

## The Necessity of Hardship in the Process of Human Growth and Resilience with Reference to the Verses of the Holy Qur'an\*

Mohammad Shirvany\*\*  
Rouhollah Souri\*\*\*

### Abstract

Since there is a mutual influence between perceptions and emotions, the way humans view and approach various crises, issues, and problems plays a significant role in resilience, anxiety, and emotional regulation. The Holy Qur'an emphasizes this point in several verses, stating that the process of human growth is connected to and dependent on the model through which a person confronts and interprets crises. If a person understands that in the path of growth, they must inevitably experience hardship, and knows that just as it is God who alleviates and removes hardship, it is also God who imposes it, and that everything that emanates from God, due to the identity of God Almighty with perfection, makes hardship an essential part of that perfection. For this reason, a person will no longer be disturbed by confronting crises and difficulties; instead, they will creatively seek solutions to problems in order to cultivate new growth and experiences that shape their thoughts and character along their ascendant path. Since in the realm of the philosophy of suffering, the highest role of emotional management is linked to the place of awareness, it is essential to seek guidance from the divine revelation, which holds the highest truth in providing awareness. In this paper, using an analytical method and library tools, we aim to interpret and explain the verses of the Qur'an to achieve peace and the linguistics of human crises.

**Keywords:** Holy Qur'an; Human Growth; Crisis and Suffering; Necessity; Resilience

---

\* Received: 2024-01-02      Revised: 2024-04-24      Accepted: 2024-10-09

\*\* Ph.D. in Islamic philosophy and theology of Faculty of Theology and Islamic Studies of Oom University. Oom. IRAN / Visiting Professor. Faculty of Theology, Shahid Beheshti University. Tehran. IRAN (The Corresponding Author) Email: Mohammad18860@vahoo.com

\*\*\* Assistant Professor of Philosophy Department of Faculty of Literature and Humanities of Kharazmi University. Tehran, IRAN. Email: Souri@khu.ac.ir



دو فصلنامه

تفسیر پژوهی اثری

سال یازدهم، جلد اول، پیاپی ۲۱

بهار و تابستان ۱۴۰۳

صفحات ۲۲۸-۲۰۵

DOI: [10.22049/quran.2025.29321.1433](https://doi.org/10.22049/quran.2025.29321.1433)

مقاله علمی - پژوهشی

## ضرورت اضطراب در فرایند رشد و تاب آوری انسان با نظر بر آیات قرآن کریم\*

محمد شیروانی\*\*

روح‌الله سوری\*\*\*

### چکیده

از آنجایی که بین ادراکات و احساسات تاثیر و تاثر دو سویه وجود دارد، نوع نگاه و رویکرد انسان بر بحران‌ها و مسائل و معضلات مختلف، نقش بسزایی در تاب آوری و اضطراب و کنترل هیجانات خواهد داشت. قرآن کریم در چندین آیه این مهم را متذکر می‌شود که فرایند رشد انسان، مرتبط و بسته به مدل مواجه و تفسیر انسان بر بحران‌ها نهادینه شده است، اگر انسان بداند که در مسیر رشد باید ضرورتاً اضطراب را تجربه کند، و بداند همانطور که دافع و رافع انسان از اضطراب خداوند است، معطی اضطراب هم خداوند است و هر آنچه از خداوند صادر می‌شود، به سبب عینیت خداوند متعال با کمال، اضطراب جزء ضروری کمال خواهد بود، به همین جهت انسان دیگر از رویارویی با بحران و گرفتگی‌ها پریشان نمی‌شود، بلکه خلاقانه به دنبال حل مساله می‌گردد تا رشد و تجربه جدیدی را در مسیر صعودی خویش بر اندیشه و شخصیت خویش طبع کند. از آنجایی که در حوزه فلسفه رنج، بالاترین نقش مدیریت هیجانات به موطن آگاهی برمی‌گردد، بایسته است تا از هویت و حیانی، که بالاترین حقیقت مدل ارائه آگاهی را داراست، استمداد طلبید. در این نوشتار با روش تحلیلی و ابزار کتابخانه در صدد تاویل و تفسیر آیات قرآن در جهت تحقق آرامش و زبان‌شناسی بحران‌ها انسانی برآمده‌ایم.

کلیدواژه‌ها: قرآن کریم، رشد انسان، بحران و رنج، اضطراب، تاب آوری

\* تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۱۰/۱۲ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۲/۰۵ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۷/۱۸

\*\* دکتری فلسفه و کلام اسلامی دانشکده الهیات و معارف اسلامی دانشگاه قم. قم، ایران / استاد مدعو دانشکده الهیات دانشگاه شهید بهشتی. تهران، ایران (نویسنده مسئول) ایمیل:

Mohammad18860@yahoo.com

\*\*\* استادیار گروه فلسفه دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه خوارزمی. تهران، ایران. ایمیل:

Souri@khu.ac.ir



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

## ۱- مقدمه

هر انسانی به سبب داشتن ماهیت، از یک سو و جهانی که عاری از ماهیت نیست از سوی دیگر، ضرورتاً با بحران‌ها و تضادهای متنوعی مواجه می‌شود؛ چرا که به بیان فلاسفه، ماهیت مثار کثرت است و کثرت و تعدد، ذاتاً مساله و معضل را با خود به همراه دارد. از این رو، رسیدن به یک موطن بدون تنش خارجی، که خواست هر انسانی است، تا زمانی که در چنبره ماهیات است، ممکن نیست. هر جایی که پای تعدد در میان جای مطلوبیت تامه نیست کما اینکه جایی نامطلوبیت تامه هم نیست، از آن رو که جهان مادی، مداوم آمیخته با قوه‌ها و فعل‌ها یا ترها و آنتی‌ترهاست؛ دقیقاً به همین جهت هم رشد و حرکت تحقق پیدا می‌کند. رویش و ریزش دو یار ماندگاراند که هیچ گاه یکدیگر را طرد نمی‌کنند. صدرای شیرازی هم صحت جریان و مستفیض شدن عالم را به همین دوگانه بیان می‌دارد «لَوْلَا التَّضَادُّ لَمَا صَحَّ الْفَيْضُ عَنِ مَبْدَا الْجَوَادِ» ترجمه: اگر تضاد وجود نمی‌داشت فیض از سوی ذات ربوبی جاری نمی‌شد (ملاصدرا، ۱۳۶۸، ج ۳: ۱۳۷). خداوند متعال هم در جای جای قرآن به این امر اشاره کرده است که «يُولِجُ النَّهَارَ فِي اللَّيْلِ» یا «مُخْرِجُ الْحَيِّ مِنَ الْمَيِّتِ» ترجمه: روز را در شب قرار داد یا حی را از میت خارج کرد (مریم/۴۳).

جهان در دارایی محض و همچنین در نداری محض، ایستا و ساکن می‌شود. زبان ذاتی هستی، شناور بودن بین فقدان و وجدان است بین طلوع و غروب مداوم است. ضرورت این نحوه از هستی، برای تحقق رشد انسان، برای خردمندان واضح است، از این رو در تعامل با مسائل، دچار شکایت و ابهام نمی‌شوند. هرچه انسان حوزه ادراکات را تصحیح و ترمیم کند، حوزه احساسات هم تعدیل و تنظیم می‌شود. به تعبیری دستگاه تحریکی انسان، با جهت‌دهی‌های دستگاه شناختی انسان، مدیریت و

کنترل می‌شوند، از این رو طغیان و تشویش خاطر کمتری حاصل می‌شود، و تاب‌آوری انسان، در بزنگاه‌های بحرانی، به توازن و تعادل بیشتری تقریب می‌شود.

شاید به همین جهت است که اهل خرد بلا را بر خود، شر و نحس و درد نمی‌پندارند، بلکه آن را نعمت تلقی می‌کنند. مولوی در مثنوی بین لذت و بلا تلازم برقرار می‌کند، اگرچه علی‌الظاهر باید بین بلا و الم، تلازم، و بین لذت و بلا، تباین، برقرار باشد:

در بلا هم می‌چشم لذات او      مات اویم مات اویم مات او

(مولوی، ۱۳۹۰، دفتر دوم: ۲۱۳)

اضطراب و تنگایی امور، اگرچه بنابر مولفه‌های رفاهی و لذت مدارانه نامطلوب به نظر می‌رسد، اما هیچ‌گاه مسیر هموار، انسان را به رشد و تجربه و مهارتِ مواجهه با پستی‌ها و بلندی‌ها نمی‌رساند.

انسان متعادل هم از قهر هستی و هم از مهر هستی لذت می‌برد؛ چرا که بر وی روشن است، ثبات در مهر و یا در قهر، تکامل را تامین نمی‌کند:

عاشقم بر لطف و بر قهرش بجد      بوالعجب من عاشق این هر دو ضد

(همان، دفتر سوم، ۴۳)

برخی از اهل معرفت، خیر و شر، سعد و نحس، سود و زیان را، به اسامی جلالی و جمالی خداوند متعال، پیوند می‌زنند:

فُطُورًا بِالْجَلَالِ عَلَى التَّدَاذِ      وَ طُورًا بِالتَّلَذُّذِ بِالْجَمَالِ

(طهرانی، ۱۳۶۵، ۶: ۵۴۳)

ترجمه: گاهی با اوصاف جلالی خود عارفان را سیراب می‌کند و گاهی با اوصاف جمالیه عنایت می‌کند. به این معنا که انسان مستوی، در مواجهه با تجلیات جلالی خداوند، همان لبخندی را می‌زند که در مشاهده با تجلیات جمالی خداوند می‌زند.

## ۲- پیشینه تحقیق

در حوزه تعامل با بحران مقالات و کتب متعددی نوشته شده است، اما پیوند و تحلیل و تطبیق آن با قرآن کریم به خصوص مورد نگارش قرار نگرفته است. مع‌الوصف برخی بین رشد و بحران و ارتباط ضروری بین این دو متونی را مدون نمودند.

محبوبه شرکت، در پایان‌نامه «بررسی واژه مضطر در قرآن با تأکید بر نظرات علامه طباطبایی» (۱۳۹۰) به بررسی قواعد فقهی و ادبی مفهوم اضطراب با تأکید بر مبانی‌المیزان پرداخته است.

دکتر بیژن امینی، در کتاب «بحران و رشد» (۱۴۰۰) به این نکته اهتمام می‌ورزد که بحران‌درمانی با بخشیدن خودآگاهی برتر به فرد، دیدگاه فرد را نسبت به خود و بحرانی که در آن قرار گرفته است، تغییر می‌دهد. در این مقاله با توجه به ضرورت و وجوب اضطراب در مسیر رشد شخصیت و تعادل انسان، با تأکید بر آیات قرآن کریم بر مهارت مواجهه با بحران تأکید شده است تا توانمندی انسان بر تاب‌آوری و تحمل افزایش پیدا کند.

## ۲-۱. قرآن کریم و ایده رشد

اینکه در آیات و روایات مرتباً امر بر صبر می‌شود، بدین جهت است که قرار نیست هیچ پدیده بر انسان مداوم بماند، بلکه جریان هستی مرتباً در حال چرخش و خفض و رفض است، لذا نه باید در هنگامه رویش، از خود بی‌خود شد و نه در هنگامه ریزش فسرده شد.

خداوند متعال تأثر مداوم از امور بیرونی (چه مطلوب چه نامطلوب) را از ویژگی‌های انسان ناموزون می‌داند:

لَكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ (اسراء / ۷۶) ترجمه: بر آنچه از دست شما رفت، تأسف نخورید، و بر آنچه به شما عطا کرده است، شادمان و دلخوش نشوید. در واقع، خداوند می‌فرماید نه تفرحوا وابسته به اتاکم است و نه تأسوا وابسته به ما فاتکم، بلکه انسان مستوی و متعادل، به هر دو کنش، واکنش رضایتمندانه نشان می‌دهد، چون می‌داند که در حال پرورش قرار گرفته است.

در آیه دیگری، خداوند متعال می‌فرماید که قضاوت بر اتفاقات بیرونی لزوماً هم سو با هویت ظاهری شان نیست، بلکه هر دو امر متقابل برای رشد انسان می‌توانند مورد تحلیل و تدقیق قرار گیرند:

فَأَمَّا الْإِنْسَانُ إِذَا مَا ابْتَلَيْهِ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَنَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنِ / وَأَمَّا إِذَا مَا ابْتَلَيْهِ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهْنَنَ (انسان / ۲۳) اما انسان طبیعتش اینگونه است که وقتی پروردگارش او را امتحان کند و در محیط زندگی او را ارجمند نماید و به او نعمت بدهد، می‌گوید: پروردگارم مرا گرامی داشته و وقتی که او را امتحان کند و روزی او را تنگ نماید، می‌گوید: پروردگارم مرا خوار کرده است.

حکیم نظامی در این خصوص ابیات هم راستایی با مضامین قرآنی دارد:

یکی را پای بشکستی و خواندی      یکی را بال و پر دادی و راندی

(نظامی، ۱۳۷۶: ۶۷)

یعنی بین شکستن و راندن و همچنین بین پرواز و خواندن، تلازم برقرار نیست، بلکه هیچ کدام بر دیگری برتری ندارد هر دو در خدمت تکامل و تعادل انسان هستند. آنچه که باید مورد دقت قرار گیرد، این مهم است که بیان قرآن کریم در خصوص مواجهه با بحران لزوماً الهیاتی نیست؛ یعنی برای تاب‌آوری و مواجهه سالم در تعامل با خصیصه اضطرار لزوماً نیاز نیست، انسان خداباور و متدین باشد، اگرچه در رویکرد

دینی تعامل بهتری حاصل می‌آید، اما اینکه گرایش‌های عرفانی و کلامی تحمل مصائب را تنها بسته به گرایش‌ات الاهیاتی می‌کنند، ایده قابل تعمیم نیست، به همین جهت تنها کسانی از این ایده بهره می‌برند که وابستگی‌های درون‌متنی و درون‌دینی دارند. از این‌رو، نمی‌توانند برای کسانی که انتظارات برون‌دینی و برون‌متنی دارند، پاسخی داشته باشند.

## ۲-۲. اضطراب و استعلا

از آیات معروف قرآن کریم آیه ۶۲ سوره نمل است که بسیار هم مورد تاسی متأثران و درماندگان قرار می‌گیرد: {أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ إِلَهَ مَعَ اللَّهِ قَلِيلًا مَا تَدَّكُرُونَ} (سوره نمل آیه ۶۲) یا آنکه وقتی درمانده‌ای او را بخواند اجابت می‌کند و آسیب و گرفتاریش را دفع می‌نماید، و شما را جانشینان زمین قرار می‌دهد؟ آیا با خدا معبودی دیگر هست اندکی متذکر و هوشیار می‌شوند.

اضطراب در لغت مصدر باب افتعال از ریشه «ضرر» به معنی ناچار بودن از پذیرش ضرر، یعنی آسیب و گزند، و «ضرورت» اسم مصدر آن است (اصفهان‌ی، ۱۳۶۶، ج ۱: ۲۳۲). ضرورت، نیاز شدیدی را گویند که برآورده نشدن آن ممکن است خطر جانی، یا زیان مالی جبران‌ناپذیری را پدید آورد. مقابل اضطراب نه اکراه است و نه اختیار و نه امکان، بلکه مقابل آن طمانینه و آرامش است و هویتی و حالتی، شدیدتر از احتیاج است.

صاحب تفسیر تسنیم در خصوص «أم» در ابتدای آیه می‌فرماید «أم» در آیه منقطه و به معنی «بل» است؛ یعنی دیگران خدا نیستند و فقط کسی خدا است که بتواند مشکل مضطر را حل کند. حرف زمخسری هم که الف لام «المضطر» را الف لام جنس می‌داند نه استغراق، ناصواب است (جوادی‌آملی، ۱۳۸۴، ج ۲۰: ۳۱۶). علامه

طباطبایی در باب اجابت پس از اضطراب آن را به صدق نسبت می‌دهد، به این معنا که انسان در حالت پیدا نکردن راهی برای برون رفت از محذور پیش‌رو، با تمام وجود خواست خود را از خداوند متعال طلب می‌کند، این طلب مجدانه اجابت و دفع اضطراب را رقم می‌زند: مراد از اجابت مضطر (وقتی که او را بخواند) این است که خدا دعای دعاکنندگان را مستجاب و حوائجشان را بر می‌آورد، و اگر قید اضطراب را در بین آورد، برای این است که در حال اضطراب، دعای داعی از حقیقت برخوردار است و دیگر گزاف و بیهوده نیست، چون تا آدمی بیچاره و درمانده نشود، دعاهایش آن واقعیت و حقیقت را که در حال اضطراب واجد است ندارد، و این خیلی روشن است. (طباطبایی، ۱۳۸۸، ج ۱۸: ۵۶)

آنچه در این آیه مورد نظر است، فرایند کشف سوء است، به این صورت که خداوند متعال با مضطر و رفع اضطراب چگونه مواجه می‌شود؟ آیا خداوند متعال مستقیماً معضلات بشر را رفع و دفع می‌کند یا به وسیله وسایط اجابت را محقق می‌سازد؟ اگر به وسیله وسایط بشر را رهایی بخشد یا از طریق خود انسان رهایی را رهنمایی می‌کند یا از طریق وسائط متعالی کار را بدون محوریت انسان پیش می‌برد؟ جواب این مهم برای تثبیت ادعای ضرورت اضطراب و مواجهه تاب‌آورانه با بحران بسیار حائز اهمیت است؛ چرا که اگر انسان بداند که قرار است خودش رافع و دافع اضطراب باشد و یا به بیان دیگر خود هم سائل باشد و هم مجیب، می‌داند که بناست از مواجهه با بحران، تجربه زیسته خود را ازدیاد بخشد و روز به روز به بلوغ و شکوفایی و تحقق جنبه‌ی خدایی‌گونه خویش نزدیک‌تر شود و همچنین بتواند از تحلیل مواجهه استراتژی را سیستم گذاری کند، تا دیگران هم بتوانند در یک فرایند تعمیم پذیرانه، آن را تجربه کنند. این بیان با گفتمان ایمان گرایانه کاملاً تفاوت دارد؛ چرا که در آن رویکرد هیچ مسیر نقطه گذاری



شده‌ای وجود ندارد، که افراد بتوانند آن را فراگیر و ماندگار محقق کنند. همانطور که پیش از این بیان شد، پارادایم ایمان‌گرایی سعی در باورسازی و تبعیت‌پذیری غلیظ دارد، بی‌آنکه خود را ملزم به ارائه متد مشخص و همچنین شفاف‌سازی مدعا و همچنین شفافیت بین مدعا و دلیل را عهده‌دار شود.

در اکثر تفاسیر قرآن کریم بدون آنکه نگاهی تحلیلی بر فرایند کشف سوء تبیین شود، تنها با یک بیان کلی به خداوند متعال نسبت داده شده است. صاحب تفسیر کشف‌الاسرار همه فعالیت‌ها را بدون تاویل و تفسیر و تحلیل به خداوند نسبت می‌دهد: معنی الآیه *أَنَّ هَذَا الْمُضْطَرُّ إِنْ كَانَ غَرِيبًا فِي الْمَاءِ انْقَذَهُ وَ إِنْ كَانَ غَرِيبًا فِي الذُّنُوبِ غُفِرَ لَهُ وَ إِنْ كَانَ مَرِيضًا شَفَاهُ وَ إِنْ كَانَ مُبْتَلًى عَافَاهُ وَ إِنْ كَانَ مَحْبُوسًا أُطْلِقَهُ وَ إِنْ كَانَ مَدْبُونًا قُضِيَ دَيْنُهُ وَ إِنْ كَانَ مَكْرُوبًا فَرَّجَ كَرْبَهُ* (خواجه انصاری، ۱۳۷۱، ج ۷: ۲۴۱) ترجمه: اگر این مضطرب در آب غرق شد، او را نجات دهید، اگر بیمار است، او را شفا دهید. بدهی، قرض خود را می‌پردازد و اگر گرفتار شد، گرفتاری او برطرف می‌شود.

فخر رازی در تفسیر این آیه شریفه، تمامیت رفع و کشف را بدون تبیین چگونگی کشف به خداوند نسبت می‌دهد، که قطعاً اینگونه از بیان‌ها، برای کسانی که ناخدا‌باور هستند و جویای ادله برون‌متنی هستند، اعتماد و اقتناع آور نیست و طبیعتاً اقبالی به متون مقدس در آنها مشاهده نمی‌شود: *لَا يَقْدِرُ أَحَدٌ عَلَيَّ كَشْفِ مَا دُفِعَ إِلَيْهِ مِنْ فَقْرٍ إِلَيَّ غِنًى وَ مَرَضٍ إِلَيَّ صِحَّةً وَ ضِيقٍ إِلَيَّ سَعَةٍ إِلَّا الْقَادِرُ الَّذِي لَا يَعْجِزُ وَ الْقَاهِرُ الَّذِي لَا يُنَازَعُ*. (فخر رازی، ۱۴۲۰هـ ق، ج ۲۵: ۵۶۵) ترجمه: هیچ کس نمی‌تواند آنچه را که به او داده شده از فقر تا مال و بیماری تا سلامتی و سختی تا سختی آشکار کند، مگر آن که توانا است و شکست نمی‌خورد و قادر مطلق است که تسلیم نمی‌شود؛ در هر صورت، گروه نخست با توجه به سازه و نظام فکری الاهیاتی و ایمان‌گرایانه خویش

نباید اضطراب را تجربه کنند؛ چرا که خداوند متعال آنان را برای رسیدن به رشد شخصیتی، حتی می‌تواند و باید در اضطراب قرار دهد، تا بتوانند خودسازی و تاب‌آوری را تجربه کنند، خداوند متعال در آیه ۱۵۵ سوره بقره می‌فرماید که طوری زیست را برای بندگانش مقرر می‌کنم تا بتوانند مهارت مواجهه با اضطراب را تجربه کنند: *وَلِنَبْلُوَكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ / قَطْعًا* شما را با اموری همچون: ترس، گرسنگی، زیان مالی، جانی و کم‌بود میوه‌ها آزمایش می‌کنیم. در این آیه، خداوند متعال به صراحت به اعطای اضطراب اشاره می‌کند؛ یعنی نه تنها رافع و دافع مصل و گره و مساله خداوند است، معطی و موجد و موثر هم خود خداوند متعال خواهد بود.

حال که دانسته شد که خود خداوند متعال است که بندگان را در معرکه بحران قرار می‌دهد، دو سوال باید به درستی به پاسخ برسد: نخست اینکه چگونه انسان در متن بحران از سوی خداوند قرار می‌گیرد؟ و دوم اینکه چرا خداوند متعال بشر را در چنین حال تلخی قرار می‌دهد؟ و پس از اینکه بشر را به چنین موقعیتی فراخواند چرا با دعا و انابه آن را بر طرف می‌کند؟ قطعاً خداوند متعال به سبب بساطت و وحدت محض به نحو مستقیم در عالم کثرت و ترکیب، دخل تصرف نمی‌کند، بلکه وسائط فیض و چیدمان مهندسی شده هستی، عنایت را از عالم معنا، بر عالم ماده می‌تابانند، و چه امر معنایی تری از نفس ناطقه انسانی وجود دارد؟ نفس مجردی که جلوه اتم آن در اولیاء، انبیاء و معصومین، متحقق شده که البته دیگر نفوس هم به سوی کمال و فعلیت خویش در سریان قرار می‌گیرند. از این رو، باید چنین بیان داشت که خداوند متعال از طریق خود انسان بر خود انسان می‌بارد. اگر هم از غیر انسان فی المثال ملائکه و غیب و اسماء الله امر متحقق می‌شود، باز هم علت قریب تمامی خصائص انسانی، خود

انسان خواهد بود؛ چرا که اضطراب از جمله علوم حضوری‌ست، که دفع آن هم حضوری خواهد بود، کما اینکه فلاسفه<sup>۱</sup> یکی از اقسام مهم علم حضوری را حالات نفس دانسته‌اند. از این‌رو، برای آنکه رشد و تعالی و تعادل را که کشش و گرایش ذاتی انسان بماهو انسان است را رقم زند، ضروری است که انسان خودش با مسئله و حل آن مواجه شود تا هم رشد را تجربه کند و هم عزت برآمده از حل مساله را دریافت کند و معنای زندگی را تشدید کند. اما گروه دوم، کسانی که خدا‌باور نیستند، بازهم باید اضطراب را تجربه کنند، و نه تنها باید تجربه کند بلکه بعید است، آن کس که دنبال موفقیت و رشد است با اضطراب مواجه نشود؛ چرا که لازمه دنیای مادی و آزمون و خطاها و مواجهه با رقبا و تنبلی‌ها و رفاه طلبی‌ها ضرورتاً به اضطراب منجر می‌شود.

### ۲-۳. تبیین حکمی

خداوند متعال هیچ‌گاه شر مطلق صادر نمی‌کند، کما اینکه خیر مطلق هم صادر نمی‌کند، (اگرچه خود خیر مطلق است)؛ چرا که هر دو مطلق، با رشد در تباین است و خداوند متعال خلقت را برای تکامل بشر، عنایت و تجلی بخشیده است. (در این حوزه مباحث دقیقی وجود دارد که محل سخن از آن در این نوشتار نیست) توجه بر این مهم که بستر دانایی و توانایی محض، یا نادانی و ناتوانی محض، هر دو باب تکامل و تعالی را منسد می‌کند، در بلوغ فکری انسان و زبان‌شناسی بحران نقش مهمی دارد، از این جهت که باید دانست محل و موطن قرار به هیچ عنوان بیرونی نیست بلکه بینشی و نگرشی‌ست، خیر محض بیرونی که انسان بخواهد با آن مواجه شود مصداق ندارد، جهان تماماً آمیخته با نداری و دارایی‌ست.

---

۱. ر ک الحکمه المتعالیه، صدرای شیرازی، ۱۴۰۶، ج ۷: ۱۲۳.

بین اضطراب و خلاقیت در صورت نگاه خردمندانه به بحران و مساله، اتصال و تساوی برقرار است. انسان تا در تنگنا قرار نگیرد، از تقلید و موازی‌کاری دست بر نمی‌دارد، در واقع انسان در حالت اضطراب است که به سبب مواجهه حضوری با معضل در مساله حضور می‌یابد و آنگاه است که قوه حدس خود را فعال می‌سازد و از جنبه نبوغ خود، بر خود وحی می‌فرستد. انسانی که با علم حضوری مواجه می‌شود و تجربه شخصی را به ظهور می‌رساند، لذت مضاعفی را نسبت به دریافت‌های حصول ادراک می‌کند.

حل مساله و عزت برآمده از موفقیت پیروزی، بی‌اندازه معنای زندگی را تامین می‌کند، به دیگر سخن از پیامدهای مواجهه خردمندانه با بحران و تحقق اضطراب، برقراری معنای زندگی و از بین رفتن پوچی‌گرایی است. آنچه در اضطراب وجود دارد و اکثر اوقات سبب فتح باب و برون رفت از معضل می‌شود، تجمیع قوای انسانی بر امر حاضر است، انسان چون در کنج قرار می‌گیرد، تمام تمرکز و دانش و قدرت خود را بر گره موجود، جهت می‌دهد. در این میان، انسان‌ها دو دسته می‌شوند؛ گروهی با باور به یک مبدا متعالی که در نهایت دارایی و دانایی و توانایی است، خواست خود را موجه می‌کنند، و کاملاً با وعده عمل به تعهدات و اصول انسانی و همچنین ابراز نیاز جدی، سعی بر آن دارند که نظر خداوند متعال را به سمت خود منعطف کنند، اگرچه می‌دانند که خداوند متعال مستقیم در عالم طبع و جزییات دخالت نمی‌کند و همچنین فراضابطه و قانون هم فعالیت نمی‌کند، و همچنین می‌دانند که در برخی از متون الاهیاتی مصلحت هم مورد نظر شارع است؛ به این معنا که خداوند متعال می‌فرماید، این طلب با منفعت همه جانبه همخوانی ندارد، کما اینکه در قرآن کریم چنین آمده است: *وَ عَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَ هُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَ عَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَ هُوَ شَرٌّ لَّكُمْ /* و شاید چیزی را که نمی‌پسندید برای شما خوب باشد و شاید چیزی را که دوست می‌دارید برایتان بد

باشد (بقره / ۲۱۹)، اما مع‌الوصف بندگان با گرایش‌هایی الاهیاتی در هنگامه بروز مشکلات خداوند متعال را خطاب قرار می‌دهند. گروه نخست به سبب داشتن انگاره‌های الاهیاتی با توجه به نکات فوق نباید به اضطراب برسند؛ چرا که اگر باور به یافته‌های خود داشته باشند، خداوند متعال را همیشه درکنار خود و حامی خود می‌دانند، اما اینکه برخی از متدینان همچنان با توجه به آگاهی از نظر خداوند متعال همچنان متزلزل و مضطرب می‌شوند، حکایت از ابهاماتی است که در میانه باورهای خود پنهان دارند ابهاماتی که به سبب عدم تایید دستگاه شناختی همچنان در ضمیر ناخودآگاه فرد حاضر است و در بزنگاه‌ها پدیدار می‌شود کما اینکه مولی‌الموحدين علی ع فرمود: فی تقلبِ الاحوالِ عِلْمَ جَوَاهِرِ الرَّجَالِ (نهج‌البلاغه / حکمت ۱۳۴) ترجمه: در دگرگونی‌هاست که حقیقت انسان‌ها آشکار می‌شود. از این جهت، ضروری است برای کاهش حد اضطراب تنها از گفتمان ایمان‌گرایانه بهره نبرد، رویکردی که در آن مدعیان بدون ارائه دلیل، به دنبال اقتناع و پذیرش مخاطب هستند؛ البته این بدان معنا نیست که در نظام ایمان‌گرایی، ادعا واجد دلیل نیست، بلکه گاهی فاصله بین مدعی و دلیل در متون مقدس زیاد می‌شود و گاهی حتی دلیل مورد نظر قرار نمی‌گیرد.

#### ۲-۴. بلا و بحران در اندیشه عرفا

در نظام فکری اهل عرفان بلا، فی نفسه از جهات مختلفی دارای مطلوب است، حتی اگر منجر به رشد نشود، همین که در نظام وحدت شخصی وجود بر انسان امری حاکم آید چون لا مؤثر فی الوجود الا الله پس همه رسیده‌ها کمال و لذیذ خواهند بود، از این رو در نظام فکری عرفانی مهم نیست چه چیزی و چقدر و چگونه به انسان می‌رسد بلکه هر آنچه بر انسان بیارد، چون از متن کمالی واجب الوجود سرریز و متجلی می‌شود، جمال و جلال است.

مولوی در داستان خربزه دادن خواجه به لقمان، که با ولع قاچ‌ها را می‌خورد و تشکر می‌کرد، چنین بیان می‌دارد که آخرین قاچ را چون خود خواجه طلب کرد و خورد از شدت تلخی خربزه، فریاد بر آورد و بر لقمان شورید که چگونه چنین با ولع میل می‌کردی؟ آنجا بود که لقمان گفت همین که از تو می‌رسد شیرین می‌شود:

لذت دست شکربخشت به داشت      اندرین بطیخ تلخی کی گذاشت

(مولوی، ۱۳۸۷، دفتر سوم، ۵۶۷)

بعد هم گریزی به داستان ابراهیم (ع) می‌زند به این صورت که بردا و سلاما نتیجه حال ابراهیم (ع) بود؛ چرا که آن آتش را رسیده از حق متعال می‌دید.

در روایات حضرات معصومین (ع) هم روایات متعدد و متنوعی در این باب آمده است؛ مانند روایتی که امام صادق (ع) می‌فرماید: *كُلَّمَا أَزْدَادَ الْعَبْدُ إِيْمَانًا أَزْدَادَ ضَيْقًا فِي مَعِيشَتِهِ*. / هرچه ایمان فرد افزایش پیدا می‌کند معیشت وی به تنگا می‌رود. (مجلسی، ۱۳۶۷، ج ۵۶: ۵۳۴). در هر صورت، عاشق هر آنچه از معشوق بدان رسد را سپید و سفید می‌انگارد، در واقع لبخند عاشق در قبال هدیه‌های تلخ معشوق، حکایت از شدت و صدق عشق عاشق نسبت به معشوق خواهد کرد. عاشق می‌خواهد این پیام را به معشوق مخابره کند، که من خودت را خواهانم و نه عطیاتت را، و سند این ادعا را در زخم‌پذیری و رضایتمندی نسبت بدان زخمی که از سوی معشوق رسیده، بیان می‌دارد. حافظ شیرازی در تایید این تفسیر از زبان جمعیت عاشقان بر معشوق چنین بیان داشته:

به تیغم گر کشد دستش نگیرم      وگر تیرم ز ند منت پذیرم

کمان ابرویت را گو بزن تیر      که پیش دست و بازویت بمیرم

(حافظ، غزل ۶۱)

نگاه عاشقان به بلا و بحران، نگاه آزمونی و ارزشیابی‌ست؛ به این معنا که امید دارند معشوق، در بلاپذیری عاشق، شیدایی عاشق را مورد نظر قرار دهد و پاداش این پذیرش مشتاقانه را وصل به خود مقرر کند.

## ۲-۵. اخلاق و اضطراب

در نگاه عارفان در خصوص بحران، گاهی به سمت مبادی و آموزه‌های اخلاقی سوق پیدا می‌کند؛ به این معنا که بحران و نقص رابطه مستقیمی با تواضع و کرنش دارد. اُی رُویة الغنی تورث الاستغناء، و الاستغناء یورث الطغیان (تستری، ۱۳۶۷، ج ۵: ۲۳۴). دارایی و تمکن با غرور و طغیان مرتبط است، همانطور که قرآن کریم بدان اشاره نموده است: *كَلَّا إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنَّاظٍ* / حقا که انسان سرکشی می‌کند، همین که خود را بی‌نیاز پندارد. (علق / ۶). انسان چون مدام در نعمت و رفاه قرار گیرد، رفته رفته خود را رها می‌کند و این رهایی انسان را به فساد نزدیک می‌کند، اما انسانی که عجز و فقر و نقص را تجربه می‌کند اگر آنهم واجد درد است، اما درصد تخریب کمتری بر خود و جامعه روا می‌دارد.

تعادل به سلامت نزدیک است یا به بیان دیگر، تعادل همان سلامت و طهارت است، اما چون انسان به سوی افراط و تفریط کشیده می‌شود، از مسیر بهداشت هم دور می‌شود. دستیابی به تعادل و سلامت اخلاقی انسان را از رسیدن به اضطراب در هنگامه مواجهه با بحران برحذر می‌دارد. چون انسان متوجه این مهم شود که گاهی دست‌اندازهای هویتی و زیستی، باعث حفظ انسان از فساد و ناهنجاری‌هاست، به ضرورت آن پی می‌برد و دیگر کلافگی را در موقعیت‌های سخت تجربه نمی‌کند.

نوعاً انسان زمانی به تفرعون نزدیک می‌شود، که خود را محل ارجاع و نیاز انسان‌های دیگر می‌بیند. وقتی انسان‌ها به سبب مسئولیت‌ها و توانمندی‌های که دارند،

با خواهش و درخواست با یکدیگر مواجه می‌شوند، مسیر تکبر و عجب و خودبرتربینی هموار می‌شود، و دیگر انکسار و تواضع از میانه منش انسان رخت بر می‌بندد و انسان لحظه به لحظه به فساد بیشتر نزدیک می‌شود.

خداوند در آخر آیه ۳۶ سوره نساء می‌فرماید که مختال و فخور را دوست نمی‌دارد چرا که هر آنکس که از حقانیت تعادل خارج می‌شود، سنخیت با خداوند را از دست می‌دهد: *انَّ اللهَ لَا يُحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا* / خداوند کسانی را که خیال پرداز و فخر فروش می‌باشند را دوست نمی‌دارد. «مختال» به معنای کسی است که دستخوش خیالات خود شده، و خیالش او را در نظر خودش شخصی بسیار بزرگ جلوه داده، در نتیجه دچار کبر گشته، و از راه درست گمراه شده است. اسب را هم اگر خیل می‌خوانند برای همین است که در راه رفتنش تبختر می‌کند. «فخور» به معنای کسی است که زیاد افتخار می‌کند، و این دو صفت یعنی اختیال (خیال‌زدگی) و کثرت فخر از لوازم مهیا بودن شوونات زندگی بدون بحران است، از لوازم خود مستقل پنداری است و چون با گرفتاری‌ها انسان بالوجدان مواجه می‌شود، می‌یابد که خودش در مرکز خواست نیست، و این مهم سبب تنظیم و تعدیل، باورها می‌شود. از این رو، خداوند متعال از دو سنت «خَافِضَةٌ» پائین‌آورنده، خوارکننده «رَافِعَةٌ»: بالا برنده، سرفرازنده، استفاده می‌کند تا بنده متوهم را موزون سازد.

### ۳- حقانیت و بحران

از لوازم جدایی‌ناپذیر زیست انسان متعالی و حق مدار، به سبب زیاده‌خواهی‌های حاکمان و متهمجران و مرفحین، بلا پذیری است. جریان معنا خواهی با جریان حق و صدق خواهی در توازی است و قطعاً جریان حق خواهی به بلاخواهی منجر خواهد



شد؛ به تعبیری انسان‌های بلاگریز حق‌گریز هستند و انسان‌های حق‌گرا بلاخواه هستند. چنین آزاد مردانی چون خود خواسته و از پیش دانسته، به سوی معضل و بحران می‌روند، در عین مواجهه با آن مضطر نمی‌شوند، چرا که از یک باور متعالی بهره می‌برند. از جمله رادمردان این حوزه، حضرت اباعبدالله الحسین(ع) و یارانشان بودند که با اینکه در بدترین شرایط بیرونی بودند، اما اثری از اضطراب در متن وجودشان پدیدار نبود، بلکه حتی مملو از اشتیاق، بهجت و رضایتمندی بودند. حضرت علی بن حسین(ع) در روایتی می‌فرمایند، وقتی در روز عاشورا به حسین بن علی(ع) و برخی از یارانشان نظر می‌شد، اثری از اضطراب و تشویش در وجودشان پیدا نبود:

لَمَّا اشْتَدَّ الْأَمْرُ بِالْحُسَيْنِ بْنِ عَلِيٍّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ عَلَيْهِمَا السَّلَامُ نَظَرَ إِلَيْهِ مَنْ كَانَ مَعَهُ تُشْرِقُ أَلْوَانُهُمْ وَتَهْدَأُ جَوَارِحُهُمْ وَتَسْكُنُ نَفْسُهُمْ / چون کار بر حسین بن علی بن ابی طالب علیه‌السلام دشوار شد، همراهیان او بدو نگریستند و او را برخلاف خود یافتند، چه، هرگاه کار دشوار می‌شد، رنگ آنها تغییر می‌یافت و گوشت تنشان به لرزه و دل‌هاشان به تپش می‌افتاد، در حالی که حسین(ع) و برخی از نزدیکان او رنگشان می‌درخشید و دل و جان‌شان آرام می‌گرفت (شیخ صدوق، ۱۳۷۸: ۳۴۱).

عمان سامانی از جمله شاعرانی که اکثریت جریان عاشورا را با رویکرد عارفانه و عاشقانه به تصویر کشیده است. با توجه با این دسته از روایات اشعار بلندی را در وصف شیدایی حضرت حسین(ع) و یارانشان بیان نموده است:

سرخوشم، کان شهریار مهوشان      کسی به مقتل یا نهد دامن کشان  
عاشقان خویش ببند سرخ رو      خون روان از چشمان مانند جو

آنانی که در راه حقانیت گام می‌نهند، چیزی جز تبعیت از حقانیت برایشان موضوعیت ندارد، از این جهت آنچه برای اینان اضطراب می‌آورد درونی و ارزشی است و نه بیرونی و رفاهی؛ به این معنا که اگر از آرمان‌ها و فضایل خود دفاع کنند، چیزی توانایی مضطرکردن آنان را ندارد.

بنابراین، باید بین اضطراب درونی و برونی فرق و ماهیت اضطراب نسبیّت و شخصیت قائل شد؛ به این معنا که طبق دیدگاه انسان‌ها گاهی یک امر بیرونی به سبب شدت تنش و بهم ریختگی، عموماً می‌تواند عهده دار اضطراب و اضطراب شود، اما به جهت برخی نگرش‌ها و بینش‌های متعالی فرد مورد نظر نه تنها سبب تشویش نشود بلکه سبب آرامش شود، همچنین، می‌توان نتیجه گرفت که هیچ امر نامطلوبی لزوماً برای همگان محل اضطراب نیست و دفع اضطراب و کشف آن هم واحد و یک شکل نیست.

#### ۴- مرگ و اضطراب

یکی از شئون ضروری انسان جابه‌جایی از مواطن حاضر به مواطن آتیست، حرکتی که از آن به مرگ تعبیر می‌شود کنشی که فلاسفه آن را انتقال و نه معدوم شدن می‌دانند (سبزواری، ۱۳۶۷، ۳: ۶۷). حیات و ممات دو چرخه مداومی هستند که انسان با آن به سوی فعلیت و بلوغ لایق خود شناور است، جریانی که تنها مختص به انسان نیست، بلکه همه موجودات امکانی در یک مسیر پایدار و فراگیری، مرتباً از شان و تعینی به شان و تشخیص دیگری رهسپارند؛ به این معنا که نه موجودی تماماً به وجود می‌آید و از بین می‌رود، تنها از خودی به خود دیگری خود، ساری می‌شود؛ چرا که استحاله حرکت از وجود به عدم و عدم به وجود نزد حکماء مبرهن است. مولوی در مثنوی به این مهم اشاره کرده است:

پس ترا هر لحظه مرگ و رجعتیست      مصطفی فرمود دنیا ساعتیست

(مولوی، ۱۳۸۹، ۵: ۶۵)

از این رو انسان باید برای انتخاب رفتار و بینش و احساس درست، زبان هستی را بشناسد تا از تفسیر نامطابق با واقع رنج بی‌مورد و خودخواسته نبرد، لذا انسان باید متوجه این مهم شود که مدام با خود محشور است و دائم در صیورت است، از آنجایی که جهان مملو از ممکنات است چیزی برای ماندگاری نیست، همه چیز در سیلان و حرکت و تکاپوست. اما انسانی که از این ضابطه و قاعده بی‌اطلاع است، چون به یافته لذیذ و جذابی دسترسی پیدا کرد، هیجان مدارانه آن را بر بدنه‌ی روان خود پیوند می‌زند، و چون هنگامه جدایی می‌رسد، از درد و رنج برآمده از انفصال و انفکاک جدایی، دنیا را برای خود تیره و تاره می‌کند، حافظ خود را غلام آنانی می‌داند که با بازی جهان آشنا شدند، از این جهت چیزی را چون چسب بر خود نمی‌تند:

غلام همت آنم که زیر چرخ کبود      ز هرچه رنگ تعلق پذیرد آزاد است

(حافظ، غزل ۴۴)

در واقع حافظ اینگونه بیان می‌دارد، رنگ تعلق با رنج توهم همراه است، اگر انسان بداند چیزی برای ماندگار جز خودِ خودِ خودِ شایسته ندارد، بر امور ناماندگار و نافرآگیر، وابسته نمی‌شود، خود را «بر» هر امری می‌دارد و نه «در» هر امری، به همین جهت براحتی بین آمد و شدها خود را آزاد و رها می‌کند، نه از آمدنی‌ها از خود بی‌خود می‌شود و نه از رفتنی‌ها فسرده و دلمرده می‌شود. غالب آحاد آدمی با زبان خافضه و رافضه گونه هستی آشنا نیستند به این معنا که پیام و را نیم یابند بلکه به خود پیام دهنده متصل و وابسته می‌شوند، به همین جهت گاهی نیازمند برحان مسئله‌ی هستند تا در بستر ناکامی و ناملایمت از افزایش هویت وابستگی گسسته شوند و

عقل از چنبره خیال و وهم خارج گردد در واقع دست اندازهای زیستی برای هشدار عدم وابستگی و تعلق نقش آفرینی می‌کنند خداوند متعال چون انسان را وابسته به امور ناماندگار می‌بیند، فرایند تقشیر و جداسازی را شروع می‌کند که قطعاً دردآور است، اما هرچه دیرتر جریان جداسازی از تعلقات، آغاز شود، وابستگی بیشتر می‌شود، از این رو یک درد سترگ را در آستانه مرگ فرد متحمل می‌شود، به همین جهت برحه‌های متنوع و خرد، انسان را برای رویارویی با مرگ و سوگ آماده می‌کند. انسانی که بحران و معضل را تجربه کرده باشد و مهارت برون رفت از آن را آموخته و پیاده کرده باشد، دیگر در هنگامه مواجهه با انتقال از این موطن به موطن دیگر برآشفته نمی‌شود، دیگر از مواجهه با مرگ عزیزانش کلافه و به هم ریخته نمی‌شود، اگر هم متأثر شود، تأثرش ماندگار و عمیق و بهم زننده نسبت به نظام فکری نخواهد بود. انسان خردمند چون هریک از معضلات پیش رو با توجه به قدرت افزایی نسبت به مدیریت تعلقات ببیند، از گرفتگی‌های روزمره، حالت اضطراب را تجربه نمی‌کند، بدین جهت غیر آنکه مرگ یک رویداد ضروری انسان است، اما مع‌الوصف واجد پیامدهای اخلاقی و معنوی است.

## ۵- همدردی و اضطراب

یکی دیگر از فوائد و علل ضرورت اضطراب، همدردی و همدلی با کسانی است که به دلایل مختلفی با تنگناهای متعدد اقتصادی و درمانی و خانوادگی و... مبتلا شده‌اند، رفع و دفع نیاز آدمیان بسته به یکدیگر شده است. یک رابطه فراگیر به نام ارتباط بین تمامی موجودات عالم برقرار است که اگر هر کدام از اجزاء فرایند گردش را به درستی متحقق نسازند، جریان رشد هستی با تعلل و توقف و حرکت‌های قهقراپی همراه می‌شود. انسانی که باید در این چرخه، نقش خود را با گرفتن‌ها و دادن‌ها ایفا کند،

چون به مرحله یافتن دارایی‌ها می‌رسد، سعی در انباشتگی شخصی منافع می‌کند و روی از اعطا و انفاق، چه در حوزه‌های مالی و چه در دیگر حوزه‌ها، برمی‌گرداند و این فرایند معکوس درد ناتوانان را مضاعف می‌کند.

گاهی مواجهه یک انسان متمکن و صاحب منافع، می‌تواند انسان را متنبه سازد، تا مجدد مسیر درست را به‌سازی نمایند و حق موجودات و انسان‌های ضعیف‌تر را ملتمز شود.

خداوند متعال به صاحبان خرد، در آیات متعددی تذکر بر توجه به هم‌نوعان و هم‌زیستان داده است، اما اکثر انسان‌های متمکن، چون به تمکن می‌رسند، نه قدرت اعطا دارند و نه میل به آن، از این رو هم برای تعالی فرد متوهم و هم رفع نیاز افراد نیازمند، نیاز است که گاهی انسان‌ها با اضطرار همراه شوند، اضطرارهای که انسان را به تعهدات اخلاقی و معنوی می‌کشاند.

سعدی در بوستان داستان پادشاهی را نقل می‌کند که بیمار شد و پس از مداوا، حق طبیب را عطا نکرد و مجدداً به بیماری دچار شد، اما دیگر طبیب به سراغ وی نمی‌آمد، آنجا بود که از کرده‌ی خود فغان می‌کرد:

پریشان از جفا می‌گفت هر دم      که بد کردم که نیکویی نکردم  
چو به بودی طبیب از خود میازار      که بیماری توان بودن دگر بار

(سعدی، ۱۳۸۷: ۳۴)

شوینهاور در حوزه فلسفه رنج، و رنج درمانی، رنج‌های برآمده از اراده، دو راه را بیان می‌دارد، یکی هنر که مقطعی ست، و دیگری اخلاق و زهد که ماندگراتر است. شوینهاور بیان می‌کند که اگر انسان‌ها از شفقت و همدردی نسبت به یکدیگر نشانه‌ای داشته باشند، تمام اختلافات و تفاوت‌ها بین آنها به نوعی نابود می‌شود و آنها به

وحدت و یگانگی متصل می‌شوند. این تحول به یکپارچگی در واقع تبدیل شدن از عالم فنومن به عالم نومن است که در اینجا مبارزه با اراده و خواسته‌های جسمی و ذهنی انسان دخیل می‌شود (برنا اندیشان، ۱۳۹۷: ۳۲).

### نتیجه

در حوزه فلسفه رنج، فلاسفه به دنبال دانش‌افزایی در حوزه چرایی رنج و راهکارها و مهارت‌های مواجهه سالم با آن بر آمده اندف قرآن کریم با توجه ضرورت رشد انسان بر اساس اضطراب، رنج را گنج آدمی معرفی کرده است کما اینکه فرمود: *كِدْحًا قَمَلًا قِيَه*، ترجمه: ملاقات پس را بحران است. یعنی ملاقات با حقیقت وجود خویشتن، که همان زیارت خودخدایی انسان است بسته بر کدح و رنج استف اگر انسان نتواند تعامل درستی را با کاستی‌های پیش روی خود تنظیم کند از تعالی و تعادل و تکامل محروم می‌ماند از این رو چون هر انسانی ذاتا به دنبال رشد و موفقیت و کمال و طمانینه است باید از نبود رنج مضطرب شود و نه از بود آن. بدین جهت همان اندازه که لذت برای انسان موضوعیت دارد الم هم باید برای انسان مطلوبیت داشته باشد. مدل تفسیر انسان از بحران‌ها، انسان را به بلوغی متوازن رهنمون می‌سازد، فعلیتی که عینیت با بهشت و فراخی را متبلور می‌سازد.

مواجهه با اضطراب اگرچه ظاهرا برای انسان واجد نحوست است، اما در واقع و امتداد، واجد سعادت و شکوفایی‌ست، آنچه انسان را از مسیر وارونگی بر حذر می‌دارد، حقیقتا برای انسان گنج است، به همین جهت برخی رنج را بیش از گنج طالب‌اند، چون رنج از انسان یک ابر انسان می‌سازد.

در نهایت باید اینگونه بیان داشت اگر هریک از انسان‌ها در جایگاه خلقت می‌بودند، مهربانانه ناچار بودند، رنج و اضطراب را هم بر موجودات مقرر کنند. انسان

خردمند از تفسیر مطابق با واقع رنج، به جایی می‌رسد که رنج برایش ملایم با طبع می‌شود حتی به جایی می‌رسد، که از نبودن رنج مضطرب می‌شود.

قرآن کریم در آیات متعددی به دنبال این است که انسان را از پیوند بین نبودن‌ها و رفتن‌ها، بر درد و همچنین از پیوند بودن‌ها و آمدن‌ها، بر درمان بر حذر بدارد، قرآن کریم می‌خواهد این مهم را ترویج کند که هیچ یک آمدن و رفتن، بر دیگری ارزش و فضیلت ندارند، چرا که هریک در مسیر به‌سازی و تعادل انسان برای انسان مقرر شده‌اند. شاید از همین‌روست که در مبحث انفاق توصیه می‌کند که محبوب را بخشش کنید: وانفقوا مما تحبون چرا که در انفاق تنها منفعت بردن نیازمند را مورد نظر قرار نمی‌دهد بلکه تعالی منفق را هم مهم می‌داند و تعالی منفق از عدم انباشتگی اضافات و تعلقات است، تعلقاتی که با حرص تجمیع و ازدیاد انسان را اضطراب‌های درونی دور می‌کند.

\*\*\*\*\*

## منابع

- قرآن کریم (۱۳۹۴)، مترجم: حسن انصاریان، انتشارات دانش، ایران، قم.
- نهج‌البلاغه (۱۳۹۰)، مترجم: محمد دشتی، انتشارات نور، ایران، قم.
- طهرانی، محمدحسین (۱۳۷۸)، الله‌شناسی، ج ۳، انتشارات صراط، ایران، قم.
- مولوی، جلال‌الدین (۱۳۸۹)، مثنوی معنوی، انتشارات سوره، ایران، تهران.
- سعدی، مشرف‌الدین (۱۳۸۸)، کلیات سعدی، انتشارات قلم، ایران، تهران.
- صدرالمتالهین، محمد ابراهیم (۱۴۰۳م)، الحکمه المتعالیه فی الاسفار الاربعه، نشر مجمع حکمت، ایران، تهران.
- جوادی‌آملی، عبدالله (۱۳۸۷)، تفسیر تسنیم، نشر بنیاد بین‌المللی اسراء، ایران، قم.
- حافظ شیرازی، شمس‌الدین (۱۳۹۰)، دیوان غزلیات، نشر نی، ایران، تهران.

- سبزواری، هادی (۱۳۷۵)، شرح منظومه، نشر حوزه علمیه قم، ایران، قم.
- سامانی، عمان (۱۳۸۴) گنجیه الاسرار، نشر صراط، ایران، قم.
- صدوق، ابوجعفر (۱۳۶۵)، من لایحضر الفقیه، نشر جامعه العالمیه، لبنان، بیروت.
- فخررازی، محمد بن عمر (۱۴۰۳م) مفاتیح الغیب، نشر العلیا، لبنان، بیروت.
- کلینی، ابوجعفر (۱۳۵۹)، اصول کافی، نشر دارالتقلین، ایران، تهران.
- مجلسی، محمدباقر (۱۳۴۳)، بحار الانوار، نشر دارالتقلین، ایران، تهران.

## References

- Holy Quran
- Nahj al-Balagha
- Tehrani, Mohammad Hossein, (1378), Allahshenasi, Vol. 3, Sarat Publications, Iran, Qom. [In Persian]
- Maulavi, Jalaluddin, (2009), Masnavi Manavi, Surah Publications, Iran, Tehran. [In Persian]
- Saadi, Musharrafuddin, (1388), Saadi's Generalities, Qalam Publications, Iran, Tehran. [In Persian]
- Sadr al-Maltahin, Muhammad Ibrahim, (1403 AD), Al-Hikma al-Muttaaliyyah fi al-Asfar al-Arbaeh, Hikmat Majma Publishing House, Iran, Tehran. [In Arabic]
- Javadi Amoli, Abdullah, (1387), Tafsir Tasnim, Israa International Foundation, Iran, Qom. [In Persian]
- Hafez Shirazi, Shamsuddin, (1390), Diwan Ghazliat, Nei Publishing House, Iran, Tehran. [In Persian]
- Sabzevari, Hadi, (1375), Sharh Manzomeh, published by Hoza Alime Qom, Iran, Qom. [In Arabic]
- Samani, Oman, (1384) Ganjeh al-Asrar, Sarat Publishing House, Iran, Qom. [In Persian]
- Sadouq, Abu Jaafar, (1365), Man Laihzar Al-Faqih, Jamia Al-Alamiya Publishing House, Lebanon, Beirut. [In Arabic]
- Fakhrazi, Muhammad bin Omar, (1403 AD) Mufatih al-Ghaib, Nashr al-Alia, Lebanon, Beirut. [In Arabic]
- Kilini, Abu Jaafar, (1359), Usul Kafi, Dar al-Saghalin Publishing House, Tehran, Iran. [In Arabic]
- Majlesi, Mohammad Baqir, (1343) Bihar Al-Anwar, Dar al-Saghalin Publishing House, Tehran, Iran. [In Arabic]