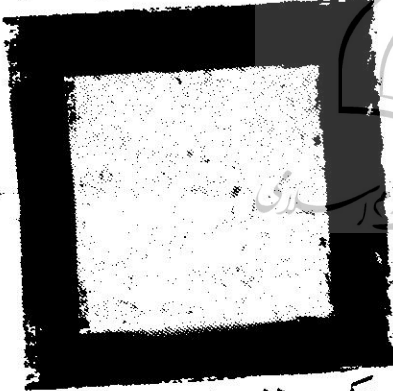


سلامت عقل و روان از دیدگاه تدریس البلاغه



دکتر سارا منافه آثاری
دانشیار دانشکده معالیه طباطبائی

حکیمه

نهج البلاغه یک شاهکار ادبی در تعلیمات اسلامی است که در آن توجه به عزت و کرامت انسان و سلامت عقل و روان از اهمیت بسزایی برخوردار است. سخنان حکمت‌آمیز این کتاب که با عقل و اندیشه آدمی سروکار دارند حقایق بسیار متعالی و معانی بسیار ژرفی را در مورد شناخت خدا، انسان و جهان با فصاحت و بلاغت تمام بیان می‌کنند و آگاهی‌های ارزشمندی را در هر یک از این زمینه‌ها ارائه می‌دهند. خطابه‌ها احساسات را کد انسان را در جهت ستیز با فساد و تباهی و بی‌عدالتی بر میانگیزند، و موعظه‌ها انسان را از خواب غفلت بیدار و خطراتی را که می‌توانند دل و روان آدمی را ضعیف و بیمار کنند یادآور می‌شوند. بنابراین می‌توان گفت، که در بسیاری از خطابه‌ها، حکمت‌ها، و موعظه‌های نهج البلاغه توجه خاصی به عزت و کرامت انسان، به سلامت عقل و روان، و به پاکی طبیعت و تمایلات آدمی می‌نموده شده است.

ادب و صلاح
شماره ۶۹ / پاییز ۸۳ / تابستانه ۸۴

۳۲

مقدمه

از دیدگاه علم زبان‌شناسی، نهج‌البلاغه را می‌توان شاهکار سخنوری در حکمت و علم و دین دانست که مفاهیم بسیار متعالی را در اوج فصاحت و بلاغت بیان می‌کند. این کتاب با بیانات ادیبانه و حکیمانه‌ای که دارد عقل و اندیشه آدمی را در مسیر شناخت خدا، انسان و جهان سیر می‌دهد و با پیام‌های روشن‌گرانه‌اش آئینه فکرت را جلا و ضمیر دل را صفا می‌بخشد. سخنان حکیمانه امام علی (علیه السلام) که اغلب مبتنی بر کلام خدا هستند چنان عالمانه و جاودانند که نه تنها با گذشت زمان کهنه نمی‌شوند بلکه هر چه انسان بیشتر پیشرفت کند ارزش حقایق دینی، عقلی و علمی آنها روشن‌تر می‌گردد.

از حقایق علمی موجود در نهج‌البلاغه می‌توان به اصول علم روان‌شناسی اشاره کرد که در کلام امام علی (علیه السلام) به وفور دیده می‌شود. با آنکه آلکسیس کارل در کتاب معروف خود انسان را موجود ناشناخته خوانده، که از یک دیدگاه درست هم هست، اما مطالعه دقیق نهج‌البلاغه نشان می‌دهد که علی (علیه السلام) انسان و طبیعت و تمایلات او را می‌شناخته و از نیروهای عقلانی و نفسانی موجود در وجود آدمی به خوبی آگاه بوده است. سخنان نهج‌البلاغه را به طور کلی از نظر محتوا می‌توان به سه بخش تقسیم کرد: حکمت، موعظه، خطابه. البته این تقسیم‌بندی غیر از آن تقسیم‌بندی موجود در این کتاب است که شامل خطبه‌ها، نامه‌ها و کلمات قصار می‌باشد. در تقسیم‌بندی موجود، توجه به شکل ظاهری یا «فرم» سخن معطوف بوده، در صورتی که در تقسیم‌بندی محتوایی این کتاب به سه بخش حکمت، موعظه و خطابه، محتوا، موضوع و معنی سخن بیشتر مورد نظر است تا فرم آن و براساس این تقسیم‌بندی تقریباً نزدیک به نیمی از کتاب شامل موعظه است.

در مورد تفاوت بین موعظه و حکمت، مطهری می‌نویسد: «حکمت تعلیم است و موعظه تذکار، حکمت برای آگاهی است و موعظه برای بیداری، حکمت مبارزه با جهل است و موعظه مبارزه با غفلت، سروکار حکمت با عقل و فکر است و سروکار موعظه با دل و عاطفه... حکمت چراغ است و موعظه نیاز کردن چشم است برای دیدن، حکمت برای اندیشیدن است و موعظه برای به خود آمدن، حکمت زبان عقل است و موعظه پیام روح... موعظه با خطابه نیز متفاوت است، سروکار خطابه نیز با احساسات است اما خطابه برای تهییج و بیتاب کردن احساسات است و موعظه برای رام ساختن و تحت تسلط درآوردن... خطابه زمام کار را از دست حسابگری‌های عقل خارج می‌کند و به دست طوفان احساسات می‌سپارد اما موعظه طوفان‌ها را فرو می‌نشاند

و زمینه را برای حساب‌گری و دوراندیشی فراهم می‌کند. خطابه به بیرون می‌کشد و موعظه به درون می‌برد.» با توجه به مفاهیم حکمت و موعظه و خطابه که بیان شد و با در نظر گرفتن اینکه این موضوعات با عقل و اندیشه و روان و دل و احساسات انسان سروکار دارند، باید گفت که نهج‌البلاغه با سخنان حکمت‌آمیز بر شناخت خدا، انسان و جهان تأکید می‌کند و عقل و اندیشه را به تعقل و تفکر وامی‌دارد، با خطابه‌ها احساسات خمود و راکد را به حرکت و جنبش در می‌آورد، و با موعظه‌ها که بخش بزرگی از این کتاب را تشکیل می‌دهند بر آن است که انسان را از خواب غفلت بیدار کند، شهوت و احساسات خود سرانه را به کنترل عقل درآورد، عواطف نوع دوستی را در انسان تقویت کند،

مطالعه دقیق نهج‌البلاغه
نشان می‌دهد که علی (علیه
السلام) انسان و طبیعت و
تمایلات او را می‌شناخته و
از نیروهای عقلانی و نفسانی
موجود در وجود آدمی به
خوبی آگاه بوده است.

ادب و مصلحت
شماره ۱۶ / پاییز ۱۳۸۳ / ال تا سنا ۸۴

۳۳

و یا زودن ردایل اخلاقی و جایگزین کردن آنها با مکارم و فضایل سلامت عقل و پاکی دل انسان را تأمین کند.

نقش هیجانات در رفتار آدمی

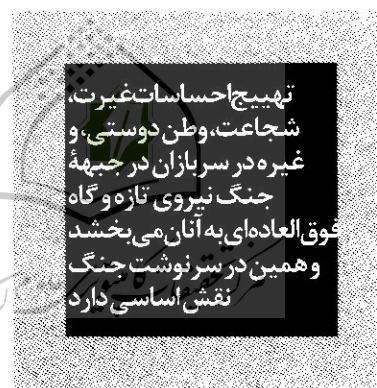
در قسمتهای خاصی از بدن انسان غدد مترشح‌های وجود دارند که برخی از آنها درون ریز و برخی دیگر برون ریزند. غدد درون ریز مستقیماً در خون ترشح می‌کنند ولی ترشح برون ریزها به بیرون از خون است.

وقتی انسان تهییج می‌شود و هیجان شدید به او دست می‌دهد با توجه به نوع هیجان برخی از غدد ترشح خاصی می‌کنند و در نتیجه تغییراتی در بدن شخص به وجود می‌آید: «وقتی هیجان شدید باشد در ما تغییراتی به وجود می‌آورد که شامل همه جنبه‌های تن و فعالیت او می‌شود. جریان‌های فیزیولوژیک و عصبی بدن دگرگون می‌شوند و افکار و اعمال ما متأثر می‌گردند. گاه ممکن است نظم بدن به هم بخورد و در سازگاری ما با محیط خلل وارد آید. در حالت برانگیختگی هیجانی ممکن است نیروهای تازه در خود بیابیم یا ممکن است به کلی بی‌حرکت و مبهوت شویم... مثلاً اثر ترس را در مواردی که از گانیزم

ناچار است برای نجات خود کوشش غیرعادی یا فرار کند می‌توان در نظر گرفت.

ترس ممکن است نیروی فوق انسانی به شخص بدهد و در او توانائی‌هایی که معمولاً از آن بی‌خبر است به وجود آورد. در مواجهه ناگهانی با وضع وحشت‌انگیز غدهٔ آدرنال مقدار زیادی آدرنالین تراوش می‌کند. یکی از تأثیرات آدرنالین آن است که گلیکوژن را که در کبد ذخیره شده است رها می‌کند و برای مصرف در دسترس بدن قرار می‌دهد. بدین ترتیب بدن برای فعالیت شدید ناگهانی سوخت لازم را در اختیار می‌گیرد. اما دیده شده است که ترس به کلی ارگانیزم را از حرکت باز می‌دارد... بی‌حرکتی در این موارد ممکن است از نظر دفاع در مقابل خطر و از لحاظ بقا سودمند باشد.^۲

تغییری که هیجان در بدن ایجاد می‌کند بستگی به نوع هیجان و میزان شدت و ضعف آن دارد. بنابراین رفتارهای ناشی از هیجان نیز در ارتباط مستقیم با نوع هیجان و درجهٔ شدت



و ضعف آن است. از آنجا که هیجان همان تحریک عصبی و روانی است لذا باید گفت هیجان شدید تحریک شدید ایجاد می‌کند. اما در بررسی عوامل و محرک‌های مؤثر در رفتارهای هیجانی انسان نوع هیجان مهمتر از میزان شدت و ضعف آن است، زیرا نوع حرکت و جنبش و رفتاری که از شخص صادر می‌شود مهمتر از درجهٔ شدت و ضعف آن است هرچند که این یکی هم خالی از اهمیت نیست. بنابراین نوع انگیزه‌ها در رفتارهای آدمی از اهمیت خاصی برخوردارند، و هدف نگارنده نیز در این قسمت از مقاله بیشتر پرداختن به همین مسئله است. «پژوهش‌هایی که در باب جنبهٔ فیزیولوژیک هیجان‌ها بعمل آمده است نشان می‌دهد که هنگام برانگیختگی هیجانی همهٔ ارگانیزم تحریک می‌شود. ضربان قلب و کار غدهٔ عرق و شیرهای معده و امواج مغز و تراوش غدد داخلی همه در وضع هیجانی تغییراتی نشان می‌دهند.»^۳ نوع رفتاری که به هنگام برانگیختگی هیجانی از شخص صادر می‌شود بستگی

به این دارد که چه نوع احساسات در او برانگیخته شده و تهییج گریده‌اند. بنابراین از دیدگاه علم روان شناسی، با شناخت رابطهٔ علت و معلولی بین انواع احساسات هیجان‌آمیز و رفتارهای هیجانی می‌توان با تهییج احساسات خاصی در شخص رفتارهای معینی را از او انتظار داشت.

این مسئله یکی از موضوعات اساسی و بسیار مهم در «روان شناسی جنگ» است. اهمیت این مسئله گاهی از اهمیت توپ و تانک و سایر آلات جنگی نیز بیشتر است، زیرا همین ابزار و آلات جنگی در صورت ضعف و یا فقدان انگیزه برای استفادهٔ بهینه از آنها، کارائی لازم را نخواهند داشت. پس تهییج احساسات غیرت، شجاعت، وطن دوستی، و غیره در سربازان در جبههٔ جنگ نیروی تازه و گاه فوق‌العاده‌ای به آنان می‌بخشد و همین در سرنوشت جنگ نقش اساسی دارد.

همانطور که قبلاً نیز اشاره شد، در تقسیم‌بندی محتوایی، بخشی از نهج‌البلاغه را خطابه‌ها تشکیل می‌دهند. مطهری در مورد نقش خطابه می‌نویسد: «خطابه احساسات غیرت، حمیت، حمایت، سلحشوری، عصبیت، برتری‌طلبی، عزت‌طلبی، مردانگی، شرافت، کرامت، نیکوکاری و خدمت را به جوش می‌آورد و پشت سر خود حرکت و جنبش ایجاد می‌کند... خطابه‌های امیرالمؤمنین در موقعی ایراد شده که احساسات باید برافروخته شود و طوفانی به وجود آید و بنیادی ظالمانه برکنده شود آنچنان که در صفین در آغاز برخورد معاویه، خطابه‌ای مهیج و آتشین ایراد کرد.

معاویه و سپاهیان‌ش پیش‌دستی کرده بودند و «شریعه» را گرفته بودند و کار آب را بر امیرالمؤمنین و یارانش دشوار ساخته بودند.»^۴ معاویه که از گرفتن «شریعه» به خود می‌بالید هرگونه مذاکره را رد می‌کرد و لذا راهی جز جنگ نمانده بود. روان‌شناسی جنگ ایجاب می‌کرد که برای پیروزی بر معاویه، احساسات غیرت و شجاعت و عزت و شرافت در سپاه علی (علیه السلام) تهییج شود، لذا امام (علیه السلام) در خطابه‌ای حماسی و آتشین به اصحاب خود چنین گفت: «همانا دشمن گرسنه است و از شما نبرد می‌طلبد، اکنون دو راه در پیش دارید یا تن به ذلت و پستی و عقب‌ماندگی دادن یا تیغ‌ها را با خون سیراب کردن و سپس سیراب شدن. مرگ این است که زنده باشید اما مقهور و مغلوب، زندگی آن است که بمیرید، اما غالب و پیروز. همانا معاویه گروهی ناچیز از گمراهان را به دنبال خود کشانده و حقیقت را بر آنها پنهان داشته است تا آنجا که گلوی خویش را هدف تیرهای شما که مرگ را همراه دارد قرار داده‌اند.»^۵

خطابهٔ علی (علیه السلام) احساسات غیرت و شجاعت

را چنان در سپاه او به جوش و خروش آورد که «شریعه» را از سپاه معاویه پس گرفتند و آنان را به عقب راندند. این خطابه و خطابه‌های متعدد دیگری در نهج‌البلاغه همه به طور وضوح نشانگر این اصل مهم روان‌شناسی هستند که با تهییج احساسات خاصی در انسان می‌توان اعمال و رفتار او را در جهت معینی هدایت کرد، و براساس همین اصل روان‌شناسی است که خطابه در تبلیغات دینی و تهییج احساسات مذهبی نیز نقش اساسی دارد.

علاوه بر خطابه‌ها، سخنان حکمت‌آمیز و موعظه‌های نهج‌البلاغه نیز از دیدگاه روان‌شناسی قابل بررسی‌اند. حکمت‌ها به انسان آگاهی می‌دهند و موعظه‌ها به راه درست زندگی فرا می‌خوانند. آن یکی از جهل به علم و از ظلمت به نور می‌برد، و این دیگری از خواب به بیداری و از غفلت به هشیاری می‌آورد. حکمت با عقل و فکر سروکار دارد و لذا با بیان حقایق انسان را به تعقل و تفکر وامی‌دارد و موعظه خیر و صلاح انسان را یادآوری می‌کند و پاکی و سلامت دل و روان آدمی را می‌خواهد. به طور کلی، سخنان حکمت‌آمیز و موعظه‌ها در جهت آگاه‌سازی و ارشاد انسان‌اند تا از این طریق انسان بتواند به سلامت عقل و روان و سعادت جاویدان نایل آید.

در قسمت بعدی مقاله به بررسی چند سخن حکمت‌آمیز و موعظه از نهج‌البلاغه از دیدگاه علم روان‌شناسی می‌پردازیم.

حسن ظنّ و سوء ظنّ

کسی که بسیار سوءظنّ دارد، آنطور که این نوع ذهنیت برای او عادت شده و جزء شخصیت وی گردیده است، از نظر روان‌شناسی دچار نوعی بیماری روانی است که درد و رنج مداومی را ایجاد می‌کند و اضطراب و تشویش و نگرانی به بار می‌آورد. این بیماری می‌تواند ناشی از برخی کمبودها و ضعف‌های شخصیتی، نادیده گرفتن واقعیت‌ها، خیالات بیمورد، درک ناقص از وقایع، عدم آگاهی کامل از امور، و به طور کلی برداشت منفی و بدبینانه از مسائل باشد.

راه علاج این بیماری رفع علت است که بتبع آن معلول نیز به مرور زمان مرتفع می‌گردد، و راه پیشگیری از آن این است که انسان از هر کاری که سوءظنّ ایجاد می‌کند دوری جوید، یعنی کاری کند که حسن ظنّ بروی فراهم آید و نه سوءظنّ. علی (علیه السلام) در فرمان خود به مالک اشتر چنین می‌نویسد:

«باید کاری کنی که با آن حسن ظنّ به رعیتت برای تو فراهم آید، چرا که حسن ظنّ رنج مداومی را از تو بر می‌گیرد. و همانا شایسته‌ترین فرد برای حسن ظنّ کسی است که از امتحانت خوب به درآمده و سزاوارترین کس برای سوءظنّ

کسی است که از امتحانت بد به درآمده است.» حسن ظنّ می‌تواند رنج مداوم و اضطراب و نگرانی ناشی از سوءظنّ را از بین ببرد و آرامش و اطمینان خاطر را جایگزین درد و رنج کند، اما این موضوع هرگز به آن معنی نیست که انسان باید همیشه به همه چیز و همه کس حسن ظنّ داشته باشد، زیرا همانطور که در سخن امام (علیه السلام) آمده برخی افراد سزاوار سوءظنّ هستند و آن قدر قابل اعتماد نیستند که شایسته حسن ظنّ باشند. امام (علیه السلام) در بخش دیگری از فرمان در این مورد می‌فرماید:

«هرگز صلحی را که دشمنت تو را به آن دعوت می‌کند و رضای خدا در آن است رد مکن، زیرا که در صلح سپاهیانت آسایش بینند و خود هم از نگرانی‌ها بیاسایی و کشورت امنیت (و آرامش) یابد. اما زینهار، و سخت زینهار از دشمن، پس از آشتی با آن، زیرا چه بسا که دشمن نزدیک شده باشد تا غافلگیر کند. بنابراین دوراندیش باش و در این مورد بر حسن ظنّ به دشمن، اعتماد مکن.»^۷

دو نکته از سخنان امام (علیه السلام) از دیدگاه روان‌شناسی بسیار مهم است: یکی «سزاوارترین کس برای سوءظنّ کسی است که از امتحانات، بد به درآمده است.» و دیگری «چه بسا که دشمن نزدیک شده باشد تا غافلگیر کند. بنابراین دوراندیش باش و در این مورد بر حسن ظنّ به دشمن، اعتماد مکن.»

دو نکته در دو قسمت از سخنان امام (علیه السلام) از دیدگاه روان‌شناسی بسیار مهم است: یکی «سزاوارترین کس برای سوءظنّ کسی است که از امتحانات، بد به درآمده است.» و دیگری «چه بسا که دشمن نزدیک شده باشد تا غافلگیر کند. بنابراین دوراندیش باش و در این مورد بر حسن ظنّ به دشمن، اعتماد مکن.»

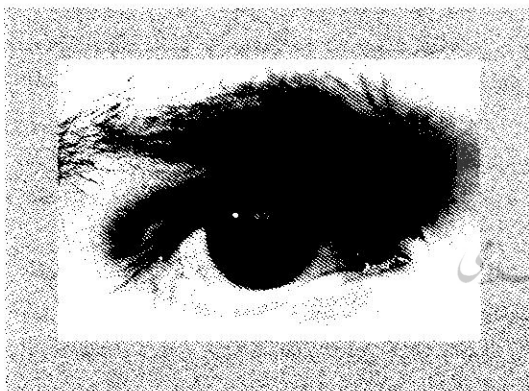
از نکته اول چنین می‌توان فهمید که انسان نباید همیشه به همه کس و همه چیز سوءظنّ داشته باشد، بلکه کسی شایسته بی‌اعتمادی و سزاوار سوءظنّ است که بی‌اعتمادی وی عملاً از طریق آزمایش به اثبات رسیده باشد و لذا باید گفت کسی که دچار سوءظنّ مداوم است از سلامت عقلانی و روانی لازم برخوردار نیست. در قسمت دوم سخن، بی‌اعتمادی دشمن مورد تأکید است، آنهم دشمن یک کشور و یا یک ملت. دشمن همیشه در کمین است تا با نیرنگ‌های گوناگون، حتی از طریق صلح، از اصل

غافل‌گیری استفاده کند. بنابراین در مورد دشمن همیشه باید به هوش بود چراکه دشمن، دشمن است و لذا شایسته اعتماد و سزاوار حسن‌ظن نیست.

انسان علاوه بر آنکه نباید بدون دلیل معتبر و موثق به کسی سوءظن کند، خود نیز نباید کاری کند که مورد سوءظن دیگران قرار گیرد. علی (علیه السلام) در این مورد به مالک می‌نویسد: «اگر مردم درباره تو گمان بیداد بردند، عذر خویش را برای آنان توضیح ده و با توضیح خویش (سوء ظن‌های آنان را از خود دور کن.»^۱ مقام و موقعیت اجتماعی، نوع شغل، نحوه برخورد با دیگران، و به طور کلی روش زندگی در ایجاد حسن‌ظن و یا سوءظن دیگران نقش اساسی دارند.

این مسئله برای مسئولان، مدیران و کارگزاران جامعه که نحوه کارکردشان در معرض دید و قضاوت مردم قرار دارد از اهمیت خاصی برخوردار است. «هرکس خویش را در معرض بدنامی قرار دهد، نباید کسی را که به او بدگمان می‌گردد ملامت کند.»^۲ لذا اگر مسئولی کاری کند که

فراهم آید و نه خود مورد سوءظن دیگران قرار گیرد. از دیدگاه قرآن کریم بعضی از ظن‌ها گناه است: یا ایها الذین آمنوا اجتنبوا كثيراً من الظن إن بعض الظن اثم (آیه ۱۲، سوره ۴۹): ای کسانی که ایمان دارید، از ظن زیاد اجتناب کنید که بعضی از ظن‌ها گناه است. در آیه ۶ سوره ۴۸، منافقان و مشرکان سوءظن کنندگان به خدا ذکر شده‌اند که خدا آنان را مورد عذاب قرار خواهد داد. در فرمان امام علی (علیه السلام) به مالک اشتر از مشورت با اشخاص بخیل، ترسو و حریص منع و چنین یاد شده که این سه غریزه همه ریشه در سوءظن به خدا دارند: «بخل و ترسوئی و حرص منشهای مختلفی هستند که (وجه مشترک و) جامع (در) همه آنها سوءظن به خداست.»^۱ همانطور که سوءظن علتی دارد که با رفع آن علت، معلول نیز به تدریج از بین می‌رود، حسن‌ظن نیز معلول است که وجودش مستلزم وجود علت است. در فرمان امام (علیه السلام) در مورد مؤثرترین علت برای ایجاد حسن‌ظن چنین آمده است: «بدان که هیچ چیز در ایجاد حسن‌ظن حاکم نسبت به



در فرمان امام علی (علیه السلام) به مالک اشتر از مشورت با اشخاص بخیل، ترسو و حریص منع و چنین یاد شده که این سه غریزه همه ریشه در سوءظن به خدا دارند: «بخل و ترسوئی و حرص منشهای مختلفی هستند که (وجه مشترک و) جامع (در) همه آنها سوءظن به خداست.»

رعیت خویش مؤثرتر از آن نیست که او به آنان نیکی کند، و بارهای (معیشت) آنان را سبک سازد، و از اجبار آنان به چیزی که توان آن را ندارند دست بردارد.»^۲

اثرات جسمی و روانی حسن‌ظن و سوءظن

قبلاً گفتیم سوءظن مداوم نوع بیماری روانی است که درد و رنج مداومی را ایجاد می‌کند و اضطراب و تشویش و نگرانی به بار می‌آورد، در حالی که حسن‌ظن نشانه اعتماد و اطمینان و موجب آسایش و آرامش خاطر است. این دو موضوع که از دیدگاه روان‌شناسی نظری و بالینی به اثبات رسیده است در نهج البلاغه در موارد مختلف به طور وضوح بیان شده و مورد تأکید قرار گرفته است. چند مورد از اینها را قبلاً از فرمان امام علی (علیه السلام) به مالک اشتر نقل کردیم و اینک به موارد دیگری از نهج البلاغه اشاره می‌کنیم:

مورد سوءظن قرار گیرد نباید سوءظن کنندگان را ملامت کند. نحوه کارکرد مدیران و مسئولان جامعه، چه خوب باشد و چه بد، معمولاً نظراتی را در بین مردم ایجاد می‌کند و سخنانی را مطرح می‌سازد.

در فرمان امام علی (علیه السلام) به مالک اشتر چنین می‌خوانیم: «مردم به کارهای تو همانگونه نظر می‌کنند که تو به کارهای حکمرانان پیش از خود نظر می‌کردی، و درباره تو همان خواهند گفت که تو درباره آن حکمرانان می‌گفتی.»^۱ این سخن، گویای این حقیقت است که ذهن مردم را نمی‌توان بست، و وقتی هم سخنی از ذهن کسی بیرون می‌آید از اختیار او خارج می‌شود و او دیگر هیچ قدرت و کنترلی بر آن سخن ندارد. البته در اینجا یادآوری این نکته نیز لازم است که سوءظن در برخی موارد از بدترین گناه و زشت‌ترین ظلم است. بنابراین انسان باید چنان کار و زندگی کند که نه سوءظن به دیگران بروی

حُسْنُ الظَّنِّ رَاحَةُ الْقَلْبِ وَ سَلَامَةُ الْبَدَنِ
حسن ظنن مایه آرامش دل و سلامت بدن است.
ابوالقاسم حالت این سخن را در یک رباعی فارسی چنین
آورده است:

یک چند اگر کنی به خوش بینی زیست
دانی که خوشی به غیر خوش بینی نیست
گر صحت جسم است و گسر راحت دل
هر دو بر و برگ شاخه خوش بینی است^{۱۳}

مَنْ حَسَنَ ظَنَّهُ بِالنَّاسِ حَازَ مِنْهُمْ الْحَبَّةَ
هر کس به مردم حسن ظن داشته باشد دوستی آنان را
به دست می آورد.

بدبین که به چشمش همه کس همچو عدوست
گر بی کس و تنه‌است، ز بدبینی اوست
با اهل زمانه هر که خوشبین تر شد
از اهل زمانه بیشتر گیرد دوست^{۱۴}

إِطْرَحُوا سُوءَ الظَّنِّ مِنْكُمْ
سوء ظن را از خود دور کنید.
هر کس که دچار بدگمانی است بسی
آسوده ز تشویش نماند نفسی
آنکو همه را دشمن خود پندارد
سودش ندهد دوستی هیچ کسی^{۱۵}

سوء الظنِّ بِالْحُسَيْنِ شَرُّ الْأَنْثَمِ وَأَقْبَحُ الظُّلْمِ^{۱۶}
سوء ظن کردن به احسان (یا نیکی) کننده بدترین گناه
و زشت ترین ظلم است.

سوء ظن مداوم یکی از رذایل اخلاقی است که گاه به
بدترین گناه و زشت ترین ظلم در می آید، صفا و پاکی دل را
لکه دار و گاه تیره و تار می کند و سلامت عقل و روان انسان
را به خطر می اندازد. و وقتی صفا و پاکی و نورانیت دل
کدورت گیرد و جلا و شفافیت آئینه دل تیره و تار گردد،
آنگاه بصیرت باطن کارائی درست خود را از دست می دهد
و قدرت عقل که به وسیله آن حق از باطل تشخیص داده
می شود در اثر بیماری دل ضعیف می گردد و لذا درک و
فهم و قضاوت انسان همه دچار مشکل می گردد.

به طور کلی ظن یا گمان در مقابل علم و آگاهی قرار
دارد. بنابراین اعتماد به ظن یا گمان به جای علم و یقین کار
درست و عاقلانه ای نیست و لذا هر درک و فهم و برداشتی
هم که براساس ظن یا گمان و احتمال صورت گیرد دور از
عقل و منطوق و عدالت خواهد بود. سخن نهج البلاغه در این
مورد چنین است: لَيْسَ مِنَ الْعَدْلِ الْقَضَاءُ عَلَي النَّقْمَةِ بِالظَّنِّ:
قضاوت بر اساس اعتماد به ظن (یا گمان) از عدالت نیست.^{۱۷}

گناهان و رذایل اخلاقی بیماری بسیار خطرناکی را برای
انسان ایجاد می کنند که سلامت عقل و روان آدمی را به
خطر می اندازد. این بیماری که بیماری دل است در مقایسه
با بیماری تن بسیار خطرناکتر و برای انسان هلاک کننده تر
است هر چند که معمولاً مردم بیشتر به دنبال علاج بیماری
تن هستند تا بیماری دل.

بیماری تن در شدیدترین نوع خود بالاخره تن آدمی را از
بین می برد و انسان دنیا و زندگی را که چند صباحی بیش
نیست از دست می دهد، اما بیماری دل ممکن است عقل و
روان آدمی را چنان ضعیف و مریض و دل را چنان سیاه کند
که شخص دنیا و آخرت هر دو را از دست بدهد. در بیماری
تن، درد و رنج بیماری هر چند شدید هم باشد بالاخره در پایان
عمر دنیوی به پایان می رسد، اما عذاب بیماری دل ممکن
است چنان باشد که تا ابد شخص را در آتش بسوزاند.
سخن نهج البلاغه در مورد شدیدتر بودن بیماری دل از
بیماری تن چنین است: «بدانید که تنگدستی از بلاهاست،

گناهان و رذایل اخلاقی بیماری
بسیار خطرناکی را برای انسان ایجاد
می کنند که سلامت عقل و روان
آدمی را به خطر می اندازد. این بیماری
که بیماری دل است در مقایسه با
بیماری تن بسیار خطرناکتر و برای
انسان هلاک کننده تر است

اما بدتر از تنگدستی بیماری تن، و شدیدتر از بیماری تن
بیماری دل است. آگاه باشید که فراوانی مال از نعمت هاست،
اما بهتر از فراوانی مال صحت بدن و برتر از صحت بدن تقوای
دل است.^{۱۸} از این سخن می توان این حقیقت روان شناختی
را به روشنی فهمید که بیماری دل نتیجه فقدان تقوای دل
است. به عبارت دیگر، وقتی در اثر غرق شدن در گناهان
و رذایل اخلاقی، تقوا و پاکی دل از بین می رود و تیرگی و
سیاهی، صفا و نورانیت دل را می پوشاند، آنگاه با بیمار شدن
دل سلامت عقل و روان انسان نیز از بین می رود. از سخن
امام علی (علیه السلام) این معنی را هم می توان استنباط
کرد که درمان بیماری دل، همان توبه و بازگشت به پاکی
نخستین است که می تواند از طریق زدودن ناپاکی ها از دل و
جایگزین کردن تقوا در آن صورت پذیرد.

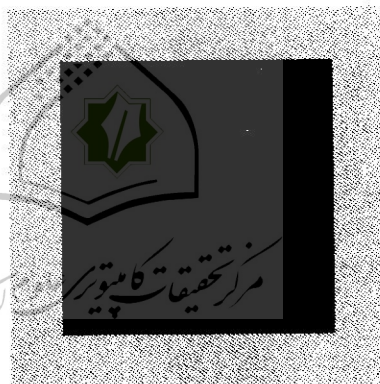
سوء ظن که براساس علم و عقل و منطوق استوار نیست
و گاه بدترین گناه و زشت ترین ظلم است مانند گناهان

دیگر می‌تواند پاکی و تقوای دل را لکه‌دار و سلامت عقل را خدشه‌دار سازد. در اینجا باز هم یادآور می‌شود در عین حال که سوءظن کدورت دل به‌بار می‌آورد و گاه بدترین گناه محسوب می‌شود، این بدان معنی نیست که انسان باید همیشه به همه‌کس و همه‌چیز اعتماد کند و حسن‌ظن داشته باشد، زیرا اعتماد و اطمینان به آنان که شایسته و سزاوار اعتماد نیستند و حسن‌ظن داشتن به آنان نوعی خوش‌خیالی است که از عقل به دور است و لذا این چنین خوش‌خیال بودن هم کار عاقلان نمی‌باشد.

پس حسن‌ظن هم اگر تبدیل به خوش‌خیالی در مورد کسی یا چیزی باشد که سزاوار اعتماد نیست می‌تواند اثرات سوئی ببار آورد، مانند اعتماد کردن و حسن‌ظن داشتن به دشمنی که به طور فریبکارانه و زیرکانه به انسان نزدیک می‌شود تا انتقام بگیرد. نتیجه‌ای که در این قسمت از بحث می‌توان گرفت این است که اصل بر برائت است، یعنی انسان برای حفظ سلامت عقل و روان خود شایسته است که با

و به خشمی که می‌توانی از آن دوری کنی شتاب مگیر.»
خشم آتشی است که وقتی شعله‌ور می‌شود اولین کسی که در شعله‌های سوزان آن می‌سوزد خود شخص خشمگین است: «الغضب نار موقدة من كظمه اطفالها و من اطلقه كان اول محترقها؛ یعنی خشم آتش شعله‌وری است؛ هر که خشم خود را فرو خورد، آن آتش را خاموش کند و هر که عنان خشم را رها سازد نخست خود به آتش آن سوزد.»^{۲۰} سعدی در کتاب گلستان سخنی با همین مضمون دارد که احتمالاً برداشتی از همین سخن نهج‌البلاغه است: «آتش خشم ابتدا در خداوند خشم او افتد پس آنکه زبانه به خصم برسد یا نرسد.»^{۲۱} لذتی که انسان به دنبال عفو و گذشت احساس می‌کند با آتشی که به هنگام خشم سراسر وجود او را فرا می‌گیرد قابل مقایسه نیست. انسان عاقل هرگز آن لذت دل‌انگیز را با این آتش جانسوز جایگزین نمی‌کند، یعنی عاقل گذشت می‌کند تا در آتش سوزان خشم نسوزد.

برای حفظ سلامت عقل و روان خود
شایسته است که با حسن‌ظن و
خوش‌بینی با افراد جامعه به ویژه با
همکاران، همسایگان و نزدیکان خود
زندگی کند و با سوءظن‌های بی‌پایه
و نادرست و گاه گناه سلامت عقل و
روان خود را به خطر نیاندازد



وقتی خشم در وجود انسان شعله‌ور می‌شود قدرت تشخیص عقل ضعیف می‌گردد و کارائی آن به نسبت شدت خشم از دست می‌رود. شدت خشم گاهی ممکن است به جایی برسد که شخص خشمگین در اوج خشم قدرت عقل را از دست بدهد و به دیوانه‌ای تبدیل شود که توان تشخیص درست از نادرست و حق از باطل را ندارد. اینجاست که ممکن است شخص خشمگین مرتکب کاری بشود که از هیچ آدم عاقل سر نمی‌زند و لذا از دیدگاه نهج‌البلاغه، خشم نوعی دیوانگی شناخته شده است: «الحدة ضرب من الجنون، لان صاحبها يندم، فان لم يندم فجنونه مستحکم؛ تندخویی نوعی دیوانگی است، چه، تندخو چون بیمارامد پشیمان گردد و اگر پشیمان نشود دیوانگی او پای برجاست.»^{۲۲} پس وقتی آتش خشم زبانه می‌کشد بدن از حالت طبیعی خارج می‌شود و به تبع آن انسان توان طبیعی درک و تشخیص را از دست می‌دهد و عقل از

حسن‌ظن و خوش‌بینی با افراد جامعه به ویژه با همکاران، همسایگان و نزدیکان خود زندگی کند و با سوءظن‌های بی‌پایه و نادرست و گاه گناه سلامت عقل و روان خود را به خطر نیاندازد، مگر آنجا که علم پیدا کند و به یقین برسد که اعتماد کردن بر حسن‌ظن کار درست و عاقلانه‌ای نیست.

تأثیر خشم در تضعیف عقل و روان انسان

تأثیر خشم در تضعیف عقل و روان انسان حقیقتی انکار ناپذیر است. «کظم غیظ» در قرآن (۳: ۱۳۴) از صفات متقیان ذکر شده است: «آنانکه خشم (خود) را فرو می‌نشانند و از (خطاهای) مردم گذشت می‌کنند.» در نهج‌البلاغه به کرات به مضرات و خطرات خشم اشاره و به دوری از آن توصیه شده است. امام علی (علیه السلام) در توصیه به گذشت و دوری از خشم به مالک اشتر چنین می‌نویسد: «هرگز از گذشت کردن پشیمان مباش و به کیفر دادن شادمانی مکن،

کارکرد درست باز می‌ماند. لذا برای حفظ سلامت عقل و روان، پرهیز از خشم مؤکداً توصیه شده است: «تَاك وَالغضب فانّ اوله جنون و آخره ندم: پرهیز باد تو را از غضب که آغازش سفاقت و آخرش ندامت است.»^{۳۳} ممدوح بودن حسن ظن، حسن خلق و همه محسنات و فضایل انسانی که سلامت عقل و روان انسان را تضمین می‌کنند، و نیز مذموم بودن سوء ظن، سوء خلق و همه سینات و ردایل اخلاقی که بیماری عقل و روان، و ناپاکی دل و درون را به دنبال دارند بکرات در نهج البلاغه مورد تأکید قرار گرفته‌اند.

نتیجه‌گیری

در این مقاله سخنی چند از نهج البلاغه با توجه به اصول علم روان‌شناسی بررسی شد. هرچند که با در نظر گرفتن حجم یک مقاله پژوهش‌هایی در محدوده این سخنان به عمل آمد اما باید اعتراف کرد که خطابه‌ها، موعظه‌ها و سخنان حکمت‌آمیز نهج البلاغه چنان پرمعنی و ژرفاند

از معانی و محتوای خطابه‌ها، موعظه‌ها و سخنان حکمت‌آمیز نهج البلاغه چنین برمی‌آید که امام علی (ع) قوت‌ها و ضعف‌های طبیعت انسان را می‌شناخته‌و از عوامل و محرک‌های مؤثر در رفتار آدمی آگاهی داشته‌است.

که نه مقاله‌ها بلکه کتاب‌های پژوهشی بسیاری می‌توان با استفاده از بیانات این کتاب در رشته‌های مختلف علوم انسانی و دینی به رشته تحریر درآورد.

مهمترین نتایج این پژوهش را می‌توان به صورت زیر خلاصه کرد:

۱. از معانی و محتوای خطابه‌ها، موعظه‌ها و سخنان حکمت‌آمیز نهج البلاغه چنین برمی‌آید که امام علی (علیه السلام) قوت‌ها و ضعف‌های طبیعت انسان را می‌شناخته و از عوامل و محرک‌های مؤثر در رفتار آدمی آگاهی داشته‌است.
۲. محور موضوعات اصلی در نهج البلاغه، شناخت خدا، انسان، و جهان در چارچوب اصول و عقاید اسلامی است.
۳. خطابه‌ها اغلب در مواردی ایراد شده‌اند که نیاز به تهییج احساسات غیرت، شجاعت، عزت، کرامت و غیره وجود داشته‌است.
۴. حکمت‌ها معمولاً حقایقی را بیان می‌کنند که با قوانین

کلی طبیعت این جهان، به ویژه با قوانین طبیعت انسان هماهنگی دارند و برپایه عقل سلیم و علم و حکمت متعالیه استوارند، و لذا هرگز با گذشت زمان کهنه نمی‌شوند و از ارزش و اهمیت آنها کاسته نمی‌شود، بلکه هرچه علم و آگاهی بشر پیشرفته‌تر شود درک وی از این سخنان بیشتر، عمیق‌تر و متعالی‌تر می‌گردد.

۵. موعظه‌ها با عواطف و دل و روان آدمی سروکار دارند و چون از دل پاک و روح و روان سالم برمی‌خیزند لذا بر دل پاک و روح و روان سالم دلنشین و دل‌انگیزند. گاه در یک سخن کوتاه هم حکمت هست و هم موعظه، بدین معنی که بخشی از سخن حقیقتی را بیان می‌کند که بر اساس عقل و منطق و علم و حکمت استوار است و بخشی دیگر توصیه‌ای را در بردارد که پیروی از آن به صلاح انسان است.

۶. در برخی از سخنان نهج البلاغه می‌توان اصولی را یافت که امروزه با عناوین جدید از اساسی‌ترین و مهم‌ترین مباحث علم روان‌شناسی هستند.

۷. نهج البلاغه علاوه بر آنکه سخنانی را در زمینه‌های شناخت خدا، انسان، و جهان با فصاحت و بلاغت تمام بیان می‌کند واقعیت‌هایی را نیز در مورد جامعه مسلمین در صدر اسلام ابراز می‌دارد که برای مسلمانان به ویژه رهبران امت اسلامی از اهمیت خاصی برخوردار است.

منابع و مأخذ

۱. سیری در نهج البلاغه، مرتضی مطهری، انتشارات صدرا، قه‌بی‌نا، صص ۵-۱۹۳.
۲. اصول روان‌شناسی، نرمان بن‌مان، ترجمه محمود صنایعی، نشر اندیشه، تهران، ۱۳۴۲، صص ۹-۱۰۷.
۳. همان منبع، ص ۱۲۹.

۴. سیری در نهج البلاغه، مرتضی مطهری، ص ۱۹۵.

۵. همان منبع، ص ۱۹۵.

۶. ترجمه فارسی فرمان امام علی (علیه السلام) به مالک‌انتر" در بررسی آثار ترجمه شده اسلامی (۱)، سالار منافی اناری، انتشارات سمت، تهران، ۱۳۶۹، ص ۱۴۹.

۷. همان منبع، ص ۱۹۵.

۸. همان منبع، ص ۱۹۴.

۹. نهج البلاغه، ترجمه اسدالله مبشری، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، بخش دوم و سوم، تهران، بی‌تا، ص ۳۶۸.

۱۰. ترجمه فارسی فرمان امام علی (علیه السلام) به مالک انتر"، سالار منافی اناری، ص ۱۲۳.

۱۱. همان منبع، ص ۱۴۵.

۱۲. همان منبع، ص ۱۴۹.

۱۳. شکوفه‌های خرد یا سخنان علی (علیه السلام)، با ترجمه فارسی و انگلیسی و رباعیات فارسی، ابوالقاسم حالت، انتشارات علی اکبر علمی، تهران، ۱۳۶۳، ص ۲۴۰.

۱۴. همان منبع، ص ۵۳۳.

۱۵. همان منبع، ص ۲۶.

۱۶. همان منبع، ص ۳۸۴.

۱۷. بررسی ترجمه انگلیسی متون ادبی و اسلامی (۲): گسستان، بوستان، نهج البلاغه، تألیف سالار منافی اناری، چاپ سمت، تهران، ۱۳۸۰، ص ۱۴۵.

۱۸. همان منبع، ص ۱۹۴.

۱۹. ترجمه فارسی فرمان امام علی (علیه السلام) به مالک انتر" در بررسی آثار ترجمه شده اسلامی (۱)، سالار منافی اناری، انتشارات سمت، تهران، ۱۳۶۹، صص ۷-۱۳۶.

۲۰. شکوفه‌های خرد یا سخنان علی (علیه السلام)، ابوالقاسم حالت، ۱۳۶۳، ص ۸۸.

۲۱. بررسی ترجمه انگلیسی متون ادبی و اسلامی (۲)، انتشارات سمت، ۱۳۸۰، ص ۶۸.

۲۲. نهج البلاغه، ترجمه اسدالله مبشری، بخش دوه و سوم، صص ۵-۳۹۴.

۲۳. شکوفه‌های خرد یا سخنان علی (علیه السلام)، ابوالقاسم حالت، ۱۳۶۳، ص ۲۱۲.