

رنج در زندگی و تأثیر منجی بر کاهش آن از چشم‌انداز نهج البلاغه

راضیه احمدی^۱، طاهره عبداللهی^۲

چکیده

وجود رنج در زندگی انسان واقعیتی بدیهی و ناخوشایند است. موضوع رنج کشیدن انسان همواره مورد بحث علما و دانشمندان بزرگ بوده تا میزان رنج کشیدن انسان و احتمال برخورد وی با تجربه‌های تلخ کاهش یابد. از گذشته تا به حال تحقیقات علمی گوناگونی در حوزه‌های مختلف دین، روان‌شناسی و جامعه‌شناسی صورت گرفته است. برای تسکین و تسهیل رنج ابتدا باید شناخت صحیحی از عوامل ایجادکننده آن داشت. نوشتار حاضر با مبنا قراردادن اعتقاد به اشتراک برخی از مسائل مانند رنج در تمام انسان‌ها و در تمام اعصار و نیز خطاناپذیر بودن علم ائمه اطهار علیهم‌السلام عوامل رنج در نهج البلاغه را بررسی و نقش منجی در تسکین برخی از این عوامل از نگاه نهج البلاغه را تبیین می‌کند. مقاله حاضر با روش توصیفی-تحلیلی، علل و عوامل رنج در دو دسته عوامل رنج‌های انتخابی و غیرانتخابی را بیان می‌کند. با جست‌وجو در نهج البلاغه مشخص شد که بیشترین عوامل رنج انسان در رابطه با انتخاب‌های اوست. از عوامل رنج‌های انتخابی مواردی مانند حرص و طمع، کوتاهی در ادای حقوق دیگران، حسد، فقر، اختلاف و تفرقه و از عوامل رنج‌های غیرانتخابی، عواملی مانند فقدان عزیزان، فتنه، آزمایش و... را می‌توان نام برد.

واژگان کلیدی: امام علی علیه‌السلام، نهج البلاغه، عوامل رنج، درد، جنگ، فقر.

۱. دانش‌پژوه کارشناسی گروه علمی-تربیتی قرآن و حدیث، مجتمع آموزش عالی بنت‌الهدی، جامعه‌المصطفی العالمیه، قم، ایران.

Email: rshakoori76@gmail.com

۲. مربی گروه علمی-تربیتی علوم قرآن و حدیث، مجتمع آموزش عالی بنت‌الهدی، جامعه‌المصطفی العالمیه، قم، ایران.

Email: Labdollahi@miu.ac.ir

ORCID ID: 0000000339967174

۱. مقدمه

رویارویی انسان‌ها در زندگی با مفهوم رنج، امری انکارناپذیر است و تجربه شخصی هر فردی گواه بر این واقعیت است. انسان موجودی است که حب ذات دارد و همواره به دنبال سود رساندن به خود است. او در مواجهه با سختی‌ها و موانع سعی می‌کند که راهی برای ازبین بردن رنج و یا کاهش آن پیدا کند. از گذشته تاکنون تلاش‌های علمی بسیاری در حوزه روان‌شناسی، دین و جامعه‌شناسی انجام شده است تا میزان رنج کشیدن انسان به کمترین حد ممکن برسد. رنج و ناخوشایندی بر اثر عوامل گوناگونی مانند بیماری، جنگ، فقر، گناه، مرگ و برخی خطاهای انسان ایجاد می‌شوند. اهمیت شناخت عوامل رنج و تأثیر آن بر زندگی فردی و اجتماعی اشخاص بر کسی پوشیده نیست. افراد برای پیشگیری و درمان بهتر رنج‌ها و آشفتگی‌ها نیاز مبرمی به آگاهی از عوامل رنج دارند. با بررسی زندگی افراد در جوامع بشری می‌توان پی به وجود خلأهای شناختی در این زمینه برد. تقسیم‌بندی‌های متفاوتی برای رنج بیان شده است از جمله: رنج‌های انتخابی و غیرانتخابی، رنج‌های عام و اختصاصی، رنج‌هایی که در یکی از چهار حوزه ارتباطی انسان وجود دارند و... که بسته به نوع تقسیم‌بندی، عوامل رنج در دسته‌های گوناگونی قرار می‌گیرند. نوشتار حاضر تقسیم‌بندی رنج‌های انتخابی و غیرانتخابی را برگزیده و عوامل آنها را بررسی می‌کند. در مورد موضوع رنج مقاله‌ها و کتاب‌های گوناگون تألیف شده است که برخی از آنها عبارتند از:

- پایان نامه درد و رنج از منظر امام علی علیه السلام در نهج البلاغه با نگاهی به آرای کی‌یرکگور از مهین

صبوری؛

- نقش رنج و محنت در معناداری زندگی با تأکید بر نهج البلاغه از زینب بهی نوش‌آبادی. این

پژوهش، نزدیک‌ترین نگارش‌ها به تحقیق حاضر هستند، اما تحقیق ایشان از نظر گستردگی در مقایسه با تحقیق حاضر بسیار گستره‌تر است و در ساختار پژوهش تفاوت‌هایی وجود دارد.

دانشمندان، عالمان و نظریه‌پردازان برای کاهش آلام بشری، قدم در عرصه تلاش و کوشش

نهاده و در این مورد روش‌ها و نظریه‌های مختلفی ارائه شده است. نوشتار حاضر عوامل رنج از



دیدگاه حوزه دین را بررسی می‌کند؛ زیرا انسان به ماهو انسان، مسائل مشترکی دارد که ذاتی او بوده و گذر زمان از آغاز خلقت تاکنون تغییری در آنها ایجاد نمی‌کند و در موارد بسیاری مانند این، دین پاسخ بشر را داده است. با در نظر گرفتن عصمت ائمه علیهم‌السلام و علم خطاناپذیر آنها تحقیق حاضر بر آن شد که رنج و تأثیر اعتقاد به منجی در تسکین این رنج‌ها را از محتوای مهمترین منبع دینی پس از قرآن یعنی، نهج البلاغه بررسی کند.

۲. مفهوم‌شناسی

۲-۱. کَبَد

کبد یعنی، سختی زندگی (فراهیدی، ۱۳۶۸، ۳۳۲/۵) و مشقت (راغب اصفهانی، ۱۳۷۰، ۶۹۵/۱). لسان العرب یکی از معانی کَبَد را استواء و راست‌قامتی می‌داند (ابن منظور، ۱۳۷۲، ۳۷۴/۳)، البته این معنای لغوی، قولی ضعیف و چندان مشهور نیست و پیروان چندانی ندارد (اسدی، غلامی و نصرتی، ۱۳۹۵). برای رنج معانی محنت، زحمت، مشقت، تعب و سختی ناشی از کار بیان شده است (دهخدا، ۱۳۷۷، ۱۰۴۳/۸). حزن نیز به معنای حزن، غمگین و اندوهگین معنا شده است (دهخدا، ۱۳۷۷، ۹۱۷/۶). در لسان العرب نیز حزن، نقیض فرح و مخالف شادی است (ابن منظور، ۱۳۷۲، ۱۱۱/۱۳). رنج امری انفسی است که در خارج، حق و واقع است، اما نمود عینی و خارجی ندارد و تنها نوعی از احساس و ادراک موجود زنده است که در وضعیت نامطلوبی برای وی به وقوع می‌پیوندد (زرروانی و خوشقانی، ۱۳۹۰). حزن را نیز حسرت و ناراحتی برای ازدست دادن محبوب یا ازدست رفتن مطلوب می‌دانند (نراقی، بی‌تا، ۲۱۳/۳).

۳. عوامل رنج‌های انتخابی

رنج می‌تواند نتیجه انتخاب‌های انسان در زندگی باشد. منظور از رنج‌های انتخابی، رنج‌هایی هستند که در پی انتخاب‌های خودآگاه و ناخودآگاه انسان بر وی حمل می‌شوند. (بهی نوش‌آبادی، ۱۳۹۷) از رنج‌های خودساخته و انتخابی در نهج البلاغه می‌توان موارد زیر را برشمرد:

۳-۱. عوامل رنج ناشی از حضور در اجتماع

حضور در اجتماع باعث برقراری ارتباط با دیگر افراد جامعه می‌شود. این امر به خودی خود مستلزم ایجاد چالش‌های گوناگونی است. در نهج‌البلاغه به مواردی اشاره شده است که مسبب ایجاد رنج برای انسان بوده و هریک از این موارد بیانگر بخشی از زندگی اجتماعی انسان است.

۳-۱-۱. عدم تشکیل سرمایه اجتماعی

برای پیشرفت یک جامعه وجود سرمایه اجتماعی ضروری است. این سرمایه از دو اصل اساسی اعتماد و مشارکت بین اعضای یک جامعه به وجود می‌آید. در تحقیقات میدانی که در برخی کشورهای توسعه یافته انجام شده است به وضوح رابطه مثبت این سرمایه در روند توسعه آن جوامع مشاهده می‌شود. (نقدی و سوری، ۱۳۸۸) امام علی علیه السلام در خطبه‌ای به نکوهش افراد جامعه می‌پردازد؛ زیرا اعتماد، همیاری و مشارکت را در بین خود از بین برده‌اند. زندگی در چنین جامعه روبه افولی متحمل رنج کشیدن افراد آن جامعه است؛ زیرا آینده‌ای برای پیشرفت نداشته و چه بسا در سایه پسرفت خود، سرمایه‌های انسانی بسیاری را نیز هدر دهد: «وَإِنَّمَا أَنْتُمْ إِخْوَانٌ عَلَى دِينِ اللَّهِ، مَا فَرَّقَ بَيْنَكُمْ إِلَّا خُبْتُ السَّرَائِرِ وَ سُوءُ الصَّمَائِرِ فَلَا تَوَازُونَ وَلَا تَنَاصِحُونَ وَلَا تَبَادُلُونَ وَلَا تَوَادُّونَ؛ همانا شما برادران دینی یکدیگرید. چیزی جز درون پلید و نیت زشت شما را از هم جدان ساخته است، نه یکدیگر را یاری می‌دهید و نه خیرخواه یکدیگرید و نه چیزی به یکدیگر می‌بخشید و نه به یکدیگر دوستی می‌کنید» (دشتی، بی تا).

۳-۱-۲. جنگ و عدم دفاع از میهن

خداوند در آیه ۲۴ سوره توبه می‌فرماید: «رنج جهاد برای مؤمن باید از بسیاری از خواسته‌ها و دلبستگی‌هایش اهمیت بیشتری داشته باشد». این موضوع به خوبی اهمیت جهاد را برای ملت‌ها روشن می‌کند. جنگ و نبرد به اشکال مختلف آن همراه با حکومت‌هاست. پدیده جنگ، رنج را به دنبال دارد. ممکن است تجاوزگر به طور مستقیم خاک یک ملت را هدف بگیرد یا ممکن است این کار را در قالب جنگ نرم ترتیب دهد: «فَإِنَّمَا أَهْلُهَا كِلَابٌ عَاوِيَّةٌ وَ سَبَاعٌ ضَارِيَّةٌ، يَهْرُ بَعْضُهَا عَلَى بَعْضٍ وَ يَأْكُلُ عَزِيرُهَا؛ دنیاپرستان، سگانی فریادزننده و درندگانی شکارکننده هستند. یکدیگر



را می‌گزند، زورمندش ضعیفش را می‌خورد و بزرگش به کوچکش به قهر و غلبه حمله می‌کند» (نهج البلاغه، نامه ۳۱). ملتی که روحیه جهاد و دفاع از خود نداشته باشد خیلی زود عزت و آسایش خود را ازدست می‌دهد و ذلت و خواری و رنج را جایگزین آنها می‌کند: «فَوَاللَّهِ مَا عُزِيَ قَوْمٌ قَطُّ فِي عُمْرِ دَارِهِمْ إِلَّا ذُلُّوا؛ فَتَوَاكَلْتُمْ وَ تَخَاذَلْتُمْ حَتَّى سُنَّتْ عَلَيْكُمُ الْغَارَاتُ وَ مَلَكَتْ عَلَيْكُمُ الْأَوْطَانُ؛ به خدا قسم هیچ ملتی در خانه‌اش مورد حمله قرار نگرفت مگر اینکه ذلیل شد، اما شما مسئولیت جهاد را به یکدیگر حواله کردید و به یاری یکدیگر برنخاستید تا دشمن از هرسو بر شما تاخت و شهرها را ازدست شما گرفت» (نهج البلاغه، خطبه ۲۷).

۳-۱-۳. اختلاف و تفرقه

عاقبت و پایان کار جامعه‌ای که اتحاد و همبستگی در آن وجود ندارد و تفرقه باعث جدایی اعضای آن جامعه شده است بر همگان روشن است: این جامعه درگیر اختلافات داخلی شده و آسایش و آرامش افراد جامعه در پرتو این جدایی‌ها به مخاطره می‌افتد. امام علی ع در خطبه قاصعه که یکی از طولانی‌ترین خطبه‌های ایشان است به وضوح به این مسئله می‌پردازد که انسان باید از اتحاد و پیامدهای آن در زندگانی گذشتگان عبرت بگیرد و به عاقبت ملت‌هایی که تفرقه‌گریبان‌گیر امتشان شد نیک نظر کند. «فَأَنْظُرُوا إِلَى مَا صَارُوا إِلَيْهِ فِي آخِرِ أُمُورِهِمْ حِينَ وَقَعَتِ الْفُرْقَةُ وَ تَشَتَّتَتِ الْأَلْفَةُ وَ اخْتَلَفَتِ الْكَلِمَةُ وَ الْأَفْنِدَةُ وَ تَشَعَّبُوا مُخْتَلِفِينَ وَ تَفَرَّقُوا مُتَحَارِبِينَ، وَ قَدْ خَلَعَ اللَّهُ عَنْهُمْ لِبَاسَ كِرَامَتِهِ وَ سَلَبَهُمْ غُضَارَةَ نِعْمَتِهِ، وَ بَقِيَ قَصَصُ أَخْبَارِهِمْ فِيكُمْ عِبْرَةً [لِلْمُعْتَبِرِينَ] [مِنْكُمْ]؛ پایان کار آنها نیز بنگرید. در آن هنگام که به تفرقه و پراکندگی روی آوردند و مهربانی و دوستی آنان از بین رفت و سخن‌ها و دل‌هایشان گوناگون شد، از هم جدا شدند به حزب‌ها و گروه‌ها پیوستند. خداوند لباس کرامت خود را از تنشان بیرون آورد و نعمت‌های فراوان شیرین را از آنها گرفت و داستان آنها در میان شما عبرت‌انگیز باقی ماند» (نهج البلاغه، خطبه ۱۹۲).

۳-۱-۴. کوتاهی در ادای حقوق

افراد با حضور در اجتماع درقبال یکدیگر وظایفی دارند. وظایفی که حق فرد بر دیگری و بالعکس است. کوتاهی افراد در ادای حقوق دیگران سبب ظلم به ایشان است. دو نوع رنج وجود دارد:



نوع اول، رنجی که بر شخص مظلوم وارد می‌شود. این نوع رنج می‌تواند رنجی ناگزیر برای وی باشد؛ گونه دوم نیز رنج خودساخته است که پیامد ظلم کردن ظالم بوده و دامن‌گیر وی است. (صبری، ۱۳۹۱) امام علی علیه السلام در این باره هشدار می‌دهد که مجازات آنها فقط در صحنه قیامت خلاصه نمی‌شود، بلکه به فاصله مدت کوتاهی در دنیا نیز گرفتارشان خواهد کرد. (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۱۰/۳۹۶). «وَلَيْسَ شَيْءٌ أَدْعَى إِلَى تَغْيِيرِ نِعْمَةِ اللَّهِ وَتَعْجِيلِ نِقْمَتِهِ مِنْ إِقَامَةِ عَلَى ظُلْمٍ، فَإِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ دَعْوَةَ الْمُضْطَّهِدِينَ وَهُوَ لِلظَّالِمِينَ بِالْمِزْصَادِ؛ چیزی در تغییر نعمت خدا و سرعت دادن به عقوبت او قوی‌تر از ستمکاری نیست که خداوند شنوای دعای ستمدیدگان و در کمین ستمکاران است» (نهج البلاغه، نامه ۵۳).

۳-۱-۵. حکومت و سیاست

افراد جامعه برای فرار از مسئولیت و کوتاهی و سکوت در برابر ظالم، گرفتار ظلم و ستم ازسوی حکومت و مسئولین نالایق می‌شوند. (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۶/۱۹۷) آیت‌الله مکارم شیرازی در شرح خطبه ۱۵۸ می‌گوید: «هرگاه افراد جامعه برای فرار از مسئولیت‌های خود در برابر جامعه و حکومت خویش سکوت کنند و در برابر فساد و اشتباهات برخی مسئولین حکومتی، آنها را امر به معروف و نهی از منکر نمایند نتیجه این سکوت در برابر ظالم، رنجی است که زندگی را بر آنها سخت و تلخ خواهد کرد». «فَعِنْدَ ذَلِكَ لَا يَبْقَى بَيْتٌ مَدْرٍ وَلَا وَبَرٍ إِلَّا وَأَدْحَلَهُ الظَّلْمَةُ تَرْحَةً وَأَوْلَجُوا فِيهِ نِقْمَةً، فَيَوْمَعِذٍ لَا يَبْقَى لَهُمْ فِي السَّمَاءِ عَاذِرٌ وَلَا فِي الْأَرْضِ نَاصِرٌ، أَصْفَيْتُمْ بِالْأَمْرِ غَيْرَ أَهْلِهِ وَ أوردتموه غير مؤدبه؛ در روزگار بنی امیه خانه‌ای در شهر و چادری در بیابان باقی نماند مگر اینکه ستمگران غم و اندوه و رنج و گرفتاری وارد آن کنند. در آن زمان عذرخواهی در آسمان و یآوری در زمین برای آنان نماند. شما حکومت را به غیر اهلش سپردید و آن را در غیر جایش قرار دادید» (نهج البلاغه، خطبه ۱۵۸).

۳-۱-۶. پیروی از عالمان گمراه

انتخاب و پیروی کورکورانه از افراد ممکن است انسان را به بیراهه‌ها و رنج و سختی اندازد. انسان باید عقل محور باشد و در شناخت افرادی که از آنها الگوبرداری می‌کند بسیار دقت و اهتمام

ورزد. «وَأَخْرَجَ قَدْ تَسَمَّى عَالِماً وَ لَيْسَ بِهِ، فَاقْتَبَسَ جَهَائِلَ مِنْ جُهَالٍ وَأَصَالِيلَ مِنْ ضَلَالٍ وَ نَصَبَ لِلنَّاسِ أَشْرَاكاً مِنْ حَبَائِلِ غُرُورٍ وَ قَوْلِ زُورٍ، قَدْ حَمَلَ الْكِتَابَ عَلَى آرَائِهِ وَ عَطَفَ الْحَقَّ عَلَى أَهْوَائِهِ، يُؤْمِنُ النَّاسُ مِنَ الْعِظَائِمِ وَ يَهْوُونَ كَبِيرَ الْجَرَائِمِ، ... وَ ذَلِكَ مَيْتُ الْأَحْيَاءِ؛ وَ دِيغِرِي كِه او را دانشمند نامند، اما از دانش بی بهره است يك دسته از نادانی ها را از جمعی نادان فراگرفته و مطالب گمراه کننده را از گمراهان آموخته و به هم بافته و دام هایی از طناب های غرور و گفته های دروغین بر سر راه مردم افکنده، قرآن را بر امیال و خواسته های خود تطبیق می دهد و حق را به هوس های خود تفسیر می کند، مردم را از گناهان بزرگ ایمن می سازد و جرائم بزرگ را سبک جلوه می دهد، پس مرده ای است در میان زندگان» (نهج البلاغه، خطبه ۸۷). امام علی علیه السلام در خطبه ۱۳۸ نوید برطرف کردن رأی و نظرهای برخاسته از هوی را در عصر ظهور منجی می دهد و آن هنگام است که تعدد آرا و طرق خطا از بین می رود. «وَ يُعْطَفُ الرَّأْيُ عَلَى الْقُرْآنِ إِذَا عَطَفُوا الْقُرْآنَ عَلَى الرَّأْيِ؛ رَأْيُ مَرْدَمٍ رَا تَابِعَ قُرْآنٍ مِی كِنْدَ آن وَ قَتِی كِه قُرْآنٍ رَا پِیرو رَأْيِ خُود كَرْدِه اَنْد» (نهج البلاغه خطبه ۱۳۸). «آن روز که توجیه گران برای رسیدن به خواسته های نادرست خویش قرآن را از طریق تفسیر به رأی برخواسته های خویش تطبیق می کنند او فرمان وحی را معیار سنجش و برنامه کار خویش قرار می دهد و تفسیر به رأی و توجیه گری را کنار می زند» (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۵/۵۲۳).

۳-۱-۷. زحمات ناشی از روابط دوستانه

یکی از مهمترین نظریه ها در مورد دوستی را سلمن داده است. وی با تأکید بر نقش حمایتگری دوست در زندگی انسان این امر را با افزایش سن مرتبط می داند. فرانکل نیز معتقد است که صمیمیت به همراه حمایت های عاطفی در فراموشی موقعیت های تنش زا نقش اساسی دارد. (حجازی و سلیمانی، ۱۳۸۹) در مواردی از دوستی ها این نقش حمایتگری فقط از جانب یک طرف پررنگ است. در این صورت فرد حمایتگر، تکلف و مشقت زیادی را به تنهایی تحمل می کند که سبب رنج وی خواهد شد. امام علی علیه السلام ارتباط با این افراد را به ویژه در قالب ارتباطی صمیمی، نهی می کند: «وَ قَالَ علیه السلام: شَرُّ الْإِخْوَانِ، مَنْ تُكَلِّفُ لَهُ؛ وَ آن حضرت فرمود: بدترین برادران آن است که آدمی برای او دچار زحمت شود» (نهج البلاغه، حکمت ۴۷۹). سید رضی

ذیل این حکمت، تکلیف را مستلزم رنج و مشقت می‌داند. ابن میثم نیز در شرح خود این جمله را مقدمه صغرای قیاسی می‌داند که در آن امام نهی از این چنین دوستی می‌کند. صغرای قیاس بدین صورت است که هرکس باعث زحمت و رنج بسیار باشد بدترین دوست است (ابن میثم، بی تا).

۳-۱-۸. ترک صله رحم

امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید: «أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الذُّنُوبِ الَّتِي تُعَجِّلُ الْفَنَاءَ فَقَامَ إِلَيْهِ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ الْكَوَّاءِ الْيَشْكُرِيُّ فَقَالَ يَا أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ أَوْ تَكُونُ ذُنُوبٌ تُعَجِّلُ الْفَنَاءَ فَقَالَ نَعَمْ وَبِكَ فَطَبِيعَةُ الرَّحِمِ إِنَّ أَهْلَ الْبَيْتِ لِيَجْتَمِعُونَ وَبِتَوَاسُؤُنَ وَهُمْ فَجَرَةٌ فَيَرْزُقُهُمُ اللَّهُ وَإِنَّ أَهْلَ الْبَيْتِ لَيَتَفَرَّقُونَ وَ يَقْطَعُ بَعْضُهُمْ بَعْضًا فَيَحْرِمُهُمُ اللَّهُ وَ هُمْ أَتَقِيَاءُ». (کلینی، ۱۳۶۵، ۲/۳۴۸) از این سخن چنین برداشت می‌شود که اگر خانواده‌ای که اهل گناه هستند صله‌رحم به جا آورند خداوند به آنها روزی می‌دهد، اما خانواده‌ای که اگرچه اهل ایمانند، اما قطع صله‌رحم کنند خداوند آنها را محروم می‌کند. از روایات مختلف برداشت می‌شود که قطع صله‌رحم آثار بدی را به دنبال دارد که هریک به نوبه خود مولد رنج خواهد بود. در نتایج تحقیقات جامعه‌شناسان و روان‌شناسان نیز به فواید مختلف برقراری ارتباط با خویشاوندان اشاره شده است. چه بسا دست‌یابی به آن فواید از راهی غیر از صله‌رحم انسان را دچار سختی و رنج کند. امام علی علیه السلام نیز در نهج‌البلاغه به اهمیت صله‌رحم تأکید می‌کند: «وَمَنْ يَقْبِضْ يَدَهُ عَنْ عَشِيرَتِهِ فَإِنَّمَا تَقْبِضُ مِنْهُ عَنْهُمْ يَدٌ وَاحِدَةٌ وَ تَقْبِضُ مِنْهُمْ عَنْهُ أَيْدٍ كَثِيرَةٌ، وَمَنْ تَلَّنْ حَاشِيَتَهُ يَسْتَدِمُ مِنْ قَوْمِهِ الْمَوَدَّةَ؛ كَسَى كَسَى خَيْرٌ وَ نِيكَى هَيْ هَيْ خَيْرٌ» (نهج‌البلاغه، ۲۳). خطبه ۲۳.



۳-۱-۹. اعتماد بی جا

اعتماد بی جا سبب فریب خوردن و بدبینی می شود که خود از عوامل پیدایش رنج است و آن گاه این فرد، فریب خورده است که به دلیل اعتماد بی جای خود به رنج گرفتار می شود: «وَقَالَ ﷺ: إِذَا اسْتَوَلَى الصَّلَاحُ عَلَى الزَّمَانِ وَأَهْلِهِ، ثُمَّ أَسَاءَ رَجُلٌ الظَّنَّ بِرَجُلٍ لَمْ تَطْهَرْ مِنْهُ حُوبَةً، فَقَدْ ظَلَمَ؛ وَ إِذَا اسْتَوَلَى الفُسَادُ عَلَى الزَّمَانِ وَأَهْلِهِ، فَأَحْسَنَ رَجُلٌ الظَّنَّ بِرَجُلٍ، فَقَدْ عَزَّرَ؛ وَ آن حضرت فرمود: چون صلاح و نیکی بر مردم زمان غالب گردد اگر کسی به کسی که از او رسوایی ظاهر نشده است گمان بد برد قطعاً ستم نموده و اگر بر مردم زمان فساد غالب شود و کسی به کسی گمان خوب برد خود را گول زده است.» (نهج البلاغه، حکمت ۱۱۴).

۳-۲. عوامل رنج ناشی از تکیه بر خیال و اوهام

۳-۲-۱. پیروی از باطل

در المفردات آمده است: «باطل، آن چیزی است که هنگام رسیدن به آن ثبات در آن دیده نمی شود.» (راغب اصفهانی، ۱۳۷۰، ۱/۱۲۹) باطل مانند سراب است که از دور نمایان می شود، اما هنگامی که شخص به آن رسید گویی هیچ موجودیتی نداشته است. از این رو همانند وهم و خیالات است. مسلم است کسی که لحظاتی را در پی اموری باطل هدر می دهد زیان این امور را خواهد دید: «أَلَا وَ إِنَّهُ مَنْ لَا يَنْفَعُهُ الْحَقُّ يَضُرُّهُ الْبَاطِلُ؛ آگاه باشید آن کس را که حق منفعت نرساند باطل به او زیان خواهد رساند» (نهج البلاغه، خطبه ۲۸). امام علی علیه السلام می فرماید: «إِنَّ الْحَقَّ ثَقِيلٌ مَرِيءٌ، وَإِنَّ الْبَاطِلَ خَفِيفٌ وَبِيءٌ.» (نهج البلاغه، حکمت ۳۷۶) «حق سنگین اما گواراست، و باطل، سبک اما کشنده؛ باطل، سبک و آسان است؛ زیرا انسان هرگونه بخواهد آن را مطابق میل خود تنظیم می کند و به طور موقت از آن لذت می برد، ولی عاقبتی دردناک دارد؛ هم در این دنیا مردم بر ضد او می شورند و هم در آخرت گرفتار عذاب دردناک الهی می شود» (دستی، بی تا؛ مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۱۵/۱۲۲).

۳-۲-۲. پیروی از آرزوهای طولانی

«أمل به معنای هر نوع آرزو است؛ خواه آرزوی معقول باشد یا نامعقول.» (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۱۲۹/۱۲) اگر انسان در پی آرزوهای نامعقول و دور و دراز خود افتد، چون رسیدن به آنان ممکن نیست، هرروز با اضطراب زندگی خواهد کرد؛ و از آن جهت که طولانی و دور و دراز می‌باشند این رنج برای وی مستمر خواهد شد تا آنجا که مرگ رشتنه‌ی این امید واهی را ببرد (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۱۳۰/۱۲): «وَقَالَ (عليه السلام): مَنْ جَرَى فِي عِنَانِ أَمَلِهِ، عَثَرَ بِأَجَلِهِ؛ درود خدا بر او، فرمود: آن کس که در پی آرزوی خویش تازد، مرگ او را از پای در آورد.» (نهج البلاغه، حکمت ۱۹)



۳-۳. عوامل رنج ناشی از عدم اعتدال

۳-۳-۱. ناپرهیزی در خوراک

ناپرهیزی و عدم اعتدال در خوردن، انسان را دچار بیماری‌های مختلف می‌کند. امروزه ریشه برخی از بیماری‌های صعب‌العلاج را در خوراک انسان می‌دانند. این عدم اعتدال می‌تواند به صورت کم‌خوری و یا پرخوری باشد که هر یک به نوبه خود سبب رنج و آسیب انسان می‌شود: «وَأِنْ جَهَدَهُ الْجُوعُ [فَعَدَّتْ بِهِ الضَّعْفَةُ] فَعَدَّ بِهِ الضَّعْفُ، وَإِنْ أَفْرَطَ بِهِ السَّبْعُ كَطَلْتُهُ الْبِطْنَةُ؛ فَكُلُّ تَقْصِيرٍ بِهِ مُضَرٌّ وَكُلُّ إِفْرَاطٍ لَهُ مُفْسِدٌ؛ و اگر گرسنگی بر او سخت گیرد ناتوانی وی را از پرآورد و اگر سیری او از اندازه بگذرد شکم‌پری گرفتار زحمت و اضطرابش نماید، پس هر کمبودی برای او زیانبار و هر افراطی فاسدکننده اوست» (نهج البلاغه، حکمت ۱۰۸).

۳-۳-۲. بی‌برنامگی در امور

گاهی افراد برای موفق شدن در عرصه کاری خود بیش از اندازه تلاش می‌کنند. تحقیقات علمی نشان می‌دهد که بیش از اندازه کار کردن در درازمدت آسیب‌های روحی زیادی به فرد می‌زند و احتمال افسردگی را در او افزایش می‌دهد. امام علی علیه السلام در این باره می‌فرماید: «وَمَنْ كَابَدَ الْأُمُورَ عَطَبَ؛ و آن کس که در کارها خود را به رنج اندازد خود را هلاک سازد» (نهج البلاغه، حکمت ۳۴۹).

۳-۴. عوامل رنج ناشی از پیروی از هواهای نفسانی

۳-۴-۱. ارتکاب گناه

امام علی علیه السلام یکی از دلایل دگرگونی و از بین رفتن نعمت‌ها و خوشی‌ها را کیفر گناه کردن می‌داند: «وَأَيُّ اللَّهِ مَا كَانَ قَوْمٌ قَطُّ فِي غَضِّ نِعْمَةٍ مِنْ عَيْشٍ فَرَّالٍ عَنْهُمْ إِلَّا بَدُّنُوهُ اجْتَرَحُواهَا، لِأَنَّ اللَّهَ لَيْسَ بِظَلَامٍ لِلْعَبِيدِ»؛ سوگند به خدا ملتی خرمی نعمت و عیش زندگی را از دست ندادند مگر به خاطر گناهانی که مرتکب شدند؛ زیرا خداوند هرگز ستمکار به بندگان نیست» (نهج البلاغه، خطبه ۱۷۸).

۳-۴-۲. خواسته‌های نفسانی

بسیاری از خواسته‌های نفس انسان زیان بار است و ممکن است شخص به سبب اشتیاق خود به آن امور در ابتدا متوجه زیان آنها نباشد. در نتیجه پس از انجام آنها رنج زیان دیدن بر وی حمل شود. به همین دلیل باید هنگام خواهش نفس به دقت آن را بررسی کند. (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۱۱/۱۸۴). «اعْلَمْ أَنَّكَ إِنْ لَمْ تَزِدْ نَفْسَكَ عَنْ كَثِيرٍ مِمَّا تُحِبُّ مَخَافَةَ [مَكْرُوهِهِ] مَكْرُوهُ، سَمَتْ بِكَ الْأَهْوَاءُ إِلَى كَثِيرٍ مِنَ الضَّرْرِ؛ آگاه باش اگر خود را از امور فراوانی که دوست داری به خاطر ترس از زیان آن بازگردانی هواهای نفس وجودت را به بسیاری از زیان‌ها می‌کشاند» (نهج البلاغه، نامه ۵۶). منظور از نفس که دشمن انسان و زیان بار است آن دسته از گرایش‌هایی است که مانع ترقی روح انسان و تقرب به سوی خداست (مصباح یزدی، ۱۳۸۳، ۱/۱۱۸). یکی از کارهایی که منجی در زمان ظهور انجام می‌دهد اصلاح زندگی مردم با هدایت آنها از هوای نفس به سمت عقلانیت و منطق و اصلاح افکار و فرهنگ آنهاست و این عاملی می‌شود برای حذف یکی از رنج‌های مهم انسان که پیامدهای آن هم در دنیا او را آزار خواهد داد و هم در آخرت. «يُعْطِفُ الْهَوَى عَلَى الْهَدَى، إِذَا عَطَفُوا الْهَدَى عَلَى الْهَوَى؛ هوای نفس را به هدایت برمی‌گرداند آن زمان که مردم مسیر هدایت را به هوا برگردانده‌اند» (نهج البلاغه، خطبه ۱۳۸).

۳-۵. عوامل رنج ناشی از احساسات

این رنج‌ها ناشی از عدم کنترل و مدیریت صحیح احساسات هستند.

۳-۵-۱. ترس

ترس واکنشی است در برابر محرک‌های آزاردهنده و وحشتناک که اگر منطقی و طبیعی باشد مشکل خاصی به وجود نمی‌آورد، بلکه باعث عملکرد همراه با آگاهی و بینش از مشکلات می‌شود. (اخوان علیزاده، ۱۳۷۵) آنچه انسان آن را ترس مخرب می‌داند ترسی است که انسان را از حل کردن مسئله مورد نظر به شکل صحیح بازمی‌دارد. برخورد ناصحیح انسان در مواجهه با ترس باعث می‌شود که این احساس طبیعی بسیار بزرگ‌تر از چیزی که هست نشان داده شود و سبب رنج و اضطراب فراوان در انسان می‌شود. امام علی علیه السلام در برخورد با ترس می‌فرماید: «وَقَالَ عَلِيُّ عليه السلام: إِذَا هَيْبَتْ أَمْرًا فَفَقِعْ فِيهِ، فَإِنَّ شِدَّةَ تَوْقِيهِ أَعْظَمُ مِمَّا تَخَافُ مِنْهُ؛ وَ دَرُودَ خُدا بِرِاوِ كِه فَرَمُود: هِنِگامی كِه از چیزی می‌ترسی خود را در آن بیفکن؛ زیرا گاهی ترسیدن از چیزی از خود آن سخت‌تر است» (نهج البلاغه، حکمت ۱۷۵).

۳-۵-۲. خشم

در هنگام بروز خشم، شخص نمی‌تواند به درستی تصمیم بگیرد. اگر فرد خشم خود را کنترل نکند و در آن حال اقدام به عمل کند، ممکن است ضررهای جبران ناپذیری را به خود و یا اطرافیان وارد کند. این امر سبب بروز پشیمانی و رنج وی خواهد بود. در مواردی این رنج سال‌ها گریبان‌گیر وی می‌شود: «وَقَالَ عَلِيُّ عليه السلام: الْجِدَّةُ صَرْبٌ مِنَ الْجُنُونِ، لِأَنَّ صَاحِبَهَا يَنْدَمُ؛ وَ آن حضرت فرمود: تندخویی نوعی از دیوانگی است چون تندخو پشیمان می‌شود» (نهج البلاغه، حکمت ۲۵۵).

۳-۵-۳. حسد

راغب اصفهانی می‌گوید: «شخص حسود تمنای از بین رفتن نعمتی را در فردی که استحقاق آن نعمت را دارد، می‌کند و علاوه بر این خواست درونی برای از بین بردن آن نعمت اقدام عملی نیز می‌کند». (راغب اصفهانی، ۱۳۷۰، ۲۳۴/۱) امام صادق علیه السلام حسد را جزو آن دسته از چیزهایی می‌داند که حتی انبیا نیز از آن مصون نیستند با این تفاوت که شخص مؤمن عمل به حسادت خود نمی‌کند (کلینی، ۱۳۶۵، ۱۰۸/۸). «وَقَالَ عَلِيُّ عليه السلام: الْعَجَبُ لِعَقْلَةِ الْحَسَّادِ عَنِ سَلَامَةِ الْأَجْسَادِ؛ وَ دَرُودَ خُدا بِرِاوِ كِه فرمود: شگفتا که حسودان از سلامتی خود غافل مانده‌اند» (نهج البلاغه، حکمت ۲۲۵). حسد با



فشاری که بر روح و جسم انسان وارد می‌کند، ممکن است او را به بیماری جسمی و نیز افسردگی مبتلا کند تا آنجا که وی ازنشدت حسادت و اندوه بمیرد (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۱۳/۷۲۳).

۳-۶. عوامل رنج ناشی از برخی صفات ناپسند

۳-۶-۱. نفاق

برای نفاق پیامدهای خطرناکی نام برده شده است. این پیامدها درد و رنج بسیاری برای انسان به دنبال دارد. این آثار به دو دسته: اجتماعی و فردی تقسیم می‌شود. شخص منافق به سبب این روحیه خود، رنج‌هایی را متحمل می‌شود مانند ترس از افشای حقیقتی که در درون خود بدان معتقد است و یا اجبار به انجام اعمالی که در ظاهر، خود را پایبند به آنها معرفی می‌کند. امام علی علیه السلام نفاق را از بزرگ‌ترین دردهای انسان می‌داند: «وَأَعْلَمُوا أَنَّهُ لَيْسَ عَلَى أَحَدٍ بَعْدَ الْقُرْآنِ مِنْ فَاقَةٍ وَلَا أَحَدٍ قَبْلَ الْقُرْآنِ مِنْ غِيٍّ، فَاسْتَشْفُوهُ مِنْ أَدْوَانِكُمْ وَاسْتَعِيْنُوا بِهِ عَلَى لُؤَائِكُمْ، فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً مِنْ أَكْبَرِ الدَّاءِ وَهُوَ الْكُفْرُ وَالتَّفَاقُ وَالْعِي وَ الصَّلَال؛ بدانید که برای کسی بعد از بودن با قرآن، تهیدستی نیست و برای احدی منهای قرآن بی‌نیازی نمی‌باشد. از قرآن برای بیماری‌های خود شفا جوئید و از آن برای پیروزی بر مشکلات یاری خواهید که شفای از بزرگ‌ترین بیماری‌ها که کفر و نفاق و تباهی و ضلالت می‌باشد در قرآن است» (نهج البلاغه، خطبه ۱۷۶).

۳-۶-۲. تکبر و خودرایی

تکبر یعنی، خودبرتربینی. این صفت از صفاتی است که آثار بدی بر آن مترتب می‌شود. انسان متکبر از پیشرفت کردن بازمی‌ماند؛ زیرا همواره خود را برتر از دیگران می‌پندارد. به همین دلیل به ندرت گامی برای اصلاح و پیشرفت برمی‌دارد. امام علی علیه السلام از سرانجام شوم و دردناک فرد متکبر خبر می‌دهد: «إِيَّاكَ وَ مَسَامَاةَ اللَّهِ فِي عَظْمَتِهِ، وَالتَّشَبُّهَ بِهِ فِي جَبْرُوتِهِ، فَإِنَّ اللَّهَ يَذُلُّ كُلَّ جَبَّارٍ وَ يَهِينُ كُلُّ مُخْتَالٍ؛ بپرهیز که خود را در بزرگی همانند خداوند پنداری و در شکوه خداوندی همانند او دانی؛ زیرا خداوند هر سرکشی را خوار می‌سازد و هر خودپسندی را بی‌ارزش می‌کند»

(نهج البلاغه، نامه ۵۳). خودرأیی نیز یکی از آثار تکبر است. انسان خودرأی به دلیل عدم مشورت گرفتن در مواردی که در آن تخصصی ندارد دچار خسران و ضرر می شود. در نهج البلاغه این چنین به آن اشاره شده است: «وَقَدْ خَاطَرَ مَنْ اسْتَعْنَى بِرَأْيِهِ؛ و آن کس که با رأی خود احساس بی نیازی کند به کام خطرها افتد» (نهج البلاغه، حکمت ۲۱۱).

۳-۶-۳. نصیحت ناپذیری

اگر فردی خیرخواه، مهربان، دانشمند و باتجربه باشد به احتمال قوی انسان را به حقیقت و واقع می رساند. حال اگر شخصی لجابت بورزد و پند وی را زیرپا بگذارد دچار پشیمانی و اندوه خواهد شد. (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۲/۳۶۰) «فَإِنَّ مَعْصِيَةَ النَّاصِحِ الشَّفِيقِ الْعَالِمِ الْمُجَرَّبِ تُورِثُ الْحَسْرَةَ وَ تُعْقِبُ التَّدَامَةَ؛ نافرمانی از دستور نصیحت کننده مهربان دانا و باتجربه، مایه حسرت و سرگردانی و سرانجامش پشیمانی است» (نهج البلاغه، خطبه ۳۵).

۳-۶-۴. بی تابی

فوری ترین واکنش در برابر حوادث ناخوشایند، بی تابی کردن است. بی تابی کردن تعادل زندگی انسان را برهم می زند و کوچک ترین تأثیری در روند بهبود وضعیت ندارد. کسی که بی تابی می کند مصیبت را بر خود دوبرابر می کند. وی انتظار دارد با بی تابی کردن وضعیت بهبود یابد، اما چون در بی تابی به حل مشکل پرداخته نمی شود بهبودی نیز رخ نمی دهد، بلکه با ایجاد توقع بهبود وضعیت و برآورده نشدن این انتظار، شرایط وخیم تر می شود. (پسندیده، ۱۳۹۵) «وَالْجَزَعُ مِنْ أَعْوَانِ الزَّمَانِ؛ و بی تابی، زمان را در نابودی انسان یاری دهد» (نهج البلاغه، حکمت ۲۱۱). «وَقَالَ ﷺ: مَنْ عَظَّمَ صَغَارَ الْمَصَائِبِ، ابْتَلَاهُ اللَّهُ بِكِبَارِهَا؛ و آن حضرت فرمود: آنکه مصائب کوچک را بزرگ شمارد خداوند او را به مصائب بزرگ مبتلا سازد» (نهج البلاغه، حکمت ۴۴۸).

۳-۶-۵. ناامیدی

بیان این مورد ذیل صفات ناپسند بدین دلیل است که انسان در برهه هایی از زندگی خود دچار ناامیدی می شود، اما اگر این احساس را کنترل نکند و به حالت و خصلت تبدیل شود این احساس می تواند رنجی مداوم را در زندگانی وی همراه کند. کسی که همواره ناامید است قبل از



شروع هر عملی خود را بازنده می‌انگارد و این القای درونی باعث می‌شود که در خارج هم نتواند بهترین عملکرد خود را ارائه دهد: «وَإِنْ مَلَكَهُ الْيَأْسُ قَتَلَهُ الْأَسْفُ؛ و اگر نومیدی بر آن چیره شود حسرت او را ازپای در آورد» (نهج البلاغه، حکمت ۱۰۸).

۳-۶-۶. جهل

در نهج البلاغه با تعابیر گوناگون به رنج‌ساز بودن فقر اشاره شده است. در بیانی دیگر امام علی علیه السلام فرمود: «هیچ فقری همانند جهل دانسته نشده است». این امر به خودی خود به اثبات جهل در قالب یکی از اسباب رنج بشر می‌پردازد. به تعبیر دیگر، انسان جاهل در موارد بسیاری خویش را با جهل خود مبتلا به رنج خواهد کرد: «وَلَا فَقْرَ كَالْجَهْلِ؛ و فقری چون جهل نیست» (نهج البلاغه، حکمت ۵۴).

۳-۶-۷. بخل

شخص بخیل به دلیل ترس از دست دادن ثروت خویش، خود و نزدیکانش را در رفاه قرار نمی‌دهد. در این شرایط علاوه بر فقری که بر خود ظاهر می‌کند اضطراب و استرس از دست دادن ثروت را هم تحمل می‌کند: «وَقَالَ عليه السلام: عَجِبْتُ لِلْبَخِيلِ يَسْتَعِجِلُ الْفَقْرَ الَّذِي مِنْهُ هَرَبَ وَيُفَوِّتُهُ الْغِنَى الَّذِي إِيَّاهُ طَلَبَ، فَيَعِيشُ فِي الدُّنْيَا عَيْشَ الْفُقَرَاءِ وَيَحَاسِبُ فِي الْآخِرَةِ حِسَابَ الْأَغْنِيَاءِ» و آن حضرت فرمود: «از بخیل در عجبم که به فقری می‌شتابد که از آن می‌گریخته و ثروتی را از دست می‌دهد که آن را می‌جسته، در دنیا همچون تهیدستانان زندگی می‌کند و در آخرت همچون ثروتمندان به حسابش می‌رسند» (نهج البلاغه، حکمت ۱۲۶).

۳-۶-۸. کوتاهی در عمل و تنبلی

کوتاهی در عمل اگر تکرار شده و به عادت مبدل شود از آن به تنبلی یاد می‌شود. کوتاهی در عمل را که به صورت موردی و بدون استمرار باشد، تنبلی نمی‌نامند. فرد تنبل به واسطه این خصیصه خود، شخصی عقب‌مانده و بدون پیشرفت خواهد شد که رویارویی با این نتیجه وی را دچار اندوه خواهد کرد: «وَقَالَ عليه السلام: مَنْ قَصَرَ فِي الْعَمَلِ ابْتُلِيَ بِالْهَمِّ وَ أَنْ حَضَرَ فَرَمُودَ: کسی که در عمل کوتاهی ورزد دچار اندوه می‌شود» (نهج البلاغه، حکمت ۱۲۷).

۳-۶-۹. حرص و طمع

طمع به معنای علاقه شدید داشتن به چیزی است که در دست دیگران است و بالاتر از استحقاق فرد طمعکار است. در این صورت این فرد باید برای به دست آوردن مطلوب خود مقابل این و آن خضوع کند. علاوه بر این، آن چیزهایی که مورد طمع طمعکار است دست نیافتنی است. در این صورت فرد طمعکار عمری دست و پا می‌زند و رنج می‌کشد تا به آنها برسد و چه بسا در این راه ناکام از دنیا برود. (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۷۲۹/۱۳) «و قَالَ ﷺ: الطَّامِعُ فِي وَثَاقِ الدُّلِّ؛ و آن حضرت فرمود: طمع‌کار دچار بند خواری است» (نهج البلاغه، حکمت ۲۶۶). کلام امام در نتیجه عمل طمعکار و حریص: «وَإِنْ هَاجَ بِهِ الطَّمَعُ أَهْلَكَهُ الْجِرْصُ؛ و چون طمع در آن به هیجان آید حرص آن را به هلاکت افکند» (نهج البلاغه، حکمت ۱۰۸).



۳-۶-۱۰. شتاب‌زدگی

شتاب‌زدگی فعالیت‌های مغزی را درباره واقعیات زندگی مختل می‌کند. این خطا و شتاب‌زدگی ممکن است باعث بروز خطاهای بعدی شود. (جعفری، بی تا) در این حالت فرد شتاب‌زده احتمال اینکه به دلیل عجله و شتاب خود دچار رنج بعد از عمل شود زیاد است: «فَلَا تَسْتَعْجِلُوا مَا هُوَ كَائِنٌ مُرْصَدٌ وَلَا تَسْتَبْطِئُوا مَا يَجِيءُ بِهِ الْغَدُ، فَكَمْ مِنْ مُسْتَعْجِلٍ بِمَا إِنْ أَدْرَكَهُ وَدَّ أَنْهُ لَمْ يَدْرِكْهُ؛ پس درباره آنچه باید باشد شتاب نکنید و آنچه را که در آینده باید بیاید دیر بشمارید چه بسا کسی برای رسیدن به چیزی شتاب می‌کند، اما وقتی به آن رسید دوست دارد که ای کاش آن را نمی‌دید» (نهج البلاغه، خطبه ۱۵۰).

۳-۶-۱۱. عدم کنترل زبان

در عصر حاضر تحقیقات مختلفی در رابطه با تأثیر کلمات در زندگی افراد صورت گرفته است. این تحقیقات به تأثیر مستقیم کلمات بر روی ذهن افراد و در ادامه تأثیر ذهنیت و اندیشه افراد بر رفتار و عملکرد آنها تأکید می‌کنند. باتوجه به اهمیت قدرت زبان، شخص با به کارگیری نادرست آن می‌تواند سبب رنج دیگران و یا خود شود: «وَقَالَ ﷺ: اللِّسَانُ سَبْعٌ، إِنْ خُلِّيَ عَنْهُ عَقَرَ؛ آن حضرت فرمود: زبان درنده ای است، که اگر آزادش گذارند بگزد» (نهج البلاغه، خطبه ۶۰).

۳-۶-۱۲. ناتوانی

عجز و ناتوانی مفهوم وسیعی دارد که می‌تواند در ابعاد مختلف زندگی رخ دهد. انسان عاجز، خوار، عقب مانده، شکست خورده و بی‌ارزش است. به همین دلیل اسلام می‌گوید، بکوشید تا هرگونه عجز را از خود دور کنید. گاهی انسان در ناتوانی خود بی‌اختیار است، اما این‌گونه نیست و ناتوانی انسان نتیجه عملکرد بد اوست. (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۴۵/۱۲) واضح است که ناتوانی انسان، وی را به رنج دچار می‌کند: «وَقَالَ ﷺ: الْعَجْزُ أَفْءُ؛ و عجز و واماندگی، آفت و بیچارگی است که شخص را از پیاپی درمی‌آورد» (نهج البلاغه، حکمت ۴؛ فیض الاسلام، بی تا، ۱۰۸۹/۶).

۳-۷. عوامل رنج ناشی از حیات در دنیا

۳-۷-۱. عدم شناخت صحیح، انتظار بی جا

امام علی (ع) در نهج البلاغه دنیا را چنین معرفی می‌کند: «دَارٌ بِالْبَلَاءِ مَحْفُوفَةٌ وَ بِالْعَدْرِ مَعْرُوفَةٌ؛ لَا تَدُومُ أَحْوَالُهَا وَلَا يَسْلَمُ نَزَالُهَا؛ أَحْوَالٌ مُخْتَلِفَةٌ وَ تَارَاتٌ مُتَّصِرَةٌ؛ الْعَيْشُ فِيهَا مَذْمُومٌ وَ الْأَمَانُ مِنْهَا مَعْدُومٌ؛ وَ إِنَّمَا أَهْلُهَا فِيهَا أَغْرَاضٌ مُسْتَهْدَفَةٌ، تَرْمِيهِمْ بِسَهَامِهَا وَ تُفْنِيهِمْ بِحِمَامِهَا؛ دنیا خانه‌ای است پیچیده به بلا و معروف به خیانت. احوالش پایدار نمی‌ماند و اهلس جان سالم به در نبرند. حالاتی است گوناگون و نوبت‌هایی است متغیر. زندگی در آن ناپسند است و امنیت در آن نایاب. مردمش آماج تیر بلایند که تیرهایش به سوی آنها نشانه می‌رود و با مرگ نابودشان می‌کند.» (انصاریان، بی تا) انسان موجودی راحت طلب است. از این رو زندگی در دنیا را فاقد رنج و در آسایش می‌خواهد. در حالی که وجود سختی و رنج از واقعیت‌های دنیا است. ناهماهنگی میان این انتظار و واقعیت زندگی سبب ایجاد فشار روانی در هنگام رویارویی با مشکلات و بلاها می‌شود (پسندیده، ۱۳۹۵). عدم داشتن شناخت صحیح از دنیا نیز می‌تواند این توقع را در انسان ایجاد کند که دل به آن دهد و در آن به جست‌وجوی آرامش محض باشد.

۳-۷-۲. فقر

منظور از فقر آن فقری است که فرد در ایجاد آن نقش داشته است با کوتاهی کردن و دلایل دیگر. این فرد به واسطه اختیار و عملکرد خود دچار فقر و به رنج آن گرفتار می‌شود: «الْفَقْرُ، الْمَوْتُ

الأَكْبَرُ؛ تهیدستی مرگ بزرگ تر است» (نهج البلاغه، حکمت ۱۶۳). عبارت «الموت الاکبر» به این مطلب اشاره دارد که انسان هنگام مرگ از مشکلات این جهان آسوده می شود درحالی که فقیر گویی هر روز درحال جان دادن است (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۳۳۲/۱۳).

۳-۷-۳. علاقه و وابستگی به دنیا

کسی که گرفتار عشق می شود بیشتر توانایی خود را در تشخیص نقاط منفی محبوب ازدست می دهد. دنیا قرین با رنج و سختی و محل ابتلا و زوال نعمت است. در این صورت اگر کسی حب آن را در دل بگیرد ناچاراً همواره به دنبال آن خواهد رفت بدون آنکه به شناخت صحیحی از آن رسیده باشد، پس گویا این چنین در رنج را به روی خود می گشاید: «وَالرُّغْبَةُ مِفْتَاحُ النَّصَبِ وَ مَطِيئَةُ التَّعَبِ؛ رغبت به دنیا کلید رنج و مرکب ناراحتی است» (نهج البلاغه، حکمت ۳۷۱).

۳-۷-۴. ایمان، اطاعت و قرب به خداوند

«فَإِنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص): كَانَ يَقُولُ إِنَّ الْجَنَّةَ حُقِّتْ بِالْمَكَارِهِ وَإِنَّ النَّارَ حُقِّتْ بِالشَّهَوَاتِ. وَاعْلَمُوا أَنَّهُ مَا مِنْ طَاعَةِ اللَّهِ شَيْءٍ إِلَّا يَأْتِي فِي كُرْهِهِ، وَمَا مِنْ مَعْصِيَةِ اللَّهِ شَيْءٍ إِلَّا يَأْتِي فِي شَهْوَةٍ، فَرَحِمَ اللَّهُ أُمَّرَأَةً نَزَعَتْ عَنْ شَهْوَتِهِ وَقَمَعَ هَوَى نَفْسِهِ، فَإِنَّ هَذِهِ النَّفْسَ أَبْعَدُ شَيْءٍ مَنزَعًا وَإِنَّهَا لَا تَزَالُ تَنْزِعُ إِلَى مَعْصِيَةِ فِي هَوَى؛ رسول خدا ﷺ مکرر می فرمود: بهشت پیچیده به سختی ها و دوزخ آمیخته به شهوات است. بدانید طاعتی نیست جز اینکه انجامش گران و گناهی نیست مگر اینکه انجامش لذت بخش است، پس رحمت خدا بر کسی که از شهوت بازایستد و هوای نفس را ریشه کن کند که این نفس دورترین چیزی است که از شهوت قطع شود و پیوسته میل به هوسرانی و معصیت دارد». (انصاریان، بی تا) امام علی علیه السلام با بیان سخن پیامبر صلی الله علیه و آله به سؤالی که در تقدیر است، پاسخ می دهد که جای تعجب نیست اگر می بینید مسیر طاعت خداوند سخت است» (نهج البلاغه، خطبه ۱۷۶؛ مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۵۴۵/۶).



۳-۷-۵. ترس از مرگ

برای کسانی که مسیر گناه را پیش رو می‌گیرند مرگ واقعه هولناکی است؛ زیرا آنان را از خوشی‌ها و لذات جدا می‌کند. بعضی از ایشان از فشار ترس مرگ در زندگی خود را به هر کاری مشغول می‌دارند تا فراموشی بتواند چاره رنج کشیدنشان شود: «وَاعْلَمُوا أَنَّهُ لَيْسَ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا وَيَكَادُ صَاحِبُهُ يَشْبَعُ مِنْهُ وَ يَمْلَأُ إِلَّا الْحَيَاةَ فَإِنَّهُ لَا يَجِدُ فِي الْمَوْتِ رَاحَةً؛ بدانید چیزی در دنیا نیست مگر اینکه دارنده‌اش از آن سیر و خسته می‌شود به جز زندگی؛ زیرا زنده راحتی را در مرگ نمی‌بیند» (نهج البلاغه، خطبه ۱۳۳؛ انصاریان، بی‌تا)، البته اندیشه مرگ برای همگان ترس برانگیز نیست، آنانی که جان خویش را به بهای بهشت رضوان الهی می‌فروشند مشتاقانه در انتظار شهادت می‌باشند. اولیای الهی که مرگ را به منزله دیدار با پروردگار خویش و رهایی از رنج دنیا می‌نگرند ترسی از مردن و ترک دنیا ندارند؛ زیرا که ایشان زنجیری از تعلق به دنیا به پای روح خود نبسته‌اند.

۴. عوامل رنج‌های غیرانتخابی

این دسته از رنج‌ها را عواملی ایجاد می‌کنند که خارج از دایره اختیار انسان هستند. فرد در انتخاب کردن این‌گونه رنج‌ها دخالتی ندارد اگرچه در ادامه، مسئولیت مدیریت کردن آنها با اوست.

۴-۱. عوامل رنج ناشی از حیات در دنیا

۴-۱-۱. تولد

«مَا أَصْفُ مِنْ دَارٍ أَوْلُهَا عَنَاءً، وَأَخْرَجَهَا فَنَاءً؛ چه بگویم از خانه‌ای که ابتدایش سختی و سرانجامش نیستی است» (نهج البلاغه، خطبه ۸۲؛ انصاریان، بی‌تا) ولادت انسان نه تنها درد عظیمی برای مادر دارد، بلکه برای خود انسان رنج‌آورتر است؛ زیرا او از محیط بسته‌ای به محیط بازی منتقل می‌شود که تفاوت‌های زیادی با آن محیط بسته دارد. علاوه بر این در آغاز کودکی به قدری ناتوان است که قدرت توانایی محافظت از خود را ندارد و همواره در معرض خطرهای گوناگون است (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۳/۳۱۶).

۴-۱-۲. فقدان عزیزان

امام علی علیه السلام در غم ازدست دادن عزیزترین شخص زندگی اش چنین اظهار غم و اندوه می کند: «بَابِي أَنْتَ وَ أُمِّي يَا رَسُولَ اللَّهِ، لَقَدْ انْقَطَعَ بِمَوْتِكَ مَا لَمْ يَنْقَطِعْ بِمَوْتِ غَيْرِكَ مِنَ النَّبُوَّةِ وَ الْإِنْبَاءِ وَ أَخْبَارِ السَّمَاءِ حَصَّصْتَ حَتَّى صِرْتَ مُسَلِّياً عَمَّنْ سِوَاكَ، وَ عَمَّمْتَ حَتَّى صَارَ النَّاسُ فِيكَ سِوَاءً؛ وَ لَوْ لَا أَنَّكَ أَمَرْتَ بِالصَّبْرِ وَ نَهَيْتَ عَنِ الْجَزَعِ، لَأَنْفَدْنَا عَلَيْكَ مَاءَ الشُّيُونِ وَ لَكَانَ الدَّاءُ مُمَاطِلاً وَ الْكَمْدُ مُحَالِفاً، وَ قَلَّا لَكَ، وَ لَكِنَّهُ مَا لَا يَمْلِكُ رَدُّهُ وَ لَا يَسْتَطَاعُ دَفْعُهُ. بَابِي أَنْتَ وَ أُمِّي اذْكُرْنَا عِنْدَ رَبِّكَ وَ اجْعَلْنَا مِنْ بَالِكَ؛ پدر و مادرم فدای تو باد ای رسول خدا هرآینه با مرگ تو قطع شد چیزی که با مرگ دیگران قطع نمی شود و آن نبوت و احادیث دین و خبرهای آسمانی است. خصوصیت مصیبت تو چنان است که تمام مصیبت زدگان عالم را به مصیبتشان به تسلیت و آرامش نشانند و عمومیت مصیبتت در این است که دل احدی از مردم در مصیبت تو فارغ از غم نیست و گرنه این است که ما را به صبر امر و از جزع نهی فرموده ای، هرآینه تا خشک شدن اشک چشم بر تو می گریستیم و این درد برای ما بی درمان می ماند و حزن و اندوهمان همیشگی بود، ولی این همه در مصیبت تو کم است، اما برگرداندن مرگ و دفع آن از کسی مقدور نیست. پدر و مادرم فدایت، ما را نزد پروردگارت به یاد آر و در خاطر خود نگاه دار» (انصاریان، بی تا). عزیز ازدست رفته هر قدر فردی بزرگ تر باشد غم ازدست دادن او سخت تر می شود. هنگامی که عزیزی از دنیا می رود قلب انسان که کانون عواطف است، متلاطم می شود و اشک از چشم او جاری شده و زبان به ابراز اشتیاق به عزیز ازدست رفته می گشاید (نهج البلاغه، خطبه ۲۳۵؛ مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۵۵۱/۸).

۴-۱-۳. فتنه و آزمایش

دنیا سرای آزمایش انسان است تا براساس عملکرد خود در شرایط مختلف در مسیر سعادت و یا شقاوت گام بردارد. روشن است که برخی از آزمایش های وی همراه با سختی و رنج خواهد بود: «وَ مَنْ ضَيَّقَ عَلَيْهِ فِي ذَاتِ يَدِهِ، فَلَمْ يَرِ ذَلِكَ اخْتِبَاراً، فَقَدْ ضَيَعَ مَأْمُولاً؛ و کسی که زندگی بر او تنگ گرفته شده و او آن را امتحان نداند پاداشی را که به آن امید می رفت ضایع نموده» (نهج البلاغه، حکمت ۳۵۸؛ انصاریان، بی تا).



منظور از این فقر آن نوع از فقر است که شخص نیازمند با وجود تلاش و کوشش، موفق به از بین بردن آن نشده است. یکی از عوامل ایجاد چنین شرایطی برای فقرا، عدم احساس مسئولیت اغنیا در برابر آنهاست: «وَقَالَ ﷺ: إِنَّ اللَّهَ سُبْحَانَهُ فَرَضَ فِي أَمْوَالِ الْأَغْنِيَاءِ أَقْوَاتَ الْفُقَرَاءِ، فَمَا جَاعَ فَقِيرٌ إِلَّا بِمَا مُتِّعَ بِهِ غَنِيٌّ وَاللَّهُ تَعَالَى سَأَلْتُهُمْ عَنْ ذَلِكَ؛ وَآنَ حَضَرَتْ فَرَمُود: خداوند روزی تهیدستان را در ثروت اغنیا واجب نموده، تهیدستی گرسنه نماند جز با منع ثروتمند و خداوند والامقام گرسنگی فقیران را از ثروتمندان بازخواست خواهد کرد» (نهج البلاغه، حکمت ۳۲۸؛ انصاریان، بی تا). امام علی علیه السلام در این کلام نورانی خود به یکی از اصول مهم نظام اقتصادی اسلامی اشاره کرده است. به گونه ای که اگر براساس آن عمل شود فقیری در جامعه اسلامی نخواهد بود. برخی از شارحان مفهوم این کلام را به مسئله زکات مرتبط دانسته اند؛ یعنی زکات در جامعه اسلامی به اندازه نیاز فقراست که برعهده ثروتمندان است (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶، ۱۴/۶۴۵). ظهور منجی بشریت نقش بسیار پررنگی در برون رفت از فقر ناخواسته دارد. از آنجاکه امام علی علیه السلام می فرماید: «وَتُخْرِجُ لَهُ الْأَرْضَ أَفَالِيدَ كَبِدِهَا، وَتُلْقِي إِلَيْهِ سَلْمًا مَقَالِيدَهَا؛ وَ زَمِينَ پاره های جگرش را برای او بیرون خواهد داد و کلید گنج هایش را تسلیم او خواهد کرد» (نهج البلاغه خطبه ۱۳۸؛ انصاریان، بی تا).

۵. بزرگ ترین دردها از زبان نهج البلاغه

در نهج البلاغه تعبیری از امام علیه السلام موجود است به این مضمون: «أَكْبَرُ الدَّاءِ». سخن امام علیه السلام در خطبه ۱۷۶ به بزرگ ترین دردهای انسان اشاره کرده است. این دردها این گونه معرفی شده اند: کفر، نفاق، غی و ضلال. «وَأَعْلَمُوا أَنَّهُ لَيْسَ عَلَى أَحَدٍ بَعْدَ الْقُرْآنِ مِنْ فَاقَةٍ وَلَا أَحَدٍ قَبْلَ الْقُرْآنِ مِنْ غَنَى، فَاسْتَشْفُوهُ مِنْ أَدْوَانِكُمْ وَاسْتَعِينُوا بِهِ عَلَى لَأْوَانِكُمْ، فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً مِنْ أَكْبَرِ الدَّاءِ وَهُوَ الْكُفْرُ وَالتَّفَاقُ وَالْغَى وَالضَّلَالَةُ؛ بدانید که برای کسی بعد از بودن با قرآن تهیدستی نیست و برای احدی منهای قرآن بی نیازی نمی باشد. از قرآن برای بیماری های خود شفا جوئید و از آن برای پیروزی بر مشکلات یاری خواهید که شفای از بزرگ ترین بیماری ها که کفر و نفاق و تباهی و ضلالت

می‌باشد در قرآن است» (نهج البلاغه، خطبه ۱۷۶؛ انصاریان، بی تا). از نگاه دیگر می‌توان تقسیم‌بندی جدیدی برای دردها و بیماری‌ها مطرح کرد که در بیان امام علی علیه السلام درمان این‌گونه دردها در قرآن است.

۶. نتیجه‌گیری

وجود رنج در زندگی انسان امری بدیهی و انکارناپذیر است. متناسب با نوع تقسیم‌بندی رنج‌ها می‌توان عوامل آنها را نیز در دسته‌های مختلف قرار داد. از اقسام رنج، رنج‌های عام و اختصاصی، رنج‌هایی که در ارتباط با روابط چهارگانه انسان ایجاد می‌شوند، رنج‌های خودساخته و رنج‌های غیرانتخابی و... است. در نوشتار حاضر بنا بر تقسیم رنج‌ها در دو دسته: رنج انتخابی و رنج ناگزیر، عوامل نیز به عوامل رنج‌های انتخابی و غیرانتخابی نام می‌گیرند. از مطالعه سخنان امام علی علیه السلام در نهج البلاغه مطالب زیر دریافت شد:

از موارد عوامل انتخابی، عوامل رنج ناشی از حضور در اجتماع، ناشی از عدم کنترل احساسات، ناشی از پیروی از هواهای نفسانی، ناشی از تکیه بر خیال و اوهام، ناشی از عدم اعتدال، ناشی از برخی صفات ناپسند و عوامل رنج ناشی از حیات در دنیا را می‌توان برشمرد. هریک از این موارد اقسام مخصوص خود را دارند که برخی از این علل و اسباب را می‌توان در گونه مخصوص رنج خود، ذیل بعضی از دسته‌های دیگر هم گنجانند، اما برای تبیین بهتر از یکدیگر تفکیک و جدا شده‌اند.

از عوامل غیرانتخابی نیز عوامل رنج ناشی از حیات در دنیا همراه با اقسام آن است. طیف گسترده عوامل، رنج را حوزه رنج انتخابی در خود جای می‌دهد. بدین ترتیب مشخص می‌شود که بیشترین رنج زندگی متوجه انتخاب‌های انسان است. همچنین نقش منجی و اعتقاد به او در ازبین بردن و یا تسهیل رنج‌های پیروی از عالمان گمراه، خواسته‌های نفسانی و نیز فقر ناخواسته قابل توجه است.



فهرست منابع

- * قرآن
- * نهج البلاغه
۱. ابن منظور، محمد بن مكرم (۱۳۷۲). لسان العرب. بيروت: دار صادر.
 ۲. اخوان عليزاده، الهه (۱۳۷۵). ترس و راه‌های مقابله با آن. نشریه تربیت، شماره هشتم، ۲۶-۲۸.
 ۳. اسدی، احمد،، غلامی، محبوبه،، و نصرتی، شعبان (۱۳۹۵). تحلیلی بر معناشناسی واژه کبد در قرآن کریم با الهام از روش ایزوتسو. نشریه ذهن، شست و هفتم، ۷۷-۱۰۲.
 ۴. البحرانی، ابن میثم (بی تا). شرح نهج البلاغه. بی جا: بی نا.
 ۵. بهی نوش آبادی، زینب (۱۳۹۷). نقش رنج و محنت در معنادراری زندگی با تأکید بر نهج البلاغه. نهج البلاغه اصول دین و معارف علوی. کارشناسی ارشد. دانشگاه پیام نور. مرکز تهران جنوب.
 ۶. پسندیده، عباس (۱۳۹۵). الگوی اسلامی شادکامی با رویکرد روان شناسی مثبت گرا. قم: مؤسسه علمی فرهنگی دار الحدیث.
 ۷. جعفری تبریزی، محمدتقی (بی تا). شرح نهج البلاغه (محمدتقی جعفری تبریزی). بی جا: مؤسسه تدوین و نشر آثار علامه جعفری.
 ۸. حجازی، الهه،، و سلیمانی، حمیده (۱۳۸۹). کیفیت دوستی، تقابل دوستی و تاب آوری. نشریه علوم رفتاری، ۴(۴)، ۳۱۹-۳۲۵.
 ۹. دهخدا، علی اکبر (۱۳۷۷). لغت نامه دهخدا. تهران: مؤسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران.
 ۱۰. راغب اصفهانی. حسین بن محمد (۱۳۷۰). المفردات فی غریب القرآن. بیروت: دار العلم دار الشامیه.
 ۱۱. زروانی، مجتبی،، و خوشقانی، ندا (۱۳۹۰). بررسی تطبیقی خاستگاه و غایت رنج در آموزه‌های بودا و عهدین. نشریه اندیشه دینی، شماره ۴۱، ۸۱-۱۰۶.
 ۱۲. شریف الرضی، محمد بن حسین (بی تا). ترجمه و شرح نهج البلاغه (فیض الاسلام). تهران: مؤسسه چاپ و نشر تألیفات فیض الاسلام.
 ۱۳. صوری، مهین (۱۳۹۱). درد و رنج از منظر امام علی (علیه السلام) در نهج البلاغه با نگاهی به آرای کی یرکگور. علوم حدیث گرایش نهج البلاغه. کارشناسی ارشد. دانشگاه قرآن و حدیث.
 ۱۴. کلینی، محمد بن یعقوب (۱۳۶۵). الکافی. آخوندی. تهران: دار الکتب الاسلامیه.
 ۱۵. مصباح یزدی، محمدتقی (۱۳۷۶). ره توشه. قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
 ۱۶. مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۸۶). پیام امام امیرالمؤمنین (علیه السلام). تهران: دار الکتب الاسلامیه.
 ۱۷. نراقی، محمد مهدی (بی تا). جامع السادات. بیروت: مؤسسه علمی المطبوعات.
 ۱۸. نقدی، اسدالله،، و سوری، علی (۱۳۸۸). سرمایه اجتماعی و معمای رشد و توسعه. نشریه علوم اجتماعی، شماره ۷، ۱۴۵-۱۵۶.



شپوشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی