

بیماری‌های روحی و روانی و شیوه‌های درمان آنها در نهج البلاغه

عزیز علی دهقانی* / محمد حسین صائینی** / حسین مرادی*** / فرهاد ادریسی****

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۸/۰۸

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۲/۰۷

چکیده

بیماری‌های روحی و روانی از جمله بیماری‌هایی است که توجه به آن در جوامع امروزی مغفول مانده است. در این پژوهش برآنیم تا با روش توصیفی-تحلیلی و براساس شیوه مستندات کتابخانه‌ای به این سوال مهم پاسخ دهیم که بیماری‌های روحی و روانی در نهج البلاغه کدام‌اند؟ و شیوه درمان آن چگونه است؟ از این رو دامنه این پژوهش مبتنی بر امراض نفسانی ناامیدی، غفلت، عجب و کبر خواهد بود. براساس یافته‌های تحقیق، بسیاری از این بیماری‌ها در بستر دین جزو صفات ذمیمه محسوب می‌شود که مانع خودشناسی و معرفه‌الله می‌شود. براساس نگرش امام علی (علیه السلام)، منشأ ایجاد این امراض، در دو مقوله خودشناسی و خداشناسی جای دارد. به طوری که برای درمان چهار مرض فوق، از سلاح صبر و توکل به مبدأ وجودی، اطاعت و ذکر خداوند، تدبیر در امور نظام هستی و پی بردن به عظمت پروردگار و در نهایت توجه به آفرینش انسان از ماده‌ای ناچیز و اساس قراردادن اصل تواضع و خشوع بهره می‌برد. از رهگذر عمل به برخی تعالیم و نسخه تجویزی حضرت امیر (علیه السلام)، توجه به معرفت نفس منجر به معرفه‌الله شده و این امراض در مسیر نیل به آرمان‌های بشریت و کمال مطلوب رفع می‌شود.

واژگان کلیدی

درمان، بیماری‌ها، روحی و روانی، امام علی (علیه السلام)، نهج البلاغه.

*. دانشجوی دکتری علوم قرآنی و حدیث، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد زنجان، ایران.

azizalidehgani@gmail.com

** . استادیار گروه علوم تربیتی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران. (نویسنده مسئول).

mhsaieni@gmail.com

*** . استادیار گروه علوم قرآنی و حدیث، واحد زنجان دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران.

hmoradiz@yahoo.com

**** . دانشیار گروه علوم قرآنی و حدیث، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران.

fzedrisi@yahoo.com



مقدمه

توجه به سلامت جسمانی از دیرباز تا الان، جزو تلاش‌های بشر برای یافتن الگوهای درمانی مطلوب قلمداد می‌شود. اما توجه به سلامت روح و روان به سبب ماهیت باطنی آن در هر عصری مغفول مانده است. بدین سبب خداوند برای درمان این امراض نفسانیه، انبیاء و اوصیا را به رسالت تعیین نمود تا با ارائه راهکارهای مناسب که متصل به منبع وحی است، مردمان را از انحطاط اخلاقی نجات دهند و جامعه اسلامی را به سوی هدف غایی که همانا نیل به معرفت‌الله و رستگاری است، رهنمون سازند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در حدیث مشهور «إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأَتَمِّمَ مَكَارِمَ الْأَخْلَاقِ» (مجلسی، ۱۴۰۴ ق: ۱۶/۲۱۰؛ و نیز نک ج ۷: ۳۷۲) علت بعثت خویش را اتمام مکارم اخلاقی تلقی می‌کند و به تبع آن حضرت امیرالمؤمنین علیه السلام به شکل گسترده‌تر و در چهارچوب مبانی قرآن و اسلام، همگان را به وجود چنین امراض درونی آگاه می‌سازند.

سلامت روحی یعنی سلامت در باورها، عقاید، ارزش‌های اخلاقی و اعمال، مناسکی که لازمه این باورها و التزام به این ارزش‌هاست (همت بناری، ۱۳۷۹: ۲۲۴) اگر در دنیای امروز از سلامت و بیماری سخن گفته می‌شود و دایره آن را در بدن و کالبد انسان جست‌وجو می‌کنند، امام علی علیه السلام آن را در محدوده جسم خلاصه نمی‌کنند و روح را نیز مشمول سلامت و بیماری می‌دانند و حتی بیماری قلبی (روحی) را سخت‌تر و دردناک‌تر از بیماری جسم می‌دانند. امام علی علیه السلام فرمودند: «إِذَا رَزَقَ اللَّهُ عَبْدًا حَظْرَ عَلَيْهِ الْعِلْمُ» هرگاه خداوند بنده‌ای را (به سبب گناهانش) پست بشمرد علم را از او دریغ می‌دارد. (حکمت ۲۸۸: ۴۹۹)

اگر برای دنیای معاصر، آرامش اهمیت پیدا کرده و آن را در ماده و اثر بر خاسته از آن جست‌وجو می‌کنند، حضرت امیر علیه السلام آن را در قلمرو حق پویش می‌کند و ایشان بر آن است که سلام روح از گناه، بسیار فراتر از سلامت جسم است؛ از این رو توصیه می‌کنند که آرامش واقعی را باید از حق جست‌وجو کرد و چیزهایی که انسان را به وحشت می‌اندازد امور باطل و عاریتی هستند. (خطبه ۱۲۰: ۱۶۱) از این رو آن حضرت در نهج‌البلاغه از واژه «سلامت» به تعبیری استفاده نموده که این تعابیر عبارت‌اند از: سلامتی در مسیر درستی و هدایت، سلامت حق انسان‌هایی است که مطیع پروردگارند، ایشان سلامت بدن را فقط فرصتی می‌دانند برای انجام عمل و فریضی که ذخیره آخرت فرد است. و در این مقام، امراضی چون حسادت که علاوه بر مرض روانی، سلامت جسم را نیز به خطر می‌اندازد. (رک: همت بناری، ۱۳۷۹: ۲۰۳)



امام علی (علیه السلام) بر تقوی و سبقت سلامت روحی و معنوی بر سلامت جسمی تأکید دارند و در کنار سلامت جسم از خداوند متعال، درخواست سلامتی دین را نیز خواستار است: «سَأَلْتُ الْعَاقَةَ فِي الْأَذْيَانِ كَمَا سَأَلَهُ الْعَاقَةُ فِي الْأَبْدَانِ» (خطبه ۹۹: ۱۸۲)

قلب انسان در تکون سلامت روحی نقش بسزایی دارد. در عالم عرفان نیز این قلب، قلمرو الوهیت و دارای مقام خاص معنوی است به طوری که عارفان، در کنار سیر آفاق بر سیر انفسی در قلب برای نیل به معرفت‌الله تأکید دارند. امام علی (علیه السلام) در یک سیر مشخص در وهله اول فقر را بلا توصیف کرده و به دنبال آن، امراض ابدانی را شدیدتر از فقر می‌داند و بعد از آن به جایگاه روح سالم و اهمیت آن اشاره کرده و بر آن هستند که امراض قلبی از بیماری‌های جسمی شدیدتر است و برای درمان موارد احصا شده وسعت مال برای تنگدستی، سلامتی بدن بر بیماری آن و تقوای قلبی برای درمان امراض قلبی را برمی‌شمارند: «إِنَّ مِنَ الْبَلَاءِ الْقَاقَةَ وَأَسَدٌ مِنْ ذَلِكَ مَرَضُ الْبَدَنِ وَأَسَدٌ مِنْ ذَلِكَ مَرَضُ الْقَلْبِ وَإِنَّ مِنَ النَّعْمِ سَعَةَ الْمَالِ وَأَفْضَلُ مِنْ ذَلِكَ صِحَّةَ الْبَدَنِ وَأَفْضَلُ مِنْ ذَلِكَ تَقْوَى الْقُلُوبِ؛ از گرفتاری‌ها و بلاهای انسان در دنیا، فقر و تنگ‌دستی است و سخت‌تر از آن، بیماری جسمی است و سخت‌تر و بدتر، این است که انسان دلش بیمار باشد. از نعمت‌های الهی به انسان در دنیا، داشتن مال و ثروت است و بهتر و بالاتر از آن، بدن صحیح و سالم داشتن است، اما بالاتر از آن دارا بودن تقوای قلبی است.» (مجلسی، ۱۴۰۴ ق: ۶۷ / ۵۱)

مفهوم قلب در قرآن و نهج البلاغه به معنای نفس و روح استعمال شده است. حضرت امیر (علیه السلام) به نقش طیب جامع‌نگر بودن پیامبر اسلام (صلی الله علیه و آله) در درمان امراض قلبی اشاره دارند و می‌فرمایند: «پیامبر (صلی الله علیه و آله) طیبی است که برای درمان بیماران سیار است. مرهم‌های شفا بخش او آماده، و ابزار داغ کردن زخم‌ها را گذاخته. برای شفای قلب‌های کور و گوش‌های ناشنوا و زبان‌های لال، آماده، و با داروی خود در پی یافتن بیماران فراموش شده و سرگردان است.» (خطبه ۱۸۰: ۲۰۰) لذا آشنایی با گناه و ردایل اخلاقی برای طیب روح، درست مانند آشنایی با سموم برای طیب جسم لازم و سودمند است؛ تا خود به آن‌ها مبتلا نشود و به دیگران نیز هشدار دهد تا به آن دچار نشوند و اگر دچار شدند، راه درمان را به آن‌ها نشان دهد و آنان را درمان کند (جوادی آملی، ۱۳۸۵: ۲۱) و در نهایت آن حضرت به صورت صریح به افسردگی و بیماری قلب اشاره می‌کند و درمان آن را سخنان حکمت‌آمیز می‌داند که عمل به آن‌ها سلامت روانی را به بار خواهد آورد: «إِنَّ هَذِهِ الْقُلُوبَ تَمَلُّ كَمَا تَمَلُّ الْأَبْدَانُ، فَابْتَغُوا لَهَا طَرِيقَ الْحِكْمَةِ؛ همانا این دل‌ها همانند بدن‌ها افسرده و خسته می‌شوند، پس برای شادابی دل‌ها، سخنان زیبای حکمت‌آمیز بجوید» (حکمت / ۹۱)

بیان مسئله

با نگاهی گذرا به نهج البلاغه با این حقیقت مواجه می‌شویم که انسان دارای دوعهد روحانی و جسمانی است و برای هریک از این دو بعد سلامتی و بیماری وجود دارد. در این پژوهش با روش توصیفی تحلیلی و برپایه شیوه



گردآوری مستندات کتابخانه‌ای در تلاشیم به این سؤال مهم پژوهش حاضر پاسخ بدهیم که مؤلفه‌های بیماری‌های روانی در نهج‌البلاغه کدام‌اند و شیوه درمان آن‌ها چگونه است؟ برای تحدید دامنه پژوهش و نیل به نتیجه مطلوب، بررسی و تحلیل چهار نوع از بیماری‌های روحی و روانی از جمله یاس و ناامیدی، غفلت، عجب و کبر مطمح نظر نگارندگان خواهد بود تا با احصا و بررسی و تحلیل آن، ضمن معرفی درمان و نسخه تجویزی حضرت امیر (علیه السلام) نتایج حاصل از تحقیقات صورت‌گرفته ارائه شود.

پیشینه پژوهش

در زمینه موضوع تحقیق حاضر، پژوهش‌های متعددی انجام یافته که برخی از آن‌ها عبارت‌اند از: کتاب «درمان بیماری‌های روحی و روانی در نهج‌البلاغه» از علی اکبر سرکلزائی. در این کتاب به جنبه‌های روان‌شناختی و بهداشت روان در نهج‌البلاغه صرفاً از بُعد علم روان‌شناسی نگریسته شده و از جنبه دینی و اعتقادی، خلأهایی مشهود است. مقاله «بررسی مبانی و اصول مشاوره و روان‌درمانی امام علی (علیه السلام) در نهج‌البلاغه» از میر تقی گروسی و اکبر یارس که فقط به تأثیر مذهب بر کاهش بیماری‌های روانی اشاره کرده و دیدگاه مشاوران و روان‌شناسان در درمان افسردگی پرداخته است و مقاله «درد و درمان در نهج‌البلاغه» از ابراهیم ابراهیمی که در این مقاله تأثیر پذیری جسم از روح و روح از جسم اشاره کرده است و یکی از بیماری‌های روحی و روانی «حسد» را بررسی نموده است. وجه اشتراک پژوهش حاضر با پژوهش‌های ذکرشده، تلاش و تحقیق در واکاوی سخنان حکمت‌آمیز امام علی (علیه السلام) درباره بیماری‌های روحی و روانی است. همان‌طور که مشخص است دامنه‌های پژوهش حاضر با موارد فوق تفاوت دارد و تلاش شده تا در این جستار، شیوه علمی بر جنبه ذوقی تفوق داشته باشد.

مبانی نظری تحقیق

از نظر دین اسلام انسان موجود دویعدی است و خدای تعالی انسان را از دو جزء و دو جوهر ترکیب کرد، یکی ماده بدنی، و یکی هم جوهری مجرد که همان نفس و روح باشد و این دو، مادام که انسان در دنیا زندگی می‌کند متلازم و با یکدیگرند، همین‌که انسان مرد بدنش می‌میرد و روحش، همچنان زنده می‌ماند و انسان که حقیقتش همان روح است، به سوی خدای سبحان بازمی‌گردد. (طباطبائی، ۱۳۶۳: ۱۷۰ / ۲)

بیماری‌های قلبی، از زمره بیماری‌هایی است که در قرآن خداوند به صورت صریح به این مرض اشاره دارد: «فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا؛ در دل‌هایشان مرضی است و خدا بر مرضشان افزود» (بقره/۱۰) طبرسی، مرض قلبی آمده در آیه شریفه را تعبیر به «شک و تردید» می‌کند و معتقد است همان‌طوری که مرض بدن، آن را از حالت اعتدال خارج می‌کند، شک و تردید نیز قلب را از حالت اعتدال خارج می‌سازد. (طبرسی، ۱۳۸۷: ۱ / ۶۷) و نراقی در



معراج السعاده، شقاوت قلب را محصول بیماری روحی می‌داند و می‌نویسد: «بیماری قلب همان ویژگی‌های نکوهیده که موجب شقاوت روح می‌شود و انسان را از رسیدن به لذات روحانی و سعادت بازمی‌دارد و از همراهی با محرمان خانه انس و مجاورت عالم قدس محروم می‌نماید» (نراقی، ۱۳۶۲: ۱۲).

لازم است قبل از توجه به موضوع جستار، اهمیت مقام قلب در متون دینی و عرفانی مشخص شود. واژه «قلب» در متون اسلامی و عرفانی به عنوان یک اصطلاح خاص به کار رفته است که به قلب به عنوان یک اندام جسمانی دلالت ندارد بلکه منظور از آن یک استعداد ظریف روحانی و باطنی در انسان است که آگاهی معنوی را دریافت می‌کند. قلب به این معنا یک بُعد روحانی ناب ذهن است که جنبه‌های فراحسی و فراعقلانی واقعیت به واسطه آن بر انسان سالک آشکار می‌شود. (نک: مطهری، ۱۳۹۶: ۶۵/۱)

توجه به این بُعد از قلب از حوصله این جستار خارج است ولی برای ذکر اهمیت آن باید دانست که او در تأیید نظر خود به حدیث قدسی «لَا يَسْعَى أَرْضِي وَلَا سَمَائِي وَلَا يَكِينُ لِسَعْنِي قَلْبُ عَبْدِ الْمُؤْمِنِ» (ابن ابی‌جمهور، ۱۴۰۳ ق: ج ۴: ۷) استناد می‌کند. به تعبیر ابن عربی، منظور از بنده مؤمن و پاک، همان عارف است و قلب به عنوان یک ظرفیت روحانی در وجود عارف والا از جامعیت بی‌نهایتی برخوردار شده که می‌تواند حتی حق را نیز درک کند و در خود جای دهد. بایزید بسطامی می‌گوید: «اگر عرش و آنچه عرش را فرا گرفته صدهزار هزار بار در گوشه‌ای از زوایای قلب عارف درآید آن را احساس نمی‌کند.» (ابن عربی، ۱۴۰۰ ق، صص ۸۸ و ۱۲۰؛ رک: ترکیه اصفهانی، ۱۳۷۸، ج ۱، ص ۵۱۱ و ۵۱۲) معنای این گفته آن است که اگر همه عالم (و هرچه در آن است) و هزار بار بزرگتر و بیشتر از آن را در «قلب» عارف جای دهیم، این عالم بی‌نهایت گسترده، فقط تقطه کوچکی از قلب او را اشغال خواهد کرد. این قلب، همان «آگاهی جامع» و همه‌گیر «انسان کامل» است. (ایزوتسو، ۱۳۸۳: ص ۱۷۲).

امام علی (علیه السلام) معتقدند دنیا با تمام اسبابش یکی از ابزارهای گمراه کننده تلقی می‌شود که در بستر تکون آن در وجود آدمی، امراض قلبی به وجود می‌آید. دل‌بستگی زیاد به چیزی در ساختار وجودی انسان، او را کر و کور می‌سازد چنانکه حضرت فرمودند: «وَمَنْ عَشِقَ شَيْئًا غَشِيَ بَصْرَهُ وَأَمْرَضَ قَلْبَهُ، فَهُوَ يُنْظَرُ بِعَيْنِ غَيْرِ صِحِّحَةٍ وَ يُسْمَعُ بِأُذُنِ غَيْرِ سَمِيعَةٍ؛ و هر که به چیزی عاشق شود چشمش را کور ساخته و دلش را بیمار گرداند (بطوریکه عیب آن را ننگریسته زشتی‌اش را نیکو ببیند)، پس او با چشمی که (مفاسد آن را نمی‌بیند، می‌نگرد و به گوشه‌ای که) حقائق را نمی‌شنود، می‌شنود. (فیض الاسلام، ۱۳۷۷: ۳۳۰)

چنانکه دستغیب شیرازی، دنیاپرستی را از جمله بیماری‌های روانی تلقی می‌کند که منشاء سایر بیماری‌ها نیز است و از طرف تمام پیامبران مورد ذم قرار گرفته است. (دستغیب شیرازی، ۱۳۸۸: ۳۲۲/۲) و قرآن کریم زندگی



دنیایی را به بازیچه و سرگرمی تشبیه نموده و می‌فرماید: «وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَهُوَ...؛ زندگی دنیا چیزی جز بازی و سرگرمی نیست.» (انعام/۳۲)

سید جمال‌الدین دین‌پرور، مترجم و شارح نهج البلاغه در نکوهش دنیاپرستی چنین بیان می‌کند: «هیچ کس از شاخسار دنیا سروری نچیند مگر که پس از آن اشکی از چشمش چکید و هرگز دنیا به کسی روی نیاورد و لبخند نزد مگر آنکه پس از چندی چهره درهم نمود و پشت کرد و هرگز باران آرام و پر نعمت دنیا بر کسی نیارید مگر آنکه رگبار پربلا پس از آن فرو بارید. آری، رسم دنیا چنین است که اگر با کسی صبح دست یاری دهد شبانگاه با او دشمنی ورزد و اگر دری از شیرینی و گوارایی گشاید در دیگری از تلخی و بیماری هم باز کند. نعمت و رفاه دنیا به کسی نرسد مگر آنکه سختی‌ها و رنج‌های آن نیز بدو رسد و شب را در مهد امنیت نخسبد مگر آنکه روزش خیمه خوف برزند» (دین‌پرور، ۱۳۸۷: ۲۵)

در اینکه دنیاپرستی از منظر قرآن کریم و کلام امام علی (علیه السلام) مورد مذمت و سرزنش قرار گرفته جای هیچ‌گونه شک و تردیدی نیست، و همه صاحبان معرفت نظر دارند که منشأ همه ناکامی‌ها و محرومیت‌ها و بدبختی‌های انسان در این دنیا و آخرت دنیاپرستی است و ثابت شده که انسان به همان اندازه که به دنیا توجه کند به همان اندازه از معنویات و کمالات انسانی دور خواهد شد. و این که در مذمت دنیا اشاره شد، علاقه به دنیاست. که شهید مطهری نیز در این زمینه در کتاب سیری در نهج البلاغه می‌نویسد: «منظور از علاقه به دنیا، تمایلات طبیعی و فطری نیست، مقصود از دنیاپرستی علاقه و تعلق به امور مادی و در اسارت آن‌ها بودن است، که توقف و رکود است که اسلام سخت با آن مبارزه می‌کند، چون بر ضد نظام تکامل آفرینش است» (مطهری ۱۳۶۱: ۱۶۹)

امام (علیه السلام) در نهج البلاغه به حُب دنیا و نگرش به‌عنوان هدف غایی به آن هشدار می‌دهد. نگاه به دنیا به عنوان هدف، دیدگان و بصیرت آدمی را کور می‌کند و او را از اصل هدف آفرینش و کمال جویی باز می‌دارد. امام علی (علیه السلام) در نهج البلاغه می‌فرماید: «وَمَنْ أَبْصَرَ بِهَا بَصْرَتَهُ، وَمَنْ أَبْصَرَ إِلَيْهَا أَعْمَتَهُ؛ کسی که با چشم بصیرت به آن بنگرد او را آگاهی بخشد، و آن کس که چشم به دنیا دوزد کور دلش می‌کند» (خطبه/۸۲) هرچند باید توجه داشت که در کنار مذمت دنیا، آن حضرت از دنیای ممدوح نیز یاد می‌کنند. دنیا از این جهت که مرتبه نازله عالم وجود است، ممدوح است؛ زیرا دنیا فی‌نفسه شر نیست، بلکه آنچه موجب گمراهی می‌شود، وابستگی و رضایت دادن و قانع شدن به آن است: «و لَنِعْمَ دَارٌ مَّن لَّمْ يَرْضَ بِهَا دَارًا، وَ مَحَلٌّ مَّن لَّمْ يُوْطِنْهَا مَحَلًّا؛ دنیا چه سرای نیکویی است برای کسی که آن را خانه [همیشگی] خویش نداند و چه جایگاه خوبی است برای کسی که آن را وطن خود قرار ندهد» (خطبه/۲۳۳) آن حضرت در جای دیگر به امراضی که محصول حُب دنیاست اشاره می‌کنند و بر آن هستند که تکون این مرض در وجود آدمی، سه نوع



بیماری را به ارمغان می‌آورد: «مَنْ لَهَجَ قَلْبُهُ بِحُبِّ الدُّنْيَا تَطَّ قَلْبُهُ مِنْهَا بِثَلَاثٍ: هُمْ لَا يَغْنَهُ، وَحَرَصٍ لَا يَتْرُكُهُ، وَأَمَلٍ لَا يَدْرِكُهُ؛ أَنْ دَلَّشَ غَرَقَ دُنْيَا دُوسْتِي شُود، سَهْ چِيزِ اَيْنِ جِهَانِ پِيُوسْتِهْ بَا اَوْ بَاشَد: اِنْدُوهِ كِهْ اَوْ رَا رِهَا نَسَاذِدْ، حَرَصِي كِهْ اَزْ اَوْ دَسْتِ بَرِنْدَارْدْ وَ اَرْزُوبِي كِهْ بَهْ اَنْ نَرَسِدْ» (خطبه/ ۲۲۸) و امام (علیه السلام) درباره بهره‌مندی از دنیا در قالب دنیای مملوح می‌فرماید: «خُذْ مِنَ الدُّنْيَا مَا أَتَاكَ وَ تَوَلَّ عَمَّا تَوَلَّى عَنْكَ فَإِنَّ أَنْتَ لَمْ تَفْعَلْ فَجَمِلَ فِي الطَّلَبِ؛ بَغِيرِ اَزْ دُنْيَا اَنْچِهْ (از راه حلال) بَسُوِي تُو مِي آيِدْ، وَ رُو بَغْرْدَانِ اَزْ اَنْچِهْ رُو مِي گَرْدَانْدْ وَ اِگَر تُو (اين كار) نَكْنِي، پَسْ دَرْ طَلْبِ وَ خَوَاسْتَنِ زِيَادِهْ رُوِي مَكْنِ» (حکمت/ ۳۸۷) امام علی (علیه السلام) در مقام مقایسه اهل معرفت و اهل دنیا در مواجهه با مرگ می‌فرماید: «صاحبان معرفت می‌بینند اهل دنیا را که مرگ بدن هایشان را بزرگ می‌شمارند و ایشان مرگ دل هایشان را بزرگ‌تر و سخت‌تر می‌دانند». (خطبه/ ۲۲۱: ۷۲۶)

از بیماری‌های روانی مورد بحث در این جستار به ردایل اخلاقی و صفات ذمیمه نیز یاد می‌شود که امام (علیه السلام) برای درمان آن راهکارهایی را تجویز می‌کنند که به آشنایی با آنها و تحلیل شان می‌پردازیم.

۱- بیماری یأس و ناامیدی و درمان آن

طبرسی، یقین بر عدم دستیابی به شیء مطلوب را یأس می‌نامد (قرشی، ۱۳۸۶: ج ۷: ۲۵۸). روان‌شناسان نیز یأس و ناامیدی را این طور معنا کرده‌اند: «کسی در کاری تلاش کند اما به نتیجه نرسد یا به عبارت دیگر زمانی که شخص احساس درماندگی کند و در نهایت دست از تلاش بردارد و به اصطلاح ناامید شود» (موسوی لاری، ۱۳۸۰: ۲۵۴) یأس و ناامیدی یک حالت روحی منفی در انسان است. قرآن، یأس و ناامیدی را مورد نکوهش قرار داده است: «وَلَا تَيْسُوا مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَأْسُ مِنَ رُوحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ؛ وَ اَزْ رَحْمَتِ خُدا نُوْمِیدِ مَبَاشِیدِ زَبِرَا جَزْ گِرُوهِ كَافِرَانِ كَسِي اَزْ رَحْمَتِ خُدا نُوْمِیدِ نَمِي شُود» (یوسف/ ۸۷). همچنین امام علی (علیه السلام) در ارتباط با رویکرد منفی و مخرب یأس و ناامیدی می‌فرماید: «وَ اِنْ مَلَكَهْ اِلْیَاسُ قَتَلَهُ اَلْاَسْفُ؛ وَ اِگَر نُوْمِیدِي بَرْ اَنْ دَسْتِ یَايِدْ، تَاسْفِ اَوْ رَا بَكَشَد» (حکمت/ ۱۰۸) امام در وصف امیدواری به خدا و همچنین برای انگیختن مردم نسبت به آن و روی گرداندن از ناامیدی از رحمت الهی هرگونه امید به غیر او را دیوانگی می‌داند لذا از این طریق انگیزه توکل به خدا را در روح انسان برمی‌انگیزد و می‌فرماید: «وَ كَلِّ رَجَاءِ اِلْاَرَجَاءِ اَللَّهِ تَعَالَى فَانَّهُ مَدْخُولٌ، وَ كَلِّ خَوْفِ مَحَقِّ اِلْاَخَوْفِ اَللَّهِ فَانَّهُ مَعْلُولٌ؛ هَرْ اَمِیدِي بَهْ غَیْرِ اَزْ خُدا دِیَوَانِگِي اَسْتْ وَ هَرْ تَرَسِ حَقِیْقِي، غَیْرِ اَزْ تَرَسِ خُداوَنْدِ، اَفْتْ وَ بِیْمَارِي اَسْتْ» (خطبه/ ۱۶۰) توکل به خداوند به انسان کمک می‌کند تا این انگیزه را در خود ایجاد کند که بتواند مراحل زندگی را با توان و امید بیشتر ببیماید.

درمان بیماری یاس و ناامیدی

الف) صبر: درمان این بیماری روحی، با «صبر» است. صبر یکی از آموزه‌های دین اسلام بوده و یکی از روش‌های درمانی در مقابل فشارهای روانی است. امام علی (علیه السلام) برای برانگیختن صبر در مردم و دور کردن آنان از بی‌صبری، استقامت برخاسته از ایمان را به منزله سر برای بدن دانسته‌اند و مردم را به ایستادگی تشویق نموده‌اند: «عَلَيْكُمْ بِالصَّبْرِ فَإِنَّ الصَّبْرَ مِنَ الْإِيمَانِ كَالرَّأْسِ مِنَ الْجَسَدِ؛ بر شما باد به صبر و استقامت کردن؛ زیرا صبر نسبت به ایمان، همانند سر به بدن است» (حکمت / ۸۲) و باز در مورد ارزش صبر فرموده‌اند: «مَنْ لَمْ يُجِبِ الصَّبْرَ أَهْلَكَهُ الْجَزَعُ؛ کسی که صبر و شکیبایی او را نجات ندهد بی‌تابی او را از پای در می‌آورد» (حکمت / ۱۸۹). در این نمونه امام (علیه السلام) با تعریف و اثر مثبت صبر و دعوت مردم به آن به گونه‌ای روان‌شناسانه و ناخود آگاه صبر را در مردم برمی‌انگیزد و هیجان مثبتی در درونشان پدید می‌آورد.

ب) توکل: واگذاشتن کار به خدا، قطع علاقه از اسباب و اعتماد بر مسبب الاسباب. (هجوری، ۱۳۹۲: ۱۴۹)

توکل از تعالیم دین اسلام است و بر سلامت روحی و روانی انسان تأثیر دارد. توکل به انسان جرئت اقدام و عمل می‌دهد و موانع روحی را از بین می‌برد. چنانکه خداوند متعال می‌فرماید: «فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ؛ چون تصمیم گرفتی بر خدا توکل کن» (آل عمران / ۱۵۹) توکل بر خدا به معنای اعتماد به خداوند است؛ یعنی انجام وظیفه خود در هر کار و سپردن نتیجه و محصول آن به خداوند. انسان متوکل خداوند را تکیه‌گاه مطمئن خود می‌یابد و در عین عمل به وظایف، آموزش را به او واگذار می‌کند و خود را تحت حمایت خداوند قرار می‌دهد. و از دست دادن توکل به خدا مقابله مذهبی منفی است که در کاهش سلامت روانی انسان نقش موثری دارد. توکل جزو مفاهیم عرفانی و اخلاقی است و در نهج البلاغه هم در معنای اخلاقی و هم عرفانی بکار رفته است. توکل در کاربرد اهل سلوک همانند همه اصطلاحات دیگر با کاربرد این کلمه در حوزه دیانت و اخلاق فرق دارد در حوزه دیانت و اخلاق توکل به معنی اینکه انسان با اختیار و انتخاب خودکارهایش را به خدا واگذار کند اما در حوزه سلوک توکل مقام باشکوهی است که سالک بر اثر استقامت به آن مقام می‌رسد در حقیقت مقام توکل، بخشش از خداوند است این فیض و بخشش باعث یک تحول بنیادی در وجود سالک می‌گردد. با دمیدن نور توکل، سالک در وجود خود ذره‌ای احساس نگرانی نمی‌کند. (یشری، ۱۳۸۹: ۳۱۴-۳۱۵)

ج) دعا و نیایش: امام علی (علیه السلام) در مورد اثر بخشی و تأکید بر فرایند درمانی با دعا و نیایش، به‌عنوان یک عامل مهم انگیزشی برای از بین بردن یأس و ناامیدی‌ها در نهاد انسان‌ها آنان را به طلب استعانت از نماز دعوت می‌نماید و می‌فرماید: « مَا أَهْمَنِي دَنْبٌ أَهْلَتْ بَعْلَهُ حَتَّى أَصَلِّيَ رَكَعَتَيْنِ وَأَسْأَلَ اللَّهَ الْعَافِيَةَ؛ گناهی که پس از آن به اندازه دو رکعت نماز



مهلت برایم باشد مرا نگران نمی‌کند چراکه (در این نماز یا پس از آن، عفو و) عافیت را از خدا می‌طلبم (و توبه می‌کنم)» (حکمت ۲۹۹) و درجای دیگر مردم را برای زدودن غم و اندوه به دعا فرا می‌خواند و می‌فرماید: «فَإِذَا تَأَدَّيْتَهُ سَمِعَ نِدَاكَ وَإِذَا تَأَجَّيْتَهُ عَلِمَ بِجُحُوكَ...؛ هرگاه او را بخوانی، ندایت را می‌شنود و چون با او راز دل گویی راز تو را می‌داند، پس حاجت خود را با او بگویی و آنچه در دل داری نزد او بازگویی، غم و اندوه خود را در پیشگاه او مطرح کن تا غم‌های تو را برطرف کند و در مشکلات تو را یاری رساند» (دشتی، ۱۳۸۰: ۵۲۹) در نظر ایشان انسان با توسل به نماز به عنوان یکی از شیوه‌های نیایش با خداوند، می‌تواند انگیزه قوی برای از بین بردن ناامیدی‌ها در درون نفس خویش ایجاد کند و نیز این هیجان و امید را در درون خود پدید آورد که همچنان می‌تواند از خداوند طلب یاری نماید. دعا و نیایش در تمام تمدن‌ها، فرهنگ‌ها و ادیان وسیله‌ای برای نجات و رهایی انسان‌ها از گرفتاری‌ها و مشکلات و تحقق آرزوها و درمان آسیب‌های روحی و جسمی است.

۲- بیماری غفلت

غفلت که یکی از موانع سیر انسان به سوی خداست، از نظر فرهنگ دین، رجس و چرک است. واگر کسی غیر خدا را ببیند یا بخشی از اسماء و صفات خدا را نبیند، در گناه غفلت و جهل به سر می‌برد و چنین انسانی گناهکار است (جوادی آملی، ۱۳۸۵: ۱۹۶)

در آیات قرآنی، غفلت نوعی قصور عدم توجه و فراموشی دانسته شده که موجب دوری انسان از خداوند میشود و به توانایی‌های او آسیب میرساند. غفلت، گمراهی جان است. از نگاه قرآن کریم غفلت بنیان کژی‌هاست که موجب می‌شود، آدمی تنها ظاهری از زندگی دنیا را درک کند و به باطن و حقیقت آن، که همان آخرت است، توجه نداشته باشد خداوند متعال در قرآن کریم در این زمینه می‌فرماید: «يَعْلَمُونَ ظَاهِرًا مِّنَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ عَنِ الْآخِرَةِ هُمْ غَافِلُونَ؛ از زندگی دنیا ظاهری را می‌شناسند و حال آنکه از آخرت غافلند» (روم/ ۷) امام علی (علیه السلام) غفلت را بدبختی دانسته و می‌فرماید: «يَا لَهَا حَسْرَةٌ عَلَىٰ كُلِّ ذِي غَفْلَةٍ أَنْ يَكُونَ عُمُرُهُ عَلَيْهِ حُجَّةً، وَأَنْ تُؤَدِّيَهُ يَأْمَهُ إِلَى الشَّقْوَةِ؛ ای دروغا بر هر غافلی که عمرش بر ضد او حجت باشد و روزهایش او را به سوی بدبختی کشاند» (خطبه/ ۶۴) و نیز می‌فرماید: «فَأَفْوَقَ أَيُّهَا السَّامِعُ مَن سَكَّرَتْكَ، وَاسْتَيْقِظُ مَن غَفَلَتْكَ، وَاحْتَصِرْ مَن بَجَلَّتْكَ؛ ای شنونده! از مستی خود به هوش آی و از خواب غفلتت بیدار شو و از شتابت بکاه» (خطبه/ ۱۵۳)

درمان بیماری غفلت

الف) اطاعت خدا (لِلَّهِ مَطِيعًا): در دین اسلام، رسالت تمام پیامبران الهی توحید و اطاعت از خداوند است و آدمی تنها از طریق توحید و عبادت خداوند و اطاعت از قوانین و دستورات او به کمالات انسانی نائل می‌شود و خداوند متعال



هم بهترین راه‌های اطاعت و بندگی خدا را معرفی می‌کند و می‌فرماید: «يَهْدِي بِهِ اللَّهُ مَنِ اتَّبَعَ رِضْوَانَهُ سُبُلَ السَّلَامِ؛ خدا هر که را از خشنودی او پیروی کند به وسیله آن [کتاب] به راه‌های سلامت رهنمون می‌شود» (مائده/۱۶) و باز می‌فرماید: «وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ؛ و کسی که به خدا بگردد دلش را به راه آورد» (تغابن/۱۱۹) و امام علی (علیه السلام) در زمینه اطاعت خدا در نهج البلاغه می‌فرماید: «فَطُوبَى لِمَنْ لَدَى قَلْبٍ سَلِيمٍ أَطَاعَ مَنْ يَهْدِيهِ وَجَبَّ مَنْ يَرْذِيهِ، وَأَصَابَ سَبِيلَ السَّلَامَةِ يَصْرِفُ مَنْ بَصْرَهُ وَطَاعَةَ هَادِيٍّ أَمْرُهُ؛ خوشا آنکه دلی دارد پیراسته از ردایل که از هر که هدایتش می‌کند، فرمان می‌برد و از هر که تباهش سازد دوری می‌جوید و به راهنمایی کسی که دیدگانش را بینا ساخته به راه سلامت رسیده است و اطاعت از کسی را که راه هدایتش نموده است» (خطبه/۲۱۴) و در روایتی آمده است «کسی که خدا را بشناسد اطاعتش خواهد کرد، و کسی که اطاعت خدا کند، حرام‌های ظاهری و باطنی را حرام خواهد دانست» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۲۹۲/۲۴) انسان اگر بخواهد از بیمار دلی نجات یابد لازمه‌اش این است که مطیع خدا باشید چنانکه امام علی (علیه السلام) می‌فرماید: اطاعت خدا انسان را بینا نموده و انسان بینا راه کمال را در پی می‌گیرد و رو به بالا می‌رود و از مراتب زوال، وجود خودش را حفظ می‌کند و مطیع خدا می‌شود، درمانی بالاتر از این برای انسان وجود ندارد. و از مضمون خطبه ۲۲۳ نهج البلاغه می‌توان به این نتیجه رسید که مطیع خدا باش تا بالا بروی و از همه دردها نجات پیدا کنی.

ب) ذکر و یاد خدا (بِذِكْرِهِ آيَسًا): سجادی در فرهنگ تعبیرات و اصطلاحات عرفانی در معناشناسی «ذکر» گوید: «ذکر در کلمات عارفان به معانی: یاد کردن، مواظبت بر عمل، حفظ، طاعت، نماز، بیان، قرآن، حلم، شرف، شکر» (سجادی، ۱۳۸۳: ۴۰۲). عرفا ذکر را خارج شدن از غفلت و وارد شدن به فضای شهود می‌دانند و ذکر را شراب عاشقان و بساط عارفان می‌دانند (سعیدی، ۱۳۸۷: ۲۸۸) ابن عربی معتقد است ذکر نعمت الهی است و به خاطر ذکر، خداوند به بندگانش پاداش می‌دهد. چنانچه خداوند می‌فرماید: «فَاذْكُرُونِي أَذْكَرُكُمْ؛ پس مرا یاد کنید تا شما را یادکنم» (بقره/۱۵۲) نتیجه ذکر یادآوری است و نتیجه حال ذکر، هم حال ذکر و حال یادآوری است؛ اما غرض از ذکر در اینجا این نیست که فقط اسم او را تکرار کنند، بلکه تذکر اسم است با مدح و حمد او. (همان: ۲۸۹)

ذکر و یاد خداوند از سوی خداوند آن قدر اهمیت دارد که خداوند متعال واژه ذکر را ۲۸۰ بار در قرآن آورده است و می‌فرماید: «الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ تَطْمِئِنُّ الْقُلُوبُ؛ آگاه باش که با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد» (رعد/۲۸)

در اینجا این سوال مطرح می‌شود که ذکر چگونه انسان را به آرامش می‌رساند؟ علامه طباطبائی در تفسیر المیزان به این سوال پاسخ می‌دهد. تنبیهی است برای مردم به اینکه متوجه پروردگار خود بشوند و با یاد خداوند دل‌هایشان آرام گیرد چون انسان طالب سعادت و کمال است و از شقاوت گریزان است و انسان مؤمن می‌داند که

تمام کارها به دست خداست هرکه را بخواهد هدایت می‌کند و هرکه را بخواهد خوار و ذلیل می‌کند پس یاد او برای نفسی که اسیر حوادث است و همواره در جستجوی رکن وثیقی است که سعادت او را ضمانت کند، (طبایبائی، ۱۳۶۳: ۴۸۴/۱۱).

امام علی (علیه السلام) در خطبه ۲۲۲ نهج البلاغه آثار روانی ذکر را چنین می‌فرماید: «إِنَّ اللَّهَ سُجَّانُهُ وَتَعَالَى جَعَلَ الذِّكْرَ جِلَاءَ لِلْقُلُوبِ، تَسْمَعُ بِهِ بَعْدَ الْوَقْفَةِ وَتُبْصِرُ بِهِ بَعْدَ الْعُسُوفَةِ وَتَقَادِبُهُ بَعْدَ الْمَعَانِدَةِ؛ همانا خداوند سبحان و بزرگ، یاد خود را روشنی بخش دل‌ها قرارداد تا گوش پس از شنوایی بشنود و چشم پس از کم نوری بنگرد و انسان پس از دشمنی رام گردد. (دشتی، ۱۳۸۰: ۴۵۵) خلاصه ذکر، قلب را جلا می‌دهد و قلب را احیا می‌کند. خلاصه ذکر دارویی برای درمان حجاب‌های باطنی است که رشد آن از غفلت ناشی می‌شود و چون حجاب از نسیان و فراموشی می‌آید و موجب بیماری انسان می‌شود چنان‌که خداوند متعال می‌فرماید، «فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ» برای درمان آن باید به ضد آن رجوع کرد. و باز می‌فرماید: «اذكروا لله كبراً» تا از حجاب و فراموشی و مرض آن خلاص یابند و رستگار شوند. (نجم الدین رازی، ۱۳۶۵: ۲۶۸)

۳- بیماری عجب

«عجب» از جمله گناهان قلبی و بیماری‌های روحی است و حقیقت عجب (خودبینی) این است که شخص خود را بی عیب و نقص ببیند و از اینکه در کمال و نعمت است، خود را بزرگ بداند؛ به این ترتیب که آن کمال را از خودش ببیند نه از خدا و به آن تکیه کرده دلشاد باشد به طوری که بر طرف شدن آن نعمت به خاطرش نگذرد و نترسد. (دستغیب شیرازی، ۱۳۸۸: ۱۹/۲) و خداوند متعال در قرآن ما را از عجب زهی نموده و فرموده: «...فَلَا تَزْكُوا انفسکم... خودتان را نستایید» (نجم/۳۲) در مجموع می‌توان گفت که عجب همان این است که شخص خود و عملش را بزرگ جلوه دهد. و امام علی (علیه السلام) نیز در نامه به مالک اشتر، اعجاب نفس را از بهترین فرصت‌های شیطان دانسته و او را از آن بر حذر نموده است. و به مالک چنین می‌نویسد: «وَأَتَاكَ وَالْإِعْجَابُ بِنَفْسِكَ وَالثَّقَّةُ بِمَا يُحِبُّكَ مِنْهَا وَحُبُّ الْإِطْرَاءِ. یعنی از سه چیز کناره بگیر و بر حذر باش. یکی خودپسندی، یکی اعتماد غرورآمیز به نقاط قوت خود و دیگری هم علاقه به مدح و ستایش زیاد دیگران» (نامه/۵۳)

علمای اخلاق ریشه و منشاء عجب و خودپسندی را جهل و نادانی دانسته‌اند و علت عجب را نادانی محض و درمانش را علم و آگاهی بیان کرده‌اند که قرن‌ها قبل از نظریه علمای اخلاق و دانشمندان، امام علی (علیه السلام) در مان عجب و خودپسندی را در نهج البلاغه «علم و آگاهی» بیان نموده‌اند که در پایین به آن اشاره شده است.

درمان بیماری عجب

الف) علم و آگاهی بر بیماری: علم و دانش در هر امری کارساز است و هرکاری اگر بدون علم و آگاهی صورت پذیرد ما را به هدف نخواهد رسانید. در دین اسلام راه صحیح به سوی هدف صراط مستقیم است که ما پیوسته در نمازهایمان از خدا درخواست می‌کنیم در اطراف صراط مستقیم راه‌های انحرافی نیز وجود دارد پیدا کردن راه مستقیم از میان آن خطوط نیاز به دقت و علم و آگاهی دارد. به همین دلیل، جاهل غالباً گرفتار خطوط انحرافی یا در جانب زیاده‌روی می‌گردد و یا در سوی کوتاهی و کندروی. علی علیه السلام می‌فرماید: «لاتری الجاهل الأمفرطاً أو مفرطاً؛ دیده نمی‌شود نادان مگر آنکه تندرو است (از حد و اندازه خود می‌گذرد) یا کندرو (به حد و اندازه خود نمی‌رسد)» (حکمت/۶۷). یعنی انسان جاهل و نادان خارج از این دو قسم نیست که یا تندرو است و یا کندرو. و در گفتار ما نیز، چون نمی‌داند بیمار است هرگز اقدام نمی‌کند و اصولاً نادانی او دلیل آشکاری است بر فقر و تهیدستی و از این رو علی علیه السلام می‌فرماید: «لاغنی کالعقل ولا فخر کالجهل؛ هیچ بی‌نیازی چون عقل و هیچ فقری چون نادانی نیست» (حکمت/۵۴) و طبیعی است که انسان تهیدست توان علاج بیماریش را ندارد. خلاصه اینکه وقتی انسان نسبت به بیماریش و یا به آفت‌های دنیوی و اخروی آن علم و آگاهی ندارد در واقع در راه معالجه‌اش تهیدست است.

ب) تأمل در عظمت پروردگار: تأمل در عظمت پروردگار و عجز و ناتوانی هر آنچه غیر اوست می‌تواند در معالجه عجب آدمی مؤثر افتد. امام علی علیه السلام در عظمت پروردگار متعال می‌فرماید: «کلُّ شیءٍ خاشعٌ له وکلُّ شیءٍ قائمٌ به، غنیٌ کلٌّ فقیرٌ و عزٌّ کلٌّ ذلیلٌ و قوَّةٌ کلٌّ ضعیفٌ و مفرغٌ کلٌّ ملهوفٌ، من تکلم سمع نطقه و من سکت علم سره و من عاش فعليه رزقه و من مات فإليه منقلبه؛ همه چیز برابر خدا خاشع و همه چیز با یاری او، برجای مانده است. خدا بی‌نیاز کننده هر نیازمند و عزت‌بخش هر خوار و ذلیل، نیروی هر ناتوان و پناهگاه هر مصیبت‌زده است. هر کس سخن گوید می‌شنود، و هر که ساکت باشد اسرار درونش را می‌داند، روزی زندگان بر اوست و هر که میرد به سوی او بازمی‌گردد» (خطبه/۱۰۹) و امام علی علیه السلام باز می‌فرماید: «لوفکر وافی عظیم القدره و جسم النعمه لرجعوا إلى الطریق و خافوا عذاب الحریق، ولكن القلوب علیة و البصائر مدخولة؛ اگر مردم در عظمت خداوند و بزرگی می‌اندیشیدند، به راه راست باز می‌گشتند و از آتش سوزان می‌ترسیدند، اما دل‌ها بیمار و چشم‌ها معیوب است» (خطبه/۱۸۵) قرآن کریم ناتوانی انسان را به رخ انسان می‌شد و در این زمینه می‌فرماید: «الله الذی خلقکم من ضعیفٍ ثم جعل من بعد ضعیفٍ قوَّةً ثم جعل من بعد قوَّةٍ ضعیفاً و سبیةً یخلق ما یشاء و هو العلیم القدیر؛ خداست آن کس که شما را ابتدا ناتوان آفرید آنگاه پس از ناتوانی قوت بخشید سپس بعد از قوت ناتوانی و پیری داد هر چه بخواهد می‌آفریند و هموست دانای توانا» (روم/۵۴) و امام علی علیه السلام می‌فرماید: «و

كُفِيَ بِالْمُرءِ جَهْلًا أَلَا يَعْرِفَ قَدْرَهُ؛ ودر نادانی انسان این بس که ارزش خویش را نشناسد» (خطبه/۱۰۳). امام (علیه السلام) در نامه ۵۳ نهج البلاغه به مالک اشتر می‌فرماید: «اگر با مقام و قدرتی که داری دچار تکبر یا خود بزرگ بینی شوی به عظمت حکومت پروردگار که برتر از توست بنگر، که تو را از آن سرکشی نجات می‌دهد و تندروی تو را فرو می‌نشاند و عقل و اندیشه‌ات را به جایگاه اصلی باز می‌گرداند.»

۴- بیماری کبر

کبر به معنای نخوت، بزرگی به خود گرفتن، خودنمایی (لغت‌نامه) و کبر حالت نفسانی که شخص خود را از دیگران بهتر و بزرگتر می‌بیند و بر این اعتقاد نادرست تکیه نموده، پس خود را بزرگوار و دیگری را ناقابل و ذلیل می‌پندارد و به بزرگواری موهوم خود، دلشاد می‌شود (دستغیب شیرازی، ۱۳۸۸: ۷۳/۲). یکی از بارزترین مصداق‌های تکبر و خود بزرگ بینی و مبتلا شدن به انحرافات فکری، داستان ابلیس است که در قرآن بارها به آن پرداخته شده و از آن سخن به میان آمده است. انحرافات فکری در واقع زیر بنای این ردایل اخلاقی است و خداوند در این زمینه می‌فرماید: «وَإِذْ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا إِلَّا إِبْلِيسَ أَبَىٰ وَاسْتَكْبَرَ وَكَانَ مِنَ الْكَافِرِينَ؛ چون فرشتگان را فرمودیم برای آدم سجده کنید پس بجز ابلیس که سر باز زد و کبر ورزید و از کافران شد [همه] به سجده درافتادند» (بقره/۳۴) خداوند هم شیطان را به خاطر تکبرش خوار و ذلیل گردانید و از دنیا رانده شد و در آخرت در آتش جهنم قرار خواهد گرفت. و امام علی (علیه السلام) می‌فرماید: «صَغَّ قُرْكُكَ، وَأَحْطَطَ كِبْرُكَ، وَأَذْكَرَ قَبْرُكَ؛ فخر فروشی را کنار و تکبر و خود بزرگ بینی را رها کن، به یاد مرگ باش» (حکمت/۳۹۸) و باز می‌فرماید: «اللَّهُ اللَّهُ فِي كِبْرِ الْمُحْمِيَةِ وَفِي الْجَاهِلِيَّةِ فَإِنَّهُ مَلَاحِ الشَّيْطَانِ وَ مَلَاحِ الشَّيْطَانِ؛ خدا را خدا را، از تکبر و خو پسندی و از تفاخر و جاهل برحذر باشید که بغض و کینه و رشد و سوسه‌های شیطانی است» (خطبه/۱۹۲).

درمان کبر

الف) خودشناسی و خودنگری: اساساً تمام صفات رذیله و خوی‌های حیوانی و شیطانی مانند ریا، حسد، غضب، حقد و غیره که در انسان به وجود می‌آید ریشه‌اش کبر است و هر قدر انسان ارزش و کمالات انسانیش بالاتر رود احساس کوچکی کرده خود را از دیگر انسان‌ها کوچکتر خواهد دید مشکل متکبران است که معرفت به عظمت و کبریایی پروردگار ندارد و اگر از چنین شناختی برخوردار باشد رفعت و بزرگی را در خالك بودن و تواضع جستجو می‌کند. امام علی (علیه السلام) می‌فرماید: «عَبَيْتَ لِلْمُتَكَبِّرِ الَّذِي كَانَ بِالْأَمْسِ نُطْفَةً وَيَكُونُ غَدًا حَيْفَةً؛ در شگفتیم از شخص متکبر که دیروز نطفه‌ای بوده و فردا لاشه‌ای است!» (خطبه/۱۲۶) شخص متکبر باید قدری درباره خودش تأمل کند، از چه



آفریده شده و سرانجام این بدن مادی او چه خواهد بود اگر حقیقت انسان به این بدن مادی است که تکبر جایگاهی ندارد (چون انسان از پست‌ترین چیز آفریده شده) و اگر حقیقت انسان به روح و بعد معنوی او است، باید تلاش نمود که معنویت را در خویش تقویت نموده و ریشه تکبر را بخشکاند. از این رو علمای اخلاق و عرفان با تکیه به حدیث مشهور «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ»، خودشناسی را خداشناسی می‌دانند در خودشناسی به مثابه خداشناسی، روشن می‌شود که در ظاهر، حرکت از جزء به کل است ولی وقتی از جزء، نتیجه کل گرفته می‌شود؛ یعنی این نتیجه اتخاذ می‌گردد که انسان‌ها در سایه کل بود که توانستند در جزء طی طریق کنند و این همان ترجمان «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ» است. هرکس خودش را شناخت نه اینکه خودش زمینه خداشناسی می‌شود! هرکس بتواند به یک جایی برسد که خودش را بتواند از لحاظ برهان یا شهود بشناسد آنجا درمی‌یابد که اول خدا را شناخت و در پرتو شناخت خدا، خود را هم می‌شناسد. در نتیجه این معرفت به او یادآوری می‌کند که در مقابل عظمت پروردگار، ذره‌ای بیش نیست و تلاش می‌کند تا صفت کبر را از ساحت وجودش دور نگه دارد. غزالی در این خصوص در آغاز کیمیای سعادت می‌گوید: «بدان که کلید معرفت خدای - تعالی - معرفت نفس خویش است؛ و برای این گفته‌اند: مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ؛ و برای این گفت باری - سبحانه و تعالی - : سَنُيهِمُ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَ فِي أَنفُسِهِمْ حَتَّى يَتَّبِعَنَ لَهُمُ اللَّهُ الْحَقَّ، گفت: نشانه‌های خود در عالم و در نفوس یا ایشان نمایم تا حقیقت حق ایشان را پیدا شود. و در جمله، هیچ چیز به تو نزدیکتر از تو نیست. چون خود را نشناسی، دیگری را چون شناسی؟» (غزالی، ۱۳۹۰: ۱۴) امام علی (علیه السلام) فرماید: «مَنْ كَرَمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ هَانَتْ عَلَيْهِ شَهَوَاتُهُ؛ کسی که در سایه خودشناسی، برای خود، کرامت و شخصیت قائل است، شهواتش در نظرش خوار و بی‌مقدار خواهد بود و به آسانی تسلیم هوی و هوس نمی‌شود» (دشتی، ۱۳۸۰، ص ۷۳۶ حکمت / ۴۴۹) توضیح این که نفس و خواسته‌هایش دو دشمن انسانند، احترام یکی باعث خوار داشتن دیگری است پس هر کس نفس خود را گرامی داشت، آن را از عذاب خدا حفظ و حمایت می‌کند و این خود باعث خوار ساختن شهوت و بی‌اعتنایی به آن است، زیرا هوای نفس خلاف آن را خواستار است. ماقبل از خودشناسی خدا را شناختیم، اگر خدا را فراموش کنیم، این فراموشی، حجاب معرفت نفس می‌شود و نمی‌گذارد کسی خود را بشناسد. از این رو خداوند در سوره «مجادله» سخنی دارد که بازدهش را در سوره «حشر» بیان می‌کند، در سوره مجادله می‌فرماید: «اسْتَوْذَعْتُمْ الشَّيْطَانَ فَلَأَسَاؤُهُمْ ذِكْرُ اللَّهِ» (مجادله / ۱۹) وقتی شیطان بر یک فرد یا گروهی مسلط شود، اولین کارش این است که انسان را خلع سلاح کرده او را از یاد خدا غافل می‌کند. وقتی انسان از یاد خدا غافل شد آنگاه «فَلَأَسَاؤُهُمُ

أَنْفُسُهُمْ» (حشر/ ۱۹) تحقق پیدا می کند، به این معنا که خدا هم آن‌ها را از یاد خودشان می برد. (جوادی آملی، ۱۳۸۵، ص ۲۳۵)

ب) فروتنی: تواضع و فروتنی ضد صفت کبر است و آن عبارت از شکسته نفسی که نگذارد آدمی خود را بالاتر از دیگری ببیند اینکه فروتنی يك حالت روحی و روانی است که در سایه خودشناسی و خداشناسی و جهان‌شناسی بوجود می آید (نراقی، ۱۳۶۲، ۲۲۷) و امام علی (علیه السلام) انسان‌ها را به تواضع سفارش می کند و می فرماید: «عَلَيْكَ بِالتَّوَّاضِعِ؛ فَإِنَّهُ مِنَ أَعْظَمِ الْعِبَادَةِ. بِر تُو بَادِ فِرَوْتَنِي؛ زِيْرَا كِهْ اَنْ، اَز بَزْرِكْ تَرِيْنِ عِبَادَتِ هَاسْت.» (مجلسی، ۱۴۰۳، ۱۱۹/۷۲) و در نهج البلاغه می فرماید: «فَلَوْ رَخَّصَ اللهُ فِي الْكِبَرِ لِأَخِي مِنْ عِبَادِهِ لَرَخَّصَ فِيهِ لِحَاصَّةِ أَنْبِيَائِهِ وَأَوْلِيَائِهِ، وَلِكِنَّهُ سَجَّائُهُ كَرَّةً إِلَيْهِمْ التَّكْبَرُ، وَرَضِيَ لَهُمْ؛ اِگَر بِنَا بُوْد خَدَاوَنْد بِه اَحْدِي اَز بَنْدگَانَش رَخَصْت تَكْبَر دَهْد، هَر اَيْنِه اِيْن رَخَصْت رَا بِه خَاصَّگَان اَز اَنْبِيَا و اَوْلِيَايِ خُود مِي دَاد. اَمَّا خَدَاوَنْد سَبْحَانَ، تَكْبَر رَا بَرَايِ اَنَان نِيْز نَاخُوش دَاشْت و فِرَوْتَنِي رَا بَرَايْشَان پَسَنْدِيْد.» (خطبه/ ۱۹۲)

نتیجه‌گیری

از برآیند بررسی دامنه این پژوهش با موضوعات یاس و ناامیدی، غفلت، عجب و کبر و درمان آن در نهج البلاغه می‌توان چنین نتیجه‌گیری کرد:

- در دیدگاه امام علی (علیه السلام)، دنیا با تمام اسبابش یکی از ابزارهای گمراه کننده تلقی می‌شود که در بستر تکوین آن در وجود آدمی، امراض قلبی به وجود می‌آید. دلبستگی زیاد به چیزی در ساختار وجودی انسان، او را کور و کور می‌سازد. امام (علیه السلام) در نهج البلاغه به حُب دنیا و نگرش به عنوان هدف غایی به آن هشدار می‌دهد. نگاه به دنیا به عنوان هدف، دیدگان و بصیرت آدمی را کور می‌کند و او را از اصل هدف آفرینش و کمال جویی باز می‌دارد.
- امام (علیه السلام) در وصف امیدواری به خدا و همچنین برای انگیختن مردم نسبت به آن و روی گرداندن از ناامیدی از رحمت الهی هرگونه امید به غیر او را دیوانگی می‌داند لذا از این طریق انگیزه توکل به خدا را در روح انسان برمی‌انگیزد.
- امام علی (علیه السلام) برای بر انگیختن صبر در مردم و دور کردن آنان از یأس و ناامیدی، استقامت برخاسته از ایمان را به منزله سر برای بدن دانسته‌اند و مردم را به ایستادگی تشویق نموده‌اند.
- برای درمان غفلت، امام (علیه السلام)، ذکر را یادآور می‌شود؛ ذکر دارویی برای درمان حجاب‌های باطنی است که رشد آن از غفلت ناشی می‌شود و چون حجاب از نسیان و فراموشی می‌آید و موجب بیماری انسان می‌شود.

- حضرت امیر علیه السلام، عجب نفس را از بهترین فرصت‌های شیطان دانسته و برآن است که علم و آگاهی، تأمل در عظمت پروردگار، مرض عجب را شفا می‌دهد.

- برای بیماری کبر، امام علیه السلام، توصیه بر فروتنی و خودشناسی و خلقت انسان از نطفه‌ای ناچیز و در آخر تبدیل شدن به لاشه‌ای بی‌مایه را متذکر می‌شود و برآن است کسی که در سایه خودشناسی، برای خود، کرامت و شخصیت قائل است، شهواتش در نظرش خوار و بی‌مقدار خواهد بود و به‌آسانی تسلیم هوی و هوس نمی‌شود.

منابع

قرآن کریم، ترجمه: فولادوند.

نهج البلاغه، سید رضی، ۱۳۷۷ش، ترجمه: سیدعلینقی فیض الاسلام، تهران: انتشارات فقیه (فیض الاسلام).

۱. ابن ابی جمهور، محمد بن زین الدین، ۱۴۰۳ق، *عوالی اللئالی العزیزیه فی الاحادیث الدینیّه*، جلد چهارم، قم: مؤسسه سیدالشهداء (علیه السلام).

۲. ابن ترکه، علی بن محمد، ۱۳۷۸ش، *شرح فصوص الحکم ابن عربی*، جلد اول، به کوشش: محسن بیدارفر، قم: نشر بیدار.

۳. ابن عربی، محیی الدین محمد بن علی، ۱۴۰۰ق، *فصوص الحکم، تصحیح و تعلیق: ابو علاء عقیفی*، بیروت: دارالکتب العربیه.

۴. ایروتنسو، توشیهیکو، ۱۳۸۳ش، *آفرینش، وجود و زمان*، ترجمه: مهدی سررشته داری، تهران: نشر مهر اندیش.

۵. جوادی آملی، عبدالله، ۱۳۸۵ش، *مبایذ اخلاق در قرآن*، قم: اسراء.

۶. دستغیب شیرازی، سید عبدالحسین، ۱۳۸۸ش، *قلب سلیم*، چاپ ششم، تهران: دارالکتب الاسلامیه

۷. دشتی، محمد، ۱۳۸۰ش، *نهج البلاغه*، چاپ دوم، بوشهر: موعود اسلام.

۸. دین پرور، جمال الدین، ۱۳۸۷ش، *نهج البلاغه همراه*، چاپ اول، تهران: بنیاد نهج البلاغه.

۹. سجادی، سید ضیاء الدین، ۱۳۹۳ش، *مقدمه ای بر مبانی عرفان و تصوف*، تهران: سمت.

۱۰. سعیدی، گل بابا، ۱۳۸۷ش، *فرهنگ اصطلاحات عرفانی*، چاپ سوم، تهران: شفیعی.

۱۱. طباطبائی، سید محمد حسین، ۱۳۶۳ش، *تفسیر المیزان*، مترجم: محمد باقر موسوی همدانی، قم: انتشارات اسلامی.

۱۲. طبرسی، ابوعلی فضل بن حسن، ۱۳۸۷ش، *تفسیر مجمع البیان*، ترجمه: علی کرمی، قم: تبیان.

۱۳. غزالی، محمد بن محمد، ۱۳۹۰ش، *کیمیای سعادت*، تصحیح: حسین خدیو جم، چاپ پانزدهم، تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.

۱۴. فیض الاسلام، سیدعلینقی، ۱۳۷۷ش، *ترجمه و شرح نهج البلاغه*، چاپ هفتم، تهران: انتشارات فقیه (فیض الاسلام).

۱۵. قرشی، علی اکبر، ۱۳۶۴ش، *قاموس قرآن*، تهران: دارالکتب الاسلامیه.

۱۶. مجلسی، محمدباقر، ۱۴۰۳ ق، *بحارالانوار*، بیروت: مؤسسه الوفا.
۱۷. مجلسی، محمدباقر، ۱۴۰۴ ق، *بحارالانوار*، بیروت: مؤسسه الوفا.
۱۸. مطهری، مرتضی، ۱۳۶۱ ش، *سیری در نهج البلاغه*، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
۱۹. مطهری، مرتضی، ۱۳۹۶ ش، *آشنایی با قرآن*، قم: صدرا.
۲۰. موسوی لاری، سید مجتبی، ۱۳۸۰ ش، *رسالت اخلاق در تکامل انسان*، قم: بوستان کتاب.
۲۱. نجم الدین رازی، عبدالله، ۱۳۶۵ ش، *مرصاد العباد*، تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.
۲۲. نراقی، احمد، ۱۳۶۲ ش، *معراج السعاده*، چاپ دوم، تهران: رشیدی.
۲۳. هجویری، ابوالحسن علی بن عثمان، ۱۳۹۲ ش، *کشف المحجوب*، تصحیح و تحقیق: دکتر محمود عابدی، تهران: انتشارات سروش.
۲۴. همت بناری، علی، ۱۳۷۹ ش، بررسی اولویت های تربیتی اخلاقی از دیدگاه امام علی (علیه السلام) در نهج البلاغه، *مجله تربیت اسلامی*.
۲۵. یثربی، یحیی، ۱۳۹۵ ش، *عرفان عملی*، قم: بوستان کتاب.

