



«حلم» مقام بالاتری است نسبت به «کظم»/حلم بالاتر از کظم است

کار درست این است که انسان از ابتدا کاری کند که عصبانی نشود. جلوی عصبانیتش را بگیرد. به این کار «حلم» می‌گویند. اما اگر موفق نشد، باید خشم را کنترل کند و فرو برد. به این کار «کظم غیظ» می‌گویند.

کار درست این است که انسان از ابتدا کاری کند که عصبانی نشود. جلوی عصبانیتش را بگیرد. به این کار «حلم» می‌گویند. اما اگر موفق نشد، باید خشم را کنترل کند و فرو برد. به این کار «کظم غیظ» می‌گویند. به گزارش خبرگزاری مهر، متنی که در ادامه می‌آید گزارش از جلسه شرح نهج البلاغه دکتر محسن اسماعیلی استاد دانشگاه است که چهارشنبه‌ها در محل سابق حزب جمهوری اسلامی (سرچشمه) برگزار می‌شود. بحث راجع به نامه ۶۹ نهج البلاغه بود و رسیدیم به این جملات: «وَكَظِمَ الْغَيْظَ، وَتَجَاوَزَ عِندَ الْمَقْدَرَةِ، وَاحْتَلَمَ عِندَ الْغَضَبِ، وَاصْفَحَ مَعَ الدَّوْلَةِ، تَكُنْ لَكَ الْعَاقِبَةُ»؛ غیظ خود را فرو ببر. کظم غیظ داشته باش. با اینکه می‌توانی انتقام بگیری، گذشت کن. موقع خشم، از خود بردباری نشان بده. هنگامی که سلطه و برتری داری، چشم‌پوشی کن. اگر این چهار کار را بکنی، عاقبت از آن توست. این چهار جمله که به فضل الهی درباره آنها صحبت می‌کنیم؛ همگی توصیه‌های عملی امیرالمومنین راجع به خشم و غضب است.

غضب مثل شهوت یکی از قوای درونی انسان و از استعدادهایی است که خداوند در وجود ما به ودیعت گذاشته است. نعمت بزرگی از طرف خدا برای ماست ولی مانند شهوت و هر نعمت دیگری، اگر درجای خودش مصرف نشود و کنترل نشود و به افراط و تفریط دچار شود، این نعمت به نعمت تبدیل می‌شود. بلکه اگر غضب فوران کند و کنترل نشود، آثارش از هر صفت زشت دیگری برای انسان خطرناک‌تر است و ممکن است بزرگترین سرمایه این دنیا، یعنی «جان»، و نیز بزرگترین سرمایه معنوی، یعنی «ایمان» را در اثر یک لحظه غضب انسان از بین ببرد.

اگر غضب نبود، نوع بشر و بلکه نوع حیوانات منقرض می‌شد؛ چرا که قدرت دفاع از خودشان را پیدا نمی‌کردند و غیرت حفظ وضع موجود را نداشتند. با قوه غضب است که انسان از جان و مال و ناموس خودش دفاع می‌کند. به برکت قوه غضب است که انسان عبادت بزرگی مثل جهاد را انجام می‌دهد و به برکت غضب است که انسان نهی از منکر و ده‌ها کار بزرگ دیگر را انجام می‌دهد. اگر انسان غضب نداشت و از دیدن ناملایمات و بدی‌ها ناراحت نمی‌شد و موضع نمی‌گرفت، هیچ کدام از این کارهای خوب را انجام نمی‌داد و برای همین هم غضب، از بزرگترین نعمت‌های خداست در وجود ما. اما باید مراقبت کنیم که «در جای خودش» و «به اندازه خودش» مصرف شود.

اگر انسان غضب را کنترل نکند؛ ممکن است بر اثر فوران غضب و عمل بر اساس هیجان داخلی و عصبانیت، جمله‌ای بگوید که کفر محسوب شود. می‌بینید بعضی تا عصبانی می‌شوند، دیواری کوتاه‌تر از دیوار خدا و پیامبر پیدا نمی‌کنند و بدگویی را از آنجا شروع می‌کنند. خدای ناکرده انسان گرفتار ارتداد می‌شود و ایمانش از دست می‌رود و سقوط می‌کند. همه این قتل‌هایی که اتفاق می‌افتد بر اثر یک لحظه عصبانیت است که بعد از آن هم پشیمانی به دنبال دارد. همه ناسزاهایی که می‌گویند و سب و لعن‌ها و فحش‌ها بر اثر ناراحتی است. اگر خشمناک نباشند و عقلشان سر جایش باشد؛ این حرف‌ها را نمی‌زنند. چون قوه غضب در ما کنترل شده نیست، با آمدن خودش عقل ما را می‌گیرد. و وقتی عقل رفت، انسان ممکن است هر کاری بکند و هر سخنی بگوید.

امام، رضوان الله تعالی علیه، حدیث هفتم از کتاب چهل حدیث را به این موضع اختصاص داده‌اند که می‌فرماید: «الغضب مفتاح کل شر»؛ سر نخ همه بدبختی‌های مادی و معنوی انسان خشم است. در آنجا امام بحث شیرینی را دارند و جمله‌ای را از «ابن مسکویه» نقل می‌کنند که در کتاب «طهاره الاعراق» آمده است و امام می‌فرمایند در حسن ترتیب و شیرینی بیان از کتاب‌های «نفیس کم نظیر» است. کتابی اخلاقی و آموزنده است. امام از این کتاب نقل می‌کنند که بقراط حکیم، این جمله را گفته که خیلی تکان دهنده است: «اگر یک کشتی در دریای پهناور و طوفان زده گرفتار باشد و دریا چنان متلاطم باشد که موج‌هایی مانند کوه بر سر این کشتی و اهلش فرو بریزد و کشتی در حال غرق شدن باشد؛ من به نجات این کشتی امیدوارتر هستم تا کسی که گرفتار غضب شده باشد و نمی‌تواند غضبش را کنترل کند. چون کشتی طوفان زده در دریای بلا را ملاحان و کشتی‌بانان بالاخره ممکن است نجات دهند و به ساحل برسانند؛ اما انسان گرفتار خشم و غضب را با هیچ حيله‌ای نمی‌توان کنترل کرد». در ادامه می‌گوید: «هر چه از انسان غضبناک خواهش می‌کنیم که از عصبانیتش کوتاه بیاید، او بدتر عمل می‌کند و اگر در مقابل عصبانیت او عصبانیت نشان دهید که دیگر هیچ...». هر چه نصیحت کنی، نتیجه عکس می‌دهد.

دو سه نکته راجع به غضب از نگاه امیرالمومنین عرض کنم تا معلوم شود این نکته‌ها چقدر برای ما کاربردی است. در همین نامه ۶۹، که امروز جلسه ۲۴ بحث درباره آن است، امیرالمومنین بعد از همه سفارش‌ها و در آخر نامه را با این جمله پایان می‌دهند: «وَاحْذَرِ الْغَضَبَ، فَإِنَّهُ جُنْدٌ عَظِيمٌ مِنْ جُنُودِ إِبْلِيسَ، وَالسَّلَامُ»؛ از غضب بر حذر باش. بترس. چرا که خشم، لشکری عظیم (نه معمولی) از لشکرهای شیطان است. والسلام.

چرا غضب لشکری عظیم از لشکرهای شیطان است؟ چون اگر انسان بخواهد در مقابل شیطان بایستد و با فریبکاری‌های

شیطان مقابله کند، یک راه بیشتر ندارد و آن «به کار انداختن عقل» است تا فریب او را نخورد. اگر عقل نباشد نه ایمان هست و نه استمداد از خدا. نکته اینجاست که غضب کارکرد عقل را از بین می برد. شیطان ابتدا عقل انسان را از او می گیرد تا نتواند فکر کند؛ بعد هر کاری از او بخواهد، انجام می دهد. برای همین هم خشم، لشکر عظیم شیطان است؛ مخصوصا هنگام شدت گرفتن غضب که به آن «غیظ» می گویند. در آن موقع، انسان کارهایی می کند که چند دقیقه بعدش پشیمان می شود و پشیمانی وقتی بیینی جنازه کسی جلویت افتاده سودی ندارد. یا حرفی زده است و آبروی چندین ساله کسی را برده و آب رفته دیگر به جوی باز نمی گردد و ...

این نکته در جای دیگر هم آمده است. حضرت می فرمایند: «ایاک والغضب فاوله جنون و آخره ندم»؛ مراقب باشید خشمگین نشوید، چراکه با دیوانگی آغاز می شود و عقل انسان از بین می رود و آخر آن پشیمانی است. انسان عصبانی کارهای غیر عاقلانه انجام می دهد. از دست من عصبانی است ولی به زمین و زمان فحش می دهد. از دست خانمش عصبانی است، شیشه را می شکند. برخی از بزرگان اخلاق نکته جالبی را گفته اند. توصیه کرده اند وقتی عصبانی می شوید، بهترین راه برای کنترل خودتان این است که خودتان را در آینه ببینید و ببینید آیا قیافه تان مثل انسان و عادی است؟ البته به شرط آنکه آینه را نشکند!

ممکن است کسی به امیرالمومنین صلوات الله علیه عرضه بدارد که من بعد از عصبانیت پشیمان نمی شوم. در نهج البلاغه جواب این حرف آمده است و فرموده اند این نشان می دهد که از جنون برنگشته ای و عقلت اصلا برنگشته است. حکمت ۲۵۵: «الْحِدَّةُ ضَرْبٌ مِنَ الْجُنُونِ، لَآنَ صَاحِبَهَا يَنْدَمُ، فَإِنْ لَمْ يَنْدَمْ فَجُنُونُهُ مُسْتَحْكَمٌ»؛ عصبانیت شدید نوعی دیوانگی است؛ چرا که آدم عصبانی پشیمان می شود. و اگر پشیمان نشود معلوم است که دیوانگی اش ریشه دارد و مستحکم است.

در نامه ۷۶ نهج البلاغه حضرت مرقوم فرموده اند: «إِيَّاكَ وَ الْغَضَبَ فَاتَّهِ طِيْرَةَ مِنَ الشَّيْطَانِ»؛ مراقب باش و بپرهیز که عصبانی نشوی، چراکه غضب و عصبانیت سبک سری و بی مغزی ای است که شیطان به ارمغان می آورد. غضب اگر کنترل نشود، بزرگترین گناهان در دنیا و بزرگترین محرومیت ها را در آخرت به همراه دارد. برای اینکه گرفتار این بلا نشویم، چه کنیم؟ راهش این چهار توصیه حضرت است. این چهار جمله برای این است که انسان دیوانه نشود. این جملات آنقدر ظریف است و پرنکته، که باید دقت داشته باشیم. کلماتش حساب شده کنار هم قرار گرفته اند. یک نکته این که «غضب» چیست؟ و «غیظ» چیست؟ حضرت برای اینها دستورهای جداگانه ای داده اند. برای غضب از حلم و برای غیظ از کظم استفاده کرده اند. در کتابهای لغت غضب یا خشم را به غلیان و به جوش آمدن خون انسان برای انتقام گیری معنی کرده اند. به شخص خشنماک هم غضبان می گویند.

به غضب کنترل نشده، غیظ می گویند. غیظ عبارت است از غضب شدید و متراکم. به این آیه دقت کنید: «لَلَّذِينَ كَفَرُوا بِرَبِّهِمْ عَذَابُ جَهَنَّمَ وَ بُئْسَ الْمَصِيرُ»؛ برای کافران عذاب جهنم را آماده کردیم و چه بد فرجامی است جهنم. چرا؟ چون «إِذَا الْقَوَا فِيهَا سَمِعُوا لَهَا شَهِيقًا وَ هِيَ تَفُورُ»؛ وقتی داخل آتش می اندازیم اینها را، صدای زوزه آتش جهنم را می شنوند که همین طور قل می خورد و می جوشد و بالا می آید. چرا آتش جهنم اینقدر ترسناک است. این صدا برای چیست؟ «تَكَادُ تَمِيزُ مِنَ الْغَيْظِ كَلِمَا الْقَى فِيهَا فُوجٌ سَالَهُمْ خَزَنَتُهَا أَلَمْ يَأْتِكُمْ نَذِيرٌ»؛ چون جهنم از دست این آدم ها خیلی عصبانی و خشنماک است. آنقدر از دست اینها عصبانی است که می خواهد خودش را پاره پاره کند. هرگروهی را داخل جهنم می اندازند، ازشان می پرسد مگر پیامبر برایتان نیامد؟ چرا حرف گوش نکردید؟ از شدت عصبانی از دست این آدم ها جهنم زوزه می کشد. این «غیظ» است. یا مثلا در سوره آل عمران می فرماید به کفار و به لبخندشان اعتماد نکنید و آنها را محرم اسرار قرار ندهید؛ چرا که دروغ می گویند و بر خلاف ظاهرشان که وانمود می کنند که شما را قبول دارند، در دلشان نسبت به شما «غیظ» دارند. می فرماید «وَإِذَا لَفُوكُمْ قَالُوا ءَامَنَّا وَإِذَا خَلَوْا عَضُّوا عَلَيْنَا مِنَ الْغَيْظِ»؛ وقتی شما را می بینند و پیش شما، می گویند ایمان آورده ایم. اما پشت پرده، از شدت عصبانیت از شما، دست خودشان را گاز می گیرند. بعد می فرماید: «قُلْ مُؤْتُوا بِغَيْظِكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ»؛ از این عصبانیتان بمیرید.

غیظ یعنی شدت غضب و این معنی در حکمت ۱۰۸ نهج البلاغه هم آمده است. آنجا علی علیه السلام، چند نمونه از افراط و تفریط های ما را بر می شمارند. می فرمایند که این انسان عجیب است که گاهی از این طرف و گاهی از آن طرف می افتد. مثلا «ان عرض له الغضب اشتد به الغیظ»؛ وقتی خشمگین می شود، آنقدر شدید می شود که به مرحله غیظ می رسد و «و ان اسعد بالرضا نسی التحفظ»؛ اگر راضی هم شود، واداده می شود و خویشتنداری و تحفظ را فراموش می کند. غضب، ابتدای خشم است. اگر ماند و تقویت شد، می شود غیظ. چه باید کرد؟

کار درست این است که انسان از ابتدا کاری کند که عصبانی نشود. جلوی عصبانیتش را بگیرد. به این کار «حلم» می گویند. اما اگر موفق نشد، باید خشم را کنترل کند و فرو برد. به این کار «کظم غیظ» می گویند. از همین جا معلوم می شود که «حلم» مقام بالاتری است نسبت به «کظم». «حلیم» بالاتر از «کظیم» است. فرد حلیم آنقدر روحش و دریای دلش بزرگ است که به زودی متلاطم نمی شود. کظیم هم مقام بالایی دارد؛ ولی حلیم بالاتر است. در پستی و بلندی از کوره در نمی رود.

«کظم» در لغت به بستن در مشک پر آب می گویند. مشک پر آب دایم لق می خورد و آب آن بیرون می ریزد. عرب می گوید: «كُظِمَتِ الْقَرْبَةُ»؛ یعنی در مشک پر آب از آب را بستم تا تلاطم داخل باعث بیرون ریختن آب نشود. وجود انسان هم وقتی متلاطم می شود، باید کظم غیظ کند. نمونه قرآنی آن را در داستان حضرت یوسف می بینیم. چقدر نکته در این معارف ما خوابیده است.

قرآن ماجرای برادران یوسف با پدر و ناراحت کردن او را بیان می کند. بعد ماجرای بنیامین را بیان می کند که برادران به پدر گفتند او را بده ببریم تا از عزیز مصر سهمیه بگیریم. پدر موافقت نکرد و پسران با فشار و اصرار اجازه گرفتند و بنیامین را بردند. آن اتفاق ها افتاد و بنیامین ماند و برنگشت. پسران برگشتند نزد یعقوب و گفتند که بنیامین دزدی کرده است. بعد هم گفتند ما که می دانیم حرف ما را باور نمی کنی ولی برو «واسئل القریه»؛ یعنی برو و از در و دیوار بپرس تا بفهمی و ببینی که همه می دانند. یعقوب از شدت عصبانیت به مرحله غیظ رسید «و تولى عنهم و قال يا اسفى على يوسف و ابیضت عیناه من الحزن فهو کظیم»؛ از آنها رو برگرداند و دوباره یاد یوسف افتاد و چشمانش از شدت حزن و ناراحتی سفید و نابینا شد (از این آیه بر می آید که حضرت یعقوب تا اینجا نابینا نشده بود و غم بنیامین او را نابینا کرد، نه غم یوسف). از شدت ناراحتی بر اثر تهمت برادران به بنیامین نابینا شد. غیظ پیدا کرد ولی قرآن می فرماید با اینکه از شدت ناراحتی نابینا شد، کظم غیظ کرد و خودش را کنترل کرد. کظم غیظ یعنی اگر از شدت ناراحتی چشمت هم نابینا شد، خودت را کنترل کن؛ و البته کار هر کسی نیست.

پس در مرحله نخست باید حلم داشته باشیم و اگر نشد، کظم غیظ. مرحله بالاتری هم هست که به آن «تجاوز» می گویند. «تجاوز» یعنی عفو گذشت و عبور کردن. نه تنها خشم را کنترل کند؛ بلکه از گناه گناهکار و بدی بدکار عبور کند. به معنی عفو است. در قرآن هم به جای عفو از کلمه تجاوز استفاده کرده است. در آیه ۱۶ سوره احقاف وعده شیرینی را بیان می کند و می فرماید: «أُولَئِكَ الَّذِينَ تَتَقَبَّلُ عَنْهُمْ أَحْسَنَ مَا عَمِلُوا وَ تَتَجَاوَزُ عَنْ سَيِّئَاتِهِمْ فِي أَصْحَابِ الْجَنَّةِ وَعَدَ الصِّدْقُ الَّذِي كَانُوا يُوعَدُونَ»؛ آن فرزندان که قدردان وجود والدین هستند و به آنها احسان می کنند و برایشان دعا می کنند؛ آنها کسانی هستند که ما همه کارهای خوبشان را به قیمت بهترین کارهای آنها و به بالاترین قیمت بر می داریم و می پذیریم و همچنین «تَتَجَاوَزُ عَنْ سَيِّئَاتِهِمْ» از کنار سیئات آنها عبور می کنیم. سیئات انسان خدا را به غضب می آورد. خدا از گناه انسان به غضب می آید ولی می فرماید اگر می خواهید گناهان شما را نادیده بگیریم و از کنار آن عبور کنیم، به پدر و مادر نیکی کنید. این افراد بهشتی اند و وعده ما هم وعده ای راست است.

پس، اول حلم؛ بعد کظم غیظ و بعد هم عفو و گذشت. خشم را که کنترل کردی، بعد از آن بگذر و ببخش. اگر نبخشی، آتش زیر خاکستر است و ممکن است دوباره فوران کند. مقام بالاتر «صفح» است. صفح با عفو فرق دارد. در قرآن می فرماید «فلیعفووا و لیصفحوا الا تحبون ان یغفر الله لکم»؛ هم عفو کنید و هم صفح. آیا دوست ندارید خدا شما را ببخشد؟ عفو می تواند همراه سرزنش باشد. عتاب و ملامت کنیم ولی ببخشیم. قرآن می فرماید خودت را کنترل کن. از بدی ها بگذر و به روی افراد هم نیاور. مگر دوست ندارید خدا با شما اینگونه رفتار کند؟ به این حالت «صفح» می گویند که از عفو بالاتر است. حال برگردیم به آن چهار جمله بالا.

۱. وَاکْظِمِ الْغَيْظَ: اگر خشمناک و عصبانی هستی، خودت را کنترل کن.
 ۲. وَتَجَاوَزْ عِنْدَ الْمَقْدَرَةِ: با اینکه قدرت انتقام داری، عفو کن.
 ۳. وَاحْلَمْ عِنْدَ الْغَضَبِ: آن موقع که جا دارد عصبانی شوی، خودت را کنترل کن و عصبانی نشو.
 ۴. وَاصْفَحْ مَعَ الدَّوْلَةِ: وقتی که می توانی با فرد برخورد کنی، حتی به رویش هم نیاور.
- نتیجه اینکه: تَكُنْ لَكَ الْعَاقِبَةُ: عاقبت به خیری مال شماست.
- این جملات با هم لف و نشر دارند و یکی در میان به هم مربوط هستند که بعدا خواهیم گفت.