

انعطاف‌پذیری مؤمنانه در مواجهه با ابتلائات (تحلیل فقه‌الحدیثی روایت «خامة الزرع»)

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۰۸/۰۶

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۲/۲۱

کوثر حلال‌خور^۱
داود صائمی^۲
داود معماری^۳

چکیده

براساس آموزه‌های قرآنی و روایی از جمله مسائلی که همواره بشر را با چالش روبرو می‌کند تنوع ابتلائات و شیوه رویارویی با این سنت الهی است. در منابع روایی شیعی و سنی، در تشبیهی زیبا، خامة الزرع بودن مومن و یا به عبارتی انعطاف مؤمنانه به عنوان راهکار رویارویی پیروزمندانه در برابر حوادث خطیر و امتحانات الهی ارائه شده است. این مقاله با شیوه توصیفی - تحلیلی، با تأکید بر روایت خامة الزرع، انعطاف‌پذیری مؤمنانه را به عنوان یک نوع کنش رفتاری مطلوب از سوی انسان در موقعیت‌های ناخوشایند ابتلاء به نعمت پیشنهاد می‌کند. یافته‌های تحقیق حاکی از آن است که ایمان که نقش اساسی در سامان یافتن معرفت و عمل مومن دارد و او را در مسیر بندگی الهی نگه می‌دارد، در همین راستا عامل اصلی در انعطاف‌پذیری او در مواجهه با حوادث و ابتلائات است تا مومن در صحنه‌های خطیر آزمون‌ها نشکند و پیروزمندانه به حیات معنوی خویش ادامه دهد.

کلیدواژه‌ها: ابتلاء، حدیث خامة الزرع، ایمان، انعطاف‌پذیری، فقه‌الحدیث.

۱. دانشجوی دکتری رشته علوم قرآن و حدیث دانشگاه قرآن و حدیث (نویسنده مسئول) (kosar_halalkhor@yahoo.com).

۲. عضو هیئت علمی دانشگاه علوم و معارف قرآن کریم، دانشکده علوم قرآنی شاهرود (Da.saemi@quran.ac.ir).

۳. استادیار دانشگاه بین‌المللی امام خمینی (ره) قزوین (memari@ISR.ikiu.ac.ir).

۱. بیان مسأله

یکی از موضوعات اساسی که در پیچ و خم زندگی بشر خودنمایی می‌کند و او را در معرض انتخاب و موضع‌گیری قرار می‌دهد سنت آزمایش و ابتلائات است که در قرآن کریم تحت عنوان «بلاء»، «فتنه» و «امتحان» از آن یاد شده است. در نظام فکری قرآن کریم، ابتلاء سنت الهی است که مبدأ آن خداوند و مقصد آن عموم انسان‌ها هستند. ابتلاء با اهداف و مصالحی محقق گشته و موضع‌گیری انسان‌ها در برابر آن سرنوشت اخروی مبتلایان را رقم خواهد زد. خداوند بر اساس غایت آفرینش انسان و ویژگی‌های وجودی وی، او را در صحنه‌های گوناگون زندگی می‌آزماید^۱ و تمام اشیاء و موجودات عالم وسیله این امتحان و سنجش انسان هستند که در بعضی از موارد به وسیله امور تکوینی و گاهی نیز به وسیله امور تشریحی انجام می‌گیرد؛^۲ همچنان‌که در روایتی از امام صادق ع آمده است:

مَا مِنْ قَبْضٍ وَلَا بَشْطٍ إِلَّا وَ اللَّهِ فِيهِ مَشِيئَةٌ وَقَضَاءٌ وَابْتِلَاءٌ.^۳

به دیگر بیان، همه انسان‌ها در معرض آزمایش الهی قرار دارند و هیچ فردی از نوع بشر از این قانون مستثنی نیست.^۴ خداوند در آیه دوم سوره عنکبوت به صراحت از امتحان به عنوان یک سنت الهی یاد می‌کند که همه انسان‌ها به نوعی بدان مبتلا می‌شوند. این آیه بیانگر این است که وقتی کسی مدعی سخن و باوری است می‌بایست نشان دهد که تا چه اندازه در این سخن و باور صادق و به تعبیری قول و فعلش یکی است. قول و سخن هر کسی به معنای اظهار باورها و اعتقادات اوست، وقتی قولی را اظهار می‌کند در حقیقت باور و اعتقاد و ایمانی را اظهار کرده است. چنین شخصی می‌بایست در عمل نشان دهد که در باور خویش صادق است و این صداقت تنها در فعل قابل شناسایی است. از این رو در هنگام امتحان، شخص ثابت می‌کند تا چه اندازه اهل صداقت است و میان قول و فعل او تطابق و هماهنگی وجود دارد. این امتحانات در مواردی با شداید و نامالیماتی مانند فقر، بیماری، مرگ و ... همراه است^۵ و گاهی نیز انسان با نعمت‌های مادی مانند سلامت، ثروت

۱. سوره انسان، آیه ۲.

۲. سوره کهف، آیه ۷؛ سوره بقره، آیه ۱۵۴.

۳. الکافی، ج ۱، ص ۱۵۲.

۴. سوره ملک، آیه ۲.

۵. سوره بقره، آیه ۱۵۵.

و... آزموده می شود.^۱ امام خمینی در چهل حدیث آورده اند:

بلاء، اختبار و امتحان است و در نیک و بد استعمال می شود. بالجمله هر چه حق - جلّ جلاله - به آن بندگان خود را امتحان فرماید، بلاء و ابتلا است؛ چه از قبیل امراض و اسقام و فقر و ذلت و ادبار دنیا باشد یا مقابلات آن‌ها، که بسا باشد که انسان به کثرت جاه و اقتدار و مال و منال و ریاست و عزت و عظمت امتحان شود.^۲

امیرمؤمنان علیه السلام نیز در این خصوص می فرمایند:

خداوند روزی گسترده را با فقر و بیچارگی درآمیخت و تندرستی را با حوادث دردناک پیوند داد، دوران شادی و سرور را با غصه و اندوه نزدیک ساخت، اجل و سرآمد زندگی را مشخص کرد، آن را گاهی طولانی و زمانی کوتاه قرار داد... تا آزمایش گردند.^۳

بنابراین با توجه به اجتناب ناپذیر بودن این موقعیت‌ها و نیز در نظر گرفتن مسئله بداء و نیز وجود شرور در عالم هستی «آدمی کاری جز پذیرا بودن آنها نمی تواند انجام دهد و اگر واکنش مناسبی از خود نشان دهد این موقعیت‌ها تبدیل به فرصت‌هایی می شود که شاید این فرصت‌ها در غیر این مواقع تاثیر چندانی بر زندگی او نمی گذاشت. نتیجه آنکه برخورد مناسب با این موقعیت‌ها می تواند انسان را به رضامندی از زندگی برساند».^۴

۱-۱. واژه شناسی ابتلا

ضرورت مرزبندی و بازشناسی حوزه این عکس‌العمل از محدوده ضعف، سستی، وادادگی و نفاق بسیار مهم و خطیر است. واژه ابتلاء یکی از واژه‌های مهم و حساس قرآنی است که فهم دقیق معنای آن در دریافت معارف این کتاب و حیانی تاثیر به سزایی دارد. این واژه و مشتقات آن ۳۸ مرتبه در ۲۵ سوره و ۳۵ آیه از قرآن کریم به کار رفته است. واژه ابتلاء در قرآن مفهوم عامی است که با تعابیر دیگری چون فتنه، امتحان، تمحیص و... نیز اشتراک مفهومی دارد. صاحب مجمع البحرین، ذیل ماده «ب ل و» می نویسد:

۱. سوره فجر، آیه ۱۵ و ۱۶.

۲. چهل حدیث، ص ۲۰۴.

۳. نهج البلاغه، خطبه ۹۱، ص ۱۶۹.

۴. «ایمان و رضامندی»، ص ۲.

بلا به معنای امتحان کردن و اصل آن از محنت به معنای سختی و آزمایش است. آزمون خدای تعالی از بندگان گاهی با نعمت‌ها و آسایش و مال و سلامتی است، تا سپاس گزارند و شکر کنند و گاهی با ضررها و زبان‌ها و امراض است، تا پایداری و صبر پیشه کنند و اجر ببرند.^۱

«ابتلاء» آزمون همراه با سختی و تحمل امور ناخوشایند برای انسان است^۲ و امکان دارد از راه خیر یا شر باشد.^۳ تعلق «ابتلا» به صدور و «تمحیص» به قلوب در آیه «وَلِيَبْتَلِيَ مَا فِي صُدُورِكُمْ وَلِيُمَحِّصَ مَا فِي قُلُوبِكُمْ»^۴ بدین دلیل است که هدف در ابتلا آزمودن و جداسازی اخلاق و ضمائر خیر و خوب از شر و بدی و هدف در «تمحیص» پاکسازی دل‌ها از عقاید و گمان‌های باطل است.^۵

راغب در المفردات «بلا» را به «کهنه شدن» معنا کرده است:

این مطلب دو امر را در بردارد: ۱- آزمایش به قصد علم پیدا کردن به چیزی که امر آن پنهان است، ۲- به قصد ظهور و آشکار شدن خوبی‌ها و بدی‌های یک شیء. در مورد خداوند، قسمت دوم درست است. تکالیف الهی نیز از جهاتی به بلا تعبیر شده است؛ زیرا تمام تکالیف به گونه‌ای برای تن و جسم مشکل است، از این جهت سبب فرسودگی جسم می‌شود.^۶

صاحب مقایس اللغة نیز آورده است:

بلوی دو اصل دارد: ۱. کهنگی و فرسودگی، ۲. امتحان و اختبار.^۷

«بلاء» (از واژه‌های هم خانواده با ابتلاء) هم از راه خیر (نعمت‌ها) است و هم از راه شر (بلا و گرفتاری).^۸

۱. مجمع البحرین، ج ۱، ص ۶۱؛ مجمع البیان، ج ۱، ص ۱۰۵.

۲. معجم الفروق اللغویة، ص ۱۰ و ص ۱۳۹.

۳. الکلیات، ص ۳۴.

۴. سوره آل عمران، آیه ۱۵۴.

۵. التحریر و التنویر، ج ۳، ص ۲۶۱.

۶. ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن، ج ۱، ص ۳۰۹.

۷. معجم مقایس اللغة، ص ۲۹۲.

۸. کتاب العین، ج ۱، ص ۱۹۳؛ تهذیب اللغة، ج ۱۵، ص ۳۹۱؛ الصحاح تاج اللغة و صحاح العربیة، ج ۶، ص ۲۲۸۵؛

المصباح المنیر، ج ۲۲، ص ۶۲.

۲-۱. ابتلا؛ سنت مستمر الهی

مسئله حائز اهمیتی که درباره بلا و آزمایش باید بدان توجه داشت این است که با توجه به آیه **﴿وَنَبَلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً﴾**^۱، بلا در معنای عام (خیر و شر) استعمال شده است. به عبارت دیگر، بنا به دو آیه دیگر قرآن^۲ عنوان بلا هم برای نعمت به کار می‌رود و هم برای نعمت.

همچنان‌که انسان بیمار به بیماری مبتلا است، انسان سالم نیز به سلامت مبتلا است. در عالم هیچ چیزی یافت نمی‌شود که به بلا مبتلا نباشد. گاهی خداوند سبحان آنان را با سلامت امتحان می‌کند تا ببیند او شاکر است و از این نعمت بهره می‌گیرد یا نه و گاهی او را به مرض می‌آزماید تا ببیند او صابر است یا نه.^۳

درباره دنیا و مسئله آزمایش باید مد نظر داشت که هیچ مفهومی خارج از امتحان، حقیقت مجزایی ندارد. فقر ماهیتی خارج از امتحان ندارد، همین‌طور ثروت؛ این موارد فقط در فضای امتحان تصویر پیدا می‌کنند. سخن گفتن از امتحان سخن گفتن از احکام الهی نیست، بلکه سخن گفتن از بستر تلفیق دستورات خدا و رفتارهای انسان است. باید‌ها و نباید‌ها وقتی در ظرف امتحان به انسان متصل می‌شوند و از انسان رفتار خاصی را می‌خواهند معنای خودشان را پیدا می‌کنند. سخن گفتن از امتحان، سخن گفتن از بستر دینداری است. فرد و جامعه هر دو امتحان می‌شوند. حضرت علی علیه السلام در خطبه قاصعه می‌فرماید:

وَلَكِنَّ اللَّهَ يَخْتَبِرُ عِبَادَهُ بِأَنْوَاعِ الشَّدَائِدِ وَيَتَعَبَّدُهُمْ بِأَنْوَاعِ الْمَجَاهِدِ وَيَبْتَلِيهِمْ بِضُرُوبِ الْمَكَارِهِ إِخْرَاجًا لِّلَّتَّكْبِيرِ مِنْ قُلُوبِهِمْ؛^۴

خداوند بندگان خود را به انواع شداید می‌آزماید و با دستورات سختی که به آن‌ها می‌دهد، به بندگی و ادارشان می‌کند و به ناخوشایندها آزمایششان می‌نماید تا خودپسندی را از دل‌هایشان بزداید.

پس عوامل تقدیری و تشریحی الهی هر دو برای امتحان است؛ امتحانی که هدفش این است که از اول عمر تا آخر، تکبر را از قلوب مؤمنین خارج کند. امتحان فرآیند دائمی اخراج تکبر است از دل موجودی به نام انسان که تولیدکننده دائمی علف هرزه تکبر است.

۱. سوره انبیاء، آیه ۳۵.

۲. سوره فجر، آیه ۱۵ و ۱۶.

۳. تفسیر تسنیم، ج ۲، ص ۳۶۰.

۴. نهج البلاغه (صبحی صالح)، ص ۲۹۴.

البته باید توجه داشت که:

یکی از عوامل تنیدگی و فشار روانی در برابر اتفاقات زندگی، احساس بی‌معنا بودن حوادث است. کسانی که در سختی‌ها و بلاها بی‌تاب می‌شوند، نه تنها موقعیت ناخوشایند را بی‌معنا می‌دانند بلکه ارزیابی منفی نیز از آن دارند. معمولاً چنین افرادی سختی‌های زندگی را ناعادلانه، بی‌دلیل، رنج‌بی‌حاصل، مزاحم و به‌خصوص اهانت‌آمیز ارزیابی می‌کنند. در تصور این افراد، مال و ثروت نشانه «کرامت» است و محرومیت نشانه «خواری».^۱ آنچه موجب تشدید فشار روانی می‌گردد، همین ارزیابی‌هاست. در این ارزیابی‌ها، معنای بلاها منفی ارزیابی می‌شوند و این ارزیابی بر رنج موقعیت ناخوشایند می‌افزاید؛ اما اگر انسان به معناداری کارها، هر چند دشوار و سخت، باور داشته باشد، آن‌ها را تحمل خواهد کرد. ناکامی در یافتن معنا، از مهم‌ترین عوامل تنش‌زاست. بخشی از آیات قرآن کریم به فلسفه بلاها و مصیبت‌ها پرداخته است؛ به عنوان نمونه می‌توان گفت که مهم‌ترین معنای بلاها، خاصیت «رشد‌دهندگی» آن‌هاست.^۲ دنیا و زندگی در آن برای آزمودن است و آزمودن، برای ساخت شخصیت انسان‌هاست. در این زندگی گرفتاری‌هایی وجود دارد که بشر را به واکنش وامی‌دارد و چگونگی واکنش او موجب پرورش استعدادهای نهفته می‌شود.^۳

بنابراین هر کس به ناچار باید سلاحی را برای مواجهه با دشواری‌های امتحان و آزمایش در هر دوره‌ای از زندگی خویش برگزیند. این انسان و نوع بینش و تفکر او است که مشخص می‌کند با امتحان چگونه برخورد کند و از چه ابزاری برای مقابله با این سنت همیشه‌جاری خداوند در همه عرصه‌های زندگی خویش استفاده کند. در آیات قرآن کریم و روایات معصومین علیهم‌السلام روش‌های متعددی معرفی و بیان شده است که آشنایی و شناخت صحیح آن‌ها برای بروز واکنش مؤمنانه در این مواقع لازم و ضروری به نظر می‌رسد.

بلا و امتحان در روایات، جنبه‌های مختلفی دارد که اگر به این جنبه‌ها توجه شود مسیر زندگی بشر عوض خواهد شد؛ همچنان‌که راه‌های برون‌رفت موفق از این آزمون‌های الهی در

۱. سوره فجر، آیه ۱۵ و ۱۶.

۲. سوره ملک، آیه ۲.

۳. سوره بقره، آیه ۵۵.

۴. «بررسی و تحلیل شادکامی از منظر قرآن»، ص ۱۲.

متون روایی نیز معرفی شده‌اند. یکی از انواع واکنش‌هایی که انسان در رویارویی با ابتلائات و آزمایش‌ها از خود بروز می‌دهد، انعطاف‌پذیری است.

در حدیث شریف نبوی ﷺ آمده است:

مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ خَامَةِ الزَّرْعِ تُكْمِلُهَا الرِّيحُ كَذَا وَكَذَا وَكَذَلِكَ الْمُؤْمِنُ تَكُونُهُ
الْأَوْجَاعُ وَالْأَمْرَاضُ وَمَثَلُ الْمُنَافِقِ كَمَثَلِ الْإِرْزَبَةِ الْمُسْتَقِيمَةِ الَّتِي لَا يُصِيبُهَا شَيْءٌ حَتَّى
يَأْتِيَهُ الْمَوْتُ فَيَقْصِفُهُ قَصْفًا؛^۱

مؤمن در مواجهه با ابتلائات و بلاها همانند ساقه نرم گیاهی است که با انعطاف‌پذیری در برابر بادهای تند، خم می‌شود، ولی نمی‌شکند؛ اما منافق چون عصایی آهنین و غیرمنعطف، اگرچه با مصائب خم نشود، ولی طوفان مرگ به یک‌باره او را ریشه کن خواهد ساخت.

این حدیث، بیان‌گر کارایی عامل انعطاف‌پذیری مؤمنانه در برابر آزمایش‌های الهی است و راهکار برون‌رفت صواب و موفقیت‌آمیز مؤمن از آزمایش را داشتن انعطاف‌پذیری او معرفی می‌کند. به عبارت دیگر، برای پیروزی در ابتلائات سخت و دشوار، از نگاه متون اسلامی، عوامل متعددی دخیل هستند که در این حدیث شریف به یکی از مهم‌ترین عوامل، یعنی کنش رفتاری انعطاف‌پذیری اشاره گردیده؛ همچنان‌که روایت شریف نیز بر همین اصل مهم تأکید می‌کند:

الْمُؤْمِنُونَ هَيُّونَ لَيْتُونَ كَالْجَمَلِ الْأَنْفِ إِذَا قِيدَ انْقَادَ وَإِنْ أُنِيخَ عَلَى صَخْرَةٍ اسْتَنَاحَ؛^۲

مؤمنان با وقار و آرامش‌اند، مانند شتر نری که مهار در بینی دارد، چون او را بکشند، به راه افتد و اگر بر صخره‌ای بخوابانند، بخوابد.

این نوشتار بر آن است که با روش توصیفی-تحلیلی، به بررسی حدیث شریف «خامه الزرع» پرداخته و تاثیر شگرف انعطاف‌پذیری مؤمنانه را در رویارویی با ابتلائات گوناگون و قرار گرفتن در موقعیت نقیمت تبیین نماید.

۲. یافته‌های تحقیق (تحلیل حدیث خامه الزرع)

برای پیروزی در امتحان و آزمایش الهی از نگاه قرآن کریم عوامل متعددی نظیر «صبر»^۱

۱. الکافی، ج ۲، ص ۲۵۸.

۲. همان، ج ۲، ص ۳۴.

تقوا،^۲ «توجه به گذرا بودن امور»،^۳ «استمداد از نیروی ایمان و الطاف الهی»،^۴ «توجه به عکس العمل پیامبران در برابر آزمایش های الهی»^۵ و ... دخیل هستند. همچنین در آیاتی از قرآن کریم به عکس العمل هایی نظیر «شکر»^۶ و «کفران و ناسپاسی»^۷ به عنوان رفتارهایی که انسان در برابرین آزمون ها و ابتلائات از خود نشان می دهد اشاره شده است. براساس دایره فرهنگ روایات نبوی و ائمه اطهار علیهم السلام یکی از عکس العمل هایی که انسان ها می توانند در برابر سنت ابتلا از خود نشان دهند، انعطاف پذیری در موقعیت های مختلف زندگی است. در روایت «خَامَةَ الرَّزْعِ» آمده است:

مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ خَامَةِ الرَّزْعِ تُكْفَمُهَا الرِّيحُ كَذَا وَكَذَا وَكَذَلِكَ الْمُؤْمِنُ تُكْفَمُهُ
الْأَوْجَاعُ وَالْأَمْرَاضُ وَمَثَلُ الْمُنَافِقِ كَمَثَلِ الْإِرْزَبَةِ الْمُسْتَقِيمَةِ الَّتِي لَا يُصِيبُهَا شَيْءٌ حَتَّى
يَأْتِيَهُ الْمَوْتُ فَيَقْصِفُهُ قَصْفًا.^۸

دقت در این روایت حاکی از آن است که انعطاف پذیر بودن انسان مؤمن هنگام رویایی با ابتلا از نوع نعمت و دشواری مولفه ای بسیار مهم است.

بنابراین، از آنجایی که آزمایش یک سنت همگانی و مستمر است و تأثیر بسزایی در سعادت و شقاوت انسان ها دارد و آدمی نیز در برخورد با امتحانات الهی و در رویارویی با سختی ها و گرفتاری های زندگی، رفتارها و واکنش های گوناگونی از خود نشان می دهد؛ لازم است براساس میراث حدیثی، چگونگی رویایی انسان با آن مورد بررسی و مذاقه قرار گیرد تا عوامل دخیل در رویارویی صحیح و نیز راه های صحیح برون رفت از آزمایش الهی شناسایی و معرفی گردند.

۱-۳. اسناد حدیث

الف) عَلِيُّ بْنُ إِبْرَاهِيمَ (قمی - ثقة)، عَنْ أَبِيهِ (ابراهیم بن هاشم - ثقة)، عَنِ ابْنِ أَبِي عُمَيْرٍ

۱. سوره بقره، آیه ۱۵۶، ۱۵۵ و ۱۸۶؛ سوره فرقان، آیه ۲۰.

۲. سوره آل عمران، آیه ۱۸۶.

۳. سوره بقره، آیه ۱۵۶.

۴. سوره اعراف، آیه ۹۶.

۵. سوره بقره، آیه ۱۲۴؛ سوره انعام، آیه ۱۰.

۶. سوره نمل، آیه ۴۰.

۷. سوره حج، آیه ۱۱.

۸. الکافی، ج ۲، ص ۲۵۸.

(ثقة)، عَنْ حُسَيْنِ بْنِ عُمَانَ (الاحمسی الرواسی - ثقة)، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مُسْكَانَ (ثقة)، عَنْ أَبِي بَصِيرٍ (الاسدی-ثقة)، عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام قَالَ، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وآله:

مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ خَامَةِ الزَّرْعِ تُكْفَمُهَا الرِّيحُ كَذَا وَكَذَا وَكَذَلِكَ الْمُؤْمِنُ تُكْفَمُهُ الْأَوْجَاعُ وَالْأَمْرَاضُ وَمَثَلُ الْمُتَنَافِقِ كَمَثَلِ الْإِرْزَبَةِ الْمُسْتَقِيمَةِ الَّتِي لَا يُصِيبُهَا شَيْءٌ حَتَّى يَأْتِيَهُ الْمَوْتُ فَيَقْصِفُهُ قَصْفًا.^۱

همه راویان در سند روایت ثقة هستند و سند متصل است. از این رو، روایت (مسند و صحیح) است. البته طبق مبنای برخی رجالیان به جهت وجود ابراهیم بن هاشم در سند، روایت (مصححه و یا معتبره) محسوب می‌شود؛ چون ابراهیم بن هاشم توثیق صریح ندارد، لکن از بزرگان شیعه بوده و روایت او مورد پذیرش است. همچنین براساس سند اعتبار منابع دار الحدیث،^۲ منبع این سند (الکافی) در قسمت الف / ۱ درجه بندی می‌شود.^۳

ب) با روایتی نزدیک و شبیه به همین مضمون در منابع اهل سنت آمده است:

حَدَّثَنَا مُسَدَّدٌ، حَدَّثَنَا يَحْيَى، عَنْ سُفْيَانَ، عَنْ سَعْدِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ كَعْبٍ، عَنْ أَبِيهِ: عَنِ النَّبِيِّ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ: «مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَالْخَامَةِ مِنَ الزَّرْعِ، تُفْتَمُّهَا الرِّيحُ مَرَّةً، وَتَعْدِلُهَا مَرَّةً، وَمَثَلُ الْمُتَنَافِقِ كَالْإِرْزَبَةِ، لَا تَزَالُ حَتَّى يَكُونَ الْجَعْفَاءُ مَرَّةً وَاحِدَةً». وَقَالَ زَكَرِيَاءُ: حَدَّثَنِي سَعْدٌ، حَدَّثَنَا ابْنُ كَعْبٍ، عَنْ أَبِيهِ كَعْبٍ، عَنِ النَّبِيِّ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - .^۴

ج) همچنین در منابع اهل سنت با تفاوت در قسمت دوم، برخی منابع روایت را با لفظ «کافر»^۵ و برخی با لفظ «فاجر»^۶ ذکر کرده‌اند.

۲-۲. تحلیل متنی حدیث

در این مختصر، پس از واکاوی سندی به تبیین متنی و مفهومی این روایت شریف

۱. همان جا.

۲. رک: کتاب منطق فهم حدیث، ص ۲۷۷ به بعد.

۳. جهت دستیابی به اطلاعات جامع درباره تمایل‌های گوناگون این حدیث به مقاله ارزشمند (بررسی تمثیل «خامه الزرع» در روایات شیعی و مفاد آن) اثر دکتر عباس پسندیده که به تازگی در شماره ۹۴ فصلنامه علوم حدیث در زمستان ۱۳۹۸ منتشر است مراجعه شود.

۴. صحیح البخاری، ج ۷، ص ۱۱۴.

۵. همان، ج ۹، ص ۱۳۷.

۶. همان، ج ۷، ص ۱۱۴.

خواهیم پرداخت. تعریف واژه‌های اصلی و تشریح دلالت کلام معصوم علیه السلام، مهم‌ترین مراحل این تحلیل است:

۲-۱-۲. واژه‌شناسی حدیث

در فرهنگ لغات و شروح مختلف شیعی و سنی توضیحاتی هماهنگ درباره روایت «خَامَةِ الزَّرْعِ» بیان شده است:

- فی القاموس: الخامة من الزرع: أول ما ينبت على ساق، أو الطاقة الغضة منه». و فی الصحاح: «الخامة: الغضة الرطبة من النبات. و فی الحدیث: مثل المؤمن مثل الخامة من الزرع تميلها الريح مرة هكذا و مرة هكذا». فی القاموس فی باب الهمزة: «أكفأ: مال و أمال و قلب». شجر الأرز، و هو خشب معروف. و قيل: هي الصنوبر. و قال بعضهم: هي الأرزة بوزن فاعلة، و أنكرها أبو عبيد. و فی الصحاح: أبو عمرو: الأرزة - بالتحريك - شجر الأرز. و قال أبو عبيدة: الأرزة - بالتسكين - شجر الصنوبر، و الجمع: أرز، و شجرة أرزة أى ثابتة فی الأرض، و قد أرزت تارز.^۱

- قوله (كيفما كفتته الريح انكفأ) أى قلبته و أمالته و هو إشارة الى وجه تشبيهه بخامة الزرع، و التشبيه تمثيل لامالة أهواء نفسه و ریح خاطراته اياه من حال الى حال فتارة يعوج و أخرى يقوم و يعتدل.^۲

- و السهولة هي الانقياد و لين الجانب.^۳

- السهولة اللينة و اليسر و الدلّ بالكسري عنى سرعة الانقياد يعنى سهولة الطبع فى قبول الحق و يسره فى قبول الصفات المرضية و الأخلاق الحسنة و الأطوار الصحيحة و ذلّه و انقياده فى الدين من صفات العاقل و علامات الإيمان كما ورد من طرق العامة و الخاصة «المؤمنون هينون لينون».^۴

- «وإن أنيخ على صخرة» كناية عن نهاية انقياده فى الأمور المشروعة و عدم استصعابه فيها، قال الجوهرى: أنخت الجمل فاستناخ أبركته فبرك، انتهى. و قيل: إنما شبه بالجمل لا بالناقة إشارة إلى أن المؤمن قادر على الامتناع، و لكن له مانع عظيم من

۱. الذريعة إلى حافظ الشريعة، ج ۲، ص ۴۱۳.

۲. شرح الكافي - الأصول و الروضة، ج ۹، ص ۱۸۶.

۳. الوافي، ج ۱، ص ۷۵.

۴. شرح الكافي - الأصول و الروضة، ج ۱، ص ۳۵۷.

- الإيمان، وأحكامه تمنعه عن ذلك.^١
- انْقَادَ - انْقِيَادًا [قود]: مطاوع (قَاد) است، - لِفُلَانٍ؛ به فلانی فروتنی کرد و فرمانبردار شد، - الطَّرِيقُ إِلَى كَذَا؛ راه به سوی جائی هموار و آشکار شد.^٢
- (تكفأً بالبلاء) تقلب بالمصيبة أى المؤمن إذا أصابه بلاء رضى بقدر الله تعالى فإذا زال عنه قام واعتدل بشكر الله تعالى فانقلب البلاء خيرا ورحمة.^٣
- قال فى المصباح: الخامة الغضة من النبات، والجمع خام، وخامات، والخام من الثياب: الذى لم يقصر، وثوب خام، أى: غير مقصور.^٤ وقال الحافظ: هى الطاقة الطرية اللينة، أو الغضة، أو القضبة، قال الخليل: خامة الزرع: أول ما ينبت على ساق واحد.^٥
- قلت: قول الخليل هو الصواب، فالزرع فى أول أمره يكون على ساق واحد، ويكون ليناً طيعاً للريح ينثنى معها حيث أتت، ولا تؤثر على صحته واعتداله، فإذا سكنت رجع على ساقه قائماً كأن لم يصبه شيء، بل ربما ازداد قوى ونضارة، وهذا هو المقصود من المثل، فإن المؤمن تأتیه المصائب من نواح شتى، ففى كل مرة يقال: هذه تهلكه، ثم تنجلى ويعود إلى صحة إيمانه قوياً سليماً، كأن لم يصب بأذى.^٦
- «مثل المؤمن مثل خامة الزرع» بالخاء المعجمة وتخفيف الميم أى طاقته للينة عطفها أو ضعفها (تفئوها) بضم أوله ففاء مفتوحة و تحتيه مشددة مكسورة فهمزة مضمومة وأما قول التلمسانى وروى تفئها بدون ياء فخطأ فاحش أى تحركها وتميلها (الرياح) أى جنس الرياح (هكذا) مرة عن يمينها (وهكذا) مرة عن يسارها والمعنى تميلها من جانب إلى جانب (وفى رواية أبى هريرة رضي الله عنه) وفى نسخة لأبى هريرة كما فى صحيح مسلم (من حيث أثنها الرياح تكفؤها) بفتح الفاء وتكسر أى تقلبها (فإذا سكنت) أى الريح (اعتدلت) أى قامت الخامة على ساقها معتدلة غير مائلة، (وكذلك المؤمن يكفأ) بصيغة المجهول أى بقلب ويغير حاله (بالبلاء) عما كان عليه فى النعماء؛ (و مثل الكافر) وفى معناه الفاجر (كمثل الأرز) بسكون الراء وفتحها شجرة الأرز وهو

١. مرآة العقول فى شرح أخبار آل الرسول، ج ٩، ص ٢٤٣.

٢. فرهنگ ابجدى عربى - فارسى: ترجمه المنجد الابجدى، ص ٦٣.

٣. صحيح البخارى، ج ٧، ص ١١٤.

٤. المصباح، ج ١، ص ٢٥١.

٥. الفتح، ج ١٠، ص ١٠٦.

٦. شرح كتاب التوحيد من صحيح البخارى، ج ٢، ص ٢٦٠.

خشب معروف و قیل الصنوبر و قال بعضهم الآرزة بوزن فاعلة و معناها الثابتة فی الأرض و أنكرها أبو عبيد كذا فی النهاية (صمّاء) أى صلبة يابسة (معتدلة) أى مستوية ثابتة (حتى يقصمه الله تعالى) بكسر الصاد بعد سكون القاف أى يكسره (ويهلكه) و يأخذه بغتة من غير تقدم بلية فی غالب قضية.^۱

با توجه به اقوال فوق می توان اظهار کرد که خامه الزرع به معنای ساقه نرم گیاه است که منعطف بوده و در برابر بادهای تند خم می شود ولی نمی شکند. آزره نیز چوب خشک و غیر منعطف درخت صنوبر یا ارزن است که در برابر تندبادها به دلیل انعطاف ناپذیری، چاره ای جز شکستن ندارد که همچون تصویری از سرانجام منافق در برابر امتحانات و فتنه های پیش روی اوست. این تشبیه برای مومن در مقابل با حوادث و ابتلائات سهمگین زندگی به کار رفته است.

۲-۲-۲. تبیین دلالت حدیث

طبق هر دو روایت (خامه الزرع - هینون لینون) انسان مومن به موجودی زنده ای تشبیه شده است که به جهت حفظ حیات، در مقابل بلاها، تدبیر و روش انعطاف پذیری و نرمش آگاهانه را در راستای حفظ مصلحت مهمتر انتخاب می کند تا بتواند در فرصت مناسب در جایگاه درخور و اصلی نمود کند و در اثر تعصب و تحجر، باعث شکستن و نابودی خویش نگردد. زیرا لازمه حفظ ریشه و ادامه حیات منوط به استفاده از روش انعطاف در طول اصول و ریشه ها در برابر ابتلائات مختلف است. به تعبیر دیگر انعطاف پذیر بودن در عین قوی بودن، به گزینش عاقلانه و مومنانه دلالت می کند و نمی توان چنین تلقی کرد که افراد منعطف افراد غیر اصولی هستند و یا پایبندی به اصول و عقاید خود ندارند بنابراین نباید به عنوان سستی در عقیده و راسخ نبودن برایمان تعبیر شود. همچنان که بررسی وقایع و رویدادهای تاریخی زندگانی انبیا علیهم السلام، پیامبر صلی الله علیه و آله و ائمه علیهم السلام مؤید این مسأله است.

صف آراییی انعطاف پذیری مؤمنانه و انعطاف پذیری منافقانه به خوبی در جنگ صفین و مخصوصاً در مقایسه شخصیت مالک اشتر و عمرو عاص قابل مشاهده و مقایسه است. انعطاف پذیری مؤمنانه آنجا معنا می یابد که مالک در چند قدمی خیمه معاویه است و از امیرالمؤمنین علیه السلام فرمان می رسد که مالک برگردد و او به آن چنان بینش و بصیرتی درباره مولای خود رسیده است که جنگ را در اوج پیروزی رها کرده و به فرمان مولایش برمی گردد. در

۱. شرح الشفاء للقاضی عیاض، ج ۲، ص ۳۸۱.

مقابل، شخصیت عمروعاص را می‌بینیم که در اوج کفر خود، وقتی خود را شکست خورده و درمانده می‌بینند قرآن‌ها را به نیزه کرده و نتیجه جنگ را با کمک عده‌ای ساده‌لوح در جبهه خودی و نیرنگی شیطانی عوض می‌کند.

خداوند انعطاف‌پذیری روح انسان در مسیر عبودیت را با امتحانات زندگی می‌آزماید و انسان بر اساس این امتحانات صاحب درجاتی از کمال و یا درجاتی از کفر و بی‌ایمانی خواهد بود؛ همچنان‌که در آیه ۱۶ سوره حدید به این مسئله اشاره شده است:

﴿أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ وَلَا يَكُونُوا كَالَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلُ فَطَالَ عَلَيْهِمُ الْأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَاسِقُونَ﴾.

قرآن کریم در بیان ویژگی‌های منافقان از توصیف «كَانَتْهُمْ حُشْبٌ مُسِنَّدَةٌ»^۱ «مانند چوب‌های خشک در برابر حوادث که کوچک‌ترین انعطافی ندارند» استفاده می‌کند. گاهی تصور می‌شود که مقصود از تشبیه آنان به چوب‌های تکیه داده شده به دیوار، این است که آنها موجودات غیرمفیدی‌اند؛ زیرا چوب در صورتی مفید خواهد بود که داخل کار و یا ساختمان باشد و در غیراین صورت موجود مزاحم و غیرسودمندی خواهد بود. ولی این وجه تا حدی دور از ظاهر آیه و متفاهم عرفی است. احتمال دیگری نیز در اینجا هست که شاید از معنای پیش روشن‌تر و واضح‌تر باشد؛ زیرا می‌توان گفت که مقصود از تشبیه آنها به چوب‌های تکیه‌زده به دیوار، این است که آنان به سان چوب‌های خشک در برابر حوادث، کوچک‌ترین انعطافی ندارند و «خشب» در لغت عرب چوب خشک غیرقابل انعطافی را می‌گویند که بر اثر فشار دو نیم می‌شود. انعطاف‌پذیری در برابر حوادث به طرز صحیح، یکی از نشانه‌های مردان مؤمن به هدف خویش است و انعطاف در برابر حوادث، با تملق و چاپلوسی و ابن‌الوقت بودن، تفاوت روشنی دارد. افراد ابن‌الوقت هدف مشخصی ندارند و به هیچ اصلی پایبند نیستند، به هر رنگی درمی‌آیند، و با ماسک‌های گوناگون در صحنه زندگی ظاهر می‌شوند ولی افراد انعطاف‌پذیر، تا آنجا که ضرری به اصول و اهدافشان متوجه نشود با مردم و حتی با دشمن خود کنار می‌آیند و برای حفظ اصول و پایه‌های واقعی از یک سلسله منافع می‌گذرند. همچنان‌که جهان طبیعت به ما درس می‌آموزد: طوفان سهمگینی از نقطه‌ای برمی‌خیزد و بر اشجار جوان و کهنسال و گل‌ها و گیاهان و مزارع حمله می‌برد، سنبل‌های مزارع و گیاهان و گل‌های گلستان در برابر طوفان مقاومت نشان داده و با انعطاف

۱. سوره منافقون، آیه ۴.

و خم شدن خاصی، طوفان سهمگین را رد می‌کنند و پس از آن به حالت نخست باز می‌گردند؛ ولی درختان خشک در برابر طوفان سینه سپر کرده و با صلابت خاصی ابراز مقاومت می‌نمایند اما پس از لحظاتی از پای درمی‌آیند. این حقیقت اجتماعی را پیامبر اسلام ﷺ در یکی از سخنان خود بیان کرده و می‌فرماید:

مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَالسَّنْبَلَةِ يَحْرِكُهَا الرِّيحُ فَتَقُومُ مَرَّةً وَتَقَعُ أُخْرَى وَ مَثَلُ الْكَافِرِ مَثَلُ الْأُرْزَةِ وَ لَا يِرْأَلُ قَائِمَةً حَتَّى تُتَغَفَّرَ^۱

صاحب روح البیان در تفسیر این تشبیه حضرت ﷺ می‌نویسد:

«الْأُرْزَةُ» درخت سختی مانند صنوبر است؛ «تُتَغَفَّرُ»: از جای کنده می‌شود.^۲

آیه الله سبحانی نیز به همین حقیقت اشاره می‌کند:

حال مؤمن مانند سنبلی است که باد تند آن را حرکت می‌دهد، گاه می‌ایستد و گاه خمیده می‌گردد؛ ولی افراد کافر، در نداشتن انعطاف و کنار نیامدن با مردم، مانند درختان سخت هستند که در برابر تندباد حوادث از جای کنده می‌شوند.^۳

دقت در دایره احادیث رسیده از معصومان علیهم‌السلام ما را به حدیث مقابل با این حدیث - که در بیان صلابت مؤمن بیان شده است - رهنمون می‌سازد:

الْمُؤْمِنُ أَضَلُّبُ مِنَ الْجَبَلِ الْجَبَلُ يُسْتَقَلُّ مِنْهُ وَالْمُؤْمِنُ لَا يُسْتَقَلُّ مِنْ دِينِهِ شَيْءٌ.^۴

اگر مؤمن صلابت نداشته باشد نمی‌تواند دینش را حفظ کند و بیان شده که صلابت مؤمن از کوه هم محکم‌تر است و همین سبب حفظ دینش یا ارزش‌ها و اعتقاداتش می‌شود. به عبارت دیگر، صلابت مومن با قرار گرفتن در کنار حدیث مقابلش که انعطاف‌پذیری را می‌رساند این مفهوم را مطرح می‌کند که استواری و صلابت در دین با نرمی و انعطاف در بلایا هر دو به حفظ دین کمک می‌کنند و اگر صلابت به معنای خشک و خشن بودن باشد، مؤمن قطعاً در مصایب می‌شکند و شکست در رنج‌ها، ضعف در دین را بوجود می‌آورد. انسان‌ها در جهانی که دارای موقعیت‌های فراوان متضادی است زندگی می‌کنند و مؤمن باید بتواند در

۱. جامع الأخبار (شعیری)، ص ۱۸۳.

۲. تفسیر روح البیان، ج ۹، ص ۵۳۳.

۳. دوست نماها؛ تفسیر سوره منافقون، ص ۲۱.

۴. الکافی، ج ۲، ص ۲۴۱.

این تضادها از ایمانش محافظت کند و زندگی سالمی هم داشته باشد و این به ویژگی منعطف بودن او برمی‌گردد.

از منظر دیگر، ارزش خوب بودن انسان، به انعطاف‌پذیری در رعایت قوانین سیال است. خداوند متعال از بندگانش، خوب شدن و تکامل پیدا کردن را خواسته است که بخشی از فرایند خوب شدن، مربوط به اجرای برنامه‌های روتین و ثابت و قوانین و مقررات مکتوب است؛ مقرراتی که ما را به یک سلسله دستورات خوب و رشد دهنده راهنمایی می‌کنند؛ اما اصل مسئله این است که خداوند متعال در کنار برنامه‌های ثابتی که به انسان داده است یک حالت «انعطاف‌پذیری» را از او انتظار دارد. خداوند از آدم، دو نوع خوب بودن را می‌خواهد: یک خوب بودن طبق برنامه‌های ثابت، و یک خوب بودن طبق برنامه‌های سیالی که نیازمند انعطاف هستند و آدم باید انعطاف‌پذیر باشد تا بتواند آنها را انجام بدهد. کار آنجا سخت می‌شود که انسان بخواهد خودش را با دستورات سیال خدا که نیازمند انعطاف هستند تطبیق دهد. ابلیس سال‌های متمادی برای خداوند متعال عبادت می‌کرد یعنی براساس قوانین ثابت همه کارهای خوب را انجام می‌داد. اما وقتی خداوند متعال اجرای یک دستور سیال، بلکه متفاوت و غیرقابل پیش‌بینی را از شیطان خواست جواب ابلیس در واقع نه بود. پس فقط کار خوب آوردن ملاک نیست و باید هنگامی که خدا با او امر خود با روح انسان بازی می‌کند، امکان انعطاف‌پذیری در انسان باشد و انعطاف نشان بدهد. بنابراین خدا می‌خواهد تأکید کند که ارزش انعطاف‌پذیری عبد از خوب بودن در اجرای وظائف عادی بالاتر است.

۲-۳. انعطاف‌پذیری؛ توانایی انطباق با موقعیت‌های خطیر و متفاوت

یکی از کلیدهای موفقیت، انعطاف‌پذیر بودن است. انعطاف‌پذیری در برخورد با چالش‌های زندگی یک مهارت به حساب می‌آید که به صورت اکتسابی باید بدان دست یافت. در موقعیت‌های مختلف، افرادی می‌توانند راحت‌تر شرایط را تحت کنترل خود درآورد که بیشترین انعطاف‌پذیری را در رفتارشان داشته باشند.

انعطاف در لغت به معنای «میل کردن»،^۱ «برگشتن و بازگردیدن و آمادگی برای سازگاری با محیط یا دیگران یا دشواری‌ها»^۲ و انعطاف‌پذیری به معنای «تمایل به سازگاری و هماهنگ شدن با محیط و افراد است و این امر در جایی تحقق می‌یابد که فردی یا مکتبی

۱. لغت نامه دهخدا، ج ۲، ص ۳۰۶۲.

۲. فرهنگ عمید، ج ۱، ص ۱۹۶؛ فرهنگ بزرگ سخن، ج ۱، ص ۶۲۳.

بخواهد متناسب با مقتضیات مخاطبین، قوانین خود را تنظیم کند^۱ بیان شده است. هرگونه تغییر در زندگی انسان اعم از خوشایند و ناخوشایند مستلزم نوعی سازگاری مجدد است. روش‌های مقابله با تغییرات و تنش‌های حاصل از این تغییرات در افراد مختلف و بر حسب موقعیت‌های گوناگون متفاوت است. راهبردهای مقابله، مجموعه‌ای از تلاش‌های شناختی و رفتاری فرد است که در جهت تعبیر یا تفسیر یا اصلاح یک وضعیت تنش‌زا به کار می‌رود و منجر به کاهش رنج ناشی از آن شده و در تفسیر و غلبه بر مشکلات زندگی مؤثر هستند^۲. «شیوه‌ها یا راهبردهایی که فرد در مقابله با موارد استرس‌زا به کار می‌برد نقش اساسی در سلامت جسمانی و روانی او ایفا می‌کند. روان‌شناسان حوزه سلامت روان برای نقش راهبردهای مقابله‌ای اهمیت زیادی قایل هستند و سلامت روان را یک تعامل می‌دانند یعنی از یک سونتیج انتخاب و استفاده از راهبردهای مقابله‌ای، مؤثر و مناسب با تغییر و تنش محسوب می‌گردد و از سوی دیگر، راهبردهای مقابله‌ای خود زمینه‌ساز فضای سالم روانی است که در چنین فضایی شناخت صحیح و ارزیابی درست موقعیت تنش‌زا جهت انتخاب راهکار مقابله‌ای مؤثرتر میسر می‌کند. راه‌های مقابله با فشار روانی متعددند، اما نکته مهم در انتخاب راهبرد مناسب برای مقابله با فشار روانی، همخوانی این راهبردها با زمینه‌های اعتقادی و فرهنگی افراد یک جامعه است»^۳.

در چیستی و تبیین دقیق انعطاف‌پذیری از جنبه‌های مختلفی نظیر روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و اخلاق به این مسأله پرداخته شده است؛ انعطاف‌پذیری را می‌توان «توانایی تغییر از حالتی به حالت دیگر در شرایط خاص جهت سازگاری با وضعیت موجود تعریف کرد. این سازگاری به گونه‌ای می‌تواند باشد که اثرات مفیدی را در پی داشته باشد»^۴. «انعطاف‌پذیری به ظرفیت تغییر فرد در پاسخ به تجارب مثبت و منفی زندگی گفته می‌شود»^۵. «انعطاف‌پذیری توانایی انطباق افراد با رویدادهای جدید است؛ انعطاف‌پذیری یک فرایند پویا تعریف می‌شود که مسئول ایجاد انطباق مثبت، با وجود تجارب مخالف یا

۱. «گونه‌های انعطاف‌پذیری در احکام و قوانین قرآن»، ص ۱.

۲. «بررسی رابطه راهبردهای مقابله‌ای و سلامت روانی در ساکنین خرم‌آباد»، ص ۴۷-۵۴.

۳. «بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های مقابله با رویکرد اسلامی بر سازگاری روانشناختی»، ص ۳.

۴. «انعطاف در رفتارهای تربیتی - مدیریتی و اجتماعی از منظر قرآن و احادیث»، ص ۱۲.

۵. روان‌شناسی رشد نوجوانی - جوانی و بزرگ‌سالی، ص ۹.

تروماتیک در فرد است».^۱ «انعطاف‌پذیری، توانایی ذهنی برای تفکر به شیوه‌های متفاوت ممکن برای سازماندهی و طرح‌ریزی گام‌های بعدی برای حل یک مشکل است».^۲ «انعطاف‌پذیری به عنوان قابلیت مثبت برای برخورد هیجانی و رفتاری مناسب و برای بروز حداقل اختلالات روانی در مقابل شرایط استرس‌زا تعریف می‌شود».^۳ «انعطاف‌پذیری روان‌شناختی یک فرایند یا توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز با شرایط تهدیدکننده است؛ به طوری که فرد بتواند با تجارب درونی و بیرونی منفی و ناخوشایند روبه‌رو گردد و در عین حال، سازگاری و تعادل روان‌شناختی خود را حفظ نماید».^۴ برخی دیگر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی را «توانایی فرد برای ارتباط کامل با زمان حال به عنوان یک انسان هوشیار و آگاه و توانایی او برای تغییر یا ادامه رفتار در جهت ارزش‌هایش» تعریف کرده‌اند.^۵

در نظرگاه دینی «انعطاف‌پذیری در شریعت اسلام به معنای عقب‌نشینی از اصول یا وادادگی نیست که این هردو با عقیدتی بودن اصول و واقع‌گرایی عملی آن‌ها منافات دارد؛ بلکه انعطاف‌پذیری به معنای تاکتیک و گام‌نهایی واقع‌گرایانه‌ای است که فشارهای واقعیت را مورد توجه قرار می‌دهد و هدف از آن ژرفا بخشیدن به دیدگاه اصیل و نتیجه‌گیری اجزای نظام به بهترشکل است. بنابراین، انعطاف‌پذیری انتخاب موضع موقت و گذرایی است که برای حفظ موضع کلی بسته به اوضاع و احوال تغییر می‌کند».^۶

همچنان‌که شیوه‌ها و تصمیم‌های اتخاذ شده از سوی انبیا و اهل بیت علیهم‌السلام در بزنگاه‌های مختلف تاریخی، نظیر ماجرای حضرت ابراهیم علیه‌السلام و ذبح اسماعیل علیه‌السلام، صلح حدیبیه توسط پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم - که با وجود مخالفت اصحاب، نهایتاً از سوی خداوند متعال به فتح مبین معرفی شد -، عقب‌نشینی امام علی علیه‌السلام در جریان سقیفه به جهت مصلحت مهم‌تر و پذیرش صلح توسط امام حسن علیه‌السلام - که نرمش قهرمانانه تاریخ شناخته می‌شود - حکایت از گزینش روش انعطاف‌پذیری توسط ائمه علیهم‌السلام در مسائل مختلف بشری است. به عبارت دیگر، انسان مؤمن باید با تعقل مصلحت‌اندیشانه و بصیرت در مقابل مسائل مختلف به صورت

۱. «انعطاف‌پذیری سازگاری و نشانه‌های روان‌پزشکی»، ص ۱.

۲. «رابطه بین جزمیت، انعطاف‌پذیری و ویژگی‌های جمعیت شناختی با شادکامی»، ص ۶.

۳. «مواجهه با خشونت در نوجوانان: عوامل شناختی - رفتاری و انعطاف‌پذیری»، ص ۲.

۴. «تاب‌آوری، سلامت روانی و رضایت‌مندی از زندگی»، ص ۸.

5. P56, A Practical Guide to Acceptance and Commitment Therapy.

۶. «بررسی مولفه سازگاری مدل هوش هیجانی باران و روش‌های پرورش آن در سنت و سیره امام علی علیه‌السلام»، ص ۶.

کیسانه رفتار کند تا خروجی تصمیمات وی منتهی به حفظ اصول شود. به دیگر بیان، انعطاف پذیری انسان در مقابل مسائل مختلف، نشان از حیات انسان است که با تعقل و نرمش آگاهانه مانع از شکستن و از ریشه برکندن به خاطر جمود و تعصب می‌گردد.

۲-۴. نقش عامل ایمان در انعطاف پذیری

ایمان از منظر اسلام، ظرفیت بسیاری در تحقق و عمق بخشی به فضایل اخلاقی دارد. البته ایمان قبل از تأثیر بر آن فضایل، خود منشأ ایجاد فضایی جدید در حوزه فضایل به نام فضایل بندگی است.^۱

ایمان، مصدر از ماده «أمن» است که بردو معنای نزدیک به هم دلالت دارد: یکی آرامش دل و دیگری تصدیق؛ زیرا انسان چیزی را تصدیق می‌کند و به آن گواهی می‌دهد که به آن اطمینان داشته باشد و دلش آرام گیرد.^۲

«مهم‌ترین نکته و کلید آزمون‌های الهی، این است که بنده، مطیع مولا و تسلیم فرمان او باشد حتی اگر نمی‌داند چرا. به تعبیر دیگر، اگر بنا باشد در دستوره‌های خدا، فقط آنچه را بفهمیم برای چیست اطاعت کنیم و بپذیریم، در واقع ما بنده فهم خودمان شده‌ایم نه بنده پروردگاران و مطیع عقل خود شده‌ایم نه مطیع خدا!».^۳ به عبارت دیگر، خدا نیز از انسان، انعطاف‌پذیری را می‌خواهد؛ آنجا که می‌فرماید: من دوست دارم اطاعت بشوم، آن طوری که من می‌خواهم، نه آن طوری که تو می‌خواهی:

إِنِّي أُحِبُّ أَنْ أُطَاعَ مِنْ حَيْثُ أُرِيدُ.^۴

و

إِنَّمَا أُرِيدُ أَنْ أَعْبَدَ مِنْ حَيْثُ أُرِيدُ لَا مِنْ حَيْثُ تُرِيدُ.^۵

نکته درخور توجه دیگر، این است که یکی «از مسائلی که در سلامت روان نقش مهمی دارد، چگونگی واکنش به دو موقعیت خوشایند و ناخوشایند است؛ زیرا زندگی به دو قسم خوشایند و ناخوشایند تقسیم می‌شود:

۱. «ایمان از منظر اسلام و نقش آن در تحول فضایل اخلاقی با تأکید بر اخلاق زیست - پزشکی»، ص ۱۱ و ۱۸.

۲. «بررسی تمثیل خامه الزرع در روایات شیعی و مفاد آن»، ص ۱.

۳. امتحان، ص ۴۱.

۴. قصص الانبیاء، ص ۴۳.

۵. تفسیر القمی، ج ۱، ص ۴۲.

وَالذَّهْرُ يَوْمَانِ يَوْمٌ لَكَ وَيَوْمٌ عَلَيْكَ فَإِذَا كَانَ لَكَ فَلَا تَنْبُظُوا إِذَا كَانَ عَلَيْكَ فَاصْبِرْ.^۱

و انسان‌ها در موقعیت «خوشایند - ناخوشایند» به اشکال مختلفی عمل می‌کنند. واکنش‌ها به این دو موقعیت را می‌توان به دو گونه مثبت و منفی طبقه‌بندی نمود. واکنش مثبت به خوشایند، شکر و سپاسگزاری و واکنش مثبت به ناخوشایند، صبر و بردباری است که در مجموع، رضامندی از تکوین را تشکیل می‌دهند»^۲ که البته انتخاب واکنش مثبت در هر دو موقعیت در سایه انعطاف‌پذیری مؤمنانه حاصل می‌شود. «واکنش منفی به این دو موقعیت، الگوهای متفاوتی نظیر «فرج - قنوط»،^۳ «فرج - کفران»،^۴ «فرج، فخری‌أس، کفران»،^۵ «دعا - اعراض»،^۶ و «جزع - منع»^۷ دارد»^۸ که ناشی از عدم انعطاف‌پذیری به سبب عدم ایمان است.

عاملی که در این پژوهش براساس حدیث محوری مورد بحث، معرفی می‌شود، «انعطاف‌پذیری» است. با استفاده از روش معکوس، می‌توان فهمید یکی از دلایل واکنش منفی در موقعیت‌های سختی و نقتم، نداشتن انعطاف‌پذیری است. یعنی بر طبق روایت خامة الزرع، از «ایمان» به عنوان عامل «انعطاف‌پذیری» در مقابل ابتلائات یاد شده است و از جمله اموری که واکنش منفی در موقعیت نقتم را کاهش داده و واکنش مثبت را به وجود می‌آورد «تنظیم انعطاف‌پذیری» می‌باشد؛ به این معنا که عنصر «عدم انعطاف‌پذیری»، از اسباب واکنش نامتعادل در موقعیت منفی و نقتم است و درمان آن نیز عامل خاص «ایمان» است. به بیان دیگر ایمان در چگونگی واکنش به ناخوشایندها و نقتم‌های زندگی نقش اساسی دارد و باعث مهارت‌بغات منفی آن می‌شود. همچنانکه کفر موجب می‌شود انسان در مقابل ابتلائات رویکرد انعطاف‌پذیری نداشته باشد. در حدیث «الْمُؤْمِنُونَ هَيُّونَ لَيْئُونَ كَالْجَمَلِ الْأَنْفِ إِذَا قِيدَ انْقَادَ وَإِنْ أُنِيخَ عَلَى صَخْرَةٍ اسْتَنَاحَ»^۹ نیز به صورت صریح

۱. نهج البلاغة (صبحی صالح)، ص ۵۴۶.

۲. رک: «مؤلفه‌های احساس سعادت‌مندی در احادیث با رویکرد روان‌شناختی»، ص ۸.

۳. سوره روم، آیه ۳۶.

۴. سوره شورا، آیه ۴۸.

۵. سوره هود، آیه ۹-۱۰.

۶. سوره فصلت، آیه ۵۱.

۷. سوره معارج، آیه ۱۹-۲۱.

۸. رک: «تعدیل‌کننده‌های واکنش در خوشایند و ناخوشایند براساس احادیث»، ص ۳-۷.

۹. الکافی، ج ۲، ص ۳۴.

اشاره شده است که هنگام مواجهه با ابتلائات باید به گونه‌ای رفتار کرد که نشانگر رویکرد انعطاف‌پذیری در رفتار باشد. این روایت «کنایه از این است که اهل ایمان رام و منقاد هستند و سرکشی و امتناع ندارند؛ اگر چه ذاتاً همچون شتر نیرومندند، ولی نیروی ایمان، او را از سرپیچی جلوگیری می‌کند. از امام صادق ع نقل شده است:

الْإِيمَانُ أَنْ يُطَاعَ اللَّهُ فَلَا يُعْصَى؛^۱

ایمان آن است که خدا اطاعت شود و معصیت او نشود.^۲

همچنین درباره ارتباط این حدیث با ایمان آمده است:

تشبیه مؤمن به جمل و نه به ناقه، حاکی از آن است که مؤمن قادر به نافرمانی هست، ولی

گوهر ایمان مانع عصیان او می‌شود.^۳

ابتنای ایمان بر معرفت است و از منظر قرآن، ایمان با شک قابل جمع نیست.^۴ همچنین ایمان، حقیقتی پویا (کاستی و افزایش‌پذیری ایمان) و نیز دارای مراتب است.^۵ «ایمان با توجه به ساختار بینشی - گرایشی آن از ظرفیت بسیاری برای تأثیر بردو بعد شناختی و انگیزشی برخوردار است. عمل هرچند از ذات ایمان خارج است، اما لازمه خارجی آن است. ایمان منشأ و جهت‌دهنده عمل مؤمنانه و تأمین‌کننده حسن فاعلی آن به شمار می‌رود. گوهر ایمان، تسلیم درونی انسان در برابر خدا است. ایمان، خروج از آنانیت است و این درست نقطه مقابل کفر است. کفر برتری طلبی و خودخواهی تکیه زده است^۶ و ایمان بر تسلیم و خضوع در برابر حق. بنابراین، ساختمان درونی کفر و ایمان، حاکی از گرایش‌های متقابل است».^۷

بنا بر روایات متعددی، ابتلائات الهی با افزایش ایمان انسان بیشتر می‌شود؛ مانند:

مَثَلُ الْمُؤْمِنِ مَثَلُ كَفَّتِي الْمِيزَانِ، كُلَّمَا زِيدَ فِي إِيمَانِهِ زِيدَ فِي بَلَائِهِ، لِيَلْقَى اللَّهَ وَلَا خَطِيئَةَ لَهُ.^۸

۱. همان، ج ۳، ص ۳۳۰.

۲. سیمای مؤمن در قرآن و حدیث، ص ۹۶.

۳. سفینه البحار و مدینه الحکم و الآثار، ج ۱، ص ۱۴۸.

۴. سوره سبأ، آیه ۲۱.

۵. سوره فتح، آیه ۴.

۶. سوره نمل، آیه ۱۴.

۷. «ایمان از منظر اسلام و نقش آن در تحول فضایل اخلاقی با تأکید بر اخلاق زیست‌پزشکی»، ص ۱۱ و ۱۷.

۸. الأملی، ص ۶۳۱.

لذا خداوند اظهار حبّش را به واسطه ابتلائات بیشتر می‌کند تا ببیند بنده‌اش چقدر حب‌پذیر است؛ همچنان‌که «در سوره اعراف اصل اولی و سنت الهی در مورد انسان را نزول رحمت و برکت اعلام می‌کند و نزول بلا و شداید را به عنوان اصلی ثانوی ناشی از رفتار و سلوک انحرافی انسان از طریق فطرت الهی می‌داند که معلول نوع اکتساب و سلوک انسان‌ها است، می‌فرماید:

﴿وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ وَلَٰكِن كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُم بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾^۱

در این آیه اصل اولی سنت الهی بر اعطای رحمت و برکت معرفی شده و نزول بلا را ناشی از عملکرد انسان دانسته است. طبق این آیه، دو عنصر «ایمان» و «تقوی»، یعنی بینش فکری و نظری و روش عملی انسان معیار و مدار نزول نعمت و نعمت بیان شده است. همچنین استقامت نفس انسان بر صراط مستقیم فطرت - که ضرورت ایمان را در حوزه معرفتی و عمل را در حوزه رفتاری ایجاب می‌کند - شرط نزول نعمت بیان کرده؛ همچنان‌که انحراف از راه فطرت و گرایش به گناه و فساد، عامل اختلال نظام هستی و سبب نزول بلا معرفی شده است؛ زیرا عدم تعادل و طغیان‌گری انسان، نظام طبیعت را مختل می‌سازد.^۲

بنابراین، بین ایمان شخص و میزان ابتلای او رابطه معناداری وجود دارد. در خصوص رابطه ایمان و ابتلا احادیث دیگری نیز آمده است:

﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُ بِمَنْزِلَةٍ كِفَّةِ الْمِيزَانِ كَلَّمَا زِيدَ فِي إِيمَانِهِ زِيدَ فِي بَلَاءِهِ﴾^۳

﴿الْبَلَاءُ زَيْنٌ لِلْمُؤْمِنِ وَكَرَامَةٌ لِّمَنْ عَقَلَ لِأَنَّ فِي مُبَاشَرَتِهِ الصَّبْرَ عَلَيْهِ وَالتَّابَاتِ عِنْدَهُ تَصْحِيحٌ نِسْبَةِ الْإِيمَانِ...﴾^۴

کوتاه سخن آن‌که، ایمان - که بنا بر آیات قرآنی و روایاتی مانند «خامه الزرع» تأثیر اساسی معرفتی و عملی در تسلیم شدن انسان در برابر اوامر و نواهی الهی دارد و البته خود مقوله‌ای مشکک، یعنی قابل کم و زیاد شدن است - انعطاف‌پذیری مؤمن را هم در مقابل حوادث و ابتلائات الهی در پی خواهد داشت تا در برابر این رویدادهای خطیر نشکند و از جاده بندگی منحرف نشود و بدیهی است که با افزایش مراتب و درجات ایمان مؤمن، انعطاف‌پذیری و به

۱. سوره اعراف، آیه ۹۶.

۲. دام عاشقی - ابتلا و آزمایش انسان در قرآن (پژوهشی پیرامون ابتلا در کلام وحی)، ص ۹۵.

۳. بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۲۱۰.

۴. مصباح الشریعه، ص ۱۸۳-۱۸۴.

عبارتی تسلیم بودن و بندگی او نیز افزوده خواهد شد.

۳. نتیجه‌گیری

- (الف) در فرهنگ قرآن و روایات بحث ابتلاء، از دو جنبه متضاد معرفی شده است (نعمت - نعمت؛ خوشایند - ناخوشایند).
- (ب) در برخی متون حدیثی مواردی از کنش‌های مؤثر آدمی در مقابل آزمایش‌ها و ابتلائات متنوع الهی تبیین گردیده‌اند.
- (ج) روایت «خامة الزرع»، کنش رفتاری انعطاف‌پذیری مؤمنانه را به عنوان بهترین راه برون‌رفت انسان در برابر ابتلائات ناخوشایند و نعمت‌ها معرفی می‌کند.
- (د) با استفاده از روش معکوس و مفهوم مخالف به دست می‌آید که یکی از دلایل واکنش منفی و شکست در برابر ابتلائات ناخوشایند، نداشتن انعطاف‌پذیری است.
- (ه) انعطاف‌پذیری در موقعیت ناخوشایند موجب واکنش مثبت و رضامندی می‌گردد. به عبارت دیگر، انعطاف مؤمنانه، واکنش منفی در موقعیت نامطلوب را کاهش داده و واکنش مثبت را به وجود می‌آورد.
- (و) در روایت «خامة الزرع» از ایمان به عنوان عامل انعطاف‌پذیری یاد شده است.
- (ز) طبق این روایت، کفر و نفاق برخلاف ایمان، مانع از انعطاف‌پذیری پیروزمندانه در مقابل ابتلائات می‌گردد.

کتابنامه

- ابتلا از دیدگاه قرآن و سنت، مجتبی بیگلری، تهران: رمز، چاپ اول، ۱۳۸۰ش.
- الأمالی، محمد بن حسن طوسی، قم: دارالثقافه، ۱۴۱۴ق.
- التحرير و التنوير، محمد طاهر ابن عاشور، بیروت: موسسه التاريخ العربی، ۱۴۲۰ق.
- التحقيق فی کلمات القرآن الکریم، حسن مصطفوی، تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، چاپ اول، ۱۳۶۸ش.
- الذریعة إلى حافظ الشریعة، رفیع‌الدین جیلانی، تصحیح: محمد حسین درایتی، قم: دار الحدیث، چاپ اول، ۱۴۲۹ق.
- الصحاح تاج اللغة و صحاح العربیة، اسماعیل بن حماد جوهری، تحقیق: احمد عبدالغفور عطار، بیروت: دار العلم للملایین، ۱۴۰۴ق.

- الكافي، محمد بن يعقوب بن اسحاق كليني، تصحيح: علي اكبر غفاري و محمد آخوندي، تهران: دارالكتب الإسلامية، ۱۴۰۷ق.
- الكلليات: معجم في المصطلحات و الفروق اللغوية، ابوالبقاء الكفوي، به كوشش: عدنان درويش و محمد مصري، دمشق: بي نا، ۱۹۸۲م.
- المصباح المنير، احمد بن محمد فيومي، قم: دارالهجره، ۱۴۱۴ق.
- السوافي، محمد محسن بن شاه مرتضى فيض كاشاني، اصفهان: كتابخانه امام أميرالمؤمنين علي عليه السلام، ۱۴۰۶ق.
- امتحان، جواد محدثي، مشهد: بنياد پژوهش های اسلامي، چاپ هفتم، ۱۳۹۲ش.
- ترجمه و تحقيق مفردات الفاظ قرآن، حسين بن محمد راغب اصفهاني، ترجمه و تصحيح: غلامرضا خسروي حسيني، تهران: مرتضوي، چاپ دوم، ۱۳۷۴ش.
- تفسير تسنيم، عبد الله جوادى آملی، قم: اسراء، ۱۳۸۱ش.
- تفسير روح البيان، اسماعيل بن مصطفى حقی، بيروت: دار الفكر، ۱۴۰۵ق.
- تفسير القمی، علی بن ابراهيم قمی، به كوشش: طيب موسوي جزائري، قم: دارالكتاب، ۱۴۰۴ق.
- تهذيب اللغة، ابومنصور محمد بن احمد ازهری، تحقيق: محمد عوض مرعب، بيروت: دار إحياء التراث العربی، ۲۰۰۱م.
- جامع الأخبار، محمد بن محمد شعیری، نجف: مطبعة حيدرية، بی تا.
- چهل حديث، روح الله موسوي خميني، تهران: مؤسسه تنظيم و نشر آثار امام خميني عليه السلام، ۱۳۹۴ش.
- دام عاشقی، ابتلا و آزمایش انسان در قرآن (پژوهشی پیرامون ابتلا در کلام وحی)، سيدجعفر موسوي نسب، تهران: ارزشمند، چاپ اول، ۱۳۸۵ش.
- دایرة المعارف قرآن کریم، پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامي، قم: بوستان کتاب قم، ۱۳۸۲ش.
- دوست نماها! تفسير سوره منافقون، جعفر سبحانی تبریزی، قم: بوستان کتاب قم، ۱۳۸۱ش.
- روان شناسی رشد نوجوانی - جوانی و بزرگسالی، حسين لطف آبادی، تهران: سمت، چاپ نهم، ۱۳۸۷ش.
- سفينة البحار و مدينة الحكم و الآثار، شيخ عباس قمی، قم: اسوه، ۱۴۱۴ق.
- سيمای مؤمن در قرآن و حديث، ابوالفضل بهشتی، قم: بوستان کتاب، ۱۳۹۲ش.
- شرح أصول الكافي، محمد بن ابراهيم صدرالدين شيرازي، تصحيح: محمد خواجوي، تهران: مؤسسه مطالعات و تحقيقات فرهنگي، ۱۳۸۳ش.

- شرح الشفا للقاضی عیاض، ملا علی قاری، تحقیق: عبدالله محمد الخلیلی، بیروت: دار الکتب العلمیه، ۱۴۲۱ق.
- شرح الکافی - الأصول و الروضة، محمد صالح بن احمد مازندرانی، به کوشش: ابوالحسن شعرانی، تهران: المكتبة الإسلامية، ۱۳۸۲ق.
- شرح کتاب التوحید من صحیح البخاری، عبد الله بن محمد غنیمان، مدینه: مكتبة الدار، چاپ اول، ۱۴۰۵ق.
- صحیح البخاری، محمد بن اسماعیل بخاری، تحقیق: محمد زهیر بن ناصر الناصر، بیروت: دار طوق النجاة، چاپ اول، ۱۴۲۲ق.
- فرهنگ ابجدی عربی - فارسی: ترجمه المنجد الابدی، فؤاد افرام بستانی، ترجمه: رضا مهیار، تهران: اسلامی، ۱۳۷۰ش.
- فرهنگ بزرگ سخن، حسن انوری، تهران: سخن، ۱۳۸۱ش.
- فرهنگ عمید، حسن عمید، تهران: امیرکبیر، ۱۳۹۰ش.
- قصص الانبیاء سعید بن هبة الله قطب الدین راوندی، تصحیح: غلامرضا عرفانیان، مشهد: مرکز پژوهش های اسلامی، چاپ اول، ۱۴۰۹ق.
- کتاب العین، خلیل بن احمد فراهیدی، تحقیق: مهدی مخزومی و ابراهیم سامرائی، قم: دار الهجره، ۱۴۰۹ق.
- کنز العمال فی سنن الأقوال والأفعال، علاء الدین متقی هندی، بیروت: مؤسسة الرسالة، چاپ پنجم، ۱۴۰۱ق.
- لغت نامه دهخدا، علی اکبر دهخدا، تهران: موسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، ۱۳۷۳ش.
- مجمع البحرين، فخرالدین طریحی، تصحیح: احمد حسینی اشکوری، تهران: مرتضوی، چاپ سوم، ۱۳۷۵ش.
- مجمع البیان، فضل بن حسن طبرسی، قم: انتشارات کتابخانه آیه الله مرعشی نجفی، ۱۴۰۳ق.
- مرآة العقول فی شرح أخبار آل الرسول، محمد باقر بن محمد تقی مجلسی، به کوشش: هاشم رسولی محلاتی، تهران: دارالکتب الإسلامية، ۱۴۰۴ق.
- مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، حسین بن محمد تقی نوری، قم: مؤسسة آل البيت، ۱۴۰۸ق.
- مصباح الشریعه، منسوب به جعفر بن محمد، بیروت: اعلمی، چاپ اول، ۱۴۰۰ق.
- معجم الفروق اللغویه، ابوهلال عسگری، قم: مؤسسة النشر الإسلامی التابعة لجماعة المدرسین، ۱۴۱۲ق.

- معجم مقاییس اللغة، ابی الحسن احمد ابن فارس، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۴۰۴ق.
- مفردات قرآن: پژوهشی در واژه‌شناسی قرآن، رضا مودب، قم: احسن الحدیث، چاپ اول، ۱۳۷۸ش.
- نهج البلاغة (للصیحی صالح)، محمد بن حسین شریف الرضی، قم: هجرت، چاپ اول، ۱۴۱۴ق.
- نهج البلاغة، محمد بن حسین شریف الرضی، ترجمه: محمد دشتی، قم: مشهور، چاپ اول، ۱۳۷۹ش.
- نهج الفصاحة، ابوالقاسم پاینده، تهران: دنیای دانش، چاپ چهارم، ۱۳۸۲ش.
- واژه‌شناسی قرآن مجید، غلامعلی همایی، قم: مرکز جهانی علوم اسلامی، چاپ اول، ۱۳۸۳ش.
- «ابتلائات الهی به منزله روش تربیتی»، حمیدرضا مظاهری سیف، خُلُق، شماره ۱، ۱۳۸۶ش، ص ۱۳-۱۷.
- «انعطاف‌پذیری سازگاری و نشانه‌های روان‌پزشکی»، علی فرهودیان، تازه‌های علوم شناختی، سال هفتم، شماره ۲۵، ۱۳۸۴ش، ص ۷۴-۷۵.
- «ایمان و رضامندی»، نرگس‌السادات غضنفری با راهنمایی عباس پسندیده، حدیث اندیشه، سال سوم، شماره ۶، ۱۳۸۷ش، ص ۶۹-۹۵.
- «ایمان از منظر اسلام و نقش آن در تحول فضایل اخلاقی با تأکید بر اخلاق زیست‌پزشکی»، مهدی علیزاده - حجت‌الله آزاد، اخلاق زیستی، سال سوم، شماره ۷، ۱۳۹۲ش، ص ۱۳-۵۱.
- «بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های مقابله با رویکرد اسلامی بر سازگاری روانشناختی»، سمیه عسکریان - محمدحسن حسن‌زاده - محمدجواد اصغری، روان‌شناسی و دین، سال ششم، شماره ۴، ۱۳۹۲ش، ص ۲۳-۳۷.
- «بررسی تمثیل «خامه الزرع» در روایات شیعی و مفاد آن»، عباس پسندیده، علوم حدیث، سال بیست و چهارم، شماره ۴، ۱۳۸۹ش، ص ۳-۲۷.
- «بررسی رابطه راهبردهای مقابله‌ای و سلامت روانی در ساکنین خرم‌آباد»، فیروزه غضنفری - عزت‌الله قدم‌پور، اصول بهداشت روانی، شماره ۳۷، ۱۳۸۷ش، ص ۴۷-۵۴.
- «بررسی مولفه سازگاری مدل هوش هیجانی باران و روش‌های پرورش آن در سنت و سیره امام علی»، آزاده جعفری - امیرحسین بانکی‌پور - سیده راضی طبثیان، مجموعه مقالات کنگره بین‌المللی علوم انسانی اسلامی، دوره سوم، شماره ۲، ۱۳۹۶ش، ص ۲۹۹-۳۲۶.

- «بررسی و تحلیل شادکامی از منظر قرآن»، عباس پسندیده، مطالعات تفسیری، سال سوم، شماره ۱۰، ۱۳۹۱ش، ص ۴۵-۶۴.
- «تاب‌آوری، سلامت روانی و رضایت‌مندی از زندگی»، سیامک سامانی - بهرام جوکار - نگس صحراگرد، روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار)، دوره ۱۳، شماره ۳، ۱۳۸۶ش، ص ۲۹۰-۲۹۵.
- «تعدیل‌کننده‌های واکنش در خوشایند و ناخوشایند براساس احادیث»، عباس پسندیده، علوم حدیث، شماره ۶۸، ۱۳۹۲ش، ص ۵۰-۶۶.
- «حکمت بلایا با تکیه بر آیات و احادیث»، علی کربلایی پازوکی، سراج منیر، سال دوم، شماره ۷، ۱۳۹۱ش، ص ۴۷-۷۴.
- «رابطه بین جزمیت - انعطاف‌پذیری و ویژگی‌های جمعیت‌شناختی با شادکامی»، حسین مولوی - احمدیار محمدیان - امیرکشاورز، روان‌شناسی، شماره ۴۵، ۱۳۸۷ش، ص ۴-۱۹.
- «گونه‌های انعطاف‌پذیری در احکام و قوانین قرآن»، الیاس پورکبیر - عبدالرضا زاهدی - رقیه حبیب‌زاده، مجموعه مقالات دومین کنگره بین‌المللی علوم اسلامی و علوم انسانی، ۱۳۹۶ش.
- «مواجهه با خشونت در نوجوانان: عوامل شناختی - رفتاری و انعطاف‌پذیری»، بهنوش دشتی - مازیار مرادی - جواد علاقبندراد، تازه‌های علوم شناختی، شماره ۱۸، ۱۳۸۲ش، ص ۲۶-۳۶.
- «مولفه‌های احساس سعادت‌مندی در احادیث با رویکرد روانشناختی»، عباس پسندیده، علوم حدیث، سال شانزدهم، شماره ۶۲، ۱۳۹۰ش، ص ۱۱۹-۱۴۰.
- «انعطاف در رفتارهای تربیتی - مدیریتی و اجتماعی از منظر قرآن و احادیث»، احمد دستوریان، استاد راهنما: مهدی اکبرنژاد، دانشگاه علوم و معارف قرآن کریم، دانشکده علوم قرآنی ایلام، ۱۳۹۵ش.

A Practical Guide to Acceptance and Commitment Therapy, Hayes, S.C. and Strosahl, K.D. (2010). Springer Science and Business Media Inc., New York.