پیدا کرده که گوشه نشینی

(۱) در تاریخ تکامل صنعت موشک سازی مینویسند : برای تهیه سوخت آن که وزن و حجمش بمراتب بیشتر از خود موشک می شد آزمایشگاهی بعمل آمد تا یلینک ( Tiling ) مهندس انگلیسی يك نوع پودر مخصوصی را انتخاب کرده و با استفاده از پرسی آنرا فشرده و متر اکم و بصورت قطعات ۴۵ پوندی درآورد . اما در اثر تهور و بی احتیاطی انفجاری روی داد که نه تنها آزمایشگاه بلکه تمام ساختمان را باآتش کشیده و جان خود را روی آن گذارد ( نقل از مجله نور دانش )

را ترجیح داده حتی حوصله تماشای بچه‌ها را ندارد .

بازرگان ترسو از هر معامله‌ای که با او پیشنهاد میشود بکمان آنکه مبادا زیان‌بخش باشد ، خودداری مینماید و کم‌کم تعداد دادوستدش پائین آمده و دیگران وی را بدین خصلت شناخته و سراغش نمی‌آیند و بالاخره باید تعطیل کرده و از کسب و کار کنار رود .

آن‌دانشمندی که از ترس تصادف آزمایشگاه را ترک گفته و مطالب خود را طبق معمول با قلم و کاغذ یا گچ و تخته بررسی میکند هرگز موفقیتی نداشته و با اختراع و اکتشافی نائل نخواهد شد .

سیاستمداری که با ترس از شکست وارد میدان گشته همیشه محکوم بوده و هرگز نمیتواند استقلال و آزادی واقعی را حمایت کند .

یک روحانی ترسو بخاطر امکان لغزش و اشتباه ، از فکر و وقت و اظهار نظر خودداری نموده و بتدریج عقب نشینی کرده و هرگز خدمتی بمعارف الهی نخواهد کرد .

یک دکتر ، یک مهندس ، یک دانشجو ، یک معمار و بنا ... هم بهمین حساب .



### علل ترس و تهور

گرچه برای پیدایش ترس یا تهور علل زیادی وجود داشته و گاهی چند موضوع دست بهم داده و این حالت را ایجاد میکنند ، اما بعد از قانون توارث - که بحکم آن ، اخلاق و صفات هم بکمک ژنها منتقل میشوند - مهم‌تر از همه محیط تربیتی و طرز برخورد های دوران کودکی را میتوان نام برد .

بخوبی میدانیم بچه‌هایی که برخورد طبیعیشان با صحنه‌های سخت و تقویت کننده زیاد تر بوده نه آنها شجاع بلکه غالباً متهور و بی باک میشوند ، کودکی که در محیط زندگی قید و بند زیادی ندیده و تذکرات محدود کننده هم نداشته معمولاً متهور باری می‌آید ، وقتی پدر و مادر در زندگی متهور و بی باک بودند ، وقتی رفقا و بستگان وی مردمی بی پروا و تندرو باشند کودک هم باین حالت خو گرفته و این صفت در او تقویت میشود .

چنانچه اگر پدر و مادر از هر پیش آمد کوچکی اظهار ترس و نگرانی کرده و باشندن هر سروصدای ناچیزی تکان خورده یا کودکی را از هر چیز موهومی (لولو و آدم خوره) بترسانند یا برای خاموش کردنش ، از هر صدایی حتی صدای سگ و گربه استفاده کرده و وی را بیم دهند این حالت در او ریشه دوانده ، و می بینی با آنکه بزرگ شده است هنوز از تاریکی ، از سگ و گربه میترسد ، وقتی پدر و مادر ، استاد و معلم ، دوست و رفیق مردمی ترسو باشند خواه ناخواه در روح فرزندان اثر گذارده او هم ترسو خواهد شد .

\* \* \*

### علاج ترس یا تهور

میکرب این بیماری را باید از همان راهی که وارد شده خارج نمود تا فعالیت های انسان حالت عادی بخود گرفته و عادلانه سرگرم کار شده نه متهور و نه ترسو بلکه شجاع گردد . صرف نظر از قانون توارث ، محیط زندگی را باید از کلیه مظاهر این هر دو خالی کرده با مردم شجاع معاشرت نمود (۱) و سرنوشته مردم موفق و خود ساخته را مطالعه کرده با تمرین و تکرار ، خود را به فکر و دقت عادت دهد .

علل شکست مردم متهور یا عقب ماندگی های افراد ترسورا بیشتر تحلیل کرده و مطالعه نماید ، موضوعات مورد ترس و نگرانی را مشروحاً تحلیل و روی آن دقت نموده بخود بگوید آنچه و برای چه میترسم ؟

البته منظور از عادت به فکر و مطالعه ، آن نیست که ساعتها وقت صرف تفکر و انتخاب کرده ولی باز در مقام تصمیم موانع و مشکلات جلوه بیشتری نموده و اراده را ضعیف ساخته و از کار بماند بلکه پس از مطالعه عملاً وارد کار شده و بخود بگوید بالای سیاهی رنگی نیست اما در عین حال مراقب بوده که برنگ

(۱) قال الصادق (ع) لانستمن بكسلان وتستعرج جزأ (شافی ص ۲۱۷)

امام صادق (ع) فرمود هر گز از مردم کسل و بی حال کمک نخواست و با اشخاص ناتوان مشورت مکن دقت در معنی حدیث نشان میدهد که منظور همان ناتوانی ناشی از ترس است .

سیاهی نرسیده و در صورت برخورد با مشکلی که اتفاقاً پیش بینی نمیشده ، با سرعت ودقت طرحی ریخته و آن را از سر راه بردارد (۱) .

باشنیدن و خواندن داستانه‌ها و شرح حال رجال بزرگه این اصل را بخود تلقین کرده که آنها هم مثل ما بوده‌اند با این تفاوت که ترس و تهور را کنار گذارده عاقلانه و شجاعانه وارد کارها شده‌اند .

بخود بگویند موفقیت از آن کسانی است که نه از زیان و ضرر هراس داشته‌و نه بدون توجه بمشکلات و موانع کار ، بمیدان می‌آیند بلکه با محاسبه دقیق راه و هدف را دیده ، موانع و پیچ‌وخمهای جاده را تا آنجا که امکان داشته است زیر نظر داشته‌اند .

### شجاعت

موفقیت همیشه از آن کسانی است که نه بخاطر ترس از زیان و ضرر کنار رفته و نه بعشق مطلوبی پروا و متهورانه سراغ کار می‌روند بلکه بادقت و مطالعه با فکر و پیش بینی ، با نقشه و طرح ، شجاعانه وارد شده و اگر بهنگام پیاده کردن نقشه با مشکل ناگهانی روبرو شدند هرگز هراس و نگرانی بخود راه نداده با سرعت ودقت کوشیده و مشکل را حل میکنند (۲) .

(۱) عن ابی جعفر (ع) قال اتی رجل رسول الله (ص) فقال علمنی یارسول الله شیئاً فقال علیک بالیأس مافی الیدی الناس فانه الفنی الحاضر قال زدنی یا رسول الله قال ایاک والطمع فانه الفقر الحاضر قال زدنی یارسول الله قال اذا هممت بامر فقدر عاقبتہ فان یک خیراً اورشداً اتبعته وان یک شراً اوغیا ترکتہ .

مردی حضور مقدس رسول خدا شرفیاب شد و عرض کرد : ای پیغمبر خدا مرا چیزی بپایه و زیند فرمود : امید خود را از ثروت و دارائی مردم بردار ، خود ثروتمند خواهی بود . عرض کرد : باز هم بفرما . فرمود : از چشم داشت و طمع پرهیز زیرا همان دایمل نیاز و فقر تو است گرچه ثروتمند باشی عرض کرد باز هم بفرما : فرمود : هر وقت خواستی کاری را انجام دهی در پایان آن بنگر ؛ کمی فکر کن ، دقت نما در صورتیکه خیر و صلاح بود فوراً شروع کن ورنه بکلی کنار بگذار . (جلداول وافی جزء سوم ص ۸۰)

(۲) (ملنروز) میگوید : کسی که در معرض امتحان قرار نگیرد و از

آن کودک شجاع در عین آنکه عاشقانه سراغ کار آمده و می خواهد حیوان خطرناکی را شکار کند با نهایت سرعت از سازه ترین وسیله ای که ممکن است در اختیار بیاورد استفاده کرده قطعه کاغذی برداشته یا دستمال جیب را در آورده پشت کردن شکار خود را با بهارت کاملی گرفته و میل و نیازمندی کودک خود را اشباع میکند ؛ نه با دست برهنه جلو میرود و نه از ترس عقب برمیگردد .

آن بازرگان موفق نه از ترس زیان کنار رفته و نه بی پروا خود را بورد شکست میکشد بلکه با نهایت دقت سود و زیان را سنجیده و در گیر و دارها شجاعانه مشکلات رایجی پس از دیگری حل مینماید (۱) .

\* \* \*

← سود بملاحظه زیان هر اس داشته باشد یا ترسواست یا گدا .

از (ساموئیل) انگلیسی است : میگویند سعادت کوراست زیرا بدانند در خانه کئی برود ولی من میگویم : کسانی که این حرفها را مینند کورند ، اگر نزد گانهی مردم فعال و کساری نگاه کنیم میبینیم آنکه بیشتر کار کرده و استقامت به خرج داده و زحمت کشیده سعادت ، در خانه ارا کوبیده است .

(۱) عن الصادق (ع) ان الله فوض الى المؤمن اموره كلها ولم يفوض اليه ان يكون ذليلا لم تسمع الله يقول : العزة لله ولرسوله وللمؤمنين . فالؤمن يكون عزيزاً ولا يكون ذليلاً (نقل از شافعی ص ۱۳۶)

امام صادق (ع) فرمود : خداوند کارهای مؤمنین را بعهده خود آنان گذارده اما نه آنکه با تنبلی و تسامح یا ترس و نگرانی بی جا خود را ذلیل و خوار کنند ، مگر آیه قرآن را نشنیده ای که خدای بزرگ فرموده است : عزت و بزرگواری از آن خدا و پیغمبر و مؤمنین است بنا بر این مؤمن همیشه عزیز است نه ذلیل .