

# تحلیل محتوای راهبردهای اخلاقی و روان‌شناختی درمان عجله و شتاب در قرآن کریم

مسعود رستنده\*

دانشجوی دکتری علوم و قرآن و حدیث دانشگاه آزاد اسلامی، همدان، ایران

\*\* سید حمید حسینی

استادیار علوم قرآن و حدیث دانشگاه آزاد اسلامی، همدان، ایران

\*\*\* ابوالقاسم یعقوبی

استاد روان‌شناسی دانشکده علوم اقتصادی و اجتماعی، دانشگاه بوعلی، همدان، ایران

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۱۲/۱۸؛ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۰۳/۲۹)

## چکیده

هر اتفاق ناگواری که مشاهده می‌کنیم، رد پای از عجله و شتاب در آن است. در عصر حاضر که عصر اطلاعات و سرعت است، بشر امروز دچار عجله و شتاب‌زدگی شده‌است و همین امر استرس و اضطراب را وارد زندگی انسان‌ها نموده‌است. عجله و شتاب در علم اخلاق به آن معناست که انسان پیش از فراهم شدن مقدمات انجام کار، اقدام به اظهار نظر، قضاوت و یا انجام کار نماید؛ امری که نتیجه آن جز شکست و یا انجام ناقص آن کار نخواهد بود. درست به مثابه اینکه میوه پیش از رسیدن چیده شود. البته عجله و شتاب بُعد مثبت و پسندیده‌ای هم دارد که مورد تأیید و تأکید قرآن کریم است و از آن تعبیر به سرعت می‌شود. سرعت در انجام امور خیر و نیک، مثل ازدواج، سرعت و شتاب برای ادای حقوق طلبکار، اقامه نماز، برای آشتی دادن مؤمنان و... اما عجله و شتاب در برخی امور ناپسند و مذموم است که در روان‌شناسی به عنوان اختلال روانی مطرح می‌باشد؛ همچون عجله و شتاب در سرزنش دیگران، مجازات و تنبیه، تصدیق سخن چنان و... این پژوهش بر آن است تا ضمن تفسیر تطبیقی و تحلیل کیفی و کمی محتوای آیات قرآن در باب عجله و شتاب، راهبردهای اخلاقی و روان‌شناختی درمان این اختلال روانی را در پنج بُعد شناختی، دیداری، شنیداری، گفتاری و کرداری ارائه کند. سپس نمایه الگوی مفهومی راهبرد قرآن برای درمان عجله و شتاب را مطرح می‌نماید.

**واژگان کلیدی:** راهبردهای درمان، شتاب و عجله، اخلاق، روان‌شناختی، قرآن.

---

\* Email: Mosoudrostandeh@yahoo.com

\*\* Email: Hoseinhamid2@gmail.com (نویسنده مسئول)

\*\*\* Email: Yaghobi41@yahoo.com

## مقدمه

به گفته آلون تافلر (۱۹۲۸-۲۰۱۶ م.) نویسنده و آینده‌پژوه آمریکایی در کتاب موج سوم، عصر حاضر، عصر اطلاعات است (ر.ک؛ تافلر، بی‌تا). امروزه بشر با انبوهی از اطلاعات و داده‌ها، آن هم با سرعت فوق‌العاده مواجه است و به سرعت این حجم اطلاعات در حال افزایش می‌باشد. دسترسی سریع و آسان به اطلاعات، بشر امروز را به عجله و شتاب سوق داده است و صبر و آرامش را برای دسترسی به اطلاعات کم کرده است.

در علم اخلاق، عجله کسی است که در گفتار، رفتار، سؤال و درخواست خود دستپاچه می‌شود و صبر و حوصله لازم را برای رسیدن به مقصد از راه صحیح آن ندارد و به همین دلیل، گرفتار مشکلات و ناکامی‌ها می‌شود (ر.ک؛ مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۸۴، ج ۲: ۴۳۰). هر اتفاق ناگواری که مشاهده می‌کنیم، ردّ پایی از عجله در آن دیده می‌شود (ر.ک؛ رحمتی شهرضا، ۱۳۸۶، ج ۲: ۴۳۱). البته انگیزه‌های عجله و شتاب مختلف است؛ برخی ریشه در کم‌صبری دارد، برخی به سبب غرور و اظهار وجود و یا گاهی به سبب عشق و علاقه زیاد به چیزی است (ر.ک؛ همان).

در متون دینی و اخلاقی ما مسلمانان، از عجله و شتاب نهی شده است، هرچند به منظور صحیحی باشد. قرآن کریم با دقت تمام این رفتار را آسیب‌شناسی نموده است و از بُعد روان‌شناختی، راهبردهایی را برای درمان این اختلال روانی ارائه فرموده است. امام صادق<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «عجله و شتاب مردم را نابود می‌کند. اگر مردم با تأمل کارها را انجام می‌دادند، کسی هلاک نمی‌شد» (محمدی ری‌شهری، ۱۳۹۷، ج ۷: ۳۴۸۴).

در مذمت عجله و شتاب، همین بس که گفتنِ خصلت شتاب‌زدگی کسی، غیبت نیست. امام صادق<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «غیبت آن است که درباره برادرت چیزی بگویی که خداوند آن را پوشیده نگه داشته است، اما گفتن خصلت‌های آشکاری چون تندخویی و شتاب‌زدگی غیبت نیست» (کلینی، ۱۴۱۱ق.، ج ۲: ۳۵۸).

در این مقاله، راهبردهای اخلاقی و روان‌شناختی درمان عجله و شتاب در قرآن تحلیل کیفی و کمی شده‌است. منظور از راهبرد یا استراتژی (Strategy) عبارت از طرح عملیاتی به منظور هماهنگی و سازماندهی اقدامات برای رسیدن به اهدافی است که از پیش تعیین شده‌است (ر.ک؛ روشن‌دل، ۱۳۷۰: ۲۳۵-۲۴۲). از نظر کنت کلارک، روان‌شناسی نیز مطالعه عینی رفتار می‌باشد (ر.ک؛ کلارک، ۱۹۷۰م.).

## ۲. اهداف پژوهش

- ۱-۲. تحلیل محتوای کیفی راهبردهای اخلاقی و روان‌شناختی قرآن برای درمان عجله و شتاب.
- ۲-۲. تحلیل محتوای کمی راهبردهای اخلاقی و روان‌شناختی قرآن برای درمان عجله و شتاب.
- ۳-۲. ارائه نمایه الگوی مفهومی راهبرد قرآن برای درمان عجله و شتاب.

## ۳. فرضیه پژوهش

از آنجا که این پژوهش از نوع پس‌رویدادی است، لذا در آن فرضیه مطرح نیست.

## ۴. متغیرها

- ۱-۴. متغیر پیش‌بین: چون این پژوهش از نوع پژوهش‌های پس‌رویدادی است، لذا در آن متغیر پیش‌بین مطرح نمی‌شود.
  - ۲-۴. متغیر ملاک: راهبردهای اخلاقی و روان‌شناختی درمان عجله و شتاب در قرآن
- کریم.

## ۵. روش پژوهش

با توجه به هدف‌های پژوهش، روش مورد استفاده در این پژوهش، روش تحلیل محتوای کیفی و کمی است. روش «تحلیل محتوای کلام» (Content Analysis) که روشی علمی برای تفسیر «متن» (Text) می‌باشد، از جمله روش‌های تحقیقی است که در حوزه علوم انسانی کاربرد دارد و چون نتایج به‌دست آمده از طریق این روش، اعتبار و روایی بالایی دارد، بسیار مورد توجه محققان و پژوهشگران قرار گرفته است.

یکی از مهم‌ترین روش‌های شناسایی و جمع‌آوری داده (اطلاعات)، روش بررسی اسناد می‌باشد. لورنس باردن در کتاب خود با عنوان *تحلیل محتوا* اشاره می‌کند که «تحلیل محتوا» در حقیقت، فن پژوهش عینی، اصولی و کمی به منظور تفسیر و تحلیل محتواست و تفکر تحلیل محتوا عبارت است از قرار دادن اجزای یک متن (اعم از کلمات، جملات، بندها و امثال آن‌ها برحسب واحدهایی که انتخاب می‌شوند)، در مقولاتی که از پیش تعیین شده‌اند (ر.ک؛ باردن، ۱۳۷۵: ۲۹).

با رشد جوامع انسانی و توسعه علوم و تکنولوژی، انسان به محدودیت روش‌های تحقیق اولیه در علوم اجتماعی و علوم انسانی پی برد و با تأمل بسیار، روش‌های نوینی را ابداع کرد تا بتواند در عرصه پژوهش‌های شناخت روابط انسانی و فرهنگی، پایایی و روایی بیشتری داشته باشد (ر.ک؛ جانی‌پور، ۱۳۹۱: ۱۲۸).

تحلیل محتوای متن تاریخچه بسیار قدیمی دارد. با استفاده از این روش، برای اولین بار کتب و متون مذهبی را تجزیه و تحلیل می‌کردند (ر.ک؛ باردن، ۱۳۷۵: ۹). لاسول عمده‌ترین کاربرد تحلیل محتوا را مطالعه ارتباطات به منظور پاسخگویی به این سؤال قدیمی تحقیق در ارتباطات می‌داند: «چه کسی؟ چه چیزی را؟ به چه کسی؟ چرا؟ چگونه؟ و با چه تأثیری؟ می‌گوید» (کیوی و لوک‌وان، ۱۳۸۱: ۲۲۲). در حقیقت، تحلیل محتوا درباره متنی معنی پیدا می‌کند که آن متن برای انتقال پیام و مفاهیمی نوشته شده،

ماهیتی مشخص داشته باشد. لذا تحلیل محتوا درباره کلمات عامیانه‌ای که مفاهیم ساده، بدیهی و مشخصی دارند، به کار نمی‌رود (ر.ک؛ جانی‌پور، ۱۳۹۱: ۱۲۹).

برای مقاله حاضر، فن تحلیل محتوای مضمونی بر مبنای واحد جملات و به صورت کیفی و کمی و با تأکید بر راهبردهای اخلاقی و روان‌شناختی درمان عجله و شتاب در ابعاد شناختی، دیداری، شنیداری، گفتاری و کرداری انتخاب شده که به شرح زیر است:

۱-۵. جدول تحلیل محتوای کیفی راهبردهای روان‌شناختی درمان عجله و شتاب در قرآن کریم؛ شامل:

۱-۵-۱. ترجمه آیات (محتوا: Content).

۲-۱-۵. شناسه محتوا.

۳-۱-۵. محتوا (Content)؛ ویژگی‌های شخصیتی عجله‌کنندگان.

۴-۱-۵. راهبردهای اخلاقی و روان‌شناختی درمان عجله و شتاب.

۵-۱-۵. تعیین راهبردهای روان‌شناختی درمان عجله و شتاب:

۱-۵-۱-۵. شناختی (پردازش).

۲-۵-۱-۵. دیداری (درون‌داد).

۳-۵-۱-۵. شنیداری (درون‌داد).

۴-۵-۱-۵. گفتاری (برون‌داد).

۵-۵-۱-۵. کرداری (برون‌داد).

۲-۵. جدول تحلیل محتوای کمی راهبردهای اخلاقی و روان‌شناختی درمان عجله و شتاب که در این جدول، فراوانی و درصد راهبردهای روان‌شناختی درمان عجله و شتاب استخراج شده‌است.

۳-۵. توصیف جدول تفسیر تطبیقی و تحلیل محتوای کمی در راهبردهای مزبور.

۴-۵. نمودار فراوانی درمان عجله و شتاب.

۵-۵. نمایه الگوی مفهومی راهبردهای قرآن برای درمان عجله و شتاب.

## ۶. عجله و شتاب در قرآن با الهام از احادیث

خداوند می‌فرماید: ﴿خُلِقَ الْإِنْسَانُ مِنْ عَجَلٍ سَأُورِيكُمْ آيَاتِي فَلَا تَسْتَعْجِلُونِ﴾ آری، انسان از عجله آفریده شده‌است، ولی عجله نکنید! من آیات خود را به‌زودی به شما ارائه می‌دهم ﴿(الأنبياء/۳۷)﴾. منظور از عجله، شتاب و شتاب‌زدگی است. در حقیقت، تعبیر «انسان از عجله آفریده شده‌است»، یک نوع تأکید است؛ یعنی چنان عجول است که گویی از عجله آفریده شده‌است و تاروپود وجودش از آن تشکیل یافته‌است (ر.ک؛ مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۹۰، ج ۱۳: ۴۴۵). علامه طباطبائی می‌فرماید:

«انسان از عجله خلق شده‌است؛ کنایه از زیادی عجله انسان و بلوغ آن به نهایت درجه‌اش؛ آن‌قدر که گویی آدمی از عجله خلق شده‌است و غیر از عجله خیری نمی‌شناسد؛ مثل اینکه می‌گویند: فلانی همه‌اش خیر یا شر است. این طور تعبیر بهتر از این است که بگوییم چقدر فلانی عجول است و این کلام درباره تعصب آمده‌است و هم خواسته که نسبت به امر مشرکان بی‌اعتنایی کند» (طباطبائی، ۱۳۸۹، ج ۱۴: ۴۰۶-۴۰۷).

به‌راستی بسیاری از مردم عادی چنین هستند و هم در خیر عجول‌اند و هم در شر، حتی وقتی به آن‌ها گفته می‌شود اگر آلوده کفر و گناه شوید، عذاب الهی دامتان را می‌گیرد. اما آن‌ها می‌گویند پس چرا این عذاب زودتر نمی‌آید. در پایان اضافه می‌کند که عجله نکنید، چون من آیات خود را به‌زودی به شما نشان می‌دهم (ر.ک؛ تبیان‌نت، ۱۳۹۷).

طبرسی در تفسیر خود برای این آیه می‌نویسد:

«برای این آیه دو نظر وجود دارد: یکی منظور از انسان در این آیه، حضرت آدم<sup>(ع)</sup> است، نه همه انسان‌ها، و منظور از عجله آدم سه چیز است: یکی اینکه آدم به شتاب آفریده شده است؛ چرا که او آخرین پدیده و مخلوقی است که در آخرین ساعت‌های روز جمعه آخر سال، با سرعت و پیش از آنکه خورشید غروب کند، آفریده شده است. دوم اینکه او برخلاف دیگر انسان‌ها که با عبور از مراحل گوناگون خاک، نطفه، علقه، مضغه و... جامه هستی می‌پوشند، یکباره آفریده شد؛ یعنی آفرینش آدم بسیار شگفت‌انگیز تر از آفرینش دیگر انسان‌ها و پدیده‌هاست. سوم از حضرت صادق<sup>(ع)</sup> نقل شده است که فرمود: هنگامی که آدم آفریده شد، هنوز روح و جان بر کران تا کران کالبدش ندمیده بود که برخاست و به سرعت به سوی درختان پرتراوت و پرمیوه بهشت شتافت. نظر دوم این است که منظور از انسان در آیه شریفه، همه انسان‌ها می‌باشند که در این زمینه چند دیدگاه وجود دارد: گروهی می‌گویند منظور از آیه شریفه این است که انسان تاروپود وجودش از عجله و شتاب آفریده شده است و در زندگی، هر آنچه را دوست می‌دارد، در پی آن می‌شتابد و دوست دارد که به سرعت آن را به کف آورد. در فرهنگ و ادبیات عرب این تعبیر بسیار است؛ برای نمونه: به کسی که زیاد می‌خوابد، گفته می‌شود او از خواب آفریده شده است و به کسی که بدی شرارتش بسیار است، گفته می‌شود او از بدی پدید آمده است. از دیدگاه برخی، واژه "عَجَل" به مفهوم "خاک" است؛ یعنی انسان از خاک آفریده شده است؛ برای نمونه شاعر می‌گوید:

وَ النَّبْعُ يُبْتُ بَيْنَ الصَّخْرِ ضَاحِيَةً وَالنَّخْلُ تُبْتُ بَيْنَ الْمَاءِ وَالْعَجَلِ

یعنی؛ چشمه‌سارها از میان صخره و سنگ می‌روید و می‌جوشد و نخلستان‌ها از میان آب و خاک.

در این شعر، واژه "عَجَل" به مفهوم "خاک" به کار رفته است. با این بیان، آیه مورد بحث بسان این آیه شریفه است که می‌فرماید: ﴿وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ﴾ (السجده/ ۷)؛ و خدا آفرینش انسان را از گِل آغاز کرد.

برخی نیز معتقدند منظور این است که آفرینش انسان برای آفریدگارش نیاز به زمان و فرصتی ندارد؛ چرا که کار او این گونه است که چون به چیزی اراده فرماید، همین که می‌گوید: باش، پس بی‌درنگ به آنچه فرموده‌است، پدیدار می‌گردد: ﴿إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ﴾ (یس / ۸۲) (طبرسی، ۱۳۸۲، ج ۱۷: ۶۹-۶۶).

راغب در مفردات، «عجله» را «به‌دست آوردن چیزی قبل از موعد آن» می‌داند که شخص به سبب میل شدید انجام می‌دهد. لذا در قرآن، امری ناپسند تلقی شده‌است؛ چنان که در روایات آمده‌است: «الْعَجَلَةُ مِنَ الشَّيْطَانِ: عجله و شتاب از شیطان است» (راغب اصفهانی، ۱۳۸۷: ۴۹۸). امام علی<sup>(ع)</sup> ما را از شتاب در کاری که مردم در انجام آن خوش ندارند، بازداشته‌اند؛ زیرا باعث می‌شود که مردم درباره‌ی کار ما مطالبی بگویند که علمی نسبت به آن ندارند (ر.ک؛ نهج‌البلاغه، ۱۳۹۲: ح ۳۵). همچنین، امام جواد<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «شتاب نکن تا بررسی یا نزدیک شوی» (حلوانی، ۱۴۰۸ق: ۱۳۵). بنابراین، عجله و شتاب، یعنی انسان پیش از فراهم شدن مقدمات انجام کار، اقدام به آن کار کند؛ کاری که نتیجه‌ی آن چیزی جز شکست و یا انجام ناقص آن نخواهد بود (ر.ک؛ مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۸۴، ج ۲: ۴۳۰)؛ به دیگر سخن، عجله و شتاب به مثابه‌ی این است که انسان میوه را پیش از رسیدن و قابل استفاده شدن از درخت بچیند؛ کاری که نتیجه‌اش ضایع شدن میوه و کم شدن فایده‌ی آن است (ر.ک؛ همان).

عجله و شتاب را نباید با سرعت که بار مثبت دارد، اشتباه کرد. سرعت آن است که انسان بعد از فراهم شدن مقدمات، اتلاف وقت نکند و فرصت را از دست ندهد و به سوی مقصد بشتابد، کاری که مسلماً سبب پیروزی، نجات و موفقیت است (ر.ک؛ همان).

نمونه‌هایی از عجله و شتاب مذموم و ناپسند عبارتند از: عجله و شتاب در گفتار و رفتار، عجله و شتاب در مذمت کسی که گناه کرده (ر.ک؛ حرّ عاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۲۷: ۱۶۸)، در قضاوت، خوردن، مباشرت جنسی (ر.ک؛ همان: ح ۲۵۱۸۱، ۲۵۱۸۲، ۲۵۱۸۳ و ۲۵۱۸۴)، عجله و شتاب در مجازات و تنبیه، عجله و شتاب در تصدیق سخن چنان (ر.ک؛



نهج البلاغه، ۱۳۹۲: ن ۵۳)، در کارهایی که وقت آن‌ها نرسیده (ر.ک؛ همان)، در راه رفتن، اظهار نظر، کپی و ارسال مطالب غیر مستند در پیام‌رسان‌های مجازی. آثار منفی عجله نیز عبارتند از: محرومیت از برکت علم، ندامت و پشیمانی و فزونی خطاها و لغزش‌ها (ر.ک؛ حکم آبادی، ۱۳۹۷).

نمونه‌هایی از عجله و شتاب ممدوح و پسندیده که از آن به سرعت نیز تعبیر می‌شود، عبارتند از: سرعت در کارهای نیک و خیرات (ر.ک؛ المؤمنون/۶۰-۶۱؛ المائدة/۴۸؛ آل عمران/۱۱۴ و کلینی، ۱۴۱۱ق.، ج ۲: ۱۴۹-۱۵۱)، سرعت در ادای حقوق طلبکار و دستمزد، اقامه نماز، ادای حقوق پدر و مادر، پوشاندن عیوب مردم، درمان بیماران، پیشگیری از بیماری‌ها، مسابقه‌های ورزشی، برقراری امنیت، آشتی دادن، دفن مرده، صلّه رحم (ر.ک؛ کلینی، ۱۴۱۱ق.، ج ۲: ۱۴۹-۱۵۱)، دفع شر، آباد کردن آخرت (ر.ک؛ نهج البلاغه، ۱۳۹۲: خ ۱۸۸)، حمایت از مظلومان و مستضعفان، برآوردن حاجت‌ها و نیازهای مردم (ر.ک؛ همان: ح ۱۰۱)، ازدواج، تربیت فرزند (ر.ک؛ همان: ن ۳۱)، وصیت نمودن (ر.ک؛ همان)، انجام کاری که وقت آن رسیده است (ر.ک؛ همان: ن ۵۳)، توبه، در طعام دادن به مهمان، برداشتن میت و در شوهر دادن دختر دوشیزه (ر.ک؛ نراقی، ۱۳۹۷، ج ۲: ۴۳۵). ثمره عجله پسندیده نیز عبارت است از: نجات بی‌گناهان، منحرف نشدن فرزندان، کسب مغفرت و بهشت در آخرت (ر.ک؛ حکم آبادی، ۱۳۹۷).

#### ۷. عجله و شتاب در روان‌شناسی

شتاب‌زدگی از حالت‌های نفسانی است که ریشه در روان آدمی دارد (ر.ک؛ حق‌شناس، ۱۳۹۷). افراد عجول همواره مضطرب و پریشان هستند و می‌خواهند کارشان را به سرعت انجام دهند و به نتیجه برسند. بی‌وقفه می‌دوند، بدون اینکه از لحظه حال لذت ببرند. البته عجول بودن و شتاب‌زدگی در تیپ‌های شخصیتی A و B تفاوت می‌کند. تئوری تیپ‌های شخصیت که در اصل در دهه ۱۹۵۰ مطرح شده است، گونه‌های شخصیت را به دو گونه شخصیت دسته‌بندی می‌کند: شخصیت پراثری، گونه A، و

شخصیت ساده گیر، گونه B. تیپ A، شخصیتی پُرانرژی، پُرخاشگر، تهاجمی، جاه طلب، سخت کوش، پُرکار، کم حوصله، رقابتی، پُرجوش، پُرحرارت، بی قرار و ناگهانی دارد و تیپ B شخصیتی آرام، صبور، ملایم، با اخلاق متعادل، با کار یکنواخت و پایدار و با کمترین روحیه رقابتی است. او وقت مناسبی را هم برای فعالیت‌های مورد علاقه خویش در بیرون محیط کار اختصاص می‌دهد و آرام و شمرده صحبت می‌کند. در جدول زیر، این دو گونه شخصیت با هم مقایسه شده‌است.

شخصیت B	شخصیت A
نگران وقت نیست.	همیشه در حال حرکت است.
صبور است.	سریع راه می‌رود.
به آرامی و آرامش کامل غذای خود را میل می‌کند.	سریع می‌خورد.
لاف نمی‌زند و کُند سخن می‌گوید.	سریع حرف می‌زند و مکالمه تند دارد.
لحن کلام ملایمی دارد.	لحن کلامش شدید است.
کیفیت کلامش یکنواخت است.	کیفیت کلامش ژمخت، محکم و کوتاه است.
صبور است و پیش از پاسخگویی به سؤالات مکث می‌کند.	بی صبر است و پاسخ آنی به سؤالات می‌دهد.
از عهده انجام تنها یک کار برمی‌آید.	دو کار را با هم انجام می‌دهد.
به ندرت آه می‌کشد.	فراوان آه می‌کشد.
چهره‌اش آرام و دوست‌داشتنی است.	چهره‌اش کشیده، خصمانه و ابروها درهم است.
برای تفریح بازی می‌کند، نه پیروزی.	در حال بازی به بُرد و باخت فکر می‌کند.
بدون احساس گناه می‌آساید و تحت فشار پایان وقت نیست.	زمان فراغت ندارد.
تبسم گسترده دارد.	تبسم او در گوشه لب است.
خنده‌ای نرم، لطیف و خوشایند دارد.	خنده‌اش خشک است.
سعی در به خاطر سپردن اعداد و ارقام نمی‌کند.	ذهن او با ارقام پُر است.
کیفیت‌ها را مد نظر دارد.	موقعیت‌ها را با کمیت اندازه‌گیری می‌کند.

اغلب در تلاش برای تسلط به طرف مقابل است.	به ندرت این کار را انجام می دهد.
مدام در فشار کمبود وقت است.	هرگز عجله ندارد.
از کار خود رضایت ندارد و برای طی کردن درجات بالا تلاش می کند.	از کار خود راضی است.
روحیه تهاجمی دارد، رقابتی است و به استقبال خطر می رود.	میان‌رو است و کمتر با کسی دشمنی می کند و کمتر دست به ریسک می زند. (ر.ک؛ ارتفاع، ۱۳۹۶).

در بحث عجله و شتاب، هر دو تیپ شخصیتی ممکن است دچار عجله و شتاب شوند، اما حالات عجله و شتاب در هر تیپ شخصیتی تفاوت می کند؛ به عنوان مثال، برون داد عجله و شتاب در تیپ A بیشتر است، اما تیپ B ممکن است از نظر درونی و درون داد دچار عجله و شتاب گردد. اولی هیجانات بیرونی دارد و دومی در قضاوت و تحلیل دچار عجله و شتاب می گردد.

#### ۸. عجله و شتاب در قرآن (محتوا: Content)

۱-۸. ﴿وَلَوْ يُعَجِّلُ اللَّهُ لِلنَّاسِ الشَّرَّ اسْتِعْجَالَهُمْ بِالْخَيْرِ لَقُضِيَ إِلَيْهِمْ أَجْلُهُمْ فَبَدَّرَ الَّذِينَ لَا يُرْجُونَ لِقَاءَنَا فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ﴾: اگر همان گونه که مردم در به دست آوردن خوبی‌ها عجله دارند، خداوند در مجازات ایشان شتاب می کرد، (به زودی) عمرشان به پایان می رسید (و همگی نابود می شدند)، ولی کسانی را که ایمان به لقای ما ندارند، به حال خود رها می کنیم تا در طغیانشان سرگردان شوند ﴿یونس / ۱۱﴾.

۲-۸. ﴿وَيَسْتَعْجِلُونَكَ بِالسَّيِّئَةِ قَبْلَ الْحَسَنَةِ وَقَدْ خَلَتْ مِنْ قَبْلِهِمُ الْمَثَلَاتُ وَإِنَّ رَبَّكَ لَذُو مَغْفِرَةٍ لِلنَّاسِ عَلَى ظُلْمِهِمْ وَإِنَّ رَبَّكَ لَشَدِيدُ الْعِقَابِ﴾: آن‌ها پیش از حسنه (و رحمت)، از تو تقاضای شتاب در سیئه (و عذاب) می کنند، با این که پیش از آن‌ها، بلاهای عبرت‌انگیز

نازل شده‌است؛ و پروردگارت نسبت به مردم - با اینکه ظلم می‌کنند، صاحب مغفرت است (و در عین حال)، پروردگارت صاحب عذاب شدید است! ﴿الرعد / ۶﴾.

۳۸. ﴿وَيَدْعُ الْإِنْسَانُ بِالشَّرِّ دُعَاءَهُ بِالْخَيْرِ وَكَانَ الْإِنْسَانُ عَجُولًا﴾: انسان (بر اثر شتابزدگی) بدی‌ها را طلب می‌کند؛ آن گونه که نیکی‌ها را می‌طلبد، و انسان همیشه عجول بوده‌است ﴿الإسراء / ۱۱﴾.

۴۸. ﴿قَالَ لَهُ مُوسَىٰ هَلْ أَتَّبِعَكَ عَلَىٰ أَنْ تُعَلِّمَنِي مِمَّا عَلَّمْتَ رُشْدًا \* قَالَ إِنَّكَ لَنْ تَسْتَطِيعَ مَعِيَ صَبْرًا \* وَكَيْفَ تَصْبِرُ عَلَىٰ مَا لَمْ تُحِطْ بِهِ خُبْرًا \* قَالَ سَتَجِدُنِي إِن شَاءَ اللَّهُ صَابِرًا وَلَا أَعْصِي لَكَ أَمْرًا﴾: حضرت موسی<sup>(ع)</sup> به او گفت: آیا از تو پیروی کنم تا از آنچه به تو تعلیم داده شده‌است و مایهٔ رشد و صلاح است، به من بیاموزی؟ \* گفت: تو هرگز نمی‌توانی با من شکیبایی کنی! \* و چگونه می‌توانی در برابر چیزی که از رموز آن آگاه نیستی، شکیبایی باشی؟! \* حضرت موسی<sup>(ع)</sup> گفت: به خواست خدا مرا شکیبایی خواهی یافت و در هیچ کاری با فرمان تو مخالفت نخواهم کرد! ﴿الکهف / ۶۶-۶۹﴾.

۵۸. ﴿فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ وَلَا تَعْجَلْ بِالْقُرْآنِ مِنْ قَبْلِ أَنْ يُقْضَىٰ إِلَيْكَ وَحْيُهُ وَقُل رَّبِّ زِدْنِي عِلْمًا﴾: پس بلندمرتبه‌است خداوندی که سلطان حق است! نسبت به (تلاوت قرآن) عجله مکن، پیش از آنکه وحی آن بر تو تمام شود و بگو: پروردگارا! علم مرا افزون کن! ﴿طه / ۱۱۴﴾.

۶۸. ﴿خَلِقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَجَلٍ سَأَرِيكُمْ آيَاتِي فَلَا تَسْتَعْجِلُون﴾: (آری)، انسان از عجله آفریده شده‌است (ولی عجله نکنید)، به زودی آیاتم را به شما نشان خواهم داد ﴿الأنبياء / ۳۷﴾.

۷۸. ﴿وَيَقُولُونَ مَتَىٰ هَذَا الْفَتْحُ إِن كُنْتُمْ صَادِقِينَ \* قُلْ يَوْمَ الْفَتْحِ لَا يَنْفَعُ الَّذِينَ كَفَرُوا إِيمَانُهُمْ وَلَا هُمْ يُنظَرُونَ \* فَأَعْرَضَ عَنْهُمْ وَاَنْتَظِرُ إِنَّهُمْ مُنْتَظِرُونَ﴾: آنان می‌گویند: اگر راست می‌گویید، این پیروزی شما کی خواهد بود؟! \* بگو: روز پیروزی، ایمان آوردن سودی به حال کافران نخواهد داشت و به آن‌ها هیچ مهلت داده نمی‌شود. \* حال که

چنین است، از آن‌ها روی بگردان و منتظر باش. آن‌ها نیز منتظرند (تو منتظر رحمت خدا و آن‌ها هم منتظر عذاب او!) ﴿(السجده / ۲۸-۳۰).

۸۸. ﴿وَهَلْ أَتَاكَ نَبَأُ الْخَصْمِ إِذْ تَسَوَّرُوا الْمِحْرَابَ \* إِذْ دَخَلُوا عَلَى دَاوُودَ فَفَزِعَ مِنْهُمْ قَالُوا لَا تَخَفْ خَصِمَانِ بَعَى بَعْضًا عَلَى بَعْضٍ فَاحْكُم بَيْنَنَا بِالْحَقِّ وَلَا تُشْطِطْ وَاهْدِنَا إِلَى سَوَاءِ الصِّرَاطِ \* إِنَّ هَذَا أَخِي لَهُ تِسْعٌ وَتِسْعُونَ نَعْجَةً وَلِيَ نَعْجَةً وَاحِدَةً فَقَالَ أَمْلَيْتُهَا وَعَزَّنِي فِي الْخِطَابِ \* قَالَ لَقَدْ ظَلَمَكَ بِسُؤَالٍ نَجَّيْتِكَ إِلَى نَجَاتِهِ وَإِنَّ كَثِيرًا مِّنَ الْخُلَطَاءِ لَيَبْغِي بَعْضُهُمْ عَلَى بَعْضٍ إِنَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَقَلِيلٌ مَا هُمْ وَظَنَّ دَاوُودُ أَنَّمَا فَتَنَّاهُ فَاسْتَغْفَرَ رَبَّهُ وَخَرَّ رَاكِعًا وَأَنَابَ: آيا داستان شاكیان، هنگامی که از محراب (داوود) بالا رفتند، به تو رسیده است؟! \* در آن هنگام که (بی مقدمه) بر او وارد شدند و از دیدن آن‌ها وحشت کرد، گفتند: ترس. دو نفر شاکي هستیم که یکی از ما بر دیگری ستم کرده، اکنون در میان ما به حق داوری کن و ستم روا مدار و ما را به راه راست هدایت کن. \* این برادر من است. او نودونُه میش دارد و من یکی بیش ندارم! اما او اصرار دارد که این یکی را هم به من واگذار کن و در سخن بر من غلبه کرده است! \* (داوود) گفت: مسلماً او با درخواست یک میش تو برای افزودن آن به میش‌هایش، به تو ستم نموده است و بسیاری از شریکان (و دوستان) به یکدیگر ستم می‌کنند، مگر کسانی که ایمان آورده، اعمال صالح انجام داده‌اند، اما عده آنان کم است! داود دانست که ما او را (با این ماجرا) آزموده‌ایم. از این‌رو، از پروردگارش طلب آمرزش نمود و به سجده افتاد و توبه کرد ﴿(ص / ۲۱-۲۴).

۹۸. ﴿فَاصْبِرْ كَمَا صَبَرَ أُولُو الْعَزْمِ مِنَ الرُّسُلِ وَلَا تَسْتَعْجِلْ لَهُمْ كَانَتْهُمْ يُومَ يَرُونَ مَا يُوعَدُونَ لَمْ يَلْبُثُوا إِلَّا سَاعَةً مِّن نَّهَارٍ بَلَاغٌ فَهَلْ يُهْلَكُ إِلَّا الْقَوْمُ الْفَاسِقُونَ: پس صبر کن، آن گونه که پیامبران اولوالعزم صبر کردند و برای (عذاب) آنان شتاب مکن! هنگامی که وعده‌هایی را که به آن‌ها داده می‌شود، ببینند، احساس می‌کنند که گویی فقط ساعتی از یک روز در دنیا توقف داشتند. این ابلاغی است برای همگان. آيا جز قوم فاسق هلاک می‌شوند؟ ﴿(الأحقاف / ۳۵).

۱۰-۸. ﴿فَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ وَلَا تَكُنْ كَصَاحِبِ الْأُخُوتِ إِذْ نَادَىٰ وَهُوَ مَكْظُومٌ \* لَوْ لَا أَن تَدَارِكُهُ نِعْمَةٌ مِّن رَّبِّهِ لُنُبِدَ بِالْعُرَاءِ وَهُوَ مَذْمُومٌ \* فَاجْتَبَاهُ رَبُّهُ فَجَعَلَهُ مِنَ الصَّالِحِينَ: اكنون که چنین است، صبر کن و منتظر فرمان پروردگارت باش و مانند صاحب ماهی (= یونس) مباش (که در تقاضای مجازات قوم خود عجله کرد و گرفتار مجازات ترک اولی شد)، در آن زمان که با نهایت اندوه خدا را خواند. \* و اگر رحمت خداوند به یادش نیامده بود، (از شکم ماهی) بیرون افکنده می‌شد، در حالی که نکوهیده بود! \* ولی پروردگارش او را برگزید و از صالحان قرار داد ﴿(القلم / ۴۸-۵۰) (ر.ک؛ مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۸۴، ج ۲: ۴۱۴-۴۱۶).

#### ۹. تفسیر آیات عجله و شتاب

سید قطب ذیل آیه ﴿وَلَوْ يُعَجِّلُ اللَّهُ لِلنَّاسِ الشَّرَّ اسْتِغْثَالَهُمْ بِالْخَيْرِ لَقَضَىٰ إِلَيْهِمْ أَجْلَهُمْ...﴾ (یونس / ۱۱)، می‌نویسد:

«این آیه مانند آیه ۳۲ سوره انفال است؛ یعنی: "وَإِذْ قَالُوا اللَّهُمَّ إِنْ كَانَ هَذَا هُوَ الْحَقُّ مِنْ عِنْدِكَ فَأَمْطِرْ عَلَيْنَا حِجَارَةً مِّنْ عِنْدِكَ فَآمُطِرْ عَلَيْنَا حِجَارَةً مِّنَ السَّمَاءِ أَوْ اثْنَانَا بَعْدَآبِ أَلِيمٍ" که در مجموع، عناد مشرکان عرب را در برابر رسول خدا<sup>(ص)</sup> بازگو می‌نماید؛ زیرا فکر می‌کردند قیامت و دوزخ دروغ است، در حالی که آنان مشمول سنت امهال شده بودند» (شاذلی، ۱۴۱۲ ق، ج ۳: ۱۷۶۸).

فخر رازی می‌نویسد: «آنگاه که مشرکان از نزول عذاب در دنیا می‌ترسند، در آن عذاب عجله می‌کنند» (فخر رازی، ۱۴۲۰ ق، ج ۲: ۲۱۸). وی علاوه بر آیه ۳۲ سوره انفال، به آیه اول سوره معارج، یعنی ﴿سَأَلَ سَائِلٌ بِعَذَابٍ وَاقِعٍ﴾ استناد می‌کند. او معتقد است خداوند صلاح نمی‌داند که در عذاب آنان تعجیل نماید تا بمیرند و هلاک شوند؛ چه بسا از صُلب آنان مؤمنی خارج شود (ر.ک؛ همان).

ابن عربی درباره عجله و شتاب معتقد است اگر آمادگی و استعداد فطری برای دریافت فیض معنوی و الهی در فرد فراهم باشد، عجله برای دریافت این فیض واجب است و حق تعالی در برآورده کردن آن سرعت می‌بخشد. آنگاه وی به آیه ﴿وَأَتَاكُمْ مِّن كُلِّ مَا سَأَلْتُمُوهُ﴾ (ابراهیم/ ۳۴) استناد می‌کند (ر.ک؛ ابن عربی، ۱۴۲۲ ق، ج ۱: ۲۷۹).

شیخ طوسی تفاوت عجله و سرعت را مطرح می‌کند و می‌گوید: «عجله آن است که برای کاری قبل از آنکه وقتش برسد، اقدام کنی، اما سرعت آن است که کاری که وقتش فرارسیده است، بی تأمل انجام دهی و ضد آن، ابطاء است» (طوسی، بی تا، ج ۵: ۳۴۶).

فیض کاشانی در تفسیر عبارت ﴿فَنذَرُ الَّذِينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ﴾ می‌نویسد: «یعنی: "لَا نَعَجِلُ لَهُمُ الشَّرَّ وَ لَا نُقْضِي إِلَيْهِمْ أَجَلَهُمْ بَلْ نُمَهُلُهُمْ إِنْ هَالَا" (فیض کاشانی، ۱۴۱۵ ق، ج ۲: ۳۹۶). نسفی درباره آیه ﴿وَيَسْتَعْجِلُونَكَ بِالسَّيِّئَةِ قَبْلَ الْحَسَنَةِ﴾ (الرعد/ ۶)، معتقد است مشرکان به قصد تمسخر و استهزای انداز، این گونه عجله می‌کنند (ر.ک؛ نسفی، ۱۴۱۶ ق، ج ۲: ۳۴۹). مراغی این آیه را همچون آیه ﴿وَقَالُوا رَبَّنَا عَجِّلْ لَنَا قِطْنَا قَبْلَ يَوْمِ الْحِسَابِ﴾ (ص/ ۱۶) می‌داند (ر.ک؛ مراغی، بی تا، ج ۱۳: ۷۱). زحیلی این درخواست مشرکان را نهایت حماقت، تحدی و فرورفتن آنان در کفر می‌داند (ر.ک؛ زحیلی، ۱۴۲۲ ق، ج ۲: ۱۱۴۸). مغنیه معتقد است مراد از «سَيِّئَةٍ» در اینجا عقوبت، و منظور از «حسنه»، ثواب و پاداش است (ر.ک؛ مغنیه، ۱۴۲۴ ق، ج ۴: ۳۸۰).

کاشانی ذیل آیه ﴿وَيَذَعُ الْإِنْسَانُ بِالشَّرِّ دُعَاءَهُ بِالْخَيْرِ وَكَانَ الْإِنْسَانُ عَجُولًا﴾ (الإسراء/ ۱۱) می‌نویسد: «انسان به طور طبیعی به سوی هر آنچه که به خاطرش خطور کند، به سرعت می‌رود» (کاشانی، ۱۴۱۰ ق، ج ۲: ۶۹۹). طیب معتقد است که انسان نظر به اینکه عالم به حکم، مصالح و عواقب امور نیست و بسیار خطا و اشتباه دارد، خیر را شر می‌پندارد و شر را خیر توهم می‌کند؛ چنانچه در آیه شریفه ۲۱۶ از سوره بقره می‌فرماید: ﴿وَ عَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَ هُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَ عَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَ هُوَ شَرٌّ لَّكُمْ﴾، مثل بیشتر مردم که طلب مال، جاه، زخارف دنیوی و لذایذ نفسانی می‌کنند، حال آنکه برای آنان

سمّ قاتل است، غافل از اینکه این مال و منال او را از دین خارج می‌کند و از خدا دور می‌سازد (ر.ک؛ طیب، ۱۳۷۸، ج ۸: ۲۲۷).

در داستان حضرت خضر<sup>(ع)</sup> و حضرت موسی<sup>(ع)</sup> در سوره کهف نیز می‌بینیم که موسی در رسیدن به نتیجه و حکمت کارهای خضر عجله می‌کند و صبر را از کف می‌دهد تا به ﴿هَذَا فِرَاقُ بَيْنِي وَبَيْنِكَ﴾ می‌انجامد.

عجله در تشریح و تبیین احکام نیز از مواردی است که مورد نهی الهی قرار گرفته است. قمی مشهدی در تفسیر آیه ﴿وَلَا تَعْجَلْ بِالْقُرْآنِ مِنْ قَبْلِ أَنْ يُقْضَىٰ إِلَيْكَ وَحْيُهُ وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا﴾ (طه / ۱۱۴) می‌نویسد: «پیامبر باید از تبلیغ مجملات مادامی که بیان آن نیامده است، بپرهیزد» (قمی مشهدی، ۱۳۶۸، ج ۸: ۳۵۶).

سید رضی در تفسیر عبارت ﴿خُلِقَ الْإِنْسَانُ مِنْ عَجَلٍ﴾ (الأنبياء / ۳۷) می‌نویسد که این تعبیر، استعاره است و مراد از آن اینکه انسان در درخواست‌ها دچار عجله می‌شود (ر.ک؛ شریف‌الرضی، بی‌تا: ۲۳۰). انسان باید بداند که این به معنای جبری بودن عجله نیست، بلکه او در کنترل عجله در ارضا و مهار غرایز کاملاً اختیار دارد و توانمند است و تعبیر ﴿فَلَا تَسْتَعْجِلُونَ﴾ حاکی از این حقیقت مهم است (ر.ک؛ قرائتی، ۱۳۸۳، ج ۵: ۴۵۰).

در آیات ﴿وَيَقُولُونَ مَتَىٰ هَذَا الْفَتْحُ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ﴾ \* قُلْ يَوْمَ الْفَتْحِ لَا يَنْفَعُ الَّذِينَ كَفَرُوا إِيمَانُهُمْ وَلَا هُمْ يُنظَرُونَ \* فَأَعْرَضَ عَنْهُمْ وَاَنْتَظِرُ إِنَّهُمْ مُنْتَظِرُونَ﴾ (السجده / ۲۸-۳۰). فراء مراد از فتح را، فتح مکه دانسته است و سدی آن را روز بدر می‌داند که در دنیا عذاب شدند و مجاهد فتح را امر پاداش و کیفر در روز قیامت معنا نموده است. در پایان رویارویی با مشرکان، خداوند به پیامبرش تنها راهبرد برخورد با عجله و لجاجت آنان را، فقط رویگردانی و اعراض از آنان عنوان می‌فرماید که پیامبر خوبی‌ها باید منتظر رحمت خدا باشد و آنان منتظر عذاب او بمانند.

در داستان داوود و حکمیت بین دو برادر ذیل آیات ۲۱-۲۴ سوره ص، در تفسیر نمونه آمده است:



«در اینجا، داوود پیش از آنکه گفتار طرف مقابل را بشنود- چنان که ظاهر آیات قرآن است- رو به شاکی کرده، حق را به او می‌دهد، در حالی که آداب مجلس قضا ایجاب می‌کند که داود در گفتار خود عجله نکند، بلکه از طرف مقابل شخصاً سؤال می‌کرد، سپس داوری می‌نمود. لذا از این کار خود پشیمان شد و گمان کرد که ما او را با این جریان آزموده‌ایم و در مقام استغفار برآمد و خداوند او را مشمول لطف و مغفرت خویش قرار داد» (مکارم شیرازی و دیگران، ۱۳۷۴، ج ۱۹: ۲۴۷-۲۴۸).

بنابراین، می‌بینیم که یکی از موارد بسیار حساس در پرهیز از عجله و شتاب، هنگام قضاوت است.

ثعالبی در تفسیر آیه ﴿فَاصْبِرْ كَمَا صَبَرَ أُولُوا الْعِزْمِ مِنَ الرَّسُولِ وَلَا تَسْتَعْجِلْ لَهُمْ...﴾ (الأحقاف / ۳۵) می‌نویسد: «منظور از ﴿وَلَا تَسْتَعْجِلْ لَهُمْ﴾ این است که در عذاب آن‌ها عجله مکن» (ثعالبی، ۱۴۱۸ ق، ج ۵: ۲۲۵).

علامه فضل‌الله نیز در ذیل آیه ﴿فَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ وَلَا تَكُنْ كَصَاحِبِ الْخُوْتِ إِذْ نَادَى وَهُوَ مَكْظُومٌ...﴾ (القلم / ۴۸) می‌نویسد: «یعنی مانند صاحب حوت نباش که در درخواست عذاب قوم خود عجله نمود و یا در رسیدن به نتیجه حرکت رسالت خویش عجله می‌کرد و فوق‌العاده عصبانی شد» (فضل‌الله، ۱۴۱۹ ق، ج ۲۳: ۶۰).

#### ۱۰. تحلیل محتوای آیات

۱-۱۰. تحلیل محتوای کیفی راهبردهای اخلاقی و روان‌شناختی درمان عجله و شتاب در قرآن کریم

گروه هدف: عجله‌کنندگان و شتاب‌زدگان

### جدول ۱

ردیف	شناسه محتوا (سوره/آیه)	محتوا (Content) (ویژگی‌های شخصیتی عجله کنندگان)	ابعاد درمان				
			شناختی	دیداری	شنیداری	گفتاری	کرداری
۱	یونس/۱۱	بی توجه به نظام قانونمند جهان در رسیدن به نتیجه عجله می‌کنند.	*				*
	یونس/۱۱	به طغیان و سرکشی سرگرم هستند.					*
	الرعد/۶	از سرگذشت عجله‌کنندگان در تاریخ عبرت نگرفته‌اند.	*				
ایمان به مغفرت الهی ندارند.		*					

ابعاد درمان					راهبرد اخلاقی و روان‌شناختی درمان عجله و شتاب و شتاب	محتوا (Content) (ویژگی‌های شخصیتی عجله کنندگان)	شناسه محتوا (سوره/آیه)	ردیف
کوداری	گفتاری	شنیداری	دیداری	شناختی				
				*	ترس از عذاب سخت الهی در آخرت.	ایمان قلبی به عذاب شدید الهی ندارند.		
				*	دوراندیشی درباره صلاح و فساد هر چیز و نفوذناپذیری در مقابل فشارهای درونی.	با روحیه عجولانه‌ای که دارند، بدی‌ها را طلب می‌کنند.	الإسراء/ ۱۱	۳
*	*	*	*	*	اطاعت از استاد و معلم در برابر دستورهای تعلیمی و تربیتی.	از استاد و مربی در تعلیم آنچه موجب رشد و صلاح است، بهره نمی‌برند.		
				*	کسب آگاهی از رموز و اسرار و حوادث، و در صورت ناآگاهی، ایمان به تعلیمات استاد و مربی.	چون از رموز هستی آگاهی ندارند، کم‌صبر و کم‌تحمل هستند.	الکھف/ ۶۶	۴
*	*				صبر و تحمل در برابر ظواهر	در برابر ظواهر حوادث صبر و		

ردیف	شناسه محتوا (سوره/آیه)	محتوا (Content) (ویژگی‌های شخصیتی عجله کنندگان)	راهبرد اخلاقی و روان‌شناختی درمان عجله و شتاب	ابعاد درمان				
				شناختی	دیدی	شهوداری	گفتاری	کرداری
		تحمل ندارند و زود قضاوت می‌کنند.	حوادث.					
۵	طه/۱۱۴	ایمان به سلطنت مطلق خدا ندارند.	ایمان به مالکیت و حقانیت مطلق خداوند.	*				
		در کسب شناخت و معرفت، عجله می‌کنند.	تکمیل علم و آگاهی در هر کار، سپس درخواست.	*				
		از منبع فیض الهی غافل هستند.	دعا برای کسب فیض از علم الهی.		*			
۶	الأنبياء/۳۷	از عواقب شوم عجله غافلند.	توجه به ره‌آورد شوم عجله.	*				
۷	السجده/۲۸	بی‌صبرانه دنبال نتیجه هستند.	نرسیدن از نتیجه.				*	
		از فضای عالم آخرت غفلت دارند.	توجه به اینکه فرصت‌سوزی راه را برای جبران می‌بندد و در این امر، اولین اشتباه، آخرین اشتباه	*				

ابعاد درمان					راهبرد اخلاقی و روان شناختی درمان عجله و شتاب	محتوا (Content) (ویژگی های شخصیتی عجله کنندگان)	شناسه محتوا (سوره/آیه)	ردیف
کوداری	گفتاری	شنیداری	دیداری	شناختی				
					است.			۸
				*	توجه به لحظات سخت انتظار سقوط پس از عجله و شتاب.	در شرایط سقوط قرار دارند.	السجده/۳۰	
				*	مطالعه قصه های عجله کنندگان و شتاب زدگان و نیز عبرت آموزی از عاقبت عجله و شتاب.	بی خبر از قصه های تلخ عجلولان هستند.	ص ۲۱/	
*	*				کسب اجازه و رعایت آرامش در وارد شدن به مجلسی.	بی مقدمه و ناآرام در محافل و مجالس وارد می شوند.	ص ۲۲/	
	*				مقدمه چینی و پختگی در اظهار نظر.	بدون تحلیل دقیق به اظهار نظر می پردازند.	ص ۲۲/ و ۲۳	
*	*	*	*	*	پرهیز از عجله در قضاوت، و تکمیل اطلاعات قبل از اظهار نظر و صدور حکم.	در قضاوت و صدور حکم و اظهار نظر، از تمام اطلاعات بهره نمی گیرند و	ص ۲۴/	

ردیف	شناسه محتوا (سوره/آیه)	محتوا (Content) (ویژگی‌های شخصیتی عجله‌کنندگان)	راهبرد اخلاقی و روان‌شناختی درمان عجله و شتاب	ابعاد درمان				
				شناختی	دیدی	شیداری	گفتاری	کرداری
		تحقیق آنان ناقص است.						
۹	الأحقاف/۳۵	پایان کارشان پشیمانی است.	عجله در استغفار، سجده و توبه در پیشگاه پروردگار.				*	*
		برای تنبیه و مجازات عجله می‌کنند.	صبر و حوصله و واکنش خودآگاه و عقلی در برابر مشکلات.	*	*	*	*	*
		از شرایط سخت آخرت بی‌خبر هستند.	توجه به زودگذر بودن دنیا و نزدیک بودن آخرت.					
۱۰	القلم/۴۸	به دستورهای خدا بی‌توجه هستند.	توجه به حکم پروردگار برای هلاکت کفار از راه سنت استدراج.		*			
		آثار عجله آنان در مجازات، دامن خودشان را	عبرت‌آموزی از عاقبت کم‌صبری یونس	*				

ابعاد درمان					راهبرد اخلاقی و روان شناختی درمان عجله و شتاب	محتوا (Content) (ویژگی های شخصیتی عجله کنندگان)	شناسه محتوا (سوره/آیه)	ردیف
شناسختی	دیداری	شنیداری	گفتاری	کرداری				
					در تبلیغ دین.	هم می گیرد.		
				*	توجه به رحمت الهی در تحمل سختی ها و عاقبت خوش صبر.	کمتر به یاد رحمت الهی می افتند.	القلم/۴۹-۵۰	

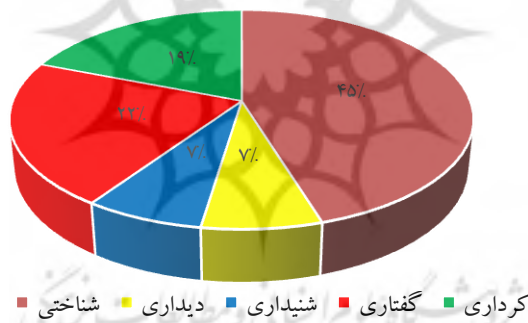
۲-۱۰. تحلیل محتوای کمی راهبردهای اخلاقی و روان شناختی درمان عجله و شتاب

جدول ۲

ردیف	راهبرد	نوع راهبرد	فراوانی	درصد
۱	شناختی	پردازش	۱۹	۴۵/۲۳
۲	دیداری	درون داد	۳	۷/۱۴
۳	شنیداری	درون داد	۳	۷/۱۴
۴	گفتاری	برون داد	۹	۲۱/۴۲
۵	کرداری	برون داد	۸	۱۹/۰۴
	جمع		۴۲	۱۰۰

### ○ توصیف جدول

۱. راهبرد شناختی: مهم‌ترین راهبرد درمان عجله و شتاب، راهبرد شناختی است.
۲. راهبرد دیداری: جوانب کار را ببیند، سپس اقدام به عمل نماید.
۳. راهبرد شنیداری: هر آنچه می‌شنود، بدون تحقیق تصدیق نکند.
۴. راهبرد گفتاری: اظهار نظر او بر اساس داده‌ها و اطلاعات کامل و قطعی باشد.
۵. راهبرد کرداری: در برابر مشکلات، ضمن صبر و حوصله، واکنش خودآگاه و عقلی از خود نشان دهد.

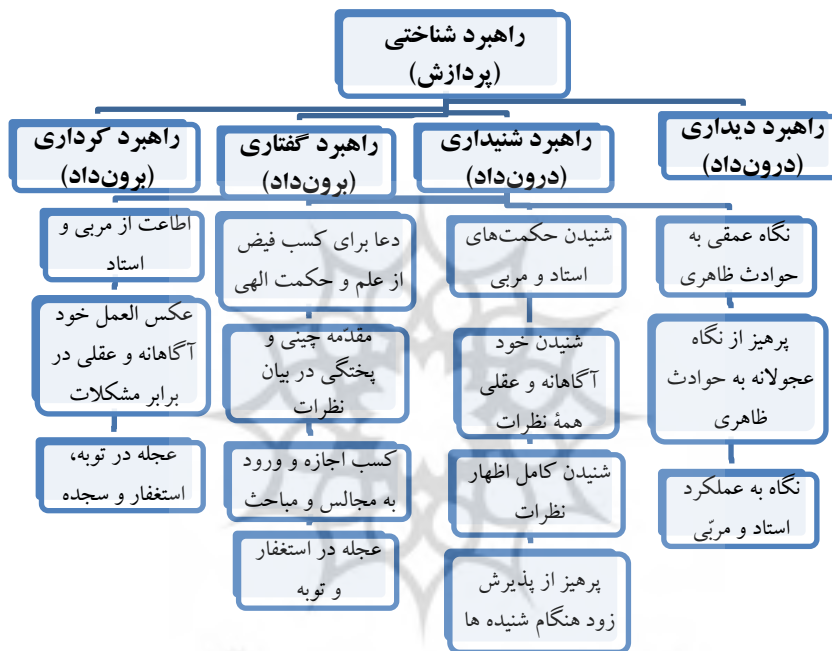


نمودار فراوانی راهبردهای روان‌شناختی درمان عجله و شتاب

■ کرداری ■ گفتاری ■ شنیداری ■ دیداری ■ شناختی



## ۱۱. نمایه الگوی مفهومی راهبردهای اخلاقی و روان‌شناختی قرآن برای درمان عجله و شتاب



## ۱۲. راهبرد شناختی «پردازش»

۱. توجه به نظام علل و اسباب.
۲. سرگرم طغیان نبودن.
۳. ایجاد فشار مثبت در درون خویش.
۴. دوراندیشی در صلاح و فساد هر کار.
۵. مطالعه قصه سرنوشت افراد عجول.

۶. کسب آگاهی از رموز و اسرار هستی.

۷. پایداری در برابر فشارهای درونی.

۸. ایمان به مالکیت مطلق خدا.

۹. ایمان به رحمت الهی در پاداش به صابران.

۱۰. توجه به سنت استدراج برای کفار.

### نتیجه‌گیری

از مجموع مطالب در باب عجله و شتاب، نتایج ذیل به دست آمد:

- از نظر روان‌شناسی، رفتار عجولانه و شتاب‌زده یک اختلال روانی است که باید درمان گردد.

- عجله و شتاب بُعد مثبت و پسندیده‌ای هم دارد که مورد تأکید و تأیید قرآن کریم است و از آن تعبیر به «سرعت» می‌شود.

- نمود عجله و شتاب در تیپ شخصیتی A برون‌داد است و نمود آن در تیپ شخصیتی B درون‌داد است.

- راهبردهای روان‌شناختی قرآن برای درمان عجله و شتاب، راهبردهایی قطعی و خدشه‌ناپذیر است؛ زیرا با فطرت انسان هماهنگی کامل دارد.

### پیشنهادها

#### ○ بُعد شناختی

- برای پیشگیری از عجله و شتاب، برنامه‌ریزی و مدیریت داشته باشیم.

- در برنامه‌ریزی‌های خود، هدف‌گذاری دقیق انجام دهیم.
- در برنامه‌ریزی و زمان‌بندی، وقت‌های تلف‌شده را نیز مد نظر قرار دهیم.
- افسوس گذشته را نخوریم و امید را در خود زنده نگه داریم.

#### ○ بُعد دیداری

- به دیدن حوادث برویم و آنگاه قضاوت کنیم.
- رفتارهای حکیمانه استاد و مربی خود را ببینیم و از آن درس بگیریم.
- به حوادث ظاهری نگاه عمیق نماییم.

#### ○ بُعد شنیداری

- سخن مخاطب را کامل بشنویم، سپس پاسخ دهیم.
- همه اظهارنظرها را بشنویم، آنگاه تصمیم بگیریم.

#### ○ بُعد گفتاری

- ساعات کار و حضور خود را اعلام کنیم تا دیگران بدانند ما برنامه داریم.
- برای انجام کارها با افراد خبره مشورت نماییم.
- با اعتماد به نفس کامل به برخی از برنامه‌های پیشنهادی که وقت آن را نداریم، «نه» بگوییم.
- در آغاز هر کار، عبارت پربرکت «بسم الله الرحمن الرحيم» را بر زبان جاری سازیم.
- پس از انجام موفقیت‌آمیز هر کار، خدای بزرگ را ستایش نماییم و آیه «الحمد لله رب العالمین» را بر زبان جاری سازیم.

## ○ بُعد کرداری

مکتوب‌سازی برنامه‌ها یکی از مؤلفه‌های مدیریت زمان است. یک دفترچه یادداشت یا سررسید همراه خود داشته باشیم و برنامه‌ها را به ترتیب اولویت و زمان یادداشت نماییم و روی برنامه حرکت کنیم.

- مدیریت شهری در میدان‌ها و مکان‌های عمومی، ساعت بزرگ الکترونیکی را نصب نماید تا همواره زمان مدّ نظر همه باشد.

- از پذیرفتن کارهایی که در آن تخصص نداریم، خودداری کنیم.

- از ابزار و وسایل کارآمد و استاندارد استفاده کنیم.

## منابع و مأخذ

- ابن عربی، محیی‌الدین. (۱۴۲۲ق.). *تفسیر ابن عربی*. بیروت: دار احیاء التراث العربی.  
ارتفاع، مریم. (۱۳۹۶). *روان‌شناسی شخصیت*. تاریخ دسترسی: ۱۳۹۶/۱۱/۱۰؛  
Alborzprisons.ir  
باردن، لورنس. (۱۳۷۵). *تحلیل محتوا*. ترجمه ملیحه آشتیانی و محمد یمنی دوزی. تهران:  
انتشارات دانشگاه شهید بهشتی.  
تافلر، آلوین. (بی‌تا). *موج سوم*. تاریخ دسترسی: ۱۳۹۷/۰۲/۲۸ ش از وب سایت؛  
Fa.m.wikipedia.org  
تبیان نت. (۱۳۹۷). *مفهوم عجله و شتاب در علم کلام*. تاریخ دسترسی: ۱۳۹۷/۰۹/۰۲؛  
وب‌سایت مؤسسه فرهنگی و اطلاع‌رسانی تبیان.  
ثعالبی، عبدالرحمن بن محمد. (۱۴۱۸ق.). *جواهر الحسان فی تفسیر القرآن*. بیروت: دار  
احیاء التراث العربی.

جانی پور، محمد. (۱۳۹۱). «جایگاه نماز در اندیشه امام رضا<sup>(ع)</sup> بر مبنای تحلیل محتوای رساله محض الإسلام». *مجموعه مقالات نماز از منظر امام رضا<sup>(ع)</sup>*. تهران: امید مهر. صص ۱۱۹-۱۴۴.

حرّ عاملی، محمدبن حسن. (۱۴۰۹ق.). *وسائل الشیعه*. قم: مؤسسه آل البيت. حق شناس، علی. (۱۳۹۷). *عجله و شتاب زدگی در قرآن کریم و روایات*. تاریخ دسترسی: Alihaghshenas.ir؛ ۱۳۹۷/۰۲/۲۸.

حکم آبادی، حجت الله. (۱۳۹۷). *دانشنامه اهل بیت<sup>(ع)</sup>*. تاریخ دسترسی: ۱۳۹۷/۰۲/۲۹؛ Ahlebeitpedia.com.

حلوانی، حسین بن محمد. (۱۴۰۸ق.). *نزهة الناظر و تنبيه الخواطر*. قم: مؤسسه امام مهدی<sup>(عج)</sup>.

راغب اصفهانی، حسین بن محمد. (۱۳۷۸). *المفردات فی غریب القرآن*. ترجمه حسین خدادپرست. قم: نوید اسلام.

رحمتی شهرضا، محمد. (۱۳۸۶). *گنجینه معارف ۲*. قم: انتشارات صبح پیروزی. روشن دل، جلیل. (۱۳۷۰). *مفهوم راهبرد*. تاریخ دسترسی: ۱۳۹۷/۰۲/۱۴؛ Wikipedia.org.

زحیلی، وهبة بن مصطفى. (۱۴۲۲ق.). *تفسیر الوسیط*. دمشق: دار الفکر. شاذلی، سید بن قطب. (۱۴۱۲ق.). *فی ظلال القرآن*. بیروت- قاهره: دار الشروق. شریف الرضی، محمد بن حسین. (۱۳۹۲). *نهج البلاغه*. ترجمه محمد دشتی. قم: انتشارات نشتا.

\_\_\_\_\_ . (بی تا). *تلخیص البیان فی مجازات القرآن*. بیروت: دار الأضواء.

طباطبائی، سید محمد حسین. (۱۳۷۴). *ترجمه تفسیر المیزان*. ترجمه سید محمد باقر موسوی همدانی. قم: دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.

\_\_\_\_\_ . (۱۳۸۹). **ترجمه تفسیر المیزان**. ترجمه سید محمدباقر

موسوی همدانی. قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.  
طبرسی، فضل بن حسن. (۱۳۷۲). **مجمع البیان فی تفسیر القرآن**. تهران: ناصر خسرو.

\_\_\_\_\_ . (۱۳۸۲). **مجمع البیان فی تفسیر القرآن**. ترجمه علی کرمی. تهران:

مؤسسه انتشارات فراهانی.

طوسی، محمدبن حسن. (بی تا). **التبیین فی تفسیر القرآن**. بیروت: دار احیاء التراث العربی.

طیب، سید عبدالحسین. (۱۳۷۸). **اطیب البیان فی تفسیر القرآن**. تهران: انتشارات اسلام.

فخر رازی، محمدبن عمر. (۱۴۲۰ق.). **مفاتیح الغیب**. بیروت: دار احیاء التراث العربی.

فضل الله، سید محمدحسین. (۱۴۱۹ق.). **تفسیر من وحی القرآن**. بیروت: دار الملائک

للطباعة والنشر.

فیض کاشانی، ملا محسن. (۱۴۱۵ق.). **تفسیر الصافی**. تهران: انتشارات الصدر.

قرائتی، محسن. (۱۳۸۳). **تفسیر نور**. تهران: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن.

**قرآن کریم**. (۱۳۷۸). ترجمه محمد مهدی فولادوند. تهران: سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی

آموزشی وزارت آموزش و پرورش.

قمی مشهدی، محمدبن محمدرضا. (۱۳۶۸). **تفسیر کنز الدقائق و بحر الغرائب**. تهران:

سازمان چاپ و انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.

کاشانی، محمدبن مرتضی. (۱۴۱۰ق.). **تفسیر المعین**. قم: کتابخانه آیت الله مرعشی نجفی.

کلارک، کنت. (۱۹۷۰م.). **مفهوم روان‌شناسی**. تاریخ دسترسی: ۱۳۹۷/۰۳/۲۴؛

Dehaghan\_city.blogfa.com

کلینی، محمدبن یعقوب. (۱۴۱۱ق.). **اصول الکافی**. ج ۲. بیروت - لبنان: دار التعارف

للمطبوعات.

\_\_\_\_\_ . (۱۳۹۷). **اصول کافی**. ج ۲. تاریخ دسترسی: ۱۳۹۷/۰۳/۱۵؛

Hadisnegari.com

کیوی، ریمون و لوک وان کامپنهود. (۱۳۸۱). **روش تحقیق در علوم اجتماعی**. ترجمه

عبدالحسین نیک گهر. تهران: انتشارات توتیا.

محمدی ری شهری، محمد. (۱۳۹۷). *میزان الحکمة*. ج ۷. تاریخ دسترسی: ۱۳۹۷/۰۳/۱۵؛  
Hadisnegari.com

مراغی، احمد بن المصطفی. (بی تا). *تفسیر الموائجی*. بیروت: دار احیاء التراث العربی.

مغنیه، محمدجواد. (۱۴۲۴ق.). *تفسیر الکاشف*. تهران: دار الکتب الإسلامية.

مکارم شیرازی، ناصر و دیگران. (۱۳۷۴). *تفسیر نمونه*. تهران: دار الکتب الإسلامية.

\_\_\_\_\_ . (۱۳۹۰). *تفسیر نمونه*. تهران: دار الکتب الإسلامية.

\_\_\_\_\_ . (۱۳۸۴). *اخلاق در قرآن*. ج ۲. قم: مدرسه امام علی بن

أبی طالب (ع).

نراقی، احمد. (۱۳۹۷). *معراج السعادة*. تاریخ دسترسی: ۱۳۹۷/۰۳/۱۵؛ Mehrnews.com

نسفی، عبدالله بن احمد. (۱۴۱۶ق.). *مدارک التنزیل و حقائق التأویل*. بیروت: دارالنفائس.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی



پرویشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی