

## در هنگام «غضب» تصمیم نگیریم



یک استاد حوزه گفت: غضب در هنگامی که مهار نشود باعث بروز آسیب‌های فراوان به فرد و جامعه می‌شود، زیرا غضب به‌عنوان ریشه بسیاری از رفتارهای ناپسند فردی در علم روان‌شناسی و در دین اسلام معرفی شده است.

یک استاد حوزه گفت: غضب در هنگامی که مهار نشود باعث بروز آسیب‌های فراوان به فرد و جامعه می‌شود، زیرا غضب به‌عنوان ریشه بسیاری از رفتارهای ناپسند فردی در علم روان‌شناسی و در دین اسلام معرفی شده است. حجت‌الاسلام کریم حسینی در گفت‌وگو با خبرنگار خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، منطقه زنجان، اظهار کرد: غضب یک حالت روحی است که با تحریک احساسات و هیجانات بر روی فرد تأثیر می‌گذارد و باعث بروز حس دیوانگی و بی‌اختیاری در رفتار و گفتار می‌شود، به طوری که در این حالت انسان قدرت تفکر را از دست می‌دهد و موجب بروز رفتارهای نامناسب و خارج از چارچوب عقلانی می‌شود.

وی غضب را به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل بروز رفتارهای غیرارادی که منجر به آسیب می‌شود، دانست و گفت: هنگامی که غضب در فردی به وجود می‌آید چشم ظاهر و باطن فرد به روی جریان حادث شده بسته می‌شود و پس از انجام کار احساس پشیمانی که شاید دیگر فرصت جبران نباشد، بروز می‌یابد.

وی افزود: فردی که دچار غضب می‌شود هرگز نباید در این حالت تصمیم‌گیری کند و بنا به توصیه کارشناسان محل بروز نزاع را سریع ترک کند و حالت خود را از حالتی به حالت دیگر تغییر دهد. به طور مثال اگر نشسته باشد بایستد و یا راه برود، آب بنوشد و سکوت اختیار کند.

معاون پژوهش حوزه علمیه امام صادق (ع) زنجان تصریح کرد: یکی از عواملی که باعث عصبانیت در افراد می‌شود بر سر موضوع فرزند است، زیرا تربیت فرزند کار بسیار مهم و نیازمند به صبوری است؛ چراکه فرزند با کارهایی که انجام می‌دهد در بسیاری از مواقع باعث برانگیختن غضب والدین می‌شود که انتظار داریم فرد با به کارگیری اصول کاربردی تربیت در مواقع خاص کنترل لازم بر غضب خود داشته باشند.

وی خاطرنشان کرد: زنان و مردان نیز در زندگی مشترک خود با انجام کارهایی که به صورت عمد یا سهو صورت می‌گیرد باعث برانگیزش غضب در یکدیگر می‌شوند که در صورت ادامه باعث جدایی عاطفی و در نهایت طلاق می‌شود که باید با مراجعه به احکام الهی، به خصوص آیات معصوم (ع)، در مورد خانواده تست، فدا، افتا، نامناسب، تکا، نکنند.