

# جلسات شرح و تفسیر



حجت الاسلام والمسلمین استاد

محمد جواد حاج علی اکبری



موضوع:

دعای هشتم (پناه بردن به خدا) / جلسه ۹

۱۳۹۳ / ۱۲ / ۲۵



■ معنا و مفهوم حسد

■ حسد، حالتی روانی است

■ رابطه‌ی حسد و نعمت

■ تفاوت حسد و غبطه

■ حسد در قرآن

۱. پناه بردن به خداوند از حسود

۲. حسادت یهودیان به سایر امت‌ها

۳. هابیل و یوسف، دو قربانی حسد خانوادگی

■ دو نکته اخلاقی سوره یوسف

■ مکان‌های شکل‌گیری حسد

■ حسد به کفر منجر می‌شود

■ عوارض حسد

۱. عوارض روحی

۲. عوارض جسمی

■ روش‌های درمان حسد

۱. روش‌های غیر عملی

۲. روش‌های عملی

نعمت می‌کند.

### ■ حسد، حالتی روانی است

لازم است اینجا چند نکته مطرح شود تا مطلب واضح‌تر شود. اول اینکه حسد یک حالت روانی و نفسانی است. اگر به بعضی از اقدامات حسد گفته شود، به خاطر اینکه ریشه‌اش حسد است، وگرنه اصل حسد یک وضعیّت نفسانی و روانی است. نقطه‌ی عزیمت عبارت است از حزن و اندوه و ناراحت شدن. به عنوان مثال زمانی که انسان ببیند کسی نعمتی دارد، بدش بیاید، از اینجا شروع می‌شود تا به نقطه‌ی حزن می‌رسد. هنگامی که با دیدن نعمت دیگری، انسان اندوهگین شود، به این شخص حسود می‌گوییم و عنوان حسود بر این شخص صدق می‌کند. این حالت، حسد است. یک مقدار که پیشرفت کرد، در مرحله‌ی بعدی، به نقطه‌ای می‌رسد که شخص آرزو و تمنّا می‌کند نعمتی که در اختیار آن شخص است، از بین برود. این تمنّای زوال نعمت، بر اثر غلبه‌ی حسد است. اینکه امام می‌فرماید: «غَلَبَةُ الْحَسَدِ»، وقتی است که آن حزن و اندوه برسد به نقطه‌ی آرزوی زوال نعمت. به اینجا که رسید، حسد غلبه کرده و بیشتر بزرگان ما وقتی که حسد به این نقطه رسید، می‌گویند جزء فهرست گناهان محسوب می‌شود. قبل از این، اگرچه به آن حسد گفته می‌شود، آثار و ضررهایی که برای خود شخص دارد، در حدّ داخلی است و در

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
ردآمد

موضوع سخن بررسی مطالب بسیار مهمی است که در دعای هشتم صحیفه‌ی مبارکه‌ی سجّادیه، به عنوان اموری که باید از آنها به خدای متعال پناهنده شد، مطرح شده است.

به سومین مسئله رسیدیم که یکی از مسائل بسیار مهم و حساس برای پناهندگی به حضرت حق است و آن مسئله‌ی حسد است. تعبیری که در متن صحیفه‌ی نورانی آمده، «غَلَبَةُ الْحَسَدِ» است.

### ■ معنا و مفهوم حسد

بحث را از مفهوم‌شناسی حسد آغاز کنیم. درباره‌ی حسد، بزرگان و علمای اخلاق، تعاریف گوناگونی را مطرح کرده‌اند که تعریف مشهورتر و برگزیده این است که حسد عبارت است از: اندوهگین شدن از دیدن نعمت در زندگی انسان مؤمن و آرزو کردن برای اینکه آن نعمت در او زائل شود و از دست برود. پیشرفته‌ی حسد آنجایی است که شخص اقدامی هم برای از بین رفتن آن نعمت می‌کند؛ لذا اگر بخواهیم تعریفی بدهیم که شامل همه‌ی این مراتب شود، حسد عبارت است از: اندوهگین و غمگین شدن انسان، آن زمانی که نعمتی را در شخص مؤمنی می‌بیند، و آرزوی زوال آن نعمت، بلکه اقدام برای از بین رفتن آن

چه در وابسته‌هایش، تفاوتی نمی‌کند، در هر کدام از آنها باشد، حسد است؛ پس چه مادی، چه معنوی، چه مستقیم، چه با واسطه، هر برخورداری که دل شخص را بلرزاند و او را وارد حزن و تمنای زوال کند، عنوان حسد بر آن صادق می‌کند. بنابراین گمان نکنید اگر من نسبت به یک نعمت معنوی حسد ببرم، مثلاً شخصی نماز شب می‌خواند، من به نماز شب او حسد می‌برم، بنابراین آرزو می‌کنم خواب بماند، این شاید حسد نباشد؛ این هم حسد محسوب می‌شود. یا مثلاً شخصی بسیار اخلاقش خوب است، من به او حسد بورزم، آرزو کنم باخلاق بشود، این هم حسد است. پس چه در امور مادی، طرف خوشگل است، خوش تیپ است، پولدار است، متکن است، اعتبار دارد، ریاستی دارد، شهرتی دارد، باهوش است، خوش فکر است، خوش قلم است، خوش بیان است، فرزند و همسر خوبی دارد، همه‌ی این چیزها نعمت است، فرقی نمی‌کند. شخصی می‌گفت چون حالت تمنّا در بعضی از اشخاص، وضعیت را از نظر امواج منفی درست می‌کند که خود این موج اقدام است، نیاز نیست هیچ کار دیگری کند، کافی است که همین موج تاریک از طرف او ارسال شود. او می‌گفت من صبح از خانه بیرون آمدم، دیلم که پسر همسایه دوچرخه‌ی بسیار زیبایی را می‌رانند، به او حسد ورزیدم، ظهر که برگشتم، پسر به بیمارستان منتقل شده بود،

فهرست گناهان قرار نمی‌گیرد. آثار عجیبی که برای این بیماری خطرناک است، در مرحله‌ی دوم آشکار می‌شود و در مرحله‌ی اول بسیاری از آن آثار پدیدار نمی‌شود. ولی مرحله‌ی تمنای زوال نعمت، مرحله‌ی خطرناکی است که امام درباره‌ی آن تعبیر «غَلَبَةُ الْحَسَدِ» را به کار برده‌اند. از این به بعد، مرحله‌ی بسیار پیشرفته‌ی این بیماری است و آن، زمانی است که شخص برای از بین رفتن نعمت در شخص محسود، اقدام می‌کند و به آرزو بسنده نمی‌کند. نیرنگ می‌زند، اقدام می‌کند و توطئه می‌چیند تا آن نعمت از او گرفته شود یا از بین برود. این مرحله‌ی پیشرفته است که اگر کسی به این مرحله برسد بنا بر روایات - تقریباً بعید است که به این آسانی‌ها خوب شود. تقریباً مثل سرطانی است که این قدر پیش رفته است که خیلی امید یی به نجات بیمار نیست. نه اینکه راه توبه بسته باشد، منتها به حسب ظاهر و طبق قاعده، به این شخص دیگر نمی‌توان امید داشت.

### ■ رابطه‌ی حسد و نعمت

هرجا سخن از حسد است، کلمه‌ی نعمت را هم می‌شنوید. حسد همیشه در ارتباط با یک نعمت است، یا گروهی از نعمت‌ها که در اختیار کسی قرار گرفته است. بزرگان ما یک تفصیلی دادند؛ خلاصه‌اش این است که در هر فرضی از نعمت‌ها حسد شکل می‌گیرد، چه نعمت مادی، چه نعمت معنوی، چه نعمت در خود شخص،

آسان است؛ اما اگر این حالت شکل بگیرد، بزرگ شود و به توده‌ی سرطانی تبدیل شود، کار سخت می‌شود.

اگر در انسان کافری، اعم از کافر کتابی و غیرکتابی، نعمتی را دیدیم و طالب زوالش شویم، آیا این هم جزء حسد مذموم است یا نه؟ به طور خلاصه این مسئله دو فرض دارد: یک فرض این است که من ناراحتم از اینکه او آن نعمت را علیه اسلام استفاده می‌کند؛ لذا تمنای زوال آن را دارم و چنانچه بتوانم، این نعمت را از او خواهم گرفت. این فرض جزء تعریف ما نمی‌آید و موضوعاً از مسئله‌ی حسد خارج می‌شود. این حالت خیلی هم خوب است و ذیل عنوان تبراً قرار می‌گیرد که شامل لعن دشمنان خدا و پیغمبر و نفرین آنها و اقدام عملی برای تضعیف آنها می‌شود. این مورد دستور کار مؤمن است. انسان مؤمن شبانه‌روز دنبال چنین چیزی است.

یک مورد دیگر هم وجود دارد که خاص است. شخص کافر نیست، مسلمان است، منتها مسلمان فاجر فاسق است. در جرگه‌ی مسلمین و حتی اهل ولایت محسوب می‌شود، ولی اگر نعمتی داشته باشد، با آن به دین و ایمان دیگران به‌طور محدود یا وسیع ضربه می‌زند. طلب زوال آن نعمت، که به وسیله‌ی او ممکن است شخص در آن گناهی که انجام می‌دهد تقویت شود، به نفع خود او هم هست. در فرض اول، ما زوال نعمت را از کافر،

دو چرخه آسیب‌دیده و خراب جلوی در خانه افتاده بود. البته ایشان خیلی پیشرفت کرد و به مرحله‌ای رسید که گفت: به خانه‌ی کسی رفتم، لوسِتر قشنگی آویزان کرده بودند. حسودی‌ام گل کرد. لوسِتر از بندش جدا شد، افتاد و همانجا خرد شد! از اینجا فهمیدم در مرحله‌ی خطرناکی قرار دارم، به یکی از اساتید اخلاق پناه برده و ایشان تجویزهایی کرده بود که از آن مرحله نجات پیدا کرد. گاهی خود این تمنای دارای عوارض بیرونی هم می‌شود. اقدام، فقط لازم نیست اقدام عملی باشد، گاهی خود آن حالت وقتی که شدت می‌گیرد و در انسان شعله‌ور می‌شود، به منزله‌ی عمل و اقدام می‌شود. در این صورت شخص باید تحت درمان‌های سنگین قرار گیرد، یک نوع شیمی درمانی روانی بسیار سنگین می‌خواهد؛ چون سرطانش پیشرفته است و به این آسانی‌ها معالجه نمی‌شود. آن مرحله‌ی مقدماتی در روایات حسد تلقی نشده، منتها شخص اگر دنبال نجات و سعادت خودش هست، باید از این مرحله نیز بگذرد، توبه و استغفار کند و بگوید: خدایا مرا ببخش، چرا من این‌طور هستم؟ چقدر آدم بدی هستم؟ این حالت بنا بر روایتی، «رُفِعَ الْقَلَمُ» است و گناه محسوب نمی‌شود. این مرحله، مرحله‌ی مکتوم نطفه است. توضیح آنکه حسد حالت نطفه‌ای دارد. قبل از اینکه بخواهد متولد شود، در این مرحله راحت‌تر می‌شود آن را حل کرد. چنانچه در کسی چنین احساسی پیدا شد، علاجه‌اش

کافر حسد می‌برد، مؤمن غبطه دارد، منتها در موضوع غبطه، غبطه‌ی مملوح، غبطه در امور معنوی است. در مسائل دنیایی، غبطه مملوح نیست، انسان نگاه کند ببیند دیگران چه برخورداری‌هایی دارند، سپس خودش بخواهد دنبال آن بیفتد، انسان را به وادی حرص می‌کشد که باید از آن به خدای متعال پناهنده شویم.

نقطه‌ی مقابل حسد، عنوان زیبای خیرخواهی و نصیحت است. «التَّصِيْحَةُ» یعنی خیرخواهی برای دیگران؛ خیر خواستن، تمنای نعمت برای دیگران و خوشحال بودن از دیدن نعمت در دیگران. شخص سعی می‌کند آن نعمت را برای او حفاظت کند و دعا و تلاش می‌کند برای اینکه آن نعمت برای شخص افزایش پیدا کند. این درست نقطه‌ی مقابل حسد است، اگر هر چیزی به خیر او هست، برایش زیاد شود.

### ■ حسد در قرآن

#### ۱. پناه بردن به خداوند از حسود

در سوره‌ی فلق فهرستی ارائه می‌شود که انسان از شر آنها به خدا پناه می‌برد. قرآن کریم می‌فرماید: «وَمِنَ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ»<sup>۱</sup> و از شر [هر] حسود، آن گاه که حسد ورزد». از شر حسود قرار گرفتن به خدا پناه می‌برم. به دلالت اولویت معلوم می‌شود که خود شخص از حسدش باید به خداوند پناه ببرد؛ چون حسد در وهله‌ی اول حسود را متلاشی می‌کند. از این آیه

برای نجات مؤمنین می‌خواهیم. در مورد دوم اگر زوال نعمت را می‌خواهیم، برای نجات خودش و سایر مؤمنین است. این هم ملحق به همان بحث قبلی است و حسد محسوب نمی‌شود. منتها در حوزه‌ی ایمانی، یک مقدار مطلب دقیق می‌شود که آیا این حسادت و تمنای زوال نعمت، به خاطر خدا است؟ نباید فریب بخوریم، باید دل خود را ملاحظه کنیم و آن را بیازماییم و ببینیم واقعا به خاطر خدا زوال نعمت را می‌خواهد یا نه، نفس است؟

### ■ تفاوت حسد و غبطه

نکته‌ی دیگری که در مفهوم‌شناسی حسد مطرح می‌شود، مسئله‌ی غبطه است که در فارسی به آن رشک و وزیدن می‌گوییم. در بعضی از روایات علاوه بر اینکه از کلمه‌ی غبطه استفاده شده، از کلمه‌ی حسد هم استفاده شده است. آنجایی است که شما نعمت را در شخص می‌بینید، ناراحت نمی‌شوید از اینکه او این نعمت را دارد، ناراحت می‌شوید از اینکه چرا من ندارم؟ این دو مسئله از یکدیگر جدا است. از اینکه او نعمتی دارد، ناراحت نیستیم، ممکن است خوشحال هم نباشیم، منتها ناراحتی من از این است که چرا من آن نعمت را ندارم. سپس دست به دعا یا دست به اقدام بشوم برای اینکه آن نعمت را به دست بیاورم. این مورد غبطه یا رقابت است و چیز خوبی است. در روایت هم هست که

جریان هستند. هر روز که می بینند قدرت اسلام با محوریت ولایت اهل بیت (علیهم السلام) و با پرچمداری ایران، توسعه پیدا می کند، روزشان شده شب و شبشان شده جهنم و در این جهنم خواهند سوخت. دور خودشان هم دیوار می کشند، به فضل الهی در همان جا با دست خودشان خفه خواهند شد؛ انشاء الله.

لسان آیه در محور اول، لسان عام است. خدای متعال مذمت می کند، این شامل همه‌ی حسودها می شود. آیا اینها نسبت به آن چیزی که ما به برخی بندگان دادیم، حسادت می کنند؟ آیا شخص صاحب نعمت، از خودش چیزی دارد؟ هر چه دارد، من به او داده‌ام. هر چه که دارد، ما به او دادیم؛ لذا تو با ما طرف می شوی؟ عمق فاجعه در موضوع حسد، در قرآن کریم در این آیه است که شخص حسود به مقابله‌ی با حق (تَبَارَكَ وَتَعَالَى) رفته. چه بدانند و چه ندانند، در آن منطقه وارد شده است. اگر بدانند به کفر می رسد، اگر نه، در مسیر کفر حرکت می کند و این خطرناک است.

### ۳. هابیل و یوسف، دو قربانی حسد خانوادگی

نکته‌ی سوم و چهارم در قرآن کریم، یکی ماجرای هابیل و قابیل در سوره‌ی مبارکه‌ی مائده است و مورد دیگر هم ماجرای حضرت یوسف (علیه السلام) و بردارانش است. در هر دو مورد، درگیری و چالش

استفاده می شود که حسد چقدر مذموم است که حامد راه، یعنی کسی که به حسد مبتلا است، در مرحله‌ای قرار می دهد که مردم به توصیه‌ی «رَبُّ الْعَالَمِينَ» باید از شر او به خدای متعال پناه ببرند. اگر این آیه را تحلیل کنید، کافی است برای اینکه متوجه شویم حسد چه مسئله‌ی خطرناک، پیچیده و عجیبی است.

### ۲. حسادت یهودیان به سایر امت‌ها

آیه‌ی دوم، این آیه‌ی کریمه است: «أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَىٰ مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ فَقَدْ آتَيْنَا آلَ إِبْرَاهِيمَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَآتَيْنَاهُمْ مُلْكًا عَظِيمًا»؛ بلکه به مردم، برای آنچه خدا از فضل خویش به آنان عطا کرده رشک می ورزند. در حقیقت، ما به خاندان ابراهیم کتاب و حکمت دادیم، و به آنان ملکی بزرگ بخشیدیم. این آیه، آیه‌ی عجیبی است و درباره‌ی یهودی‌ها است. یهود به پیغمبر اکرم و اهل بیت (علیهم السلام) حسد می بردند. قرآن کریم در این آیه‌ی کریمه، آنها را رسوا کرده، در عین حال از یک مسئله‌ی بسیار حساس در ارتباط با موضوع حسد پرده‌برداری کرده است. این آیه می گوید که یهودی‌ها حسودی‌شان شده است که ما به خاندان ابراهیم کتاب و حکمت و ملک عظیم داده‌ایم. ملک عظیم، سلطنت مطلقه‌ی مهدی آل محمد (عَجَّلَ اللَّهُ تَعَالَى فَرَجَهُ الشَّرِيفَ وَ عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَام) است. امروزه نیز صهیونیست‌ها ادامه‌دهنده همان



بَيَّاسِطٍ يَدَايَ إِلَيْكَ لَا تَقْتُلِكَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ رَبَّ الْعَالَمِينَ؟<sup>۴</sup> اگر دست خود را به سوی من دراز کنی تا مرا بکشی، من دستم را به سوی تو دراز نمی‌کنم تا تو را بکشم؛ چراکه من از خداوند، پروردگار جهانیان می‌ترسم.

ماجرای حضرت یوسف هم که به برادرکشی کشیده شد. اول یکی از آنها گفت: «أَقْتُلُوا يُوسُفَ أَوْ اطْرَحُوهُ أَرْضًا يَخْلُ لَكُمْ وَجْهُ أَبِيكُمْ؟» یوسف را بکشید یا او را به سرزمینی بیندازید، تا توجه پدرتان معطوف شما گردد». مورد اول، یعنی قتل را به این نتیجه رسیدند که بسیار بد است. مورد دوم را عملی کردند. اینها یک قدم از جریان قابیل کمتر آمدند، ولی کار زشت را انجام دادند. در آن ماجرا هم ظاهراً مسئله‌ی معنوی و نبوت، وصایت و ملک مطرح بوده است. می‌گفتند یوسف در آینده رئیس ما می‌شود، چون همه‌ی توجه پدر را به خودش جلب کرده است. حسد آتشی است که در خانواده روشن می‌شود و بنیان آن را نابود می‌کند.

### ■ دو نکته اخلاقی سوره یوسف

برخی از آیه «رَأَيْتُ أَحَدَ عَشَرَ كَوْكَبًا وَالشَّمْسُ وَالْقَمَرُ رَأَيْتَهُمْ لِي سَاجِدِينَ»<sup>۵</sup> من [در خواب] یازده ستاره را با خورشید و ماه دیدم. دیدم [آنها] برای من سجده می‌کنند، برداشت کرده‌اند که اگر نعمتی به شما رسید، خیلی جلوهاش ندهید

شدید است. یکی منجر به قتل است و دیگری منجر به تبعید و انداختن به چاه. هر دو هم در خانواده است. در محیط برادری است. قرآن کریم در هر دو مورد به ما می‌خواهد بگوید که اگر حسد میدان پیدا کند، برادر نمی‌شناسد، تا برسد به دوست و همسایه و ...، اگر آتشش روشن شود، به برادرکشی منجر می‌شود. اولین قتلی که روی کره‌ی زمین واقع شد، به خاطر حسد بود؛ آن‌هم قتل برادر به دست برادر! در روایات هست که مسئله‌ی حسد در آنجا حسد عشقی نبوده. برخی می‌گویند که ریشه آن حسد، عشقی بوده است. خدای متعال این دو پسر را داد، دو دختر هم داد، این دو پسر با آن دو دختر ازدواج کردند. قابیل عاشق دختری بود که خواهرش بود، منتها او زن هابیل شد. این عده می‌خواهند کل دعوای بشری را با موضوع عشق مرتبط سازند. در این حرف دو دروغ وجود دارد: یک، اصل مسئله دروغ است که بحث ازدواج با خواهر در اینجا مطرح نبوده است. بلکه شبیه حضرت حوا، خدای متعال برای هابیل و قابیل هم زوج خلق کرد. دو، خانم هابیل بسیار جذاب‌تر بوده، قابیل دلبسته‌ی او بوده و ماجرا به جریان حسد کشیده شده است. روایات بیان می‌دارند که مسئله وصایت و نبوت و امر معنوی در کار بوده است. کار به آن امتحان کشیده شد و ... ظاهراً قابیل در خواب هابیل را کشت. هابیل به قابیل گفت: «لَنْ بَسَطَ إِلَيَّ يَدَكَ لِتَقْتُلَنِي مَا أَنَا

می‌خواهند شما هم کافر شوید. برای این کار برنامه‌ریزی می‌کنند. گمان نکنید دست از سر شما برمی‌دارند. ریشه‌ی عداوتشان حسد معرفی شده است.

در سوره‌ی مبارکه‌ی حشر، خداوند از برخی از تابعین تعریف کرده و گفته است که اینها می‌گویند: خدایا در دل ما نسبت به مؤمنین حسدی نباشد. خدای متعال اینها را استوده و فرموده است: «يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ»<sup>۱</sup> می‌گویند: پروردگارا، بر ما و بر آن برادرانمان که در ایمان آوردن بر ما پیشی گرفتند ببخشای، و در دل‌هایمان نسبت به کسانی که ایمان آورده‌اند [هیچ گونه] کینه‌ای مگذار. پروردگارا، راستی که تو رؤوف و مهربانی.» یکی از علاج‌های ذکری

برای حسد، این آیه است. تسبیح بردارید و بگویید: «رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ». «غِل» به نظر بسیاری از مفسرین یعنی حسد، همان کینه است؛ چون کینه و حسد دستشان در دست هم‌دیگر است. غِل، امر مرموز درونی است که مثل موربانه عمل می‌کند. به این خاطر می‌گویند: خدایا نکند در دل ما حسدی نسبت به انسان مؤمنی وجود داشته باشد.

در پایان آیه‌ی کریمه هم می‌فرماید: «رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ». می‌خواهی حسد از

و آشکارش نسازید؛ زیرا محسود واقع می‌شوید. لذا حضرت یعقوب به یوسف گفت: خوابت را به کسی نگو.

نکته دوم این آیه عبارت است از اینکه اگر در خانواده به لحاظ تربیتی، پدر یا مادر به هر دلیلی تبعیض، یعنی تفاوت بین بچه‌ها قائل شود، آتش حسد را روشن می‌کند. برادران یوسف گفتند که پدر، چشمش همیشه به یوسف است. البته هیچ کس نباید حضرت یعقوب را متهم کند، بلکه سخن این است که باید مراقب بود. گاهی جلوه‌گری باعث دردسر و گرفتاری می‌شود. البته در موضعی انسان در معرض حسد است که نعمت خاص و ویژه‌ای نصیبش شود؛ وگرنه نعمت‌های عادی خیلی تعجب برانگیز نیست و شاید تولید حسد آن‌چنانی نکند.

قرآن کریم در سوره‌ی مبارکه‌ی بقره، به مؤمنین یادآوری می‌کند که کفار تا دین شما را از شما نگیرند، از پا نمی‌نشینند. قرآن علتش را این‌چنین بیان می‌کند: «وَدَّ كَثِيرٌ مِّنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُّوْكُمْ مِّنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ كِفَارًا حَسَدًا مِّنْ عِنْدِ أَنْفُسِهِمْ؛ بسیاری از اهل کتاب - پس از اینکه حق برایشان آشکار شد - از روی حسدی که در وجودشان بود، آرزو می‌کردند که شما را بعد از ایمانتان، کافر گردانند.» می‌خواهند شما هم مثل خودشان کافر شوید، نمی‌توانند ایمان را در شما ببینند. علتش حسد است. می‌بینند شما با ایمانتان همه‌ی عالم را خواهید گرفت؛ لذا

دلت برود، زیاد بگو: «یا رُؤُفُ یا رَحِیم»  
ان‌شاءالله که دلت از این خطر بزرگ صاف  
و تمیز شود.

### ■ مکان‌های شکل‌گیری حسد

آتش حسد اکثراً در جایی شعله می‌گیرد  
که تضارب و تزاخم منافع پیش می‌آید.  
معمولاً نسبت به کسی که در شهر دیگری  
از نعمتی برخوردار است، حسودی مان  
نمی‌شود؛ چون ربطی به ما پیدا نمی‌کند.  
آنجایی که به من ربط پیدا می‌کند، تصادم  
منافع و تزاخم منافع وجود دارد، حسد عمدتاً  
اینجا شکل می‌گیرد. لذا عمده‌ی حسدها  
در خانه‌ها شکل می‌گیرد. قرآن هم زمانی  
که می‌خواهد برای حسد مصداق بیاورد،  
دو مصداق ویژه‌اش، مصداق خانگی است:  
هابیل و قابیل، یوسف و برادرانش. عمده‌ی  
حسادت‌ها بین برادر، خواهرها در خانواده  
است! سپس بین ارحام و فامیل است.  
یکی از علت‌های قطع رحم و سوزاندن  
ریشه‌ی خوشبختی، حسد است. بین زن و  
شوهر هم حسد وجود دارد. معمولاً زن‌ها  
به شوهرشان حسد نمی‌برند. زمانی که  
شوهر در مراتب عشق پیشرفته است، به  
گونه‌ای که خانم احساس کند در آیینهِ  
شوهر، خودش را ببیند، در این صورت  
می‌گوید: ای کاش شوهرم خوشگل‌تر  
شود، ای کاش خوش‌تیپ‌تر شود، ای کاش  
پولش بیشتر شود، ای کاش ایمان و علمش  
بیشتر شود. معمولاً خانم‌ها در روال عادی  
به شوهرشان حسد نمی‌برند. شوهر باید

بسیار بی‌تدبیر و کم‌محبّت باشد تا زنش  
به او حسد ببرد. خانم‌ها معمولاً دوست  
دارند شوهرشان پیشرفت کند، چون در  
همه‌جا به او می‌بالند. بچه‌ها هرچه پدر  
و مادرشان و وضعشان بهتر بشود، حسد  
نمی‌برند. ولی شوهرها بیشتر به خانم‌ها  
حسودی می‌کنند. هنگامی که ببینند خانم  
از لحاظ مالی پیشرفت دارد، شهرت و  
تحصیلات دارند، بدشان می‌آید. ناسازگاری  
می‌کنند، حتی گاهی اقدام می‌کنند تا  
مانع پیشرفت او بشوند. در این موارد شیطان  
بسیار فعال عمل می‌کند. لذا توصیه‌ی  
ویژه برای حفظ مودّت بین زن و شوهر  
– که خلدای متعال به عنوان امانت پیش  
دو نفر گذاشته و فرموده: «جَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً  
وَ رَحْمَةً»<sup>۱</sup> میانتان دوستی و رحمت نهاد» –  
حفظ شوهر از حسد است. البته زن هم  
باید مواظب باشد. معمولاً حسد در جنس  
خانم‌ها بیشتر است؛ منتها بیشتر راجع به  
دوستان، اقربان و اشباه و نظائر است و راجع  
به شوهرشان کمتر است.

خانم‌ها کلاً بر اساس یک تحلیل، بیشتر  
در معرض بیماری حسد هستند، لذا بیشتر  
باید مواظب خودشان در این بخش باشند.  
کسانی که بیشتر هم‌ردیف هستند در آنها  
حسد زیادتر است؛ و گرنه معمولاً بین  
شاگرد و استاد حسد نیست. مخصوصاً از  
سمت شاگرد، شاگرد هرچه استادش جلو  
برود، احساس خوبی دارد و به او می‌بالد  
و افتخار می‌کند. در خانه هم تنها چیزی  
که حل و فصلش می‌کند، این است که

می‌کند که خدا به موسی بن عمران فرمود: «یا ابن عمران لا تحسدن الناس علی ما اتیتهم من فضلی ولا تمدن علیک الی ذلک و لا تتبعه نفسک فان الحاسد ساخت لنعمی صاد لقسمی الذی قسمت بین عبادی و من یک كذلك فلست منه و لیس منی؛<sup>۱۱</sup> ای پسر عمران! بر آنچه از فضل خود به مردم دادم حسد نورز و چشمانت را به سوی آن خیره نکن و نفس خود را در پی آن نفرست زیرا حسود بر نعمتم غضبناک است و از آنچه میان بندگانم تقسیم کرده ام روی گردان است و هر که چنین باشد من از او نیستم و او هم از من نیست». اگر حسد بر کسی غلبه کند، از ولایت خداوند خارج است. حسد انسان را تا مرحله‌ی کفر می‌برد. امام صادق (علیه السلام) می‌فرماید: «أَسْوَلُ الْكُفْرِ ثَلَاثَةٌ الْحِرْصُ وَالْإِسْتِكْبَارُ وَالْحَسَدُ»<sup>۱۲</sup> اساس کفر سه چیز است؛ حرص، استکبار، و حسادت ورزیدن.

حسد فهرستی از بدبختی‌ها و نکبت‌های اخلاقی و گناهان را که بسیاری از آنها در فهرست گناهان کبیره است، به دنبال دارد. در روایات آمده است: «رَأْسُ الرَّذَائِلِ الْحَسَدُ»<sup>۱۳</sup> سرچشمه صفات رذیله حسد است. رئیس یک طائفه‌ی بزرگی از رذائل، حسد است. همه‌ی رذائل را با خودش می‌آورد؛ مثل سوءظن، بدخواهی، سوءظن به خدای متعال، سوءظن به مردم، بدخواهی، غیبت، تهمت، عیب‌جویی و تجسس، توطنه و مکر، مکر نسبت به مؤمنین و نفاق.

مودت، محبت و یکی شدن را تقویت کند. زن و شوهر هم سر نوشت هستند، آتش اگر شعله‌ور شود، کل ماجرا را می‌سوزاند، و بی‌وفایی و بی‌صفایی درست می‌کند. حسد جزء بیماری‌های اخلاقی است که آثار و عوارضش بسیار عجیب و گسترده است. تخریبش، تخریب و سببی است. از همه بدتر، آثار ایمانی است، ظاهراً حسد و ایمان مثل دو هوو هستند. حسد بیاید، ایمان به همان اندازه مرخص است، هرچه بیشتر می‌شود، آن کمتر می‌شود، تا جایی که به طور کامل زائل می‌شود.

روایاتش از پیغمبر اکرم و همچنین از امام باقر و صادق (علیهم السلام) نیز بیان شده، فرموده‌اند: «إِنَّ الْحَسَدَ يَأْكُلُ الْإِيمَانَ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْحَطَبَ»<sup>۱۴</sup> حسد ایمان را می‌خورد همان گونه که آتش هیزم را. آتش به هیزم خشک بیفتد، چیزی باقی نمی‌گذارد؛ حسد به جان ایمان بیفتد، ایمان را از بین می‌برد، چیزی باقی نمی‌گذارد. در روایتی پیغمبر اکرم فرمود: «يَأْكُلُ الْحَسَنَاتُ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْحَطَبَ»<sup>۱۵</sup> حسد حسنات را می‌خورد همان گونه که آتش هیزم را می‌خورد.

### ■ حسد به کفر منجر می‌شود

امام راحل عظیم الشان در اربعین حدیث، این روایت را در موضوع حسد انتخاب کرده که خلاصه‌ی کلام این است: امام صادق (علیه السلام) از پیغمبر اکرم نقل

## ■ عوارض حسد

### ۱. عوارض روحی

نکته‌ی دوم در محور روان است که زندگی را منحل می‌سازد. عیش را مکدر، منقص و نابود می‌کند. آدم حسود از زندگی‌اش لذتی نمی‌برد. برای اینکه لذت ببرد راهی ندارد جز اینکه بمیرد یا حسدش را معالجه کند. در روایات ما، درباره‌ی این مسئله تحلیل‌های دقیقی ارائه شده است. شخص حسرت می‌خورد که یک فرد دیگر نعمتی دارد. خدا هم بیشتر به او می‌دهد. شخص ناراحت است، او بیشتر موفق می‌شود، نمره‌اش بالاتر می‌رود، درسش بهتر می‌شود، شهرتش بیشتر می‌شود، پیشرفت می‌کند، تا حسود بمیرد. این دردی است که جز به مردن از آن نتوان رست. ظاهراً چاره‌ای ندارد، مگر اینکه خدا نجاتش دهد و معالجه شود. روان‌پریشی، افسردگی، ترس، اندوه، عقده، کمپلکس، انواع بیماری‌های روانی و تحیر قلبی برای شخص می‌آورد. حسود به جایی می‌رسد که در خودش حبس می‌شود و حالت اختناق درونی پیدا می‌کند و می‌خواهد خفه شود.

### ۲. عوارض جسمی

نکته‌ی پایانی که در روایات به آن اشاره شده، آثار جسمی حسد است. ایمان را که بر باد می‌دهد، روان را هم که منحل می‌کند، اما نکته‌ای عجیب اینکه جسم را هم خراب

می‌کند. حسد جزء بیماری‌های اخلاقی است که روی جسم و جسد هم تأثیر دارد. روایات در این باب فوق‌العاده است، همه نیز از امیر المؤمنین (علیه السلام) است. حضرت فرمودند: *من تعجب می‌کنم که حسودها چطور از سلامت جسدشان غافل هستند!* در روایت دیگر فرمودند: *«يُمْرُضُ جَسَدَكَ»* <sup>۱۴</sup> تنت را بیمار می‌گرداند. در جای دیگر هم فرمودند *«الْحَسَدُ يُذِيبُ الْجَسَدَ»* <sup>۱۵</sup> حسد بدن را آب می‌کند. خلاصه آنکه حسد سوء هاضمه، زخم معده، زخم اثنی عشر و مرضی‌های جسمی مختلف را به دنبال دارد.

## ■ روش‌های درمان حسد

### ۱. روش‌های غیر عملی

حسد یک معالجه‌ی علمی - معرفتی دارد که عبارت است از: تقویت خدانشناسی. عمده‌ی حسد محصول ضعف در معرفت الله است. تقویت خدانشناسی، مخصوصاً توجه به صفت رزاقیت، رحمت و جبار بودن خدای متعال، برای درمان حسد راهگشا است. می‌خواهی او نداشته باشد تا تو خوشحال شوی؟! مستقیماً از خداوند بگیر. شناخت خدای متعال به حکمت نیز راهگشا است. اگر چیزی را به او داد و به من نداد، حکمتی دارد. شاید من ظرفیتش را نداشته‌ام، شاید...

معالجه‌ی دوم، در محور معرفت و خودشناسی است. خودشناسی، شناخت و تفکر درباره‌ی نعمت‌هایی است که من از آن برخوردار

نجات‌بخش است. ذکر حَوْقَلَه، یعنی «لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ»، مخصوصاً بعد از نمازها هفت مرتبه با بسم الله، فوق‌العاده نجات‌بخش است. از جمله ذکرهای نجات‌بخش ذِکْرُ الْمَوْتِ است. به این فکر باش که کسی که به او حسد می‌بری، می‌میرد؛ بنابراین دلت را آزاد کن. از آن مهم‌تر، فکر کن خودت مرخص می‌شوی. برای تمام مرض‌ها، ذِکْرُ الْمَوْتِ رهایی‌بخش و نجات‌دهنده است. به زیردست‌ها، محرومین، نگاه کن تا حالت شکر در تو تقویت شود.

از همه‌ی اینها هم شیرین‌تر که به «ذِکْرُ الله» گره می‌خورد، ذِکْرُ مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ (صَلَوَاتُ اللهِ وَسَلَامُهُ عَلَيْهِمْ أَجْمَعِينَ) است. دامن علی و اولاد علی را بگیر، به همه چیز می‌رسی. تو آنها را داری، چه غم داری؟ چه کم داری؟

سختی‌ها و مشکلات اولیاء خدا را یاد کنید تا آرام شوید. صلوات بر محمد و آل محمد (صَلَوَاتُ اللهِ وَسَلَامُهُ عَلَيْهِمْ أَجْمَعِينَ) کوه حسد را ذوب می‌کند، البته اگر کسی حقیقتاً اهل صلوات باشد.

## ۲. روش‌های عملی

سخن‌پایانی، معالجه‌ی عملی است. عمده‌ی حسادت‌ها برای تنبل‌ها است. صبح اول وقت از خانه بیرون برو و دنبال رزق باش. درس بخوان، تلاش کن، شب و روز کار کن، از خدا تشکر کن، خدا به تو هم می‌دهد. اقدام و فعالیت برای تحصیل

هستم، اما خودم حواسم نیست. ببین چه چیزهایی خدایه تو داده، آنها را فهرست کن. بنابراین «وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ»<sup>۱۶</sup> و از نعمت پروردگار خویش [با مردم] سخن گوی. یکی از معانی فوق‌العاده‌اش این است که از داده‌ها هم بگو، همیشه از نداده‌ها می‌گویی؟

درمان سوم، شناخت دنیا یا تقویت دنیاشناسی و تفکر در فنا و زوال دنیا است. این درمورد جایی است که انسان نسبت به نعمت‌های مادی دیگران حرص و حسرت می‌خورد. دنیا تمام‌شدنی است و اینها نمی‌ماند. دنیا این‌گونه است، هرچه هم داشته باشد تمام می‌شود.

درمان چهارم، شناخت ریشه و آثار و عواقب شوم حسد در جسم، جان، ایمان، دنیا و آخرت است. نفس اِبا می‌کند از چیزی که به آن ضرر بزند. چنانچه بدانیم حسد چه مرض خطرناکی است، از صد فرسخی از آن فرار می‌کنیم. اکنون که با او رفیق می‌شوی، به خاطر این است که نمی‌دانی چقدر خطرناک است.

معالجه‌ی ذکری، راهکاری دیگر، علاوه بر معالجه‌ی علمی-معرفتی برای درمان حسد است. معالجه‌ی ذکری دو حالت دارد. نخست تقویت حالت ذکر و حضور در پیشگاه پروردگار متعال است؛ مخصوصاً آدمی با این نام‌ها مانوس شود و آنها را ذکر خودش قرار دهد: «يَا رُؤُوفُ، يَا رَحِيمُ، يَا رَحْمَنُ، يَا مَالِكُ، يَا قَاهِرُ، يَا قَهَّارُ، يَا جَبَّارُ، يَا رَزَّاقُ». تهلیل و تکبیر هم

بی ادبی‌ها، در این سالی که بر ما گذشت، بر همه‌ی ما بیخشد و بیمارزد. به آبروی آقایان امام سجّاد و به آبروی محمّد و آل محمّد، ما را از حقیقت توبه و حقّ توبه نصیب وافر کرامت بفرماید. خدا را قسم می‌دهیم به حقّ محمّد و آل محمّد، سال آینده، سال ۹۴ را سال ظهور مهدی آل محمّد مقررّ بفرماید.



منابع و مأخذ:

۱. فلق: ۵.
۲. نساء: ۵۴.
۳. مائده: ۲۸.
۴. یوسف: ۹.
۵. همان: ۴.
۶. بقره: ۱۰۹.
۷. حشر: ۱۰.
۸. روم: ۲۱.
۹. کلینی، کافی، ج ۲، ص ۳۰۶.
۱۰. فیض کاشانی، المحجّه البیضاء، ج ۵، ص ۳۲۵.
۱۱. کلینی، کافی، ج ۲، ص ۳۰۷.
۱۲. همان، ص ۲۸۹.
۱۳. تمیمی آمدلی، غرر الحکم، شرح فارسی، ج ۱، ص ۹۱.
۱۴. ابی الفتح محمد بن علی الکرّاجکی، کنز الفوائد، ج ۱، ص ۱۳۷.
۱۵. تمیمی آمدلی، غرر الحکم، ص ۳۲.
۱۶. ضحی: ۱۱.

نعمت الهی، مخصوصاً نعمت‌های معنوی، باعث می‌شود انسان به حسد مبتلا نشود. البته باید مواظب بود که گرفتار حرص نشویم. در خط غبطه و رقابت سالم قدم بردار، نه رقابت منفی که پشت پا بزنیم، او زمین بیفتد و آبرویش برود. به جای این کارها، زحمت بکش و تلاش کن.

دو اقدام جوانحی، تقویت اعتماد به فضل الهی و تقویت حالت رضا و شکر است. سه، تا می‌توانی برای آن محسود دعا کن. بگو امشب ذکر من این است که خدا به فلاّی نعمت دهد، موفق شود، جمالش، لذّتش، جسمش، مالش، ماشینش، هر روز بهتر شود. این درست نقطه‌ی مقابل تمنّای زوال است. به جای اینکه از او غیبت کنی، از او در غیابش تعریف کن. برای خیررسانی به محسود اقدام کن و زمینه پیشرفت او را فراهم آور. اگر انسان می‌خواهد نجات پیدا کند، این راه معالجه است.

ماورای همه‌ی اینها هم این است که خدا را باور کنیم و موّحد شویم؛ چون حسد شرک و کفر مخفی است.

خدا را قسم می‌دهیم به حقّ امام سجّاد و به حقیقت آن حضرت، همه‌ی دعا‌های صحیفه راه آنچه را که خواندیم، و آنچه را که نخواندیم، درباره‌ی ما و اهل مجلس ما و دوستان ما و خانواده‌های ما و عزیزان ما مستجاب بفرما.

خدا را قسم می‌دهیم به حقّ امام سجّاد و به حقیقت آن حضرت، خطاها، اشتباهات، گناهان، کمی‌ها، کاستی‌ها، غفلت‌ها،



افوغها؛ درنگی بر مسئلهٔ تعلیم و تربیت

OfoghHa.ir | سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۴۸۵۹۵۹

۲ شنبه‌ها، از نماز مغرب و عشاء



تهران، خیابان سرچشمه  
مجمع فرهنگی **شهدای** هفتم تیر