

## راه‌های برون‌رفت از بداخلاقی

حجت‌الاسلام والمسلمین علی خادمی\*

### مقدمه

یکی از پرسش‌های مطرح شده در حوزه اخلاق این است که چرا آن دسته از انسان‌هایی که به رذائل اخلاقی خود آگاهند، اقدامی جهت اصلاح خویش نمی‌کنند و با روح بیمار، عمر خود را به سر می‌برند؟

چند علت در این باره وجود دارد: گاهی چنین فردی هرچند اصل بیماری اخلاقی را می‌داند، اما از پیامدها و آثار خسارت‌بار آن آگاهی کامل ندارد؛ زمانی نیز امیدهای کاذب و برداشت‌های ناصواب از رحمت الهی و شفاعت اولیا، او را از اقدام جهت زدودن اخلاق ناپسند خود باز می‌دارد و سومین علت، ناآگاهی چنین فردی از راه‌های برون‌رفت از آن آسیب است. از آنجا که یکی از بیماری‌های شایع اخلاقی، بدخلقی با اطرافیان است، با تمرکز بر سومین علت فوق، راه‌های برون‌رفت از آن را بیان می‌کنیم تا انسان بداند خلاصی از یک رذیله اخلاقی و آراسته شدن به فضیلت مقابله، آن‌چنان هم دوردست نیست و در دسترس همگان است. پیش از توضیح راه‌های شش‌گانه رهایی از بداخلاقی، به دو نکته مقدماتی می‌پردازیم:

### الف) ضرورت اقدام فوری

تلاش برای زدودن این خصلت نابودگر، فوریت دارد؛ چه اینکه پایدار بودن آن می‌تواند خانه ایمان را به کلی ویران کند. از همین رو در حدیثی از باقرالعلوم علیه السلام می‌خوانیم: «مَنْ قَسِمَ لَهُ الْخُرْقُ حُجَبَ عَنْهُ الْإِيمَانُ؛ کسی که تندخویی نصیبش شد، ایمان از او گرفته می‌شود». در کلامی از رسول اعظم صلی الله علیه و آله آمده است: «اگر قرار بود تندخویی به شکل یک مخلوق

\* دانش‌آموخته سطح ۴ حوزه علمیه قم.

۱. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۳۲۱.

دریابید، زشت‌تر از آن وجود نداشت».<sup>۱</sup>

هم‌چنین آن حضرت فرموده است: «خَصْلَتَانِ لَا تَجْتَمِعَانِ فِي مُؤْمِنٍ؛ الْبُخْلُ وَ سُوءُ الْخُلُقِ»<sup>۲</sup> دو ویژگی در هیچ مؤمنی وجود ندارد [یعنی اگر کسی می‌خواهد جزء مؤمنان معمولی و درجه‌پایین هم باشد، نباید این دو خصلت را در خودش نگه دارد] بخل و بدخلقی».

### ب) ریشه‌های بداخلاقی

دومین نکته این است که در مرحله نخست بایستی با ریشه‌های بدخلقی آشنا شویم؛ زیرا شناخت ریشه‌های یک آسیب اخلاقی، نقش زیادی در زدودن آن دارد. ریشه‌های این خوی زشت را می‌توان در وراثت و ژنتیک، تغذیه و خوراکی‌ها، آب و هوا، تربیت عملی در خانه، اختلال در خواب، استفاده زیاد از رایانه و گوشی همراه، ناکامی در خواسته‌های شخصی و... دانست. در این جا به شش راه‌کار مهم برای رهایی از چنین صفت ناپسندی اشاره می‌شود:

#### ۱. اصلاح مزاج

درصد بالایی از تندخویی، به وضع مزاجی برمی‌گردد؛ یعنی از اختلال در غدد داخلی، ورم مغز و برخی دیگر از بیماری‌های جسمی سرچشمه می‌گیرد. لذا اصلاح مزاج می‌تواند نقشی تعیین‌کننده در این باره داشته باشد.

آری، مراجعه به پزشکان و حکیمان، نقطه آغازینی برای نیل به خوش‌خلقی است؛ ابن‌ابی‌الحدید در شرح نهج‌البلاغه می‌نویسد:

بداخلاقی، گاهی از مزاج جسمانی است و گاهی مربوط به نفس. اولی، بر اثر غالب شدن اخلاط سودایی و به تبع، غلیظ‌شدن خون در وجود انسان است. دومی نیز بر اثر کنترل نکردن قوه غضب و خشم می‌باشد. گاهی کار به جایی می‌رسد که انسان بداخلاق، نسبت به انسان‌های کاملاً بی‌گناه و یا حتی حیوانات و اشیای بی‌جان که اطرافش است، رفتارهای خشن انجام می‌دهد.

نقل شده که یکی از پادشاهان یونان راجع به بالا آمدن آب دریا و تأخیر در رسیدن کشتی‌هایش، خشمناک شد و قسم خورد که این کوه را می‌کند و دریا را پر می‌کند تا از دستش

۱. حسین بن سعید کوفی اهوازی، الزهد، ص ۲۶.

۲. حسن بن محمد دیلمی، أعلام‌الدین فی صفات المؤمنین، ص ۱۳۱.

آسوده شود.<sup>۱</sup>

این نکته را هم توجه داشته باشیم که دستورالعمل‌های خوراکی که در برخی روایات وارد شده، به همین راه‌کار اصلاح مزاج برمی‌گردد.

## ۲. مشورت و روان‌کاوی

مراجعه به مشاوران و دانش‌مندان دینی، جهت رسیدن به خودشناسی و رهایی از افکار اشتباه، نقشی انکارناپذیر در کاستن از خوی تند دارد، چه اینکه در خلال این کار، پیامدهای این خوی زشت برای انسان روشن می‌شود و با شنیدن آثار زیبای خوش‌خلقی از زبان مشاور که با اختیار به او مراجعه نموده، شوق تخلق به اخلاق نیکان و صالحان در وجودش افزایش می‌یابد.

## ۳. مطالعه و اندیشه

مطالعه و اندیشیدن درباره آثار خوش‌خلقی و پیامدهای بدخلقی، به ویژه در قرآن و روایات نقشی فراوان در زدودن این خوی ناپسند دارد؛ چرا که آگاهی از جوانب یک موضوع، انسان را به تعقل و دوراندیشی وادار و مسیر یافتن راه سعادت را هموار می‌کند.

خداوند متعال راز جذابیت پیامبر ﷺ را اخلاق نرم او می‌داند: «فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَ لَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ»<sup>۲</sup> به [برکت] رحمت الهی، در برابر آنان [مردم] نرم [و مهربان] شدی و اگر خشن و سنگ‌دل بودی، از اطراف تو، پراکنده می‌شدند».

هنگامی که حضرت موسی و هارون مأمور می‌شوند فرعون را دعوت به توحید کنند، خدا به آن‌ها می‌فرماید:

موسیا در پیش فرعون زَمَن  
نرم باید گفت قولاً لَيِّنًا  
آب اگر در روغن جوشان کنی  
دیگدان و دیگ را ویران کنی<sup>۳</sup>

آری، در خلال مطالعه درباره این بیماری، با زندگی آرام و دل‌پذیر کسانی آشنا می‌شویم که با تسلط بر قوه غضب خود، نه تنها نام نیکویی از خود به یادگار گذاشتند، بلکه مایه غبطه دیگران به احوال خوش آنان نیز شده‌اند و باعث تأسی و پیروی از این ویژگی اساسی خود گردیدند.

۱. عبد الحمید بن هبة الله بن ابي الحديدي، شرح نهج البلاغه لابن ابي الحديدي، ج ۶، ص ۳۴۱.

۲. آل عمران: ۱۵۹.

۳. جلال‌الدین محمد بلخی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، ابیات ۳۸۱۶ - ۳۸۱۵.

در سیره رفتاری امام سجاد علیه السلام می‌خوانیم:

مردی از دشمنان کینه‌توز اهل بیت علیهم السلام نزد حضرت آمد و شروع به ناسزا و دشنام کرد. امام علیه السلام در جواب او چیزی نفرمود. هنگامی که آن مرد از نزد حضرت رفت، امام علیه السلام به حاضران فرمود: اکنون دوست دارم با من بیایید تا نزد آن مرد برویم و جواب من را راجع به دشنام او بشنوید. اصحاب عرض کردند: ای کاش جواب او را همان اول می‌دادید! حضرت حرکت کردند، در حالی که آیه شریفه «وَ الْكَاطِمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ»<sup>۱</sup> را زیر لب زمزمه می‌کردند.

روایت‌کننده این حدیث می‌گوید: از خواندن این آیه دانستیم که امام علیه السلام نمی‌خواهد برخورد تندی با او داشته باشند.

هنگامی که به در خانه او رسیدند، حضرت از پشت در فرمود: بگویید: علی‌بن‌الحسین است.

وقتی آن مرد متوجه شد امام علیه السلام با جماعتی در خانه او آمدند، وحشت کرد و خود را برای برخورد تند دیگری آماده کرد، اما همین که حضرت او را دید، با یک دنیا آرامش فرمود: ای برادر! تو نزد ما آمدی و چنین و چنان گفتی. اگر بدی‌هایی را که به من نسبت دادی راست باشد، از خدا می‌خواهم که مرا بیمارزد و اگر دروغ گفتی و تهمت زدی، از خدا می‌خواهم که تو را بیمارزد. آن مرد از این بزرگواری و خوش‌رفتاری شرم‌منده شد، پشانی امام علیه السلام را بوسید و گفت: آنچه من گفتم در تو نیست و من به این بدی‌ها سزاوارترم.<sup>۲</sup>

#### ۴. هم‌نشینی با خوبان

همان‌گونه که معاشرت با تندخویان تأثیر زیادی در تندخو شدن و کسب این صفت رذیله دارد؛ همراهی با خوش‌اخلاقان نیز نقشی جدی در آراستگی فرد به این صفت پسندیده دارد. امیرمؤمنان علیه السلام با تشبیه زیبایی در این مورد می‌فرماید:

«صُحْبَةُ الْأَشْرَارِ تَكْسِبُ الشَّرَّ كَالرَّيْحِ إِذَا مَرَّتْ بِالنَّثْنِ حَمَلَتْ نَثْنًا؛ هم‌نشینی با بدان موجب بدی می‌گردد؛ هم‌چون بادی که از جایگاه متعفن و آلوده می‌گذرد و بوی بد را با خود می‌برد».

آن حضرت در جایی دیگر می‌فرماید: «صُحْبَةُ الْأَخْيَارِ تَكْسِبُ الْخَيْرَ كَالرَّيْحِ إِذَا مَرَّتْ بِالطَّيِّبِ

۱. آل‌عمران: ۱۳۴.

۲. محمد بن محمد مفید، الإرشاد، ج ۲، ص ۱۴۵ و عباس قمی، منتهی الآمال، ج ۱، ص ۱۰۸۵ - ۱۰۸۶.

حَمَلْتُ طَيْباً؛<sup>۱</sup> هم‌نشینی با خوبان موجب خوبی می‌گردد؛ هم‌چون بادی که از جایگاه پاکیزه می‌گذرد و بوی خوش را با خود می‌برد».

مولانا چه زیبا به تصویر کشیده است:

نار خندان باغ را خندان کند      صحبت مردانّت از مردان کند

گر تو سنگ صخره و مرمر شوی      چون به صاحب‌دل رسی گوهر شوی<sup>۲</sup>

آری، مشاهدات عینی گواه است که کج خلقی، همانند بیماری‌های واگیردار است و اطرافیان را درگیر می‌کند.

از آیت‌الله بهاری رحمته‌الله (درگذشته ۱۳۲۵ق) که از شاگردان مرحوم آیت‌الله ملاحسینقلی همدانی بود، چنین نقل شده است:

«اگر انسان نیمی از عمر خود یا حتی دو ثلث عمر خود را صرف کند تا برای باقی‌مانده عمر، یک همراه و رفیق مناسب پیدا کند، جا دارد».<sup>۳</sup>

سرمایه عمر آدمی یک نَفَس است      آن یک نَفَس از برای یک هَم‌نَفَس است

با هَم‌نَفَسی گر نَفَسی بنشیننی      مجموع حیات عمر، آن، یک نَفَس است<sup>۴</sup>

## ۵. تمرین

همه ما این سخن حکمت‌آمیز را بارها شنیده‌ایم که کار نیکو کردن از پُر کردن است. اگر معجزه تمرین را باور داشته‌باشیم، بر بسیاری از رذائل اخلاقی فائق می‌آییم. وقتی در حدیث می‌خوانیم: «انسان مؤمن، شادی‌اش در صورتش و ناراحتی‌اش در قلبش است»؛ یعنی انسان توانایی دارد که بر خلاف آنچه درونش است خود را جلوه بدهد.

خواندن بسیاری از دعاهای روزانه، هفتگی و ماهیانه که به آن‌ها سفارش شده به علت تکرار و ممارست و تلقین مداوم، در اصلاح رفتار تأثیر بسیار دارد. برای مثال در دعای روز شنبه از خدا، خوش‌خلقی با اطرافیان خود را خواستاریم:

«اللهم انّی أسألكَ... أن... لا تُوحِشَ بی أهلَ أنسی؛ خدایا از تو می‌خواهم کسانی را که به

۱. عبد الواحد بن محمد تمیمی آمدی، غرر الحکم و درر الکلم، ص ۴۱۹ و ۴۲۰.

۲. جلال‌الدین محمد بلخی، مثنوی معنوی، دفتر اول، ابیات ۷۲۲ - ۷۲۱.

۳. حسین مظاهری، سیر و سلوک، ص ۱۱۶.

۴. ابوسعید ابوالخیر، رباعیات، رباعی شماره ۸۹.

آن‌ها انس گرفته‌ام از من وحشت زده نکنی».

این روش مهم و ستودنی است؛ زیرا یکی از راه‌های آراسته شدن به فضائل، تمرین است. درباره تربیت کودک نیز گفته شده که پیش از سن تکلیف، آنان را به نماز و عبادت تشویق و ترغیب کنید؛ در حدیثی صحیح‌السند از باقرالعلوم علیه السلام آمده است:

«إِنَّا تَأْمُرُ صِبْيَانَنَا بِالصَّلَاةِ إِذَا كَانُوا بِنِي حَمْسِ سِنِينَ فَمُرُوا صِبْيَانَكُمْ بِالصَّلَاةِ إِذَا كَانُوا بِنِي سَبْعِ سِنِينَ؛<sup>۱</sup> ما فرزندانمان را از پنج سالگی به نماز تشویق می‌کنیم؛ شما از هفت سالگی این کار را انجام دهید».

در یکی از حکمت‌های نهج‌البلاغه نیز می‌خوانیم: «إِنْ لَمْ تَكُنْ حَلِيمًا فَتَحَلَّمْ؛ اگر واقعاً بردبار نیستی، خودت را به بردباری بزن».

سپس در ادامه، نکته لطیفی را به عنوان دلیل این توصیه بیان می‌کنند که علاوه بر بردباری، شامل دیگر فضائل اخلاقی نیز می‌شود: «فَإِنَّهُ قَلٌّ مَنْ تَشَبَهَ بِقَوْمٍ إِلَّا أَوْشَكَ أَنْ يَكُونَ مِنْهُمْ؛<sup>۲</sup> چرا که کم پیدا می‌شود که کسی خودش را شبیه گروهی کند و مانند آن‌ها نگردد».

آری، اگر فقط مدتی خود را به خوش خلقی بزنید، بعد از مدتی خواهید دید که این صفت، جزئی از شخصیت شما شده است. لذا اگر کسی تصمیم بگیرد مثلاً چهل روز در برخورد با اطرافیانش تجدید نظر کند، نتایج خوبی خواهد گرفت.

## ۶. تنبیه

تنبیه کردن خود یا به تعبیر علمای علم اخلاق، معاقبه، نقشی شگفت‌آور در کنترل خشم و غضب دارد. بسیاری از اولیا و صالحان، از این روش استفاده می‌کردند. در نهج‌البلاغه می‌خوانیم: «إِنِ اسْتَضَعَبَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ فِيمَا تَكْرَهُ لَمْ يُعْطِهَا سَوْئَهَا فِيمَا تُحِبُّ؛<sup>۳</sup> هرگاه نفس انسان باتقوا در انجام [دادن] وظایفی که خوش ندارد سرکشی کند، او هم نفس را از آنچه دوست دارد محروم می‌سازد».

امام علی علیه السلام در حدیث دیگری می‌فرماید:

«إِذَا صَعِبَتْ عَلَيْكَ نَفْسُكَ فَاصْعَبْ لَهَا تُدِلُّ لَكَ؛<sup>۴</sup> هنگامی که نفس بر تو سخت گیرد، تو هم

۱. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۳، ص ۴۰۹.

۲. محمد بن حسین شریف الرضی، نهج‌البلاغه (للصّحی صالح)، ص ۵۰۶، حکمت ۲۰۷.

۳. همان، ص ۳۰۵.

۴. عبد الواحد بن محمد تمیمی آمدی، غرر الحکم و درر الکلم، ص ۲۸۸.

بر او سخت بگیر [و خواسته‌هایش را از او دریغ مدار] تا در برابر تو تسلیم شود». منظور این است که انسان متقی، گاه در برابر سرکشی نفس، آنچه مورد علاقه او از خواب، خوراک و استراحت است از او دریغ می‌دارد، تا از این طریق مجازات شود و دیگر به راه عصیان و نافرمانی نرود.

آری، چرا با وجود این همه راه و روش برای متخلّق شدن به زیباترین خصلت انسانی، باز هم در شیوه گذشته خود بمانیم و با تندخویی، زندگی خویش و اطرافیان مان را تلخ کنیم و همگان را در شکنجه روحی و روانی قرار دهیم. نبی اکرم ﷺ می‌فرماید:

«ما يَمْنَعُكَ أَنْ تُحِبَّ أَنْ تُعِيشَ حَمِيداً وَ تَمُوتَ سَعِيداً وَ إِنَّمَا بُعِثْتُ عَلَى تَمَامِ مَحَاسِنِ الْأَخْلَاقِ؛<sup>۱</sup> چه چیزی مانع توست که زندگی پسندیده و مرگ باسعادت داشته باشی؟! درحالی که من برای کامل نمودن اخلاق زیبا مبعوث شده‌ام».

### شبیه مواجهه با بداخلاق

در حدیثی از امیر مؤمنان عليه السلام در خصوص نحوه برخورد و رویارویی با بداخلاق چنین آمده است:

«إِلْزِمِ الصَّبْرَ فَإِنَّ الصَّبْرَ حُلُو الْعَاقِبَةِ مَيْمُونُ الْمَغَبَّةِ؛<sup>۲</sup> از صبر جدا نشو، زیرا عاقبتش شیرین و مبارک است».

به قول جناب سعدی:

منشین تُرَش از گردش ایام که صبر تلخ است و لیکن بر شیرین دارد<sup>۳</sup>

منظور از بیان این نکات، مقدمه‌سازی برای تذکر این نکته است که بدانیم افراد تندخو در یک سطح نیستند. برخی در اوج تندی هستند و خشم خود را در قالب خشونت‌های جسمی تخلیه می‌کنند؛ ولی گروهی دیگر فقط با نیش زبانشان اطرافیان را می‌آزارند.

اگر انسان بتواند در مورد گروه دوم صبر و تحمل داشته باشد، آثار فراوان دنیایی و آخرتی در انتظارش است. این افراد، در واقع اشخاصی بهانه‌جو و بدقلق هستند که اگر انسان بتواند با احترام با آنان رفتار و با آهنگ و لحن صدا و واژگانی زیبا با آنان برخورد کند، تا حد زیادی از آزارهای آینده‌شان در امان خواهد ماند یا حداقل توانسته با رفتار مدبرانه و ماهرانه خود، از

۱. ابوالحسن نورالدین علی بن ابی بکر هیشمی، مجمع الزوائد و منبع الفوائد، ج ۸، ص ۲۳.

۲. عبد الواحد بن محمد تمیمی آمدی، غرر الحکم و درر الکلم، ص ۱۳۹.

۳. مشرف الدین مصلح بن عبدالله شیرازی، گلستان، باب اول، حکایت ۱۶.

بدتر شدن اوضاع (مانند طلاق و آوارگی فرزندان) جلوگیری کند. حتی برخی از این دسته افراد، همان‌گونه که با غوره‌ای ترش می‌کنند، با مویزی هم شیرین می‌شوند.

گفته شده: جابر به همراه عده‌ای در مسیر مکه بودند که همسفرشان آدم بداخلاقی از کار درآمد. دوستان جابر که احساس کردند وجود این فرد کج خلق آرامش آن‌ها را به هم خواهد زد، قصد بیرون کردن او از قافله را داشتند؛ اما جابر پیشنهاد کرد او را تحمل کنیم؛ چراکه «نحن نُفَارِقُهُ وَبِئَقَى مَعَهُ سَوْءٌ خَلْقِهِ»؛ یعنی این سفر به پایان می‌رسد و ما از او جدا خواهیم شد. ولی بداخلاقی این فرد همراه خودش ماندگار است و پیامدهای رفتار زشتش او را رها نخواهد کرد.<sup>۱</sup> مهم‌ترین جایگاهی که شایسته است این توصیه در آنجا رعایت شود کانون خانه و خانواده است؛ در این جا به دو حدیث از رسول اعظم ص اشاره می‌شود:

**الف)** «هر مردی که بداخلاقی همسرش را برای خدا تحمل کند، خداوند نیز برای هر بار صبری که می‌کند، پاداشی همانند پاداش صبر ایوب نبی علیه السلام در برابر بلای او به وی خواهد داد».<sup>۲</sup>

**ب)** «خداوند عذاب قبر را از سه دسته از زنان برمی‌دارد و در روز قیامت با دخترم فاطمه محشورشان خواهد کرد و به هریک از آن‌ها ثواب هزار شهید و یک سال عبادت می‌دهد: زنی که بر غیرت شوهرش شکیبایی کند، زنی که در برابر بداخلاقی شوهرش صبوری کند و زنی که مهریه‌اش را به همسرش ببخشد».<sup>۳</sup>

قرآن حکیم یک قاعده کلی و فراگیر را بیان کرده است؛ آنجا که می‌فرماید: ای چه بسا خیر و صلاح شما در چیزهایی باشد که در ابتدا خوشایندتان نباشد. چون علم و دانش انسان محدود است و گاهی نمی‌تواند فرجام یک کار را در ابتدای آن درک کند.

این قاعده قرآنی می‌تواند تأثیر زیادی در تحمل سختی‌های زندگی مشترک داشته باشد. نکته ظریفی که در اینجا وجود دارد این است که قرآن، این قاعده کلی را در ضمن دو مورد بسیار مهم مطرح کرده است: جنگ با دشمن و زندگی خانوادگی. آری، این دو موضوع، از یک طرف نیازمند استقامت و بردباری خاصی برای به پایان رسیدن هستند و از سویی دیگر، نقش برجسته و ویژه آن‌ها سبب شده که قرآن آن دو را نام ببرد و از مسلمانان بخواهد مشکلات جنگ با

۱. عبدالحمید بن هبة الله بن ابی الحدید، شرح نهج البلاغه بن ابی الحدید، ج ۶، ص ۳۳۷.

۲. محمد بن علی بن بابویه، ثواب الأعمال و عقاب الأعمال، ص ۲۸۷.

۳. حسن بن محمد دیلمی، إرشاد القلوب إلى الصواب، ج ۱، ص ۱۷۵.



دشمن<sup>۱</sup> و سازش زناشویی را به دلیل عاقبت شیرین و فرجام نیک‌شان تحمل کنند:

«... وَ عَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَ يَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا»<sup>۲</sup> و با زنانتان به طور شایسته رفتار کنید و اگر از آن‌ها [به جهتی] کراهت داشتید، [فوراً تصمیم به جدایی نگیرید] چه بسا چیزی خوشایند شما نباشد، ولی خداوند خیر فراوانی در آن قرار می‌دهد».

در این بخش از آیه شریفه، دو نکته ظریف و دقیق درباره حقوق زنان و حرمت خانواده وجود دارد که نظیر آن‌ها را در هیچ دین و آیینی نمی‌بینیم:

ابتدا به معاشرت نیکو و پسندیده با همسران، حتی همسرانی که انسان از آنان ناراحتی دارد، دستور می‌دهد و می‌فرماید: «عَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ»<sup>۳</sup>. آن‌گاه گوشزد می‌کند که حتی اگر از همسر خود رضایت کامل ندارید، با عجله تصمیم به جدایی نگیرید و تا جایی که آن زن ضرر بزرگی را متوجه شما نمی‌کند، با او مدارا کنید؛ چه اینکه ممکن است خداوند خیر و برکت زیادی را در این زندگی قرار داده و یا از این بعد قرار بدهد. برای مثال ممکن است از همین زن، فرزند صالحی به وجود آید که از زن دیگری متولد نشود؛ یا اینکه این تحمل و صبر شما در مدارای با او و جدا نشدن شما از یک‌دیگر، عبادتی بزرگ محسوب شده و برکات زیادی را به همراه داشته باشد. هم‌چنین با طلاق ندادن او، آینده فرزندان خود را به مخاطره نینداخته‌ای.

---

۱. بقره: ۲۱۶.

۲. نساء: ۱۹.

۳. همان.

## فهرست منابع

### قرآن کریم

۱. ابن ابی الحدید، عبد الحمید بن هبة الله، شرح نهج البلاغة لابن ابی الحدید، تحقیق و تصحیح ابراهیم، محمد و ابوالفضل، چاپ اول، قم: مکتبه آیه الله المرعشی النجفی، ۱۴۰۴ ق.
۲. ابن بابویه، محمد بن علی، ثواب الأعمال و عقاب الأعمال، چاپ دوم، قم: الشریف الرضی، ۱۴۰۶ ق.
۳. أبو الحسن نور الدین علی بن ابی بکر بن سلیمان الهیثمی، مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، تحقیق حسام الدین القدسی، القاهرة: مکتبه القدسی، ۱۴۱۴ هـ ۱۹۹۴ م.
۴. بلخی، جلال الدین محمد، مثنوی معنوی، چاپ ۲۵، تهران: انتشارات اطلاعات، ۱۳۹۷ ش.
۵. تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد، غرر الحکم و درر الکلم، چاپ دوم، قم: دار الکتب الإسلامی ۱۴۱۰ ق.
۶. دیلمی، حسن بن محمد، أعلام الدین فی صفات المؤمنین، تصحیح مؤسسة آل البيت عليه السلام، چاپ اول، قم: مؤسسة آل البيت عليه السلام، ۱۴۰۸ ق.
۷. \_\_\_\_\_، إرشاد القلوب إلى الصواب (للدیلمی)، چاپ اول، قم: الشریف الرضی، ۱۴۱۲ ق.
۸. شریف الرضی، محمد بن حسین، نهج البلاغة (للسبغی صالح)، چاپ اول، قم: هجرت ۱۴۱۴ ق.
۹. قمی، عباس، منتهی الآمال، تهران: مبین اندیشه، ۱۳۹۰ ش.
۱۰. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، مصحح: علی اکبر غفاری و محمد آخوندی، تهران: دار الکتب العلمیه، ۱۴۰۷ ق.
۱۱. \_\_\_\_\_، الکافی (ط - الإسلامیة)، چاپ چهارم، تهران: دار الکتب الإسلامیة ۱۴۰۷ ق.
۱۲. کوفی اهوازی، حسین بن سعید، الزهد، تحقیق و تصحیح غلامرضا، عرفانیان یزدی، چاپ دوم، قم: المطبعة العلمیة، ۱۴۰۲ ق.
۱۳. مظاهری، حسین، سیر و سلوک، چاپ دوم، قم: مؤسسه فرهنگی مطالعاتی الزهراء عليها السلام، ۱۳۸۹ ش.
۱۴. مفید، محمد بن محمد، الإرشاد، تصحیح مؤسسة آل البيت عليه السلام، چاپ اول، قم: کنگره شیخ مفید، ۱۴۱۳ ق.