

شفقت بر خود در آموزه‌های اسلامی

دکتر روح‌الله زینلی^۱

چکیده

شفقت بر خود، مفهومی اخلاقی به معنای خیرخواهی و مهربانی با خویش است. وجود برخی از آموزه‌های دینی به ویژه در عرصه اخلاق، شبهه ناسازگاری بخشی از دین را با این اصل اخلاقی قوت می‌بخشد. با تحلیل این آموزه‌ها و از گذر ارائه تعریف کاربردی برای شفقت بر خود می‌توان گفت که در تمام آموزه‌های اسلامی این اصل اخلاقی مورد توجه بوده است. در تعریف کاربردی، شفقت بر خود دارای دو سطح حداقلی و حداکثری (کف و سقف) است. در سطح حداقلی، شفقت بر خود به معنای ضرر نرساندن به خویش است و در تعریف حداکثری به معنای فایده‌رسانی به خود می‌باشد. نفس نیز دارای مراتب مختلفی از بدن مادی تا حقیقت ملکوتی غیر مادی را دربر می‌گیرد. با توجه به این معنا و اعمال اصل ترجیح اهم بر مهم و قاعده لاضرر، می‌توان ناسازگاری ظاهری تمام موارد ادعایی را برطرف نمود.

کلیدواژه‌ها: شفقت، خود (نفس)، مراتب نفس، شفقت بر خود، ضرر نزدن به خود، سودرسانی به خود، کرامت نفس، جهاد با نفس.

۱- بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی - پژوهشگر گروه کلام و اندیشه اسلامی.

طرح مسئله

شفقت یکی از مهم‌ترین صفات اخلاقی است که به اعتبار متعلق آن، به دو بخش شفقت بر خود و شفقت بر دیگران قابل تقسیم است. در این مقاله به بررسی مسائلی درباره شفقت بر خود خواهیم پرداخت. کمتر کسی را می‌توان یافت که داشتن رفتار مشفقانه را با خود همچون با دیگران شایسته و بایسته نداند. به عبارت دیگر، فرد در درجه نخست باید با خود رفتاری مشفقانه داشته باشد تا بتواند با دیگران نیز از روی شفقت تعامل کند. در مباحث روان‌شناسی شفقت بر خود به عنوان بخشی از اجزای نگرش سالم نسبت به خود مطرح است. با توجه به اینکه اخلاق بخش قابل توجهی از دین اسلام است و اسلام در این زمینه شریعتی اخلاقی به شمار می‌رود، لازم است تا این مسئله را بر اساس آموزه‌های قرآنی و روایی بررسی کنیم تا ضمن گزارش دیدگاه اسلامی، به شبهات و پرسش‌های مطرح در این موضوع نیز پاسخ داده شود. اما برای این منظور بایسته است تا نخست تعریفی کاربردی و قابل سنجش از شفقت بر خود ارائه گردد تا بر اساس آن بتوان با دقت بیشتر جایگاه این صفت اخلاقی را در نظام اخلاقی اسلام معین نمود و به پرسش‌های مطرح پاسخ گفت. بر این اساس مسئله اصلی این مقاله را در قالب این سه پرسش بررسی خواهیم نمود:

۱- تعریف کاربردی شفقت بر خود چیست؟ ۲- آموزه‌های اسلامی سازگار با این معنای از شفقت بر خود کدام‌اند؟ ۳- با توجه به طرح برخی شبهات مبنی بر ناسازگاری دین با شفقت بر خود، آیا در اسلام آموزه‌ای ناسازگار با شفقت بر خود وجود دارد؟ و در صورت وجود چگونه حل می‌گردد؟

در این موضوع با وجود مشهور بودن و دلالت آیات و روایات بسیار، آثار مستقل قابل توجهی در دست نیست و تنها در برخی مباحث اخلاقی درباره نفس، آن هم به صورت محدود، به آن اشاره شده است. این مسئله در روان‌شناسی به صورت گسترده‌تری مورد

توجه قرار گرفته و در مباحثی همچون اهداف و دستاوردهای شفقت بر خود، چگونگی اختلاف واکنش‌ها در مقابل وقایع ناخوشایند با توجه به اصل شفقت بر خود، جایگاه شفقت بر خود در نگرش سالم نسبت به خود، به آن پرداخته شده است.

الف- معنانشناسی

شفقت: شفقت در فارسی به معنای عطفوت، مرحمت کردن، مهربانی (انوری، ۱۳۸۱: ۵/۱۳۸۱)، دلسوزی، ترحم و نرم‌دلی (معین، ۱۳۸۲: ۵۸۸) آمده است. اما در عربی، اصل شفقت به معنای رقت است. راغب در مفردات می‌گوید: اشفاق عنایتی آمیخته با ترس است و مشفق کسی است که نسبت به مشفق علیه محبت و علاقه دارد و از آثار بد عمل او بر جاننش بیمناک است. این محبت آمیخته با ترس و بیم از آسیب محبوب را اشفاق می‌گویند. شفقت اگر با «مین» متعدی شود، معنای ترس (انبیاء/۴۹) و اگر با «فی» متعدی شود، معنای عنایت (طور/۲۶) در آن روشن‌تر می‌گردد. (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲: ۴۵۸/۱؛ طباطبایی، ۱۴۱۷: ۱۵/۱۹) به عبارت دیگر، دو رفتار مهم در شفقت نهفته است: نخست خیرخواهی است که خود را در نصیحت نشان می‌دهد و دیگر بیمناک بودن است که با نگرانی جلوه می‌کند. تعریف ابن منظور ناظر به این دو ویژگی است. (ابن منظور، ۱۴۱۴: ۱۰/۱۷۹) تعریف به «تلاش در برطرف نمودن امور ناپسند از مردم» نیز می‌تواند به همین ویژگی‌ها اشاره داشته باشد. (مناوی، ۱۴۱۰: ۱/۴۳۳) بر این پایه می‌توان هر عملی را که دارای ویژگی‌هایی مانند خیرخواهی، رقت قلب، محبت و دل‌سوزی باشد، عملی مشفقانه دانست.

«خود» یا «نفس»

لغت‌شناسان معانی مختلفی را برای نفس برشمرده‌اند که می‌توان آن‌ها را به دو معنای اصلی بازگرداند. معنای نخست خارج شدن هوا و نسیم است؛ جان آدمی را نیز از آن رو نفس گفته‌اند که پایداری آن به نفس است. (ابن فارس، ۱۴۰۴: ۵/۴۶۰؛ ابن منظور، ۱۴۱۴: ۱۴/۲۳۴) معنای دیگر آنکه نفس معنای مستقلی از خود ندارد و همیشه در

اضافه به چیزی دیگر، مضاف الیه را تأکید می‌کند و به همان معناست. برای مثال، «نفس الجبل»، یعنی خود کوه و «نفس الإنسان»؛ یعنی خود انسان. (فراهیدی، ۱۴۱۰: ۶۶/۲).

در اصطلاح حکیمان به جوهری اطلاق می‌شود که ذاتاً مجرد است و در فعل به ماده نیاز دارد و متعلق به اجساد و اجسام و دارای تعلق تدبیری به بدن است. (سجادی، ۱۳۶۳: ۴/۴۶۷) اصطلاحاتی چون نفس عاقله، ناطقه، کلی، قدسی، فاکره، منطبعه، نباتی، حیوانی، حسی، در این حوزه رواج دارند. (صدرالدین شیرازی، ۱۹۸۱: ۵/۸؛ جهامی، ۱۹۹۸: ۹۱۷) علمای اخلاق نیز انسان را دارای نفس‌های مختلفی چون نفس اماره، بهیمی، شهوانی، لوامه، مطمئنه و ملهمه دانسته‌اند. (نراقی، ۱۳۷۱: ۶۹۲).

نفس در قرآن کریم در معانی و مصادیق متفاوتی به کار رفته است. مانند ذات حق تعالی (انعام/۱۲)، انسان با تشخیص فردی (مائده/۳۲)، انسان با تشخیص جمعی (توبه/۱۲۸)، طبیعت اولیه حاکم بر انسان (یوسف/۵۳)، عقل (بقره/۱۳۰)، قلب (بقره/۲۸۴)، وجود برزخی انسان (زمر/۴۲). از بین این معانی تنها معنای نخست به انسان مربوط نمی‌شود و از قلمرو بحث خارج است، اما چند معنای دیگر به انسان مربوط می‌شوند و می‌باید مورد توجه قرار گیرند. این معانی را نیز می‌توان به دو گروه کلی تقسیم کرد: در برخی از آن‌ها مراد از نفس، بدن مادی و دنیوی انسان است؛ معنای دوم، سوم، چهارم و ششم. در برخی دیگر مراد از نفس، حقیقتی غیر از بدن مادی دنیوی است؛ مانند معنای پنجم و هفتم. در روایات نیز از این دو معنا سخن رفته است.

این حقیقت را با دقت در ارتباطات انسان نیز می‌توان دریافت. انسان‌ها غیر از ارتباط با دیگران که رفتاری بیرون‌شخصی است، گونه‌ای از ارتباط با خود را نیز دارا می‌باشند که از نوع رفتار درون‌شخصی است. (قراملکی، ۱۳۸۹: ۱۲۲-۱۲۴) در ارتباط درون‌شخصی گاه خود سوم هم قابل مشاهده است که گویی قضاوت بین دو خود را بر عهده دارد. در تحلیل این معانی باید گفت که انسان وجودی واحد دارد که دارای مراتب متعددی است، مرتبه‌ای از آن وجود مادی است و مراتب دیگر وجود غیر مادی انسان را شکل

می دهند. از این رو نام های گوناگون نفس در حقیقت مراتب نفس اند و به عبارت دقیق تر نفس واحد است و با وحدتش همه قوای خود را در بر می گیرد. (صدرالدین شیرازی، ۱۹۸۱: ۵۱/۸).

در آموزه های اسلامی نیز به مرتبه مندی نفس اشاره شده است. سخن از خود فراموشی انسان (حشر/۱۹) و خود باختگی او (زمر/۱۵) به این معناست که انسان حالتی دارد که خودش از خودش فاصله می گیرد، در نتیجه دو خود پیدا می کند، یکی خود واقعی و دیگری خود پنداری و خیالی. به عبارت دیگر، غیر خود را خود می پندارد و با خود واقعی اشتباه گرفته، ناخود را به جای خود واقعی می نشاند. (مطهری، ۱۳۷۲: ۲۲۶/۱۵؛ جوادی آملی، ۱۳۷۷: ۳۳۲/۱۱).

مسئله «خود گم کردن» و «نیافتن خود» در روایات نیز مورد توجه بوده است. امام علی علیه السلام می فرماید: «تعجب دارم از کسی که اگر چیزی را گم کند دائماً می گردد تا آن را پیدا کند، ولی خودش را گم کرده و در پی آن نیست تا پیدایش کند». (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶/۴/۳۴۰).

تعریف کاربردی و جامع شفقت بر خود

پس از تعریف لغوی و اصطلاحی شفقت و خود (نفس)، اکنون می توان تعریفی کاربردی و دقیق تر از ترکیب شفقت بر خود ارائه کرد. این تعریف متنظراً با تفاوت معنایی و مرتبه ای شفقت و نفس، دارای دو سطح معنایی است: مرتبه حداقلی یا کف معنای شفقت بر خود، «ضرر نرساندن به خود» است. در این سطح معنایی چند نکته لحاظ شده است: نخست سلبی بودن آن است؛ یعنی در این تعریف تأکید بر وارد نیابردن هرگونه ضرر به خود است که در بسیاری از موارد از گذر ترک کارها عملی می شود. دیگر اینکه با توجه به حداقلی بودن آن، حداقل رفتار شفقت آمیز، جلوگیری از وارد آمدن ضررهای مادی به بدن است. نکته سوم توجه به احتمالات قابل اعتنا در خصوص مصادیق ضرر است. رفتار مشفقانه اقتضا می کند تا فرد در این زمینه جنبه احتیاط معقول را از دست ندهد.

رتبه حداکثری یا سقف معنایی شفقت بر خود، «سودرسانی به خود» است. در این سطح معنایی نیز چند نکته را باید در نظر داشت: نخست ایجابی بودن این سطح معنایی است، به این معنا که فرد برای دستیابی به آن علاوه بر ترک امور مضر، کارهایی را انجام دهد که برای او سود دربر داشته باشد. دیگر آنکه با توجه به حداکثری بودن این سطح معنایی، هم تمام انواع سود را اعم از مادی و معنوی (و به عبارتی دنیوی و اخروی) در بر می‌گیرد و هم «خود» دیگر منحصر در خود مادی نخواهد بود، بلکه مراتب فرامادی نفس انسان را نیز شامل می‌شود. نکته سوم نیز توجه به احتمالات قابل اعتنا و رعایت تام و تمام آن‌هاست.

در این بین اصل راهبردی مهمی وجود دارد که می‌باید همواره در هر دو سطح معنایی مبنای عمل قرار گیرد و آن، اصل تقدیم اهم بر مهم است. براساس این اصل مسلم عقلی، اگر در عمل، مواردی از تراحم بین دو سطح معنایی پیش‌گفته رخ دهد، باید آنچه را که با مرتبه اصیل و برتر خود تناسب دارد انجام داد.

ب- آموزه‌های اسلامی و شفقت بر خود

با توجه با آنچه درباره معنای شفقت بر خود بیان شد، می‌توان گفت که در آموزه‌های اسلامی برداشتن رفتار مشفقانه با خود تأکید شده است. آموزه‌های اسلامی در این زمینه به دو بخش تقسیم پذیرند: بخش نخست آموزه‌هایی هستند که یا خود آن‌ها نماد شفقت بر خود به شمار می‌روند یا عمل به آن‌ها به شفقت بر خود می‌انجامد. از این آموزه‌ها با عنوان آموزه‌های سازگار یاد می‌کنیم. اما بخش دوم گروهی از آیات و روایات اند که ظاهر آن‌ها با شفقت بر خود ناسازگار است. از این رو ممکن است براساس این آیات و روایات شبهه ناسازگاری اسلام با شفقت بر خود به وجود آید. اما با توجه به معنای کاربردی ارائه شده از شفقت بر خود خواهیم دید که این ناسازگاری ظاهری است و می‌توان از سازگاری مطلق آموزه‌های اسلامی با شفقت بر خود سخن گفت.

برای اثبات این ادعا نخست آموزه‌های بخش اول را بیان می‌کنیم و پس از آن به تحلیل گزاره‌های بخش دوم خواهیم پرداخت.

آموزه‌های سازگار

توجه به کرامت خود

تکریم و گرامیداشت خویشتن از جمله رفتارهایی است که ارتباط مستقیمی با شفقت بر خود دارد و از لوازم یا عوامل ایجاد آن است. تکریم کسی نشان دهنده ارزشمندی اوست و آنچه ارزشمند است خواستنی است. انسان‌ها همواره برآنند تا با جلوگیری کردن از ضرر به محبوب، در جهت منافع او گام بردارند. امام علی علیه السلام در این باره می‌فرماید: «هرکس خودش را گرامی دارد، با انجام گناه به خود اهانت نمی‌کند.» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۲۳۱).

براین پایه، انجام گناه نوعی اهانت به خود گرامی انسان است که با رفتار شفقت‌آمیز ناسازگار است؛ زیرا انسان هیچ‌وقت به کسی که دوستش می‌دارد، اهانت نمی‌کند. در روایتی دیگر می‌فرماید: «آن‌کس که نفس خویش را بزرگ دارد، شهوت‌ها را ناچیز می‌بیند (همان).» انسان در زمان‌هایی که حالات شهوانی بر او غالب می‌شوند، در شرایط عادی قرار ندارد. در چنین شرایطی احتمال ارتکاب کارهای نادرست و غیر عقلانی قوت می‌گیرد. رخداد بسیاری از جنایات‌ها و کارهای ناشایست که ضررها و لطمات جبران‌ناپذیری را دربرداشته است دلیلی براین مدعاست. در روایتی دیگر آمده است که گرامی داشتن نفس باعث می‌شود تا امور دنیوی در چشم فرد کوچک جلوه کنند. (همان) کوچک دیدن امور دنیوی به این معناست که دنیا و امور دنیوی ابزارند و اصالت غایی ندارند. از این‌رو در تقابل منافع و ضررها می‌باید جنبه اخروی وجود انسان مقدم گردد. این معنا را می‌توان از روایاتی که اکرام و احسان به دیگران را به معنای اکرام به خود دانسته‌اند نیز برداشت نمود. (همان، ص ۳۸۶).

رفق و مدارا با خود

دیگر نمود رفتار مشفقانه با نفس، مدارا و رعایت احوال اوست. رسول اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «خداوند خود رفیق است و رفق در تمام امور را دوست می‌دارد.» (متقی هندی، ۱۹۳۹: ۵۳۶۳-۵۳۷۰).

حکم به مدارا عام است و همه مراتب وجودی نفس در همه عوالم وجود را دربر می‌گیرد. این مسئله در روایات به بیان‌های مختلف و متناظر با شرایط خاص مطرح شده است. از جمله روایاتی که از انجام هرگونه عبادت با اکراه و از روی بی‌میلی نهی کرده‌اند. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «خود را با اکراه برانجام عبادت مجبور نکنید». (مجلسی، ۱۴۰۴: ۲۱۳/۶۸) این گونه عبادت نه تنها فایده بایسته را دربر ندارد که گاه به ضررهای بزرگ معرفتی و روانی می‌انجامد. امام علی علیه السلام در این باره می‌فرماید: «قلب‌ها را رغبت‌ها و روی آورده‌ها و روی برتافتن‌هایی است، پس در زمان رغبت و روی آوردنش به سراغش روید (عبادت‌ها را در هنگامی و به گونه‌ای انجام دهید که قلبتان آماده است)، چرا که قلب اگر مورد اجبار و اکراه قرار گیرد، کور می‌شود». (همان، ۲۱۷) امام صادق علیه السلام نیز می‌فرماید: «اسلام دین استواری است، پس با رفق و مدارا در آن وارد شو، کاری نکن که عبادت خداوند برای تو مبعوض شود». (همان، ۲۱۴).

از این بیان‌ها می‌توان دریافت که انسان‌ها در تمام کارها و حتی عبادت خداوند، باید به نفس خویش و شرایط واقعی آن توجه داشته باشند تا سبب ناراحتی و ناآرامی او نشوند. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «کار (عبادی) کمی که ادامه یابد بهتر است از کار زیادی که باعث خستگی و ملالت شود». (همان، ۲۱۸).

بنابراین باید همیشه مراقب بود تا نفس و بدن به دور از خستگی و افسردگی و ملالت، با نشاط و رغبت کاری را انجام دهد. در این زمینه هر فرد می‌باید با توجه به ویژگی‌ها و شرایط روانی و بدنی خود عمل نماید. امام علی علیه السلام خطاب به حارث همدانی می‌فرماید: «... نفس خود را بفریب و به عبادتش وادار و با آن مدارا کن و مقهورش مدار و بر آن آسان گیر و هنگامی که نشاط و فراغش بود روی به عبادت آر، جز در آنچه بر تو واجب است که باید آن را به جای آوری». (نهج البلاغه: ۱۳۶۸، ۳۴۵).

در روایاتی نیز نفس به مرکب سواری تشبیه شده است که اگر با او سخت‌گیری شود از بین می‌رود و اگر با او با ملایمت و مدارا برخورد شود، باقی خواهد ماند. (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۲۳۲) و براساس این روایات می‌توان گفت که از بسیاری از افراد بیش از انجام

واجبات، آن هم در حد توان آن‌ها، انتظار دیگری نمی‌رود و تکالیف سخت و مستحبات متوجه آنان نیست. البته پیدا است که این تفسیر بیشتر بر اساس کف معنایی شفقت ارائه شده است.

توصیه به شادابی و دوری از غم و اندوه

شادابی و نشاط از جمله مهم‌ترین عوامل سلامت انسان و لوازم پیشرفت اوست. شادی و نشاط و انجام تفریحات سالم فوائد بسیاری در بردارد و در مقابل، غم و اندوه آسیب‌ها و ضررهای جدی را بر انسان وارد می‌آورد. بنابراین شاد و با نشاط زیستن لازمه رفتار مشفقانه با خود است. این مطلب در آموزه‌های اسلامی جایگاه خاصی دارد. این آموزه‌ها را می‌توان در دو بخش توصیه به نشاط و شادابی و پرهیز از غم و اندوه جای داد که به برخی از آن‌ها اشاره می‌کنیم.

امام علی علیه السلام می‌فرماید: «نشاط و شادمانی باعث بهجت و انبساط روح می‌گردد.» (همان، ص ۳۱۹) امام رضا علیه السلام نیز می‌فرماید: «از لذت‌های دنیا خود را بهره‌مند سازید و خواهش‌های دل را از راه‌های مشروع برآورید و هشیار باشید تا در این کار به مردانگی شما آسیب نرسد و در ورطه تندروی نغلتید. تفریح و سرگرمی‌های خوشایند شما را در اداره زندگی یاری می‌دهد و به کمک آن‌ها در امور دنیای خود کامیاب‌تر خواهید بود.» (مجلسی، ۱۴۰۴: ۱۷/ ۲۰۸) امام صادق علیه السلام نیز می‌فرماید: «خداوند به داود وحی کرد که ای داود به وجود من شادی کن و از یاد من لذت ببر و با مناجات من متنعم باش.» (صدوق، ۱۳۶۲: ۱۹۶) نیز در روایاتی تأکید شده است که شایسته است تا اوقات شبانه‌روز به سه بخش تقسیم شود که یک بخش آن، تفریح سالم و بهره‌گیری از لذت‌ها و خوشی‌های دنیاست. (کلینی: ۱۳۶۵، ۸۷/۵).

بی‌شک شادی مورد نظر در این سخنان، شادی‌های معقول و واقعی است که در آن‌ها نه گناهی رخ می‌دهد و نه به دیگری توهین می‌شود و نه پشیمانی به بار می‌آورد. روایاتی را که از خنده یا شوخی و شادی نهی کرده‌اند می‌بایست ناظر به این گونه از شادی‌ها دانست.

گروه دوم، آموزه‌ها و سخنانی است که انسان‌ها را از گرفتار آمدن در غم و اندوه غیرواقعی و بی‌جهت برحذر داشته‌اند.

رسول خدا ﷺ در دعاهایشان پس از نماز صبح از اندوه و نگرانی به خدا پناه می‌بردند. (صدوق، ۱۴۱۳/۱: ۳۳۵) امام علی علیه السلام در این باره می‌فرماید: «حزن و اندوه به مثابه نصف پیروی و در هم شکستگی است.» (حرّ عاملی، ۱۴۰۹: ۴۰۲/۹) حضرت یکی از ویژگی‌های مؤمن را دور بودن از اندوه معرفی کرده‌اند. (کلینی، ۱۳۶۵: ۲۲۶/۲) امام صادق علیه السلام فرمود: «پس از نماز مغرب دستت را به پیشانی‌ات بکش و سه بار بگو: خدایا اندوه و غم و نگرانی را از من دور کن.» (همان، ۵۴۹).

علاوه بر این آموزه‌ها، روایات فراوان دیگری وجود دارد که انسان‌ها را نسبت به عواملی که اندوه و غم و نگرانی ایجاد می‌کنند نهی کرده است. تمام روایاتی را که از حسادت، بخل، درازی آرزو، حرمان، تکاثر اموال، دنیاطلبی و مانند آن نهی کرده‌اند، می‌توان به‌گونه‌ای در راستای شفقت بر خود معنا نمود. برای نمونه امام صادق علیه السلام در روایتی می‌فرماید: «بخیل هیچ راحتی ندارد و حسود نیز هیچ لذتی نمی‌برد.» (مجلسی، ۱۴۰۴: ۲۰۰/۷۲) در روایات دیگر آمده است: «حسود، اندوهگین است و هرگز سرور و شادی ندارد و شادی و سرور او نیز دوام نمی‌آورد.» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۶۷۸۹، ۶۸۵۱، ۶۸۵۲).

نیز می‌توان آیات بسیاری را که از ایمان به خداوند و امید به او به عنوان عامل رهایی از غم و اندوه یاد کرده‌اند، دال بر رفتار مشفقانه نسبت به نفس دانست. قرآن کریم در آیات متعددی از آنان که به خداوند ایمان صادقانه آورده‌اند، تقوا پیشه کرده‌اند (زمر/۶۱)، به اصلاح امور پرداخته‌اند (اعراف/۳۵)، عمل صالح انجام داده‌اند (مائده/۶۹)، نماز و زکات را به‌پا داشته‌اند (بقره/۲۷۷)، انفاق بدون منت کرده‌اند (بقره/۲۶۲)، و از پیامبران و خداوند تبعیت کرده‌اند (بقره/۳۸)، با این عنوان یاد کرده است که اینان ترس و اندوهی از آینده خویش نداشتند.

ترحم بر خود و پرهیز از غفلت

از آنچه تاکنون بیان شد، اهمیت رفتار ارتباطی آدمی با خود (رفتار ارتباطی درون شخصی) آشکار می‌شود. در آموزه‌های دینی بر این رفتار، بسیار تأکید شده است. یکی از فرازهای مهم نهج البلاغه در این باره، خطبه‌ای است که حضرت هنگام تلاوت آیه شریفه ﴿يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ مَا غَرَّكَ بِرَبِّكَ الْكَرِيمِ﴾ (انفطار/۶) ایراد کردند. ایشان در باب شفقت و ترحم بر نفس چنین فرمودند: «ای انسان چه چیز تو را برگناه جرئت داده است و در برابر پروردگارت مغرور ساخته و بر نابودی و هلاکت خویش علاقه مند کرده است؟ آیا بیماری تو را درمانی نیست و خواب‌زدگی تو بیداری ندارد؟ چرا آن‌گونه که به دیگران رحم می‌کنی به خود رحم نمی‌کنی؟ چه بسا کسی را در آفتاب سوزان می‌بینی و بر او سایه می‌افکنی یا بیماری را می‌نگری که سخت ناتوان است و از روی دل‌سوزی بر او اشک می‌ریزی، اما چه چیزی تو را بر بیماری خود بی‌تفاوت کرده است و بر مصیبت‌های خود شکیباً و از گریه بر جان خویشتن بازداشته است؟ در حالی که هیچ چیز برای تو عزیزتر از جان نیست». (نهج البلاغه، ۱۳۷۹: ۴۵۶-۴۵۷).

در حقیقت امام علی علیه السلام در این خطبه پس از بیان مَثَل به مُمَثَل پرداخته، می‌فرماید که اگر نقص یا غفلتی را در دیگران مشاهده کنیم، متأثر شده، رنج می‌بریم، ولی هرگز به درون خود نمی‌نگریم که آیا ما هم گرفتار این غفلت هستیم یا نه؟ در حقیقت کسی که با داشتن چندین لباس، برهنه باشد و آن‌گاه برهنه‌ای را در رهگذر ببیند و به حال او اشک بریزد، عاقل نیست؛ زیرا انسان «عقول»، ابتدا به درون خود و سپس به بیرون می‌نگرد، ولی انسان «فُضول» همواره به بیرون از خود می‌نگرد و کسی که از خود غافل است در حقیقت فضول است نه عقول و هرگز شفقت و رحم بر خود نخواهد داشت. (جوادی آملی، ۱۳۷۷: ۲۸/۱۱-۲۹).

اگر انسان از درون خود غافل باشد، در واقع از درک موضوعات و تشخیص احکام اخلاقی ناتوان شده، ناخواسته به دام گناه می‌افتد. به همین سبب در آموزه‌های اسلامی به پرهیز از غفلت دستور داده شده است. می‌توان گفت که غفلت از نفس، هم منشأ

دیگر غفلت هاست و هم نتیجه آن هاست. امام صادق علیه السلام می فرماید: «از غفلت برحذر باشید؛ زیرا هرکس غافل است در واقع از خویش غافل است.» (برقی، بی تا: ۱/۱۸۱) امام علی علیه السلام نیز فرموده است: «غفلت، گمراهی جان و نفس آدمی است.» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۲۶۵).

انسانی که نسبت به نفسش شفیق و دل سوز است، خواهان گمراهی و ضلالت نیست.

انصاف با خود

انصاف یکی از صفات اخلاقی است که همواره بر رعایت آن تأکید شده است. انصاف به معنای رعایت اعتدال و عدالت است و رفتار منصفانه به رفتاری اطلاق می گردد که دادگری در آن لحاظ شده باشد. (ابن منظور، ۱۴۱۴: ۳۳۲/۹) در آموزه های اسلامی آن گونه که برداشتن رفتار منصفانه با دیگران تأکید شده است، به رفتار منصفانه داشتن با نفس نیز توجه بسیار شده است. رعایت اعتدال در کارهای مربوط به بدن و نیز رعایت حالات معنوی مربوط به حقیقت غیر مادی انسان، بی شک از بارزترین جلوه های شفقت بر خود است. امام باقر علیه السلام می فرماید: «خداوند بهشتی دارد که جز سه گروه به آن داخل نمی شوند، نخست کسی است که بر نفس خود به حق حکم می کند.» (مجلسی، ۱۴۰۴: ۷۱ / ۳۴۸) در واقع حکم به حق، همان حکم به عدالت است و حکم به عدالت یعنی رعایت حقوق نفس. آن کس که دیگری را دوست داشته و نگرانش باشد، همواره خود را ملزم به رعایت حقوق او خواهد دانست. توصیه به رفتار منصفانه با نفس نیز برخاسته از همین دوستی و شفقت نسبت به نفس است. آن کس که حقوق خود را نادیده بگیرد و با خود به ناحق رفتار کند، به یقین رفتاری مشفقانه نسبت به خویش ندارد. این مسئله در روایات متعدد دیگری نیز مطرح شده است. (همان، ۱۸۲/۶۸؛ ۱۵۱/۷۵).

پرهیز از هلاکت خود

از آنجایی که انسان خود را دوست دارد و چیزی نزد او عزیزتر از خود او نیست، از

هلاکت و نابودی آن، که بزرگ‌ترین ضرر به شمار می‌رود نیز بیم دارد و اگر کسی نسبت به خود دل‌رحم و دل‌سوز باشد، از مواضعی که منجر به هلاکت نفس می‌شود، دوری می‌کند. قرآن با صراحت، به هلاکت انداختن نفس را حرام دانسته و از آن نهی کرده است. (بقره/۱۹۵) بسیاری از آموزه‌های اسلامی به گونه مستقیم یا غیر مستقیم، توصیه یا امر به دوری از مواضع هلاکت نفس دارند و بر همین اساس در راستای شفقت بر خود قرار می‌گیرند. دغدغه‌های روانی که به بیماری‌های روانی منجر می‌شوند، تأثیر مستقیمی بر جسم و بدن دارند، به گونه‌ای که حتی ممکن است سبب مرگ گردند؛ برای مثال، بیماری حسادت چنین است. در احادیث بسیاری از حسادت نهی شده است. در این احادیث، نتایج زیان‌بار و نابودکننده حسد چنین بیان شده است: «حسد موجب زوال نعمت یا مرگ است» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۳۰۱). «حسد از بین نمی‌رود مگر با هلاکت و نابودی شخصِ حاسد» (همان، ۶۸۱۹). حسادت باعث ذوب شدن تن (همان، ۶۸۳۲) و از دست دادن سلامتی بدن (همان، ۶۸۳۴) و سبب بطلان و نابودی حسنات (همان، ۶۸۴۶) است.

با بررسی دقیق‌تری می‌توان گفت تقریباً در اکثر ذایل اخلاقی، بحث هلاکت نفس و اجتناب از آن مطرح است، همانند غضب (همان، ۶۹۰۴)، تبعیت از هوای نفس (همان، ۷۰۱۵)، عجب (همان، ۷۰۷۶)، کبر (همان، ۷۱۱۸-۷۱۶۱)، غرور (همان، ۷۱۷۸)، حرص (همان، ۶۶۱۲) بردنیا و امثال آن. بی‌شک این بیان‌ها به معنای آن است که باید با نفس مهربان بود و موجبات از بین رفتن آن را فراهم نیاورد. حرمت خودکشی و نیز رساندن هرگونه ضرر به بدن نیز در همین مسئله جای می‌گیرد و از نشانه‌های بارز شفقت بر خود است.

نهی از به ذلت و خواری انداختن خویش

ذلت و خواری از جمله ناپسندترین حالاتی است که انسان در آن گرفتار می‌آید. انسان خوار شده، پذیرای هرگونه رفتار نادرست خواهد گشت. قرآن کریم انسان‌های باایمان را باعزت خوانده است. (منافقون/۸) امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «خداوند تمام

امور مؤمن را به عهده او گذاشته است، اما به او اجازه نداده تا ذلیل باشد». (مجلسی، ۱۴۰۴: ۶۴/۷۵).

شفقت انسان نسبت به خود در هر دو سطح معنایی، با ارتکاب کارهایی که سبب خواری می شوند ناسازگار است و نهی از انجام این کارها رفتاری شفقت آمیز خواهد بود. امام صادق علیه السلام می فرماید: «سزاوار نیست انسان مؤمن نفس خویش را خوار کند. از ایشان پرسیده شد که چگونه انسان نفسش را خوار می گرداند؟ حضرت فرمود: با انجام کاری که باعث عذر خواهی شود». (همان، ۹۳/۹۷).

براین اساس می توان گفت هر کاری که باعث عذر خواهی از دیگران گردد، مشفقانه نخواهد بود. امام علی علیه السلام می فرماید: «آبروی تو همچون یخ جامدی است که درخواست، آن را قطره قطره آب می کند، پس بنگر که آن را نزد چه کسی فرو می ریزی؟» (دستی، ۱۳۷۹: ۷۱۰).

نهی از ورود به مواضع تهمت (صدوق، ۱۳۶۲: ۲۵/۸) نیز در این مسئله قابل تبیین است. انسان مشفق با خود هیچ گاه خود را در معرض اتهام قرار نمی دهد.

توجه به قدر و منزلت نفس و شناخت آن

دیگر آموزه ای که در دین بر آن تأکید بسیار شده توجه به ارزشمندی و جایگاه نفس و شناخت آن است. این مسئله نیز به صورت مستقیم با شفقت بر خود در ارتباط است. در واقع شناخت جایگاه نفس و ارزش والای آن باعث می شود تا به زیبایی ها و قابلیت های بی مانند آن بیشتری ببریم و نسبت به او آگاهانه رفتار کنیم. این مسئله در وهله نخست رفتار مهربانانه و از روی دل سوزی را به همراه خواهد داشت. بسیاری از رفتارهای نادرست که نتیجه آن سقوط خود حقیقی انسان ها و نابودی غیر عادی بدن مادی آنان می گردد ناشی از رفتارهای غیر دلسوزانه و غیر مهربانانه با خود است. غالباً ناآگاهی و عدم شناخت درست از جایگاه و ارزش نفس سبب چنین رفتارهایی می شود.

به همین دلیل در بیان های معصومان علیهم السلام توجه ویژه ای به این مسئله شده است. امام علی علیه السلام می فرماید: «دانا کسی است که قدر و منزلت خود را بداند و جاهل کسی

است که به قدر و منزلت خویش آگاه نیست». (مجلسی، ۱۴۰۴: ۵۸/۲) حضرت در بیانی دیگری فرماید: «قدر و ارزشمندی خود را بدان؛ زیرا کسی که ارزش خویش را نداند، نسبت به ارزش و منزلت دیگران ناآگاه تر است». (همان، ۲۵۷/۷۴).

چنان که پیداست، در این روایات جهل به ارزش نفس به گونه‌ای مطرح شده است که با آن هیچ علمی فایده‌مند نخواهد بود. گویی کسی که قدر و ارزش خویش را نداند هیچ نمی‌داند و روشن است کسی که چیزی نداند، ممکن است کارهایی را انجام دهد که به زیان او می‌انجامد و چنین رفتاری دل‌سوزانه و مشفقانه نخواهد بود.

در روایتی دیگر حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «نفس گوهری ارزشمند است، هر که از او مراقبت کند، او را بزرگ داشته و بالا برده و هر آن که او را به ابتذال کشاند، پستش کرده و فرو نشانده است». (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۴۶۱۶) نیز فرمود: «برای نفس شما قیمتی جز بهشت نیست، پس آن را ارزان مفروشید». (همان، ۴۶۲۶) بی‌شک انسان نسبت به حفظ آنچه گران‌بهاست دل‌سوز و مهربان است و هیچ‌گاه کاری نمی‌کند که به آن زیان برسد.

روایاتی که انسان را از تحقیر نفس خود باز داشته است نیز می‌توان در این زمینه مطرح کرد. امام صادق علیه السلام در این باره می‌فرماید: «مؤمن چگونه مؤمن است در حالی که خویشتن را تحقیر می‌کند؟» (مجلسی، ۱۴۰۴: ۳۵۱/۴۳).

تحقیر نفس ناشی از ناآگاهی نسبت به جایگاه و ارزشمندی اوست و از جمله رفتارهایی است که به هیچ وجه با دل‌سوزی و شفقت سازگاری ندارد. انسانی که خود را دوست دارد و دل‌سوز خود است هیچ‌گاه موجبات تحقیر خود را فراهم نمی‌کند. در روایتی دیگر آمده است: «اگر کسی تو را سخیف شمرد، تو خویشتن را بزرگ بدار.» (همان، ۲۲۸/۷۵).

بی‌نیازی نفس از دیگران

احساس بی‌نیازی و غنا از غیر خداوند به صورت مستقیم به معنای دل‌سوزی و خیرخواهی برای نفس است. اظهار نیاز و درخواست از دیگران در وهله نخست، فرد را نزد خویش کوچک و ناچیز جلوه می‌دهد و باعث ایجاد دغدغه ذهنی و آشفتگی روانی

می‌شود که امری کاملاً مخالف با شفقت به نفس است. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «درخواست، یوغ ذلت است، عزت را از بین می‌برد و شرف انسان شرافتمند را بر باد می‌دهد». (ری شهری: ۱۳۷۵، ۴/۳۳۹).

در دسته‌ای دیگر از روایات بیان شده است که درخواست از دیگران باعث ایجاد فقر می‌گردد. (مجلسی، ۱۴۰۴: ۱۵۸/۶۹). بنابراین اگر کسی از این جنبه نیز بر خود دل‌سوزی و مهربانی داشته باشد هیچ‌گاه راضی به درخواست از دیگران نخواهد شد.

آموزه‌های به ظاهر ناسازگار

آن‌گونه که گفته شد، در کنار آموزه‌های سازگار با شفقت بر خود، آموزه‌هایی (آیات و روایاتی) نیز وجود دارند که به ظاهر با رفتار شفقت‌آمیز با نفس ناسازگارند. این دسته از آیات و روایات را می‌توان در این عناوین بررسی قرار کرد:

جهاد با نفس

مسئله جهاد با نفس از جمله مباحث رایج در اخلاق و عرفان اسلامی است و اصل آن نیز به حدیث مشهور پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله باز می‌گردد که هنگام بازگشت از جنگ، خطاب به اصحاب فرمود: «اکنون که از جهاد اصغر پیروزمندانه بازگشتید، سعی کنید تا در جهاد اکبر هم سربلند باشید و در پاسخ به چیستی جهاد اکبر، آن را جهاد با نفس معرفی کردند». (کلینی، ۱۳۶۵: ۱۲/۵).

روایات بسیاری در این باره وجود دارد که برای طرح بحث به برخی از آن‌ها اشاره می‌کنیم.

رسول اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «با نفس‌تان در مقابل شهوت‌ها مجاهده کنید تا حکمت در جان‌تان جای‌گیرد». (ورام، بی‌تا: ۳۶۲) حضرت در روایتی دیگر می‌فرماید: «با نفس‌تان از راه کم خوردن و کم نوشیدن جهاد کنید تا ملائکه بر سر‌تان سایه اندازند و شیطان از شما فرار کند». (همان) امام علی علیه السلام می‌فرماید: «آگاه باشید که جهاد کردن بهای بهشت است، پس آن‌که با نفس خود جهاد کند مالکش خواهد شد و این بهترین پاداش خداوند است برای

کسی که نفس را بشناسد». (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۲۴۲) نیز حضرتش فرمود: «مجاهده با نفس برای این است که او را از گناهان بازدارد و از پستی‌ها حفظش کنی». (همان).

خوار کردن نفس

در بین روایات مربوط به نفس به مواردی برمی‌خوریم که از انسان می‌خواهند تا نفس خود را خوار گرداند؛ برای مثال امام علی علیه السلام می‌فرماید: «خوشا به حال کسی که در نفس خویش (در پیشگاه خودش) خوار باشد» و (مجلسی، ۱۴۰۴: ۶۶/۳۲۳؛ تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۲۳۸).

مذمت و بدبینی و اتهام نسبت به نفس

امام علی علیه السلام می‌فرماید: «کسی که نفسش را مذمت کند باعث اصلاحش می‌شود». (همان، ۲۳۹) در روایتی دیگر می‌خوانیم: «ذلیل‌ترین موجود نزد مؤمن، نفس اوست». (مجلسی، ۱۴۰۴: ۶۶/۴۱۰) امام علی علیه السلام در وصف مؤمنان می‌فرماید: «ایشان کسانی هستند که به عمل کم، راضی نمی‌شوند و عمل بسیار را زیاد نمی‌شمردند. ایشان خویشتن را متهم می‌دانند و از اعمالشان هراس دارند». (همان، ۳۲/۷۴).

نهی از اتکای به نفس

در روایات بسیاری از اتکای بر نفس نهی شده است. (همان، ۱۲/۲۷۷) در روایاتی نیز از اینکه انسان به خود واگذار شود به خدا پناه برده شده و همواره تأکید شده است که از خداوند بخواهیم ما را به خود وانگذارد. (همان، ۶۸/۱۷۸).

بدگویی از نفس و سخت‌گیری بر آن

در آیات و روایات زیادی نیز از نفس بدگویی شده است و عناوینی مانند اماره (امر کننده به بدی‌ها) برای آن برشمرده شده است. (ری شهری، ۱۳۷۵: ۱۰/۱۳۰) همچنین روایاتی که از سخت‌گیری بر نفس سخن می‌گویند؛ مانند این روایت که امام علی علیه السلام می‌فرماید: «مؤمن خود را در زحمت می‌اندازد؛ اما مردم را به سختی نمی‌اندازد». (مجلسی، ۱۴۰۴: ۱۰/۹۹، ۶۸/۲۸۴).

تحلیل و بررسی آموزه‌های ناسازگار

تحلیل و بررسی آموزه‌های ناسازگار را در دو بخش قواعد عام و نکات خاص پیگیری می‌کنیم.

قواعد عام

بر اساس دو اصل نفی مطلق ضرر در اسلام و تقدیم اهم بر مهم می‌توان بسیاری از ناسازگاری‌ها را برطرف نمود.

نفی مطلق ضرر در احکام اسلامی

در مباحث اصول فقه و فقه قاعده‌ای مشهور به «لا ضرر» وجود دارد که معنای کلی آن نفی وجود حکم ضرری در اسلام است. در اثبات این قاعده به آیاتی از قرآن کریم استناد شده است (بقره/۲۳۱-۲۳۳ و ۲۸۲، طلاق/۶، نساء/۱۲) اما مأخذ اصلی آن روایتی از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله درباره ماجرای سمرة بن جندب است. (کلینی، ۱۳۶۵: ۲۹۴/۵). فقها در تحلیل چیستی معنای ضرر و ضرار دیدگاه‌های مختلفی را مطرح کرده‌اند، برای مثال شیخ انصاری معنای این قاعده را عدم تشریح ضرر در قالب حکم تشریحی یا وضعی دانسته است. (انصاری، ۱۴۱۹: ۲/۴۶۰) آخوند خراسانی نیز در معنای آن می‌گوید که لا ضرر یعنی نفی ضرر حقیقتاً، نه اینکه حکم ضرری نفی شده باشد. (خراسانی، بی‌تا: ۳۸۱) احتمالات دیگری نیز در این باره مطرح کرده‌اند که مفاد همه آن‌ها نفی وجود هر آنچه برای فرد ضرر به شمار می‌رود می‌باشد. (موسوی بجنوردی، ۱۴۰۱: ۱/۲۴۹).

این قاعده بی‌تردید بر معنای حداقلی شفقت بر خود دلالت می‌کند و در صورتی که ضرر را به معنای عدم نفع در نظر بگیریم معنای حداکثری شفقت بر خود نیز قابل اثبات خواهد بود.

تقدیم اهم بر مهم

قاعده یا اصل اهمیت به معنای آن است که در هنگام تزامن دو حکم، حکمی که مهم‌تر است مقدم می‌گردد. در واقع در چنین حالتی حکم مهم مقید است به عدم وجود

اهم. بنابراین در صورت وجود اهم، حکم مهم فعلیت نیافته، گویی حکمی ندارد. (صدر، بی تا: ۲/۲۱۵).

حال براساس این دو قاعده می توان ناسازگاری و تزامم مواردی را که به ظاهر با شفقت بر خود ناسازگار هستند برطرف نمود. مهم ترین مورد این تزامم مربوط به شرکت در جنگ و جهاد است. از سویی براساس قاعده لاضرر هیچ کس حق ندارد که هیچ گونه ضرری به خود وارد آورد و از سوی دیگر براساس ادله وجوب جهاد، رفتن به جنگ برافراد واجب می گردد. بی شک در رفتن به جنگ احتمال وارد آمدن ضررهای جانی و مالی وجود دارد. راه حل این تزامم در کنار توجه به معنای کاربردی شفقت بر خود، اعمال قاعده اهمیت است. در واقع در اینجا امر اهم - که حفاظت از جان و مال بیشتر مسلمانان است - بر امر مهم - یعنی ضرر نزدن به جان و مال تعدادی از مسلمانان - مقدم گردیده و حکم امر مهم فعلیت نیافته است. به عبارت دیگر، قاعده لاضرر این مورد را شامل نمی شود و این مورد تخصصاً از شمول این قاعده بیرون است.

راه دیگری نیز براساس معنای کاربردی شفقت بر خود قابل ارائه است. آن گونه که گفته شد، این معنا دارای دو سطح حداقلی و حداکثری است. ضرر نزدن به خود، امری سلبی و معنای حداقلی است و فایده رساندن به خود، امری ایجابی و معنای حداکثری آن است. حال اگر در جایی فایده رساندن آن هم به مرتبه برتر خود و نفس آدمی مستلزم وارد آمدن ضرر به پایین ترین مرتبه وجود انسانی یعنی بدن گردد، براساس قاعده اهمیت، فایده رساندن به این مرتبه عالی از نفس بر ضرر مقدم است. در این مورد نیز فرد کار مشفقانه ای نسبت به خود انجام داده است.

نکات خاص

این روایات در ظاهر با شفقت بر خود ناسازگار می نمایند، اما این ناسازگاری و تعارض را می توان از گذر توجه در معنای کاربردی ارائه شده برای شفقت بر خود برطرف نمود. برای این کار نکاتی را باید مورد توجه قرار داد:

براساس این تعریف در درجه نخست و در کف معنایی آن نباید به نفس ضرری وارد

آورد و در معنای حداکثری یا سقف معنایی آن به نفس فایده رساند. ناسازگاری مطرح شده نیز ناشی از این تلقی است که این کارها سبب وارد آمدن ضرر به نفس می‌شوند، اما برای بررسی این احتمال و میزان واقعی بودن آن باید در مورد هریک از موارد پنج‌گانه ناسازگاری دقت بیشتری به خرج داد.

جهاد با نفس؛ باید بدانیم که مراد از نفس در اینجا چیست؟ آیا نفس به معنای بدن دنیوی و خواهش‌های مرتبط به آن است یا مراد از آن حقیقت ملکوتی غیرمادی انسان است؟ با توجه به آنچه درباره معنا و مراتب نفس گفته شد، مراد از نفسی که باید با آن جهاد نمود حقیقت غیرمادی و ملکوتی انسان نیست؛ چرا که این حقیقت از سنخ مجردات و عالم ملکوت است که در آن‌ها محدودیت‌ها و تضاد و تعارض‌های عامل گناه و خطا وجود ندارد. توصیفات مختلفی که نسبت به انسان شده اصالتاً ناظر به این مرتبه نفس می‌باشند. در عین حال براساس موارد ده‌گانه یاد شده به ویژه قاعده لاضرر، مراد جهاد با بدن مادی هم نیست. در آموزه‌های اسلامی هیچ کس حق ندارد کوچک‌ترین ضرری را به خود (مادی و غیرمادی) وارد آورد. بنابراین در اینجا مراد خواهش‌ها و تمنیات غیر حقیقی و زیاده‌خواهانه انسان در جهان طبیعت است. دلیل این امر نیز می‌بایست در این دید که توجه بیش از اندازه به این خواهش‌ها به معنای اصالت دادن به آن‌ها و محروم ماندن از فایده‌های والاتر است که بی‌شک رفتاری مشفقانه نخواهد بود. شهید مطهری با طرح مبحث خودِ اصیل و خودِ طفیلی (تبعی) به این مسئله پرداخته است. (مطهری، ۱۳۷۲: ۲۲/۴۱۱؛ ۲۴/۱۲۲).

خوار نمودن نفس (تحقیر نفس)؛ به نظر می‌رسد تحقیر و خوار نمودن نفس رفتاری شفتت‌آمیز نباشد. اما براساس معنای ارائه شده باید پرسید که نخست خوار کردن نفس به چه معناست و آنچه در روایات آمده ناظر به چیست؟ دیگر اینکه آیا این کار ضرر دارد یا اینکه حتی می‌تواند فایده داشته باشد. در مورد بخش نخست باید گفت که با توجه به نکات ده‌گانه به ویژه نکته هشتم بی‌شک معنای خوار کردن نفس، به ذلت انداختن خود نزد دیگران نیست، بلکه فرد باید نزد خود این تحقیر و ذلت را تجربه کند. علاوه بر این در

اینجا نیز مراد از خود نه بدن دنیوی است و نه مرتبه ملکوتی و غیر مادی نفس، بلکه مراد همان خواهش‌ها و تمثیاتی است که به اشتباه خود اصیل تصور می‌شوند. نفس در این معنا اگر تحقیر شود و ناچیز شمرده شود نه تنها ضرری ندارد که فایده بسیار نیز در پی خواهد داشت. این دسته از روایات بیانگر این واقعیت هستند که انسان در پیشگاه خود دچار غرور نشود و برای خود در برابر خداوند وجودی مستقل فرض نکند. خواری در برابر خداوند و خالق جهان‌آفرین از جمله برترین درجات کمال در معرفت ربوبی و درک حقیقت هستی است.

مذمت و بدبینی به نفس؛ در این مورد نیز باید بر این نکته روش شناختی تأکید کنیم که روایات درباره نفس همه در کنار هم باید دیده شوند و معنا گردند. علاوه بر آنچه در موارد پیشین گفته شد، بر اساس تعلیل‌های آمده در روایات این بخش باید به این واقعیت رفتاری توجه نمود که انسان‌ها همواره به دنبال این هستند تا خود را در هر کاری موفق جلوه دهند و در صورت بروز خطا و اشتباه، دیگران را مقصر بدانند. همچنین افراد معمولاً کارهای خود را بیشتر و بزرگ‌تر از دیگران می‌دانند و از این‌رو همواره خود را طلبکار فرض می‌کنند. این روحیه در روابط اجتماعی و به ویژه در کارهای جمعی بسیار خطرناک و مخرب است. از این‌رو اگر هر کس در درجه نخست به خود بیش از دیگران خوش‌بین نباشد و همواره خود را بدهکار بداند بی‌شک روند انجام کارها در جهت صحیحی و در حداقل رخداد خطا پیش خواهد رفت. در اینجا نیز باید توجه داشت که بدبینی نسبت به خود است و نه نسبت به دیگران!

نهی از اتکای به نفس؛ نهی یاد شده در این دسته از روایات به معنای هیچ پنداشتن خود و نهی از خودباوری و اعتماد به نفس در معنای عام آن نیست، تا شبیه ناسازگاری با شفقت بر خود مطرح شود. در تحلیل این دسته از روایات باید تفاوت اتکای به نفس و اعتماد به نفس دانسته شود. این تفاوت در واقع یک نوع تفاوت در نگرش و رویکرد است. در نگرش دینی همه چیز در ارتباط با خداوند معنا می‌یابد و هر که هر چه دارد از خداوند دارد. انسان نیز به عنوان موجودی مخلوق، از این قاعده برکنار نیست. از این‌رو نهی از خود اتکایی به این

معنا است که انسان نباید خود را یک موجود مستقل از خداوند بداند و همه چیز را مستند به خود تصور کند. در این نگرش، توانایی‌ها و قابلیت‌های انسان به هیچ وجه نادیده انگاشته نمی‌شود، بلکه همواره بر استفاده حداکثری از آن‌ها تأکید می‌شود. بنابراین با معنای دقیق اعتماد به نفس که همان باور توانایی‌ها و به‌کارگیری حداکثری آن‌هاست ناسازگار نیست. وجود این نگرش نه تنها هیچ ضرری را متوجه انسان نمی‌کند، بلکه سبب می‌شود تا در مواقع شکست و ناکامی دست از کار نکشد و با امید به قدرتی بی‌انتها پیش رود.

به عبارت دیگر، تمام این روایات، این هشدار را می‌دهند که مرتبه جسمانی وجود انسان اصیل و هدف نیست. به علاوه در هنگام تعارض اقتضائات هر یک از این مراتب، عاقلانه است که مرتبه فروتر به خاطر مرتبه فراتر نادیده انگاشته شود. این سخن نیز دارای دو سطح معنایی است: در یک سطح همان است که درباره محدوده مجاز استفاده از مواهب دنیوی گفته شد؛ یعنی هر کس می‌تواند در حدودی که برایش معین شده، از مواهب این جهان بهره ببرد. اما سطح دیگر آن مربوط به کسانی است که می‌خواهند برای رسیدن به واقعیت‌های اصیل بیشتر و مراتب وجودی بالاتر، از مقدار مجاز مواهب جسمانی نیز چشم‌پوشی کنند.

سخت‌گیری بر نفس؛ در تحلیل این روایات نیز باید به معانی و مراتب نفس توجه کرد. به علاوه باید مشخص نمود که آیا سخت‌گیری باعث ضرر به نفس می‌شود یا برای آن فایده‌مند است. در مورد پرسش نخست باید گفت که این سخت‌گیری می‌باید در چارچوب آموزه‌های دیگری همچون مدارا و انصاف با نفس اعمال گردد. بنابراین سخت‌گیری به صورت مطلق مد نظر نیست. ریاضت‌های غیر شرعی و نهی از آن‌ها را می‌توان در همین زمینه معنا نمود. به علاوه سخت‌گیری در مرتبه نخست متوجه خود انسانی در مرتبه جسمانی و خواهش‌های اوست. بر اساس قاعده اهم و مهم در تزاحم، همواره اهم بر مهم مقدم می‌گردد. از این رو اگر تزاحمی بین کمالات بدنی و کمالات مراتب غیرمادی نفس به وجود آید، این مراتب غیرمادی است که باید مقدم گردند. در مورد پرسش دوم هم باید دانست که هرگونه سخت‌گیری به ضرر نفس نیست. از این رو

نمی‌توان آن را به معنای عدم شفقت و نامهربانی دانست، بلکه در بعضی موقعیت‌ها برای رسیدن به هدفی والاتر و ارزشمندتر، سختی‌هایی را باید تحمل کرد. چنین کاری را نه تنها هیچ کس نامهربانانه نمی‌داند که حتی آن را امری در راستای رفتار شفقت‌آمیز به خود تفسیر می‌کند. سخت‌گیری بر نفس و مبارزه با آن برای رسیدن به جایگاه ارزشمندتر و والاتر اخروی نیز چنین است، البته این سخت‌گیری دارای درجات مختلفی است و هرکس باید به قدر توانش در این راه گام نهد. به همین دلیل در دین انجام حداقل‌ها به عنوان واجب معین گردیده است.

این معنا در مصادیق شفقت بر دیگران آشکارتر به نظر می‌رسد؛ برای مثال، مادر که در شفقت او نسبت به فرزند شکی وجود ندارد، گاه سخت‌گیری‌هایی نسبت به فرزند اعمال می‌کند. به هیچ وجه نمی‌توان این سخت‌گیری‌ها را نافی رفتار مشفقانه او دانست، چرا که این سخت‌گیری‌ها نه تنها به ضرر فرزند نیست که برای او فایده‌هایی را نیز در پی دارد.

نتیجه

اصل شفقت بر خود به عنوان یک رفتار اخلاقی از آموزه‌های اسلامی به شمار می‌رود و هیچ‌گونه ناسازگاری بین آموزه‌های اسلامی در این رابطه وجود ندارد. شفقت بر خود، رفتاری مطلق و نامشروط است، به این معنا که انسان در هر شرایطی می‌باید نسبت به خود رفتاری مشفقانه داشته باشد.

با توجه به مرتبه مندی نفس و مباحث معناشناختی درباره شفقت، شفقت بر خود در تحقق خارجی دارای مراتب مختلف است. به همین ترتیب رفتارهای شفقت‌آمیز در انسان مبتنی بر همین تفاوت‌ها، مصداق‌های مختلف پیدا می‌کنند. از این رو این رفتارها را می‌باید متناظر با سطح معرفتی و باورهای یقینی فرد سنجید. از این رو هرکس متناسب با مرتبه معرفتی و ایمانی خود، رفتاری مشفقانه با خود خواهد داشت. با لحاظ این امور، تفاوت‌های رفتاری افراد قابل درک خواهد بود.

۱. ابن بابویه، محمد بن علی (شیخ صدوق)، *اصالی*، کتابخانه اسلامی، بی‌جا، ۱۳۶۲ ش.
۲. _____، *من لا یحضره الفقیه*، جامعه مدرّسین، قم، ۱۴۱۳ ق.
۳. ابن فارس، احمد، *معجم مقاییس اللغة*، مرکز انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه، قم، ۱۴۰۴ ق.
۴. ابن منظور، محمد بن مکرم، *لسان العرب*، دار صادر، بیروت، ۱۴۱۴ ق.
۵. انصاری، مرتضی، *فرائد الاصول*، مجمع الفکر الاسلامی، قم، ۱۴۱۹ ق.
۶. انوری، حسن، *فرهنگ بزرگ سخن*، سخن، تهران، ۱۳۸۱ ش.
۷. برقی، احمد بن محمد، *المحاسن*، دارالکتب الاسلامیه، قم، بی‌تا.
۸. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، *غرر الحکم و درر الکلم*، دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه، قم، ۱۳۶۶ ش.
۹. جهامی، جیران، *موسوعة الفلسفه*، ناشران، بیروت، ۱۹۹۸ م.
۱۰. جوادی آملی، عبدالله، *مراحل اخلاق در قرآن* (تفسیر موضوعی قرآن؛ ج ۱)، اسراء، قم، ۱۳۷۷ ش.
۱۱. حرّ عاملی، محمد بن حسن، *وسائل الشیعه*، مؤسسه آل‌البتیت لإحیاء التراث، قم، ۱۴۰۹ ق.
۱۲. خراسانی، محمدکاظم، *کفایة الاصول*، مؤسسه آل‌البتیت لإحیاء التراث، قم، بی‌تا.
۱۳. دشتی، محمد، *ترجمه نهج البلاغه*، مشرقین، قم، ۱۳۷۹ ش.
۱۴. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، *المفردات فی غریب القرآن*، دارالعلم - الدار الشامیه، بیروت، ۱۴۱۲ ق.
۱۵. ری شهری، محمد، *میزان الحکمه*، دارالحدیث، قم، ۱۳۷۵ ش.
۱۶. سجادی، سیدجعفر، *فرهنگ معارف اسلامی*، شرکت مؤلفان و مترجمان ایران، چاپ اول، ۱۳۶۳ ش.
۱۷. صدر المتألهین، محمد بن ابراهیم، *الحکمة المتعالیة فی الاسفار العقلیة الاربعة*، دار احیاء التراث العربی، بیروت، ۱۹۸۱ م.
۱۸. صدر، محمدباقر، *دروس فی علم الاصول*، مؤسسه النشر الاسلامی، قم، بی‌تا.
۱۹. طباطبایی، سید محمدحسین، *المیزان فی تفسیر القرآن*، دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرّسین حوزه علمیه، قم، ۱۴۱۷ ق.
۲۰. طبرسی، علی بن حسن، *مشکاة الأنوار فی غرر الأخبار*، کتابخانه حیدریه، نجف اشرف، ۱۳۸۵ ق.
۲۱. فراهیدی، خلیل بن احمد، *کتاب العین*، هجرت، قم، ۱۴۱۰ ق.
۲۲. فراملکی، احد فرامرز، *درآمدی بر اخلاق حرفه‌ای*، سرآمد، تهران، ۱۳۸۹ ش.

۲۳. کلینی، محمد بن یعقوب، *الکافی*، دارالکتب الاسلامیه، تهران، ۱۳۶۵ش.
۲۴. متقی هندی، *کنز العمال فی سنن الأقال و الأفعال*، الرساله، بیروت، ۱۹۳۹م.
۲۵. مجلسی، محمدباقر، *بحار الانوار*، مؤسسه الوفاء، بیروت، ۱۴۰۴ق.
۲۶. مطهری، مرتضی، *مجموعه آثار*، صدرا، تهران، ۱۳۷۲ش.
۲۷. معین، محمد، *فرهنگ فارسی معین*، ساحل، تهران، ۱۳۸۲ش.
۲۸. مناوی، محمد عبدالرؤف، *التوقیف علی مهمات التعاریف*، دارالفکر المعاصر، بیروت، دارالفکر، دمشق، ۱۴۱۰ق.
۲۹. موسوی بجنوردی، محمدحسن، *قواعد فقهی*، عروج، تهران، ۱۴۰۱ق.
۳۰. موسوی همدانی، سید محمدباقر، *ترجمه تفسیر المیزان*، قم، دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین حوزه علمیه، ۱۳۷۴ش.
۳۱. نراقی، ملا احمد، *معراج السعاده*، هجرت، قم، ۱۳۷۱ش.
۳۲. *نهج البلاغه*، ترجمه سید جعفر شهیدی، سازمان آموزش و انتشارات انقلاب اسلامی، تهران، ۱۳۶۸ش.
۳۳. ورام، مسعود بن عیسی، *تنبيه الخواطر*، دارالصعب، دارالتعارف، بیروت، بی تا.