

ریشه های روانی حسادت در افراد/ راهکار درمان حسادت در خود و دیگران



یک قرآن پژوه با تشریح ریشه های حسادت، به تبیین راهکارهای درمانی آن در خود و دیگران پرداخت و گفت: حسادت هیچ گاه در خود فرد مخفی نمی ماند و وقتی بیرون آمد خود به خود جنبه اجتماعی پیدا می کند و خود را قتل، درگیری، گناهان زبانی و... که همگی آثار اجتماعی حسادت هستند، نشان می دهد.

یک قرآن پژوه با تشریح ریشه های حسادت، به تبیین راهکارهای درمانی آن در خود و دیگران پرداخت و گفت: حسادت هیچ گاه در خود فرد مخفی نمی ماند و وقتی بیرون آمد خود به خود جنبه اجتماعی پیدا می کند و خود را قتل، درگیری، گناهان زبانی و... که همگی آثار اجتماعی حسادت هستند، نشان می دهد.

حجت الاسلام والمسلمین مهدی رستم نژاد، عضو هیئت علمی جامعه المصطفی (ع) العالمیه در گفتگو با خبرنگار مهر در مورد اینکه ریشه های روانی حسادت به کجا بر می گردد و تعریف اسلام از حسادت چیست گفت: حسادت آرزوی زوال نعمتی از محسود است. یا اینکه حاسد تلاش کند آن نعمتی که محسود از آن برخوردار است زایل کند. حسادت برخلاف غبطه از رفتارها و اخلاقیات رذیله در انسان است. حسادت ریشه در کبر و عقده حقارت بینی و ضعف ایمان فرد دارد. انسان متکبر حق را فقط به جانب خود می داند و چنانچه نعمتی در دست کسی ببیند، می گوید حق او نبوده و آن باید برای من باشد. برای مثال عقده حقارت و کم بینی هم در علمای یهود و مشرکین بود که به پیامبر (ص) حسادت می ورزیدند. یعنی وقتی انسان خودش را در برابر بزرگی می بیند خود را حقیر و کوچک می شمارد و در مقابل عظمتی که به فرد محسود داده شده، حسادت می کند.

وی با اشاره به اینکه یکی دیگر از ریشه های حسادت ضعف باورهای دینی و ایمانی و اعتقادی است، گفت: البته همه حسادت ها ریشه در ضعف ایمان دارند؛ یعنی خدا را برای تقسیم نعمتی که کرده مقصر می دانند. این حسادت مثل حسادت ابلیس به آدم است. البته حسادت ابلیس ریشه در کبر هم داشت، ولی ریشه در حقارت و خود کم بینی ابلیس در برابر انسان هم دارد. یعنی خدا برای اینکه حضرت آدم را مسجود فرشتگان قرار داد و آن تاج کرامت را بر سر وی نهاد ابلیس به خدا معترض شد و حسادتش هم به کفر انجامید.

این محقق و نویسنده در مورد اینکه آثار و تبعات فردی و اجتماعی حسادت چیست؟ اظهار داشت: حسادت همواره فرد حاسد را می سوزاند یعنی صاحب نعمت که آن فرد حاسد نیست و خدا آن نعمت را به دیگری داده و حسود نمی تواند آن نعمت را از فرد محسود بگیرد، بنابراین همیشه می سوزد. حسادت هیچ گاه در خود فرد مخفی نمی ماند گاهی پی آمد حسادت شرارت و قتل است مثل حسادت قابیل به هابیل. برای اینکه قربانی هابیل از سوی خدا پذیرفته شد ولی از قابیل پذیرفته نشد؛ قابیل اول به صورت گفتار به برادرش اعتراض کرد و بعد تهدید کرد و بعد به درگیری و قتل برادر یعنی برادر کشی انجامید.

وی تأکید کرد: حسادت در فرد گناهان زبانی و عملی را به بار می آورد مثل غیبت کردن، تهمت زدن، تحقیر کردن، تهدید کردن، و در عمل هم به قتل و منازعه می کشد. برادران حضرت یوسف (ع) هم به وی حسادت ورزیدند. امام صادق (ع) می فرماید کل سوره یوسف را خداوند برای اینکه یاد بگیریم نسبت به نعمتی که خدا به دیگران داده حسادت نکنیم نازل کرده است. پیامد حسادت برادران یوسف این شد که خانواده آنها در زجر و سختی بسر ببرند و 40 سال حضرت یعقوب (ع) از حضرت یوسف دور ماند. بنابراین حسادت هیچ وقت در درون حاسد نمی ماند و بیرون می آید و وقتی بیرون آمد خود به خود جنبه اجتماعی پیدا می کند. یعنی قتل، درگیری، گناهان زبانی و... همگی آثار اجتماعی حسادت می باشند.

رستم نژاد در مورد راه های درمان حسادت گفت: یکی اینکه وقتی انسان در برابر حسود قرار گرفت از اظهار نعمت و به رخ کشیدن آن به دیگری خودداری کند. حضرت یوسف (ع) هم وقتی خوابش را برای پدرش تعریف کرد پدر به او گفت خوابت را برای برادرانت تعریف نکن زیرا تو برگزیده شدی و دارای رسالت و نبوت و پیامبری هستی. اگر برادرانت از این مطلب آگاه شوند برای تو حيله و کید و مکر می کنند. در چشم و همچشمی ها هم که نوعی حسادت است فرد برخوردار هایش را به رخ دیگران می کشد و فرد حسود هم می خواهد هر طور شده او هم از این دارایی ها برخوردار شود که این مسئله باعث یک نوع التهاب و اضطراب و پریشانی و یک نوع مسابقه کاذب در بین افراد جامعه می شود.

وی تأکید کرد: اگر انسانی خودش مبتلا به حسادت است سعی کند برعکس رفتار حسودانه انجام بدهد. یعنی به محسود خوبی کند و به جای بدگویی از او مدح و تعریف کند. چند روزی که این کار را بکند اندیشه اش اصلاح می شود و دیگر حسادت نخواهد کرد. اما اگر بخواهیم حسادت دیگران را از بین ببریم باید با آنها صحبت کنیم و عاقبت حسادت را برای آنها روشن کنیم. اینکه خداوند اگر چیزی را به کسی داده ممکن است به تو چیز دیگری داده که آن فرد ندارد. باید به آن چیزی که خودت داری نگاه کنی و با اصلاح کبر و حقارت و کم بینی و ضعف ایمان و اعتقاد، که گفتیم حسادت بیشتر ریشه در این سه چیز دارد، حسادت حسودان را درمان کنیم.

این قرآن پژوه تصریح کرد: درمان حسادت دیگران با شیوه های تبلیغی و تلقینی و ترغیب و تشویق میسر است. یعنی آن مواردی که برای اصلاح اندیشه فردی برای رهایی از حسادت گفتیم برای دیگران هم بازگو کنیم تا با ملموس کردن آنها به اصلاح حسادت در افراد کمک کنیم.