

آفات صبر؛ از خشم تا جزع و بی قراری

انسان باید مصیبت های اجتناب ناپذیر و مشکلات لاینحل که در طول زندگیش پیش می آید را به آرامی تحمل کند و خویشتن را با شرایط آنها منطبق سازد و ناراحتی خود را با جزع و بی صبری تشدید نکند.



انسان باید مصیبت های اجتناب ناپذیر و مشکلات لاینحل که در طول زندگیش پیش می آید را به آرامی تحمل کند و خویشتن را با شرایط آنها منطبق سازد و ناراحتی خود را با جزع و بی صبری تشدید نکند. به گزارش خبرگزاری مهر، صبر یک صفت اخلاقی است که اگر بخواهیم آن را در یک جمله تعریف کنیم شای بتوان آن "مقاوم و پرفریت و شکیا بودن" دانست. البته صبر هم مانند هر صفت دیگری آفت هایی دارد که می تواند مانع و مخل آن باشد.

خشم

وقتی انسان ها خشمناک می شوند، دیگر ارزش صبر و روش شکیبایی و شیوه بردباری را فراموش می کنند. در این رابطه داستان حضرت یونس را می شود مثال زد. وی برای هدایت مردم شهر نینوا مامور شد، اما هر چه کوشش کرد کمتر نتیجه داد و مردم از او کناره گرفته و کسی به ندای او پاسخ نداد. صبرش تمام شد و دل تنگ شد، خشمناک و اندوهگین شد و شهر را ترک کرد تا به شهر دیگری برود و در زمین گسترده خداوند، مردم نیک سرشتی را پیدا کند که پاسخ دعوت او را بدهند. از شهر بیرون آمد و به کنار دریا رسید کشتی پر مسافری سر رسید. او را سوار کرد و به راه خود ادامه داد. به تنگه ای رسید کشتی که سنگین شده بود و خطر غرق شدن همه را تهدید می کرد در این حین ناخدای کشتی گفت: باید یکی از ما به دریا افکنده شود تا دیگران جان سالم به در برند. قرعه کشیدند، قرعه به نام یونس افتاد و او را به دریا افکندند که ماهی بزرگی او را بلعید و در آن خانه تنگ و تاریک شکم ماهی و در آن حالی که در میان امواج آب که روی هم می غلطیدند به سر می برد، و در ژرفای آن ظلمات به اشتباه خودش پی برد و روی به در گاه خداوند کرده و گفت: لا اله الا انت سبحانک انی كنت من الظالمین.

دلتنگی و افسردگی

بی حوصلگی و غصه خوردن و در غم و اندوه شدید و مداوم فرورفتن، با صبرسازگار نیست. انسانی که می خواهد نیروی صبر و مقاومت خود را از دست ندهد، باید همواره بکوشد تا این که آن حالات را از خود دور کند. خداوند خطاب به پیامبر اسلام (ص) به دنبال توصیه به صبر می فرماید: ولا تك في ضيق مما يمكرون؛ از توطئه ها و کارشکنی های مردم هرگز رنجش نداشته باش و احساس دلتنگی مکن

ناامیدی

نومیدی ویرانگرترین آفت صبر است. انسان ناامید، نمی تواند صبور باشد. آنچه که کشاورز را وای می دارد که سختی های کشاورزی را تحمل کند و شبانه روز آبیاری و مراقبت آن را بر عهده بگیرد، امیدی است که به درو کردن محصول دارد. اگر نومیدی بر قلبش چیره شود و شعله امیدش را خاموش کند دیگر چگونه می تواند صبر داشته باشد، طاقت بیاورد و کار را ادامه دهد. همچنین هر کس در زمینه فعالیت اجتماعی خود همین حالت را دارد. بنابراین قرآن می کوشد که در آیات متعدد افکار غلط و توهمات و پندارهای نابجا را از اذهان مسلمانان پاک گرداند، و به جای آنها بذر امید در زمین در دل مومنان بکارد. آیه 139 سوره آل عمران می فرماید خودتان را دست کم نگیرید و اندوه به دل راه ندهید که شما پیروز و برتر هستید، به شرط آنکه به ایمانتان پایبند باشید.

جزع

"جزع" نقطه مقابل صبر است و آن، حالت بی قراری و ناشکیبایی در برابر حوادث و مشکلات است، به گونه ای که انسان در برابر حوادث زانو زند، مایوش شود، بی تابي کند و یا از تلاش و کوشش برای رسیدن به مقصود چشم پیوشد. جزع یکی از بدترین و نکوهیده ترین صفات است که انسان را در دنیا و آخرت به بدبختی می کشاند و از رسیدن به مقامات والا باز می دارد و ارزش و مقام او را در جامعه کاسته و شربت زندگی را در کامش تلخ و شهد حیات را شرنگ می سازد.

قرآن مجید در سوره معارج آیه 19 الی 21، انسان را موجودی حریص و کم طاقت معرفی می کند که وقتی بدی به او برسد، بی تابي می کند و هنگامی که خوبی به او رسد، بخل می ورزد و مانع دیگران می شود. منظور از انسان در این آیه همانند بعضی از آیات مشابهی که انسان را با صفات ناشایستی توصیف کرده انسان های تربیت نیافته است

لذا در ذیل همین آیات با جمله "الا المصلین و الذین هم علی صلاتهم یحافظون" افراد با ایمان را که به نماز و کمک به محرومان و اصول عفت و امانت و شهادت به حق و فادارند استثنا کرده و از بحث عنوان "هلوع" خارج می کند.

در نتیجه از جمله راه‌های غلبه بر نگرانی، آن است که هر انسان مصیبت‌های اجتناب‌ناپذیر و مشکلات لاینحل که در طول زندگی پیش می‌آید به آرامی تحمل کند، خویشتن را با شرایط آنها منطبق سازد و ناراحتی خود را با جزم و بی‌صبری تشدید ننماید.

به عبارت دیگر اگر کسی به مصیبتی مبتلا می‌شود یا با مشکلی مواجه می‌گردد، برای رهایی از نگرانی باید آن پیش‌آمد ناگوار را بررسی کند، اگر رفع شدنی و قابل حل است به چاره‌جویی تصمیم بگیرد و در راه بر طرف ساختن آن حادثه از تمام وسایل عاقلانه و ممکن استفاده نماید و موجبات آرامش فکری خویش را فراهم آورد. اگر مصیبت حتمی و مشکل حل‌نشده‌ای است، بی‌چون و چرا تسلیم قضا قطعی گردد به ناراحتی و عوارض آن تن در دهد و با تن‌دلی و بی‌صبری باعث تضعیف روح و فرسایش جسم خود نشود.