



تحلیل و بررسی ناامیدی طبیعی از دیدگاه قرآن، متون دینی و علما و پیامدهای آن

مهدی اعتماد نسب^۱

چکیده

یأس و ناامیدی در قرآن کریم به عنوان حالتی معرفی شده است که در مقام عجز و ناتوانی در وجود و روح انسان پدید می آید که انسان در مقام عملکرد دچار ایستایی شده و به طور کلی فرد از انجام فعالیت در زندگی دنیا قطع امید می کند. فاز این جهت به دلیل اهمیت این عارضه نفسانی این مفهوم با عبارتی همچون «یأس»، «قنوط»، «ابلاس» و «خبیثه» به کرات در قرآن آمده است. از منظر فرهنگ قرآن منشأ اصلی بروز این پدیده در حوزه فکر و اندیشه، ظاهر بینی و دنیا گرایی افراد و دوری از معنویت در زندگی بوده و نتیجه این حالت، به صورت بیماری های مختلفی مانند افسردگی و صدمات روحی شدید و بی هدفی و احساس پوچی در زندگی خود نمایی می کند؛ لذا در قرآن روحیه یأس و نومیدی همواره مورد نکوهش قرار گرفته است. برای درمان این پدیده با رویکردی قرآنی می توان نقطه مقابل حس گرایی را خاطر نشان نمود یعنی نگاه درمانی قرآن در حوزه روان و فکر آدمی به طور کلی در یاد خدای سبحان و تلاش و صبر در برابر مشکلات و ایمان به آخرت خلاصه می گردد.

کلیدواژه ها: ناامیدی، قرآن، یأس، روح انسان، افسردگی، ناتوانی

۱- مقدمه

ناامیدی و نداشتن نگرش مثبت و امیدوارانه، ضمن از بین بردن تلاش های هدفمند آدمی، یکی از موضوعاتی است که تضعیف سلامت روان انسان را سبب می شود. در روان شناسی مثبت نگر، اعتقاد بر آن است که سازه هایی همچون ناامیدی، می تواند به ایجاد انواع بیماری ها منتهی گردد. از این رو در یکی دو دهه ی اخیر، روان شناسان در پرتو نظریه ای به نام نظریه ی امید، با تمرکز بر تفکر امیدوارانه به درمان افسردگی پرداخته اند. از سویی دیگر، با توجه به تأثیر جهان بینی هر فرد در زدودن انواع بیماری ها، نمی توان از نقش دین در زدودن ناامیدی غافل ماند. پژوهش حاضر درصدد است به روش تطبیقی ضمن بررسی ناامیدی در نظریه اسنایدر و بازیابی آن در مفاهیم قرآن، به میزان هم پوشانی این دو حوزه در تبیین موضوع فوق دست یابد و در پایان بدین نکته راه یافته که در تطبیق ناامیدی در دو حوزه فوق، مشترکات بیش از افتراقات است و یافته های بشری، بسیار شبیه داده های وحیانی است و چون علم اساساً بیان هست ها و نیست هاست، از این رو ارتباط با معنویت در بیان ارزش ها و بایدها و نبایدهای آن، نقش بسیار مؤثری در مقابله با ناامیدی دارد. البته جهت قضاوت درباره اثربخشی بیشتر یا کمتر، مطالعات تجربی و عینی لازم است.

^۱ کارشناسی ارشد، علوم قرآن و حدیث، دانشگاه پیام نور آران بیگنل، Mehdi.etemadnasab@gmail.com

ناامیدی و نداشتن نگرش مثبت و امیدوارانه، ضمن از بین بردن تلاش های هدفمند آدمی، یکی از موضوعاتی است که تضعیف سلامت روان انسان را سبب می شود. در روان شناسی مثبت نگر، اعتقاد بر آن است که سازه هایی همچون ناامیدی، می تواند به ایجاد انواع بیماری ها منتهی گردد. از این رو در یکی دو دهه ی اخیر، روان شناسان در پرتو نظریه ای به نام نظریه ی امید، با تمرکز بر تفکر امیدوارانه به درمان افسردگی پرداخته اند. از سویی دیگر، با توجه به تاثیر جهان بینی هر فرد در زودن انواع بیماری ها، نمی توان از نقش دین در زودن ناامیدی غافل ماند. امروزه علی رغم پیشرفت انسان ها در همه ی زمینه ها، یکی از مشخصه های بارز و عینی در رفتار عموم مردم جامعه ضعف امید و امیدواری است، به همین دلیل شناخت عوامل این رذیله و راه های تقویت امید در آدمی ضمن ایجاد تلاش هدفمند در انسان، سلامت روان او را نیز تضمین خواهد نمود. در پژوهش حاضر، با بهره گیری از آیات قرآن کریم، نهج البلاغه، و نیز تفاسیر و شروح معتبر، به بررسی مسئله ی یأس و ناامیدی پرداخته شده است، و سعی بر این شده که پس از بررسی کلید واژگان ناامیدی، عوامل یأس آفرین را بررسی، سپس راه کارهای مقابله با آن را شناسایی نمائیم، اهمیت انتخاب این موضوع، عمومیت این رذیله ی اخلاقی در بین انسان ها، به خصوص جوانان و پیامدهای سوئی که این رذیله بر جای می گذارد بود. در مکاتب روان شناختی به طور گسترده به بررسی این موضوع پرداخته شده ولی چون نگاه روان شناسی به این موضوع یک نگاه ملموس و حاصل تجربه های مادی است، تنها توانسته تا حدودی با این مشکل مقابله کند. اما سوالی که برای یک مسلمان وجود دارد این است که نگاه دین و مذهب از جمله قرآن و نهج البلاغه نسبت به این موضوع چیست و چه راه حل هایی برای مقابله با این رذیله ارائه داده اند. از نتایج بارز و شاخص مفهوم یأس و ناامیدی در قرآن آن است که جهان بینی قرآن، یک جهان بینی خدا مرکزی است و هیچ مفهوم عمده ای در قرآن جدای از مفهوم خداوند وجود ندارد، به همین دلیل تنها پناهگاه انسان در مواقع ناامیدی، پناه بردن به خالق یکتاست. همچنین دستورات و توصیه های حضرت علی(ع) در این باره با قرآن تناقضی ندارد، و ایشان هم، مانند قرآن خدا را در مواقع سختی و ناامیدی، تنها پناهگاه می دانند.

۲- مبانی نظری تحقیق

معنای «ناامیدی» از نظر لغوی تمام لغویون واژه «ناامیدی» را به معنای انقطاع الطمع، قنوط، ناامیدی و ضد رجاء آورده اند چنانکه ابن منظور در لسان العرب می نویسد: الیأس: القنوط، و قيل: الیأس نقیض الرجاء و الیأس: ضد الرجاء (ابن منظور، ۱۴۱۴: ۶ / ۲۵۹). راغب نیز در مفردات یأس را به آرز و طمع نداشتن و ناامیدی معنا نموده است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲-۸۹۲). خلیل مصدر الایاس را انقطاع الطمع و یأس را نقیض رجاء دانسته است (فراهیدی، ۱۴۱۰: ۷ / ۳۳۱). در کتاب فرهنگ ابجدی عربی - فارسی نیز در باره یأس آمده است: اُس منه: از وی امیدش قطع شد. استیأس منه: از او امید خود را برید. آیأس: او را به یأس و نومیدی انداخت. الیؤوس و الیاس ج یؤوس: نا امید و مأیوس. الیاسه: نومیدی. یس، یأس منه: از او نومید شد، از او قطع امید کرد. الیأس: ناامیدی و یا قطع امید کردن... (افرام بستانی، ۱۳۷۶: ۹). همچنین در مجمع البحرین یأس این گونه معنا شده است: قوله تعالی: أَفَلَمْ يَيْئَسِ الَّذِينَ آمَنُوا (رعد ۳۱) ای یعلم، و هی لغه قوم من النخع، قيل إنما استعمل الیأس بمعنى العلم لأنه بمعناه، لأن الیأس من الشيء عالم بأنه لا یكون، و الیأس: القنوط طریحی، ۱۳۷۵: ۱۲۵).

قریشی نیز در قاموس قرآن می نویسد: یأس: نومیدی. الیوم یس الذین کفروا من دینکم (مائده/۳) امروز کفار از دین شما مأیوس شدند؛ یعنی طمع بریدند از اینکه شما از دینتان دست بردارید و لَمْ يَيْئَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ (یوسف/۸۷). از رحمت خدا ناامید نباشید. استیناس: مثل یأس است فَلَمَّا اسْتَيْئَسُوا مِنْهُ خَلَصُوا نَجِيًّا (یوسف/۸۰) چون از یوسف ناامید شدند که برادرشان را آزاد کند کنار رفتند و با هم نجوی میکردند. أَفَلَمْ يَيْئَسِ الَّذِينَ آمَنُوا أَنْ لَوْ يَشَاءُ اللَّهُ لَهَدَى النَّاسَ جَمِيعًا (رعد ۳۱) یأس را در آیه علم معنی کرده اند در جوامع الجامع می گوید: علت این امر آن است که یأس معنای علم را در ضمن گرفته زیرا مأیوس شونده می داند که این کار نخواهد شد. راغب نیز نزدیک به آن گفته است یعنی: آیا اهل ایمان ندانستند که اگر خدا می خواست همه مردم را هدایت می کرد. لا یسأم الإنسان من دعاء الخیر و إن تمته الشر فیؤس قنوط (فصلت/۴۹) یؤوس و قنوط هر دوه یک معنی اند یعنی انسان از طلب خیر خسته نمی شود و اگر ضرری به او رسد بسیار ناامید و مأیوس است (قریشی، ۱۳۷۱: ۷/۲۵۸).

در کتاب التحقیق فی کلمات القرآن الکریم در باره معنی «یأس» آمده است:

یأس: کلماتان: إحداهما الیأس: قطع الرجاء؛ و الکلمة الأخری: ألم تیأس، ای ألم تعلم: أفلم ییأس الذین آمنوا. الیأس: إنتفاء الطمع، أفلم ییأس الذین آمنوا. لم یریدوا أن الیأس موضوع فی کلامهم للعلم، و إنما قصد أن یأس الذین آمنوا، یقتضی أن یحصل بعد العلم بانتفاء ذلك، فإذا ثبوت یأسهم یقتضی ثبوت حصول علمهم. وفي الیأس: انقطاع التوقع و الانتظار عن أمر. كما أن الرجاء و الطمع: توقع و انتظار لحصول مقصود؛ و الیأس نتیجة التوغل فی الحیاء المادیة و الانقطاع عن محیط الرحمة و الروحانیة، فان الانسان حیث لا یتوقع و لا یحصل له انتظار الوصول إلى مقصد مما وراء عالم المادة و التمایلات الدنیویة. فظهر أن الأصل فی المادة: هو انقطاع التوقع و الانتظار عن شیء، و أما العلم فهو من آثار الأصل، فان الانقطاع عن شیء: یلازم حصول تصمیم قاطع فی طریق برنامه المقصود له (مصطفوی، ۱۳۶۰: ۱۴/۲۲۵).

در آیه «أَقْلَمُ يَبْأَسِ الَّذِينَ آمَنُوا» (رعد/۳۱) یعنی آیا ندانسته اند که یأس و ناامیدی در زبان آنها برای علم و دانستن هم بکار می رود، مقصود این است که می فرماید ناامیدی و یأس مؤمنین اقتضا دارد که بعد از علم حاصل شود که این علم آن حالت را نفی و دور می کند و آنها امیدوار می شوند پس باید یأس آنها از روی علم حاصل شده باشد، می گوید مگر نه اینست که کافرین مأیوس می شوند (راغب اصفهانی، ۱۳۷۴: ۴/۵۴۷). دکتر محمد قریب در کتاب فرهنگ لغات قرآنی در این باره می نویسد: یأس به معنی ناامید شدن و بریده شدن طمع آدمی از امری که بدان طمع داشته است، می باشد. برخی معتقدند یأس به معنی علم و دانستن است (لغت هوازن و قبیله نخع). برخی نیز معتقدند به معنی ناامیدی است و معنای دانستن را هم در بر دارد) آیه ۳۱ سوره رعد: أَقْلَمُ يَبْأَسِ الَّذِينَ آمَنُوا یعنی مومنان واجب است بدانند... معنی دیگر آن تفحص و جستجو کردن است. (قریب، ۱۳۶۶: ۷۵۳).

۳- مفهوم شناسی (ناامیدی) در قرآن و روانشناسی

در روانشناسی، اسنایدر (ناامیدی) را اینگونه تعریف کرده: حالت تکان دهنده ای که با احساسی از ناممکن بودن امور، ناتوانی و بی علاقه‌گی به زندگی آشکار می شود (اسنایدر، ۱۹۹۴، به نقل از پرچم، ۱۳۹۰، ص ۸۷) همچنین در تعریف ناامیدی می توان گفت: ناامیدی نظامی از طرحواره های منفی است که فرد هم نسبت به خود و هم نسبت به آینده اش دارد (نیگاروهمکاران، ۲۰۱۰، به نقل از شاهسواری، ۱۳۹۶، ص ۶۹) در قرآن و روایات ناامیدی به دو صورت (یأس) و (قنوط) آمده است و در اینکه (یأس) و (قنوط) به یک معنی است یا دو معنی مختلف دارد و تفاوت میان این دو چیست در میان مفسران اختلاف است: بعضی هردو را به یک معنی برای تاکید دانسته اند ولی بعضی یأس را به معنی وجود ناامیدی در درون قلب و قنوط را به معنی ظاهر ساختن آن در چهره و در عمل دانسته اند. طبرسی در مجمع البیان در میان این دو چنین فرق گذاشته که یأس، ناامیدی از خیر و قنوط ناامیدی از رحمت است. ولی آن چه از موارد استعمال واژه یأس و قنوط در قرآن مجید به دست می آید این است که یأس و قنوط تقریباً در یک معنی به کار می رود (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۲۰، ص ۳۲۰-۲).

۳-۱ - ناامیدی در نظریه اسنایدر و قرآن کریم

طبق نظریه اسنایدر، ناامیدی حالت تکان دهنده ای است که با احساسی از ناممکن بودن امور، ناتوانی و بی علاقه‌گی به زندگی آشکار می شود (اسنایدر، ۱۹۹۴، ۱۱۵). طبق این نظریه، فرض بر این است که شکست در رسیدن به اهداف، به صورت مکرر و فراگیر، تفکر عامل و گذرگاه و در نتیجه امید را کاهش می دهد و این، اولین مرحله ایجاد افسردگی است. از این دیدگاه، امید پایین، ممکن است زیر بنای افسردگی را فراهم کند. در افراد افسرده، هم فرایندهای شناختی (تفکر هدف و تفکر گذرگاه) و هم انگیزش (تفکر عامل) کاهش می یابند. این افراد، احتمال کمتری دارد که بتوانند مسائل خود را به طور مؤثر حل کنند. تلاش برای درمان افسردگی با تمرکز بر تفکر امیدوارانه، احتمالاً باعث بهبود ظرفیت حل مسئله و نشانه های عاطفی خواهد شد (بهار/۹۳). اما جهت تبیین بیشتر این نظریه درباره ناامیدی، لازم است ابتدا تعریف امید و نیز مؤلفه های آن را از منظر اسنایدر بیان نمود تا از آنجا بتوان به درمان ناامیدی روی آورد. در قرآن کریم، امید مترادف با «رجاء» و از مفاهیم کلیدی قرآن است. حقیقت لغوی «رجاء»، امید داشتن است و در اصطلاح انتظار امر محبوبی است که اکثر اسباب و موجبات آن، محقق باشد. ناامیدی نیز از منظر قرآن کریم، حالتی است که آدمی یقین می کند آن چیزی که امید و انتظارش را دارد تحقق نخواهد یافت (طباطبایی، ۱۵۶/۱۰؛ طبرسی، ۱۴۵/۵) و از راه کلید واژه‌هایی همچون یأس (قطع و بریده شدن آرزوها و امیدها) و قنوط (ناامیدی از رسیدن به هدف) قابل پی گیری است (ابو فارس؛ ابن منظور؛ راغب اصفهانی؛ مصطفوی؛ ذیل ریشه کلمه) که واژه یأس اعم از قنوط است (العسکری؛ مصطفوی؛ ذیل ریشه کلمه). مفسران نیز در بیان تفاوت فوق، بعضی هر دو را به یک معنی دانسته اند (طباطبایی، ۱۷/ ۴۲۶؛ مکارم شیرازی، 20/321)؛ مضاف به اینکه شدت ناامیدی در قنوط زیادتر است (حقی برسوی، ۴۴/۷) برخی دیگر (یأس) را به معنای وجود ناامیدی در درون قلب و (قنوط) را به معنی ظاهر ساختن آن در چهره و در عمل دانسته اند (فخر رازی، ۱۳۷/۲۷؛ آلوسی، ۴/۲۵) مرحوم طبرسی نیز در مجمع البیان در میان این دو چنین فرق گذاشته که یأس ناامیدی از خیر و قنوط ناامیدی از رحمت است (طبرسی، ۱۸/۹). در قرآن کریم، یأس و ناامیدی از چنان جایگاهی برخوردار است که از جمله گناهان کبیره شمرده شده است. از این رو، هیچ صاحب ایمانی نمی تواند و نباید از رحمت خدا ناامید شود. از این رو یأس از رحمت خداوند در حقیقت محدود کردن قدرت و پنهان کردن احاطه و وسعت رحمت اوست. قرآن کریم با بیان القاء این دستورالعمل، انسان مصیبت زده را از افتادن به ورطه اضطراب و افسردگی نجات میدهد. در صورت بروز اضطراب نیز، با بیان (أَلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ) (رعد/۲۸) او را به آرامش و دور شدن از اضطراب دعوت می کند (طباطبایی، ۱۱/۳۵۴؛ امین اصفهانی، ۷/۳۷؛ طیب، ۷/۳۳۵) به همین دلیل شخصی که به نیرویی فراتر از ماده معتقد باشد، هیچ گاه از دست دادن چیزی از امور دنیوی او را افسرده و غمگین نمی کند. قرآن کریم همچنین ناامیدی از رحمت الهی را نوعی گمراهی می داند (و من يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ) ، (حجر/ ۵۶) که تنها شایسته کافران است: (أَنَّهُ لَأَنْ مِّن رَّوْحِ اللَّهِ إِلَا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ) (یوسف/ ۸۷) به همین دلیل بسیار تاکید کرده است که نباید هنگام وقوع سختی ها و مشکلات از

رحمت حق ناامید شد: (أَلَا الْإِنْسَانُ مِنْ دَعَاءِ الْخَيْرِ وَإِنْ مَسَّهُ الشَّرُّ فَيُوسِقُنُوهُ) (انسان از دعای خیر خسته نمی‌شود و چون آسیبی به او رسد مأیوس [و] نومید می‌گردد) (فصلت/ ۴۹) بنابراین انسان باید در هر شرایطی به رحمت خداوند امیدوار باشد، زیرا گاهی در اوج ناامیدی رحمت حق شامل حال بندگانش می‌شود (و هو الَّذِي يَنْزِلُ الْعَيْثَ مَنْ بَعْدَ مَا قَنَطُوا وَيَنْشُرُ رَحْمَتَهُ) (و اوست کسی که باران را- پس از آنکه [مردم] نومید شدند - فرود می‌آورد، و رحمت خویش را می‌گسترده) (شوری/ ۲۸) (طباطبایی ۵۸/۱۷، طبرسی ۷۸/۱۱، طیب؛ ۹/۴۷)

۳-۲- ناامیدی در متون دینی

در انسان، ناامیدی به اشکال مختلفی بروز می‌کند. گاهی فرد در اثر نادیده گرفتن واقعیت و فرار از حقیقت، انرژی زیادی از دست داده، از نظر جسمی، ذهنی، عاطفی و روحی خسته و فرسوده می‌شود زیرا هیچ چیز مهمتر از بیدار شدن در برابر حقیقتی که اطراف ما و درونمان است، وجود ندارد. وقتی مدت زیادی چیزی را نادیده بگیریم، ناگزیر خاموش می‌شویم و خاموشی یعنی گنگی، بی‌روحي، بی‌ارتباطی، سردی و مرگ. نادیده گرفتن مشکلات هرگز باعث حفاظت ما از رنجش نمی‌شود بلکه برعکس سبب گیجی و بی‌حسی می‌شود. آنچه زیر زندگی نادیده گرفته شده پنهان است، انبار ناامیدی است. گاهی ناامیدی خاموش و آرامی به سراغ انسان می‌آید و گاهی نیز ناامیدی شکاکانه ای به ما می‌گوید برای سعادت‌مند شدن و تغییر خیلی دیر است. گاهی ناامیدی ای است پوشیده در خشم یا سرزنش و گاهی هم ابد پوشیده نیست و ما اندوه و افسردگی ای را حس می‌کنیم که به نظر می‌رسد از بین نمی‌رود. ما در حالیکه در این دخمه‌های ناامیدی زندانی شده ایم، احساس رخوت و ناتوانی می‌کنیم. ما وقتی حقیقت را دیدیم باید شروع به تغییر و حرکت به سمت جلو کنیم و تغییرات درونی ما باید با عمل بیرونی همراه باشد. بیدار شدن سخت است و عمل کردن سخت تر (دی انجلیس، ۱۳۸۶: ۱۶۰-۱۸۰). موانع و سختی‌های زندگی جلوی ما را نمی‌گیرند، آنها مسیر ما را عوض می‌کنند. هدف آنها ممانعت از خوشبختی ما نیست، هدفشان این است که ما را به مسیرهای جدیدی بکشانند که به سعادت‌مان منتهی می‌شود و فرصت‌های جدید و درهای جدیدی را به روی ما بکشایند. هنری میلر می‌گوید: «هدف زندگی، زندگی کردن است و زندگی کردن یعنی بیدار بودن؛ یعنی شادمانه، سرمستانه، موقرانه و خداگونه بیدار بودن» (همان، ۲۹۳). شدیدترین نوع ناامیدی، ناامیدی شیطان است زیرا شیطان روح محض و آگاهی مطلق است. در شیطان هیچ ابهامی وجود ندارد که بتواند از آن به منزله دست‌آویزی برای تخفیف و سبک کردن عمل استفاده کند، بنابراین ناامیدی او ستیزه طلبی مطلق است و این حد اکثر ناامیدی است؛ اما حداقل ناامیدی حالتی است که به دلیل نوعی بی‌گناهی حتی شخص نمی‌داند که چیزی به اسم ناامیدی وجود دارد. پس ناامیدی دو شکل دارد:

الف) ناامیدی ناآگاهانه: فرد ناامید نمی‌داند که در شرایط ناامیدی بسر می‌برد اما به هر حال ناامید است. این شکل از ناامیدی رایج‌ترین شکل ناامیدی در جهان است. (خادمیان، ۱۳۹۵: ۳۳)

ب) ناامیدی آگاهانه: فرد از ناامید بودن خود آگاه است. این فرد باید از سویی ادراک درستی از ماهیت ناامیدی داشته باشد و از سوی دیگر باید شناختی از خود پیدا کند. ناامیدی آگاهانه هم به دو شکل است: ۱) ناامید بودن از عدم تمایل به خود بودن و ناامیدی از تمایل مایوسانه به خود بودن (ستیزه جویی) و ناامیدی ناشی از ضعف؛ یعنی فرد از خود، ناامید است و اگر بخواهد خودی باشد که هست، این حالت ضد ناامیدی است. ۲) ناامیدی به سبب دنیا یا چیزی دنیوی یعنی فرد از چیزی ناامید است. در این نوع از ناامیدی عامل و آنچه باعث ناامیدی می‌شود، باید از بیرون بیاید. (خادمیان، ۱۳۹۵: ۳۳) بنابر این پست‌ترین شکل ناامیدی آن است که فرد به هنگام باس، نمی‌خواهد خودش باشد و توانمندترین شکل ناامیدی آن است که فرد مایوسانه می‌خواهد خودش باشد (کی برکه گور، ۱۳۷۷: ۷۵-۸۸).

۳-۳- مفهوم شناسی ناامیدی در متون دینی

۳-۳-۱- مفهوم شناسی (ناامیدی) در قرآن

در قرآن و روایات ناامیدی به دو صورت (یاس) و (قنوط) آمده است و در اینکه (یاس) و (قنوط) به یک معنی است یا دو معنی مختلف دارد و تفاوت میان این دو چیست در میان مفسران اختلاف است: بعضی هردو را به یک معنی برای تاکید دانسته اند ولی بعضی یاس را به معنی وجود ناامیدی در درون قلب و قنوط را به معنی ظاهر ساختن آن در چهره و در عمل دانسته اند. طبرسی در مجمع البیان در میان این دو چنین فرق گذاشته که یاس، ناامیدی از خیر و قنوط ناامیدی از رحمت است. ولی آن چه از موارد استعمال واژه یاس و قنوط در قرآن مجید به دست می‌آید این است که یاس و قنوط تقریباً در یک معنی به کار می‌رود (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۲۰، ص ۳۲۰-۲).

۳-۳-۲- معنای «یأس» از نظر مفسران

علامه طباطبایی در تفسیر المیزان «نامیدی» را این گونه تعریف کرده اند: یأس عبارت از حالتی است که یقین کنی آن چیزی که امید و انتظارش را داری تحقق نخواهد یافت و نقیض این حالت را رجاء گویند (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۰/۲۳۲). طبرسی در کتاب مجمع البیان در باره «یأس» می گوید: «یأس: قطع امید از چیزی است، یأس و نامیدی پیوسته پس از وجود آرزوست زیرا یأس نرسیدن آرزوی موجود است. یأس و رجاء نقیض یکدیگرند که در پی هم می آیند چون یکی نباشد دیگری خواهد بود.» (طبرسی، ۱۳۶۰: ۲/۲۹۷). همچنین در تفسیر اطیب البیان نیز در تفاوت بین دو واژه «خاب» و «یأس» آمده است: «خائبین خبیثه مقابل ظفر است مثل یأس که مقابل رجاء است، و فرق بین این دو اینست که یأس این است که انسان از اول امر مأیوس است و هیچ امیدی ندارد، و لکن خبیثه بعد از آن است که امید کامل و اطمینان بظفر داشته باشد پس نا امید گردد.» (طیب، ۱۳۷۸: ۳/۳۵۴). در تفسیر روشن نیز در باره تفاوت معنایی دو کلمه «یأس» و «قنوط» آمده است: «یأس: عبارتست از نامیدی و آن در مقابل طمع داشتن است، و قنوط شدیدتر از یأس می باشد، و در حالت یأس و قنوط، توقع و انتظار قطع شده و امیدی باقی نمی ماند (مصطفوی، ۱۳۸۰: ۱۲/۸۸). در مجمع البیان در باره تفسیر آیه ۱۲۷ سوره آل عمران آمده است: «خائب: آنکه به آرزو نرسد و یأس و نامیدی پیوسته پس از وجود آرزوست زیرا یأس نرسیدن به آرزوی موجود است. یأس گاهی پس از آرزوست و گاهی قبل از آن. یأس و رجاء نقیض یکدیگرند که در پی هم می آیند چون یکی نباشد دیگری خواهد بود.» (طبرسی، ۱۳۶۰: ۴/۲۴۲).

۳-۳-۳- معنای «نامیدی» از نظر علمای اخلاق

آیت الله دستغیب در کتاب گناهان کبیره در باره واژه «نامیدی» می فرمایند: یأس تنها نامیدی قلب است. بعضی افراد هم گفته اند «یأس و نامیدی از دعاست یعنی فرد امیدی ندارد که اگر دعا کند به مقصد می رسد. در دعای ۳۹ صحیفه سجاده است که می فرماید: «...لا أن یكون یأسه قنوطا...» یعنی نامیدی من از نجات، نه از روی سوء ظن به توست بلکه کمی حسنات و زیادی سیئات است و گرنه تو سزاواری که هیچ گنهکاری از تو مأیوس نگردد. عده ای هم گفته اند «یأس» از رحمت اخروی است مانند آیه ۱۳ سوره ممتحنه «قَدْ یَسُّوْا مِنَ الْآخِرَةِ...». ولی وجه اول که ذکر شد بهتر است. (دستغیب، ۱۳۹۹: ۱/۹۹).

ایشان در کتاب قلب سلیم «یأس» را این چنین تعریف می کنند: یأس به معنای نامیدی و بریدگی از خداست، کسی که به خواسته دنیایی خود رسید و آنرا از خدا ندید و تنها نتیجه کوشش خود دانست، به داشتن آن خود را بی نیاز پنداشت و سخت خوشحال شد باید بداند در آن حال از خدای خود بریده و به آن ثروت و مکنت وابسته شده است و بریدگی از خدا همان کفر به اوست چون در حقیقت آن ثروت را نجات دهنده و بی نیاز کننده خود پنداشته و به آن علاقه مند و شادمان گردیده، پس آن ثروت را معبود خود قرار داده و در آن حال با بت پرست یکی است. (دستغیب، ۱۳۸۶: ۷۱۶). همچنین آیت الله مصباح یزدی نیز در کتاب اخلاق در قرآن «یأس» را این گونه تعریف کرده اند: اگر فرد انتظار داشته باشد که در آینده به یکی از خواسته هایش نایل آید یا زبانی از او برطرف شود، حالتی پیدا خواهد کرد که به آن امید یا رجاء گویند و هنگامی که مطمئن شود در آینده به خواسته خود نمی رسد یا زبانش برطرف نمی شود، حالت دیگری به نام یأس و نامیدی به وی دست خواهد داد. (مصباح، ۱۳۸۰: ۲/۳۴۴)

آقای سید جعفر سجادی نیز در کتاب فرهنگ معارف اسلامی معتقدند که یأس اصطلاحی اخلاقی است و عبارت از حالتی است عارض بر نفس در مقام عجز و ناتوانی. منشاء آن یا جهل است و یا عدم توکل. یأس حرکت نفس به درون است و بالجمله قطع امید از کاری را یأس گویند. معنی اینکه گویند «الیأس احدی راحتین، این است که یکی از دو امر انسان را راحت می کند، یکی وصول به مطلوب و دیگری قطع امید از وصول به آن (سجادی، ۱۳۷۹: ۳/۱۹۲).

۳-۴- آیات و روایات درباره نامیدی

اگر به آیات قرآن و سخنان معصومین (ع) در رابطه با یأس بنگریم، این مطلب را در می یابیم که یأس صفتی از صفات انسان است که هم می تواند از فضائل اخلاقی شمرده شود و هم از رذائل. بنابر این یأس بر دو نوع است:

۳-۴-۱- یأس پسندیده

یأس پسندیده، نامیدی از غیر خداست؛ اینکه انسان تنها خدا را منشأ فیض و موثر در عالم بداند و دل در گرو او گذارد و از غیر او ناامید شود و باور او این باشد که اگر از دیگری هم کاری ساخته است به اذن و خواست آن خدای یگانه است. پس اگر انسان انتظار تفضل و عنایت از خلق خدا نداشته و چشم امیدش فقط به خدای منان باشد، اینچنین نا امید، نه تنها مذموم نیست بلکه مورد سفارش معصومین (ع) نیز بوده است که در روایات این یأس با عنوان های مختلفی آمده است:

الف. عزت مومن: امام صادق (ع) می فرماید: «الیأس مما فی ایدی الناس عز المومن»

قطع امید کردن از آنچه مردم دارند، مایه عزت دینی مؤمن است.» (حر عاملی، ۱۴۰۹: ۹/۴۴۹) یعنی عزت و شرف مومن در این است که از دیگران مأیوس باشد و از آنچه در دست مردم است قطع امید نماید.

ب، بهترین ثروت: امام باقر (ع) می فرماید:

بهترین سرمایه اعتماد به خداست و چشم طمع برکنندن از آنچه مردم دارند.» (همان، ۹/۴۵۲).

ج، راحتی نفس انسان: امام صادق (ع) می فرماید:

راحت ترین راحتی ها برای انسان، نومیدی از مردم است.» (مجلسی، ۱۴۰۴: ۷۵/۲۴۹).

۳-۴-۲- یأس ناپسند

یأس ناپسند ناامیدی از توجه، عنایت، دستگیری، لطف و رحمت پروردگار عالم است که این خود به دو نوع تقسیم می شود، یأس از عفو الهی و یأس از رسیدن به کمالات انسانی. البته نوع دیگری نیز وجود دارد و آن یأس از هدایت مردم است که در ادامه خواهد آمد:

۳-۴-۳- یأس از عفو و بخشش الهی

آشناترین معنا و یا مصداقی که برای این نوع وجود دارد فرد یقین می کند که دیگر خدا او را نمی آمرزد و جهنم رفتن او قطعی است.

آیه ۵۳ سوره زمر ناظر به این یأس است. یأسی که صاحب آن در اثر ارتکاب گناهان متعدد، رفته رفته امیدش به عفو و بخشش الهی قطع شده و چنین گمان می کند که خداوند متعال دیگر او را نمی آمرزد و او قطعاً از جهنمیان خواهد بود. آیه شریفه به واسطه رسول خدا صلی الله علیه و آله این عده را خطاب قرار می دهد که ای بندگان من که با ارتکاب گناه به خود ظلم کرده اید! از رحمت خدا مأیوس نشوید، بی تردید خدا همه گناهان را می آمرزد؛ زیرا او بسیار آمرزنده و مهربان است.

اثر زیانبار چنین یأسی، تعطیلی دعا، تضرع و زاری به درگاه الهی و استقرار در اردوگاه شیطان است. ناامیدی از بخشش الهی سبب می شود تا انسان ادب بندگی را به کلی کنار گذاشته و شتابان در وادی هلاکت و گمراهی قدم بردارد و خود را به قعر جهنم نزدیک کند. (خادمیان، ۱۳۹۵: ۳۷)

۳-۴-۵- یأس از رسیدن به کمالات و مراتب عالی انسانی

مأیوس شدن از رحمت خدا تنها منحصر به یأس از بخشش گناهان نمی شود بلکه ناامیدی از افاضه توفیق و هدایتگری ویژه را هم شامل می شود؛ زیرا رشد انسان و طی کردن پله های کمال ممکن نیست مگر به فضل و رحمت الهی.

علامه طباطبایی (ره) در تفسیر آیه شریفه «وَلَوْلَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَتُهُ مَا زَكَا مِنْكُمْ مِنْ آخِرِ آيَاتٍ» (نور/۲۱) می نویسد: فرموده اگر فضل و رحمت خدا به شما نبود ابداً کسی از شما تزکیه و پاک نمی شد و این معنایی است که عقل هم بر آن دلالت دارد، چون افاضه کننده خیر و سعادت تنها خدای سبحان است و تعلیم قرآنی نیز آن را افاده می کند، همچنان که در جای دیگر فرموده است: «بیدک الخیر» یعنی تمام خوبی ها بدست خداوند است (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۳۳: ۱۵)

البته رهایی از بند یأس و ناامیدی به معنای گرفتار شدن در امیدواری توهمی نیست. یأس مذموم است چون ترمز حرکت در صراط مستقیم است؛ رجاء و امیدواری توهمی هم که تلاش و حرکتی در آن نیست نکوهیده است چون توقف است و انحراف از صراط مستقیم بنابراین کسی هم که از رسیدن به کمالات و دریافت فضل الهی نا امید است در گروه کسانی قرار دارد که از رحمت خدا مأیوسند. وجه اشتراک این شخص با آن کسی که از بخشش خدا نا امید است نداشتن انگیزه است؛ هر دو تمام انگیزه خود را برای حرکت به سمت مطلوب از دست داده و برای رسیدن به آن دست از تلاش کشیده اند و این یکی از آثار مخرب یأس از رحمت خداست که خداوند متعال انسان را از اصل آن برحذر داشته است؛ بنابراین یأس از آدم شدن، رسیدن به کمالات و فضایل انسانی و مقاماتی از این دست همگی مصادیق مذمومی از یأس است که مورد نهی خداوند متعال است. در روز قیامت نیز خداوند متعال نامیدان را در حالی مبعوث می گرداند که در چهره شان سیاهی و تیرگی بر سفیدی و روشنایی غلبه دارد. سپس گفته می شود اینها کسانی اند که در دنیا از رحمت خداوند متعال ناامید بوده اند. (خادمیان، ۱۳۹۵: ۳۸)

۳-۴-۶- یأس و ناامیدی از مردم

قرآن داستان هایی را نقل می کند که انسان می بیند در این زمان نیست. نوح بیچاره می گوید خدایا شب و روز به دنبال این مردم دویدم، به صورت علی دعوتشان کردم، به طور خصوصی دعوتشان کردم، بیخ گوش، با لطف و خوشی، همه گونه، ولی با همه این ها هر چه من به طرف آنها می رفتم آنها بیشتر از من فرار می کردند، بدگویی می کردند، فحش می دادند. من تا با آنها حرف می زدم انگشت هایشان را به گوششان می کردند، می گفتند حرفهای نجس را نمی خواهیم بشنویم. لباسشان را به سرشان می کشیدند مبادا چشمشان به من بیفتد ... (نوح/۵-۷) نوح یک پیغمبری بوده که در حدود هزار سال عمر کرده است. به مرحله ای می رسد که دیگر بکلی مأیوس می شود که نه این مردم و نه اولادشان صالح نخواهند شد. به دلیل اینکه در خودشان و حتی در نسل اینها آدم صالحی در آینده وجود ندارد نفرین می کند و عذاب الهی نازل می شود؛ در صورتی که اکنون مردم

در این حد سرسختی و لجاج نداشته باشند یعنی مردم به نسبت بهتر شده اند؛ و البته این را همه مفسرین گفته اند: خدا که این همه لجاجتهای اقوام گذشته با پیغمبران خودشان را در قرآن بازگو کرده است، برای این است که همه و خود پیغمبر بدانند که ای پیغمبر! اگر مردم تو لجاج و عناد به خرج می دهند گذشتگان از اینها بدتر بودند، و مردم مسلمان هم اینقدر یأس و ناامیدی به خودشان راه ندهند. (خادمیان، ۱۳۹۵: ۳۸)

یکی از فکرهای بسیار غلط همین است که ما مردم زمان خودمان را جنسا از مردم زمان پیشین بدتر بدانیم، چون وقتی که بدتر بدانیم فوراً مایوس می شویم، وقتی که مایوس بشویم رها می کنیم، وقتی رها می کنیم بدیهی است که مردم بد می شوند. پس بدترین چیزها یأس و ناامیدی از مردم به این سرعت است (مطهری، ۱۳۵۸: ۲۷/۷۵۹)

نمونه ای ناامیدی طبیعی در قرآن:

گاهی یأس و ناامیدی در انسان طبیعی است و ناشی از عوامل طبیعی و یا مربوط به جنبه بشری انسان می باشد که در این بخش به نمونه ای از آن که در قرآن آمده اشاره خواهد شد:

ناامیدی زکریا به فرزنددار شدن در اثر پیروی خود و نازایی همسرش در قرآن آمده است: قَالَ رَبِّ آتِي يَكُونُ لِي غُلَامٌ وَقَدْ بَلَغَتِ الْكِبَرَ وَأَمْرَاتِي عَاقِرٌ قَالَ كَذَلِكَ اللَّهُ يَفْعَلُ مَا يَشَاءُ (آل عمران/۴۰) گفت: پروردگارا! چگونه برای من پسری خواهد بود، در حالی که پیروی به من رسیده و همسر من ناز است؟ خدا فرمود: چنین است که می گویی، ولی کار خدا مقید به علل و اسباب نیست خدا هر چه را بخواهد با مشیت مطلقه خود انجام می دهد. حضرت زکریا (ع) با این جمله استفهامی شگفت انگیز، می خواهد حقیقت حال را بپرسد نه اینکه بخواهد فرزند دار شدن خود را امری بعید بشمارد، چون بعد از آنکه خدای تعالی او را با صراحت بشارت داد، دیگر ممکن نیست شخصی مثل زکریا استبعاد کند، علاوه بر اینکه خود آن جناب همین دو امری که در استفهام خود گنجانده و آن را باعث تعجب شمرده، در سوره مریم در ضمن درخواستش نیز گنجانده، و گفته بود: رب اِنِّی وَهِنُ الْعِظْمِ بَيْنِي وَاسْتَعْلُ الرَّأْسِ شَيْبَةً، وَلَمْ أَكُنْ بِدَعَائِكَ رَبِّ شَقِيًّا وَإِلَىٰ وَقْتُ الْمَوَالِي مِنِّي وَرَائِي، وَكَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِرَةً، فَهَبْ لِي مِن لَدُنْكَ وَلِيًّا (مریم ۵) یعنی: پروردگارا استخوانم سست و سرم سفید شده، ولی هرگز از دعای تو نومید نبودم، و من از موالی بعد از خود می ترسم همسر من نازا است، پس از ناحیه خود وارثی بمن بده. در این دعا، زکریا فقط دو عامل پیروی و نازایی همسرش را مطرح می کند و بعد از آنکه از ناحیه خدا بشارت یافت که صاحب فرزند خواهد شد، متعجب شده که چگونه بعد از پیروی و از زنی نازا فرزند دار می شود، خلاصه بشارت الهی وضعیتش را از یأس و اندوه به تعجبی آمیخته با مسرت دگرگون ساخت و اگر بعد از بشارت یافتن به فرزند، از موانع این کار و چگونگی برطرف شدن آنها پرسید، برای این بود که خصوصیات افاضه الهی و انعام او را بفهمد و در نتیجه از درک آن لذت ببرد و قدرش را بیشتر بشناسد، نظیر همان سؤالی که ابراهیم بعد از بشارت فرشتگان به صاحب فرزند شدن، نمود و پرسید: چگونه مرا چنین بشارتی می دهید، با اینکه پیروی بر من مسلط شده است؟ و فرشتگان در جوابش گفتند: قالوا بشرنا بالحق، فلا تكن من القانطين، قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ (حجر ۵۶) بطوری که ملاحظه می فرمایید در پاسخ ملائکه که او را از نومیدی بر حذر داشتند گفت: سؤال من از در نومیدی نبود، چگونه نومید باشم، با اینکه من از گمراهان نیستم، و نومیدی کار گمراهان است، بلکه از این جهت است که وقتی مولای یک بنده به سوی بنده اش روی می آورد و قرب و انس و کرامت خود را اعلام می دارد، این اعلامش باعث انبساط و مسرت و ابتهاج بنده اش می شود و همواره می خواهد لطف مولای خود را به خاطر و به زبان بیاورد، گاهی به صورت تعجب، و گاهی استعجاب و گاهی به صورتهای دیگر (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۳/۲۷۷-۲۷۹) طبرسی نیز در باره علت پرسش حضرت زکریا (ع) می فرماید: زکریا گفت: پروردگارا چگونه مرا فرزندی خواهد بود؟ او چون به حسب عادت بعید می دانست که در آن سن پیروی صاحب فرزند شود چنین اظهار داشت. قال كذلك الله يفعل ما يشاء خداوند این گونه هر چه را بخواهد از کارهای عجیب و خارق العاده مانند به وجود آوردن فرزند از پیر مردی سالخورده و ناتوان و پیر زنی عقیم و نازا، انجام می دهد و یا این که «كذلك الله» جمله مبتدا و خبر و معنایش این است که با همین وصف [که تو پیر هستی و همسرت ناز است خداوند هر چه را بخواهد انجام می دهد، و «يفعل ما يشاء» برای بیان و تفسیر مبتدا و خبر است (طبرسی، ۱۳۷۷: ۱/۱۴۲). در تفسیر شریف لاهیجی آمده است: و چون زکریا بشارت فرزند یافت بر سبیل استخبار که آیا این اعطاء فرزند با وجود پیروی خواهد بود یا با عادت حالت جوانی؟! گفت: ای پروردگار من! از کجا مرا پسری باشد؟ و به تحقیق مرا پیروی رسیده است و زن من به جهت یأس از حیض ولد نمی آورد. خدای تعالی فرمود: به همین حال که هستی شما از پیروی و یأس از حیض حق تعالی فرزند بشما عطا می کند و انجام می دهد آنچه را که می خواهد از امور عجیب و خلاف عادت (لاهیجی، ۱۳۷۳: ۱/۳۲۱).

۴- مصادیق مایوسان در قرآن

در قرآن مجید گروه هایی به عنوان افراد نا امید معرفی شده اند که عبارتند از:

۴-۱- کافران

یکی از بارزترین مصادیق افراد مایوس در قرآن مجید، کافران است آنجا که خداوند متعال می فرماید: یا بین اذهبوا فتوحا من یوسف و أخیه ولا تأسوا من روح الله إنه لا یأس من روح الله إلا القوم الکافرون (یوسف/۸۷) حضرت یعقوب (ع) به فرزندانش دستور می دهد تا به مصر بروند و از یوسف و بنیامین پرس و جو کنند و خبر بگیرند و چون برادران مطمئن بودند که از یوسف خبری نیست از توجیه پدر تعجب کردند ولی پدر به آنها گوشزد کرد که از رحمت الهی هرگز نا امید نشوید چرا که تنها کافران از رحمت خداوند نا امید می شوند (بهرامپور، ۱۳۸۷: ۲۴۶). پس می بینیم که اولیای خدا، هم خود مایوس نمی شوند و هم دیگران را از یأس باز می دارند، زیرا یأس نشانه کفر است و فرد مایوس کافر (قرآنی، ۱۳۹۱: ۴/۲۶۹) طبری در مجمع البیان به نقل از ابن عباس گفته: یعنی مؤمن هر چه را از خدا می بیند خیر و خوبی خود می داند، در سختی ها و بلاها به او امیدوار است، و در فراخی و آسایش او را ستایش کرده و سپاس می گوید، ولی کافر این گونه نیست طبری، ۱۳۶۰: ۱۲ / ۲۸۳). ایشان در جوامع الجامع می نویسد: من روح الله فرج و بر طرف کردن اندوه، یا به معنای حرمت خداست. إنه لا یأس من فرج و رحمت خدا، جز مردمان کافر هیچ کس نا امید نمی شود، زیرا شخص مؤمن پیوسته از خدا خیر و خوبی می بیند و هنگام گرفتاری و بلا امید فرج از او دارد و موقع گشایش و رفاه او را سپاس می گوید طبری، ۱۳۷۷: ۳ / ۲۴۲).

در تفسیر اطیب البیان هم آمده است: یکی از گناهان کبیره یأس من روح الله است چنانچه امن من مکر الله هم گناه کبیره است که پس از شرک و کفر و ضلالت، از کبائر شمرده شده است، و مراد از روح الله تفضلات و عنایات و نجات از مهالک و خلاصی از بلیات و شمول مرحام الهی است. کافر بالله یا منکر وجود حق است یا منکر قدرت او یا منکر عنایات و تفضلات او است لذا مایوس می شود حتی در باب خوف و رجاء گفتند ممدوحش تا حدی است که یأس از رحمت پیدا نکند و امن از مکر نداشته باشد بلکه بین خوف و رجاء باشد و اخبار در این باب دو دسته است یک دسته دلالت دارد بر تساوی خوف و رجاء و یک دسته بر ترجیح رجاء بر خوف و وجوهی بر جمع این دو دسته گفته شده و لکن آنچه بنظر ارجح است اینکه نظر بخداوند متعال رجائش بیشتر باشد (طیب، ۱۳۷۸: ۱۳۶۸).

علامه طباطبایی معتقد است: کلمه «روح» به معنای نفس و یا نفس خوش است، هر جا استعمال شود کنایه است از راحتی، که ضد تعب و خستگی است و وجه این کنایه این است که شدت و بیچارگی و بسته شدن راه نجات در نظر انسان نوعی اختناق و خفگی تصور می شود، هم چنان که مقابل آن یعنی نجات یافتن به فراخانی فرج و پیروزی و عافیت، نوعی تنفس و راحتی به نظر می رسد، پس روحی که منسوب به خداست همان فرج بعد از شدتی است که به اذن خدا و مشیت او صورت می گیرد و بر هر کس که ایمان به خدا دارد لازم و حتمی است به این معنا معتقد شود که خدا هر چه بخواهد انجام می دهد و بهر چه اراده کند حکم مینماید، و هیچ قاهری نیست که بر مشیت او فائق آید و یا حکم او را به عقب اندازد، و هیچ صاحب ایمانی نمی تواند و نباید از روح خدا مایوس و از رحمتش ناامید شود زیرا باس از روح خدا و نومی در حقیقت محدود کردن قدرت او، در معنا کفر به احاطه و سعه رحمت اوست، «ولا تأسوا من روح الله» از فرجی که خداوند بعد از هر شدت ارزانی می دارد نومی نشوید، «إنه لا یأس من روح الله إلا القوم الکافرون» زیرا از رحمت خدا مایوس نمی شوند مگر مردمی که کافرند، و به این معنا ایمان ندارند که خداوند توانا است تا هر غمی را زایل و هر بلایی را رفع کند (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۱ / ۳۲۰).

نمونه ای از یأس کافران در قرآن: ناامیدی قوم ثمود از پایبندی صالح به آداب و رسوم نیاکان آنان در اینجا به نمونه ای از ناامیدی کافران که در قرآن آمده است، اشاره خواهد شد: قَالُوا يَا صَالِحُ قَدْ كُنْتَ فِينَا مَرْجُوًّا قَبْلَ هَذَا أَتَنْهَانَا أَنْ نَعْبُدَ مَا يَعْبُدُ آبَاؤُنَا وَإِنَّا لَفِي شَكٍّ مِمَّا تَدْعُونَا إِلَيْهِ مُرِيبٍ (هود/۶۲) یعنی گفتند: ای صالح، تو پیش از این در میان ما مایه امید بودی (که دین ما را بپذیری یا سرپرست ما باشی)! آیا ما را از پرستش آنچه پدران ما می پرستیدند باز می داری؟! و حقا که ما از آنچه ما را بدان می خوانی (خدای بدون شریک) در شگی تردید زا و ابهام آوریم.

علامه در تفسیر این آیه می فرماید: کلمه «رجاء» وقتی در مورد انسانی بکار می رود و گفته می شود اما به تو امید داشتیم «منظور ذات آن کس نیست، بلکه منظور افعال و آثار وجودی او و انتظار آثار خیر و نافع از او است. پس مرجو» بودن صالح در بین مردمش به این معنا است که او دارای رشد عقلی و کمال نفسانی و شخصیت خانوادگی بوده که همه امید داشته اند روزی از خیر او بهره مند شده و او منافی برای آنها داشته باشد، و از جمله «كنت فينا» بر می آید که آن جناب مورد امید عموم مردم بوده است. پس قوم ثمود به حضرت صالح امید داشتند که از افراد صالح این قوم باشد و با خدمات خود به مجتمع ثمود سود رسانی و این امت را به راه ترقی و تعالی وادار سازد ولی امروز به خاطر بدعتی که با دعوت خود کرد، از او مایوس شدند.

انگیزه آنها از این پرسش انکاری (أ تنهانا)، مذمت و ملامت آن حضرت بوده و این استفهام در مقام تعلیل جمله قبل است که حاصل هر دو جمله چنین می شود: علت مایوس شدن قوم ثمود از تو این است که این قوم را دعوت به توحید می کنی و از سنت بت پرستی که از سنتهای مقدس این مجتمع قومی ریشه دار بوده است، نهی می کنی. جمله «أ تنهانا أن نعبد ما يعبد آباؤنا» می فهماند که پرستش بت در ثمود سنتی مستمر بوده و از نیاکان آن قوم به ارث مانده است. «و إنا لفي شك مما تدعوننا إليه مريب» این جمله، حجت دوم قوم ثمود در رد دعوت صالح (ع) است، حجت

اولشان مضمون صدر آیه بود و حاصلش این بود که دعوت به رها کردن بت پرستی بدعتی است زشت که باعث می شود سنت دیرینه قوم ثمود به دست فراموشی سپرده شود و در نتیجه بنیان ملیت این قوم منهدم گشته و یاد و تاریخشان از بین برود، و به همین جهت بر ما نسل حاضر لازم است که این دعوت را رد نموده، از سنت آباء و اجدادی خود دفاع کنیم، و حجت دومشان این است که تو برای اثبات حقانیت دعوتت هیچ حجت روشنی نیاورده‌ای تا شک ما را مبدل به یقین کند در نتیجه ما هم چنان در باره دعوتی که می کنی در شکیم و با وجود این شک، نمی توانیم دعوتت را بپذیریم. کلمه «اراب» به معنای اتهام و سوء ظن است، مثلاً گفته می شود: فلان جریان مرا در باره فلان کس به شک و سوء ظن انداخته و باعث شده که من او را در گفته هایش متهم بدانم (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۴۶۴/۱۰-۴۶۵). در تفسیر منهج الصادقین آمده است: قوم گفتند که ای صالح بدرستی که تو در میان ما امید داشته شده بودی یعنی بتو امیدها داشتیم در باب خیر و صلاح و وصول منافع بما پیش از این که دعوی پیغمبری کنی یعنی چون نشانه رشد در تو می دیدیم و خصال حمیده در تو مشاهده می کردیم امیدواری داشتیم که تو را ملک خود و مستشار خود سازیم با امید بتو داشتیم که بدین ما متدین شوی حالا بدین سخن که می گویی امید ما از تو بریده گشت پس بر سبیل انکار گفتند که: آیا ما را نهی میکنی از آنکه می پرستیم و آن را که می پرستیدند پدران ما و بتحقیق که ما در شکیم از آن چه تو می خوانی ما را بسوی آن از توحید و ترک عبادت اصنام. ریه یعنی گمانی که نفس را مضطرب می سازد و دل را آرام نمی دهد و عقل را شوریده می گرداند زیرا پدران ما هرگز بر جهالت و ضلالت نبوده اند (کاشانی، ۱۳۳۶: ۴/۴۵۰). در تفسیر احسن الحدیث هم آمده است: جواب مشرکان به صالح آن بود که گفتند: پیش از این به تو امید داشتیم و می خواستیم از درایت و رشد تو استفاده کنیم ولی با این دعوت امیدمان به یأس مبدل است، آن وقت دو استدلال در رد دعوت او کرده اند اول آنکه تو می خواهی سنت دیرینه ما را که عبادت مستمر اصنام است بهم بزنی. دوم اینکه دلیلی بر نبوت نداری و ما در دعوت تو در شک هستیم. مراد از شک مریب ظاهراً شک تهمت آور و سوء ظن آور است یعنی شکمان وادار می کند که تو را متهم کنیم و سوء ظن داشته باشیم (قرشی، ۱۳۷۷: ۱۸/۵).

۴-۲- گمراهان

یکی دیگر از بارزترین مصادیق افراد مایوس و نا امید در قرآن مجید، گمراهان است آنجا که خداوند متعال می فرماید: قَالُوا بَشَرْنَاكَ بِالْحَقِّ فَلَا تَكُنْ مِنَ الْفَاطِنِينَ * قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ (حجر / ۵۶ و ۵۵).

فرشتگان در لباس میهمانانی ناشناخته پیش حضرت ابراهیم آمدند و به ایشان بشارت فرزندی دانا را دادند. حضرت ابراهیم که پیری خود و همسرش ساره را دید، تولد فرزند را بعید دانست و گفت: به چه چیز مرا بشارت می دهید؟ اما فرشتگان گفتند ما را به حق و از جانب خداوند بشارت دادیم پس از نا امیدان مباش (بهرامپور، ۱۳۸۷: ۲۶۵).

در این آیه نهی الهی (لا تکن)، نشانه انجام شدن عملی خلاف نیست بلکه گاهی نهی های قرآن برای پیش گیری است و عصمت انبیاء منافاتی با این هشدارهای الهی ندارد. علاوه بر این یکی از مصادیق ضالین و گمراهان که در نماز از آنها اعلام براءت می کنیم، افراد مایوس و نا امید می باشند (قرآتی، ۱۳۹۱: ۴/۴۶۵).

در اطیب البیان در تفسیر این آیه آمده است: و کیست ناامید باشد از رحمت پروردگار خود مگر گمراهان، زیرا کسی که خدا را به صفات کمال و جمال و جلال شناخته باشد و قادر و عالم بر همه چیز و حکیم علی الاطلاق بداند، چگونه ممکن است ناامید شود؟! آری گمراهان که خدا را شناخته و یا قادر بر همه چیز ندانسته یا در صفات الهی کوتاهی کرده اند ممکن است مایوس و ناامید باشند و ضلالت بمرجوع اعوجاج از صراط مستقیم تحقق پیدا می کند چه در باب توحید باشد یا عدل یا نبوت انبیاء، یا امامت ائمه، یا در خصوصیات معاد، یا در انکار ضروریات دین، یا مذهب حقه اثنی عشریه، یا بدعت در دین، باشد یا شک در یکی از این امور و لو اسم اسلام با شیعه بر او بگذارند (طیب، ۱۳۷۸: ۸/۵۲).

علامه طباطبایی نیز معتقد است: این جمله پاسخ ملائکه است به ابراهیم (ع)، یعنی تو آن را انکار مکن تا در زمره نا امیدان از رحمت خدا نباشی. ابراهیم (ع) هم در قبال سخن آنان بطور کنایه سخنشان را تأیید و به عنوان استفهام انکاری اعتراف نموده و فرموده: کیست که از رحمت پروردگار خود نومید شود جز گمراهان و چنین فهمانید که نومیدی از رحمت پروردگار از خصائص گمراهان است و من از گمراهان نیستم پس پرشتم پرسش یک نفر نومید که به خاطر نومیدی، فرزنددار شدن در این سنین را بعید بشمارد نیست (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۲/۲۶۸).

طبرسی هم در مجمع البیان می نویسد: ابراهیم گفت: چه کسی از رحمت و نعمت خداوند، مایوس می شود؟ مگر اینکه از حق بازگشته، گمراه شده باشد و بقدرت خداوند نسبت بخلق فرزند از زن و مرد پیر، جاهل باشد. از این سخن بر - می آید که ابراهیم مایوس نشده بود، لکن فرشتگان تصور می کردند که او مایوس شده است. از این رو ابراهیم با این سخن به آنها فهمانید که مایوس نشده است (طبرسی، ۱۳۶۰: ۱۳/۱۹۹).

۴-۳- پیکار کنندگان بر ضد مسلمانان از نصرت الهی

در این قسمت به یکی دیگر از مصادیق افراد نا امید اشاره می شود، آن گروهی که در مقابل مسلمانان می جنگند و در قبال آن جنگیدن هیچ امید و دلخوشی ندارند. آنجا که می فرماید: وَأَن تَهْتُوا فِي ابْتِغَاءِ الْقَوْمِ إِن تَكُونُوا تَأْلَمُونَ فَإِنَّهُمْ يَأْلَمُونَ كَمَا تَأْلَمُونَ وَتَرْجُونَ مِنَ اللَّهِ مَا لَا يَرْجُونَ وَكَانَ اللَّهُ

عَلِيمًا حَكِيمًا (نساء/۱۰۴) یعنی: و در جستجو و تعقیب آن گروه (کفار) سستی نوزید، اگر شما درد و رنج می کشید آنها نیز مانند شما درد و رنج می کشند و شما چیزی را از خدا امید دارید که آنها امید ندارند، و خدا همواره دانا و حکیم است.

علامه در تفسیر این آیه می گوید: کلمه «وهن» به معنای ضعف است؛ و کلمه «ابتغاء» به معنای طلب، و کلمه «الم» به معنای درد و ناراحتی و در مقابل لذت است و معنای جمله این است که: حال دو طایفه یعنی شما مسلمانان و طایفه کفار از نظر ناراحتی یکسان است. همانطور که شما ناراحت می شوید آنها نیز می شوند، و شما حال بدتری از حال دشمنان خود ندارید، بلکه شما مرفه تر و خوشبخت تر از کفارید. برای اینکه شما از ناحیه خدایان امید فتح و ظفر و امید مغفرت دارید. برای اینکه او ولی مؤمنین است؛ و شما نیز از مؤمنین هستید؛ و اما دشمنان شما مولایی ندارند و امیدی که دلگرمشان کند از هیچ ناحیه ای ندارند؛ و در نتیجه در عمل خود نشاط ندارند و کسی نیست که رسیدن آنان به هدف را ضمانت بکند، و خدای تعالی دانای به مصالح است و در امر و نهی که می کند حکیم است (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۵/۱۰۲)

طبرسی هم ذیل این آیه می نویسد: یعنی رنج کشیدن از درد و جراحت مختص شما نیست کفار نیز در این امر با شما شریکند. اگر به شما زخم و جراحتی وارد شود به آنان نیز همچون شما وارد می شود؛ و در همان حال خود را دلیر نشان می دهند و صبر می کنند. پس چه شده است شما را که مانند کفار صبور و مقاوم نیستید با این که شما به صبر کردن از آنان سزاوارترید؛ زیرا توجون من الله ما لا یرجون شما از خداوند امید دارید که در دنیا شما را بر آنان پیروز کند و در آخرت پاداش بسیار دهد ولی آنان در مقابل این جراحتهای امید هیچ گونه پاداشی ندارند (طبرسی، ۱۳۷۷: ۱/۶۵۶).

ایشان در مجمع البیان به نقل از ابن عباس، قتاده، مجاهد و سدی می گوید: اگر شما از زخم و جراحتهای دردمند شده و رنج می کشید، آنان نیز از زخم ها و جراحت ها - همچون شما - درد می کشند و رنج می برند؛ و توجون من الله ما لا یرجون با این تفاوت که شما از خداوند بزرگ امیدوارید که در این جهان به شما پیروزی و ظفر بخشد و بواسطه این سختی ها و دردها و زخم ها در عالم دیگر به شما پاداش دهد، ولی آنان در مقابل این جراحت ها و زخم ها امید هیچگونه پاداشی از جانب خداوند متعال ندارند، بنا بر این شما مردم مؤمن اگر به پاداش الهی یقین دارید و می دانید که این تعبها و مشقت ها بدون پاداش نمی ماند و تکذیب مشرکین بی اساس و بی دلیل است، وظیفه دارید که از آنها برای جنگ، شکیباتر و پایدارتر باشید (طبرسی، ۱۳۶۰: ۶/۲۶). در تفسیر منهج الصادقین نیز به ناامیدی کفار از خدا و امیدواری مسلمانان اشاره شده است: حق تعالی فرمود که سستی مکنید در طلب کفار اگر شما از جراحت ها دردمند شده اید پس بدرستی که کافران نیز دردمند و زخم خورده اند هم چنان که شما دردمندید و شما با وجود الم امید دارید از خدا آنچه که ایشان امید ندارند از ثواب آخرت و نصرت در دنیا. ضرر قتال بین هر دو گروه هست و مختص بشما نیست و مع ذلک شما امیدوارید از خدا بظاهر دین اسلام و استحقاق ثواب ولی عدو شما امید به این ندارند پس سزاوار آن است که رغبت و صبر شما در جنگ از ایشان بیشتر باشد کاشانی، ۱۳۳۶: ۳/۱۰۸)

۴-۴- ناامیدی شیطان

یکی از نام های شیطان که در قرآن مجید بکار رفته است، ابلیس می باشد. مراد از این کلمه، موجودی است زنده، با شعور، مکلف، نامرئی و فریبکار، که از امر خداوند سر پیچید و به آدم سجده نکرد، در نتیجه رانده شد و مستحق عذاب و لعن گردید. او در قرآن اکثراً بنام شیطان خوانده شده و فقط در یازده مورد ابلیس بکار رفته است. سوالی در این جا مطرح است که: آیا این کلمه اسم علم و نام مخصوص اوست و یا صفت است و بواسطه یأس از رحمت خدا، به او ابلیس گفته شده است؟ در این باره نظرات مختلفی وارد شده است که به برخی از آنها اشاره می شود:

قریشی در قاموس قرآن می گوید: در مجمع البیان آمده است: ابلیس نام غیر عربی است و قومی گفته اند که عربی است و از ابلاس مشتق است. در صحاح و قاموس آنرا عربی و از ابلاس گرفته اند و در قاموس عجمی بودن آن را نیز متحمل دانسته است. در صافی از حضرت رضا علیه السلام نقل شده: نام او حارث بوده، ابلیس نامیده شد زیرا که از رحمت خدا مأیوس گردید (قریشی، ۱۴۱۲: ۱/۲۲۶). در تفسیر بیان السعاده هم آمده است: ابلیس بر وزن افعیل از ابلس به معنی یئس است یعنی، از رحمت خدا نومید شد. یا از «ابلس» است یعنی، متحیر و نگران شد. یا از «ابلس» است یعنی، پشیمان شد، زیرا کاری کرده بود که سزاوار پشیمانی بود. یا از «ابلس» است به معنی ساکت شد و حجت او گسسته گردید. گویا به صورت مجرد استعمال نشده است گفته شده است که ابلیس اسم غیر عربی می باشد لذا، غیر منصرف است (گنابادی، ۱۳۷۲: ۱/۶۳۰).

شاید دلیل دیگری که اثبات می کند نام ابلیس به خاطر نا امید شدن شیطان از رحمت الهی و همچنین نا امید کردن بندگان، به او داده شده است، ترجمه کلمه «اغوا» باشد که در آیات ۱۶ اعراف (قَالَ فِيمَا اَغْوَيْنِي لَأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ) و ۳۹ حجر (قَالَ رَبِّ بِمَا اَغْوَيْتَنِي لَأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الْاَرْضِ وَلَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ) آمده است. برخی معتقدند «اغوا» به معنی نومید ساختن است، آنجا که ابلیس گفت «فبما اغوتني» یعنی: «پس قسم می خورم که به سبب آنچه مرا از رحمت خود نومید گردانیدی» و شاید بمعنی گمراه کردن باشد (لاهیجی، ۱۳۷۳: ۱۰/۲) و در بعضی از ترجمه ها نیز اغوا به معنی ناامید کردن ترجمه شده است مانند ترجمه آیتی: (گفت: حال که مرا نومید ساخته ای، من هم ایشان را از راه راست تو منحرف می کنم. (اعراف/ ۱۶) و) گفت: ای پروردگار من، چون مرا نومید کردی، در روی زمین بدبها را در نظرشان بیارایم و همگان را گمراه کنم (حجر/۳۹).

پس بطور خلاصه می توان گفت: ابلیس کلمه ای مفرد است و دارای دو جمع (ابالیس و ابالس) از ماده ی بلس و ابلاس گرفته شده است. معنای آن: ناامیدی، مأیوس شدن از رحمت خدا، تحبیر و سرگردانی، حزنی که از شدت یاس پیدا می شود و اندوهگین می باشد. ابلیس، کلمه عربی و اسم خاص است و معروف شده برای همان کسی که آدم را فریب داد و باعث بیرون شدن او و همسرش از بهشت گردید؛ و الان با تمام قدرت، خود و لشکریانش در کمین انسان های بی ایمان و سست عنصر، بلکه در کمین همه ی انسان ها بوده مگر بندگان مخلص، که از گمراه کردن آنان مأیوس است. ابلیس، موجودی است حقیقی و زنده، با شعور، مکلف، نامرئی و فریب کار، همان که از امر خدا سرپیچی نمود و هم اکنون هم مردم را اغوا می کند و بر انجام گناه و خلاف تشویق می نماید. چهره ی ابلیس، چهره ی تکبر و عصیان، نخوت و تمرد، خودخواهی و خود محوری و مظهر غرور و خودبرتربینی است. لفظ ابلیس، به صورت مفرد، یازده بار در قرآن آمده که جز دو مورد بقیه مربوط به خلقت آدم (ع) است. (خادمیان، ۱۳۹۵: ۴۷).

۴-۵- مسرفان

اسراف» به معنای تجاوز از حد در هر عملی است که کسی انجام دهد، هر چند که در خصوص خرج کردن مال مشهورتر است (راغب، ۱۴۱۲: ۴۰۷). «اسراف» در فرهنگ قرآنی، معنای وسیعی دارد که علاوه بر اسراف در مال، شامل اسراف در نفس و جان نیز می شود. بدین معنی که انسان در بهره گیری از استعدادها و ظرفیت های وجودی خود از حد اعتدال خارج شده و دچار افراط و تفریط گردد (قرآنی، ۱۳۹۱: ۱۸۷/۸).

کلمه «اسراف» در آیه ۵۳ سوره زمر چون با حرف «علی» متعدی شده، متضمن معنای جنایت و یا معنایی قریب به آن است و اسراف بر نفس تعدی بر نفس به جنایت کردن و به ارتکاب گناه است چه شرکت باشد و چه گناهان کبیره و چه گناهان صغیره (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۴۲۳/۱۷).

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ. (زمر/۵۳) بگو ای بندگانم که بر نفس خود ستم و اسراف کردید از رحمت خدا نومید مشوید که خدا تمامی گناهان را می آمرزد، زیرا او آمرزنده رحیم است. این آیه به گنهکار پشیمان بشارت می دهد و منظور از بندگان من که بر نفس خود اسراف و ستم کرده اند، همان گنهکاری هستند که به خود ستم کرده اند.

علامه در تفسیر این آیه می نویسد: خداوند به رسول خدا (ص) دستور می دهد که مشرکین و کفار را از طرف او و با لفظ «عبادی» به اسلام و به پیروی از قرآن دعوت کند و از عواقب اسرافشان بر نفس خود، یعنی از حسرت و ندامت روزی که حسرت و ندامت سود نمی دهد، بر حذر دارد؛ و این تعبیر (عبادی) به خاطر ترغیب آنان به پذیرفتن دعوت است و یاد آوری این نکته که ایشان عبد اویند و او مولای ایشان است پس مولی حق دارد که عبدش را به اطاعت و عبادت خود دعوت کند. قنوط» به معنای ناامیدی است، و مراد از «رحمت» در این آیه (به قرینه اینکه خطاب و دعوت در آن به گناهکاران است) مغفرت است یعنی رحمت مربوط به آخرت، نه رحمت اعم از دنیا و آخرت. جمله «إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا» هم نهدی از ناامیدی را تعلیل نموده و هم اعلام میدارد که تمامی گناهان قابل آمرزشند پس مغفرت خدا عام است، لیکن آمرزش گناهان هر کسی سبب می خواهد و آنچه که قرآن سبب مغفرت معرفی فرموده دو چیز است: یکی شفاعت و یکی هم توبه. پس طبق این آیه، خدا همه گناهان حتی شرکت را هم با توبه می آمرزد (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۴۲۳/۱۷-۴۲۵).

۴-۶- منکران آیات الهی و لقاء الله

کفاری که آیات خدا را - که دلالت بر دین حق و مخصوصا بر مساله معاد می کند منکر شدند، ایشان از رحمت خدا و بهشت ناامیدند، و غذایی دردناک دارند.

و الذین کفروا بآیات الله و لقاءه أولیک و من رحمتی و أولئک لهم عذاب أليم. (عنکبوت ۲۳) کسانی که در این دنیا آیات خدا را انکار می کنند و به معاد هم اعتقادی ندارند، در قیامت امیدوی به رحمت خداوند نداشته و برایشان عذابی درد ناک خواهد بود.

از اطلاق کلمه «آیات الله» برمی آید، مراد از آن تمامی ادله ای است که بر وحدانیت حق تعالی، و نبوت رسول خدا (ص) و حقانیت معاد دلالت دارد، چه آیات آفاقی، و چه معجزات نبوت، که یکی از آنها قرآن کریم است، پس کفر به آیات خدا به سبب عمومیتش شامل کفر به معاد نیز می شود، و اگر در عین حال دوباره کفر به لقاء خدا یعنی معاد را ذکر کرده به خاطر ذکر خاص بعد از عام است، و نکته اش اشاره به اهمیت ایمان به آن است، چون با انکار معاد، امر دین به کلی لغو می شود. مراد از رحمت، چیزی است که مقابل عذاب باشد، که قهرا شامل بهشت می شود.

علت اینکه در این آیه خداوند نسبت ناامیدی به منکران آیات الهی داده است، با این است که واقعا ناامید هم هستند، چون حیات آخرت را منکرند، و کسی که اصلا اعتقادی به آن ندارد، قهرا از سعادت ابدی و رحمت جاودانی نا امید است، و یا کنایه است از قضایی که خدا در باره بهشت مقدر فرموده، که هیچ کفاری داخل آن نشود (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۶/۱۷۷).

۴-۷- خوار شدگان

یکی دیگر از گروه هایی که در قرآن ناامید خوانده شده اند، کافران خوار و ذلیل می باشند آنجا که می فرماید:

لَيَقْطَعَنَّ طَرَفًا مِّنَ الَّذِينَ كَفَرُوا أَوْ يَكْبِتَهُمْ فَيَنْقَلِبُوا خَائِبِينَ. (آل عمران/۱۲۷) تا گروهی از کافران را هلاک گرداند یا ذلیل و خوار کند که از مقصود خود (که از میان بردن اسلام و مسلمین است) نا امید باز گردند.

قطع طرف کنایه است از کم کردن عده و تضعیف نیروی کار به کشتن و اسیر گرفتن، در جنگ بدر اتفاق افتاد، مسلمانان هفتاد نفر را کشتند، و هفتاد نفر دیگر را اسیر کردند، و کلمه «کبت» به معنای خوار کردن و به خشم در آوردن است. ایشان را کبت کند، یعنی خوار و خفیف نموده تلاش هایشان را بی ثمر سازد. جمله «لیس لك من الأمر شیء» جمله ای است معترضه، یعنی مساله قطع و کبت بدست خداوند است، و رسول خدا (ص) در آن دخالتی ندارد، تا وقتی بر دشمن پیروز شده و آنان را دستگیر نمودند، پیامبر را مدح کنند و عمل و تدبیر ایشان را بستایند، و بر عکس اگر مثل روز احد از دشمن شکست خوردند و گرفتار آثار شوم شکست شدند آن جناب را توبیخ و ملامت کنند، که مثلا امر مبارزه را درست تدبیر نکرد... (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۴/۱۳).

طبرسی نیز در این باره می گوید: ليقطع طرفا من الذين كفروا منظور این است که این کمک و یاری برای این بود که طایفه ای از مشرکان با قتل و اسارت نابود شوند. او یکبتهم یا آنان را با نا امید کردن از پیروزی بر شما ذلیل سازد و با شکست به خشم آورد. فینقلبوا خائبین تا پس از شکست، ناامید برگردند (طبرسی، ۱۳۷۷: ۴۸۳/۱).

البته در تفاسیر معانی دیگری نیز برای او ی تهم نقل شده که عبارتند از: آنها را با خسران و ناامیدی از پیروزی بر شما ذلیل سازد (قتاده و ربیع). آنها را با شکست و هزیمت از شر شما رفع کند (جایی و کلی). خداوند آنها را بر وی در اندازد. شما را بر آنها پیروز گرداند (مبرد). خداوند لعن کند آنان را (سدی). هلاک گرداند ایشان را (ابی عبیده). فینقلبوا خائین یعنی بی آنکه به هیچ وجه بازروی خود برسند ذلیل و ناامید برگردند (طبرسی، ۱۳۶۰: ۴/۳۴۲).

در تفسیر نور در ذیل این آیه آمده است: «ناامیدی دو گونه است: اگر کسی از اول نا امید باشد می گویند «یاس» دارد ولی اگر بعد از امیدواری نا امید شود می گویند «خائب» است و کلمه «خاب» از «خبیه» به معنای از دست دادن مطلوب و به هدف نرسیدن می باشد. پس طبق این آیه سران کفر یا باید به کلی ریشه کن شوند و یا خوار و ذلیل و مأیوس گردند؛ یعنی برخوردهای موضعی و موسمی اثری ندارد و وحدت و قدرت مسلمانان باید به گونه ای باشد که دشمن از آنان قطع امید کند. (قرائتی، ۱۳۹۱: ۶۰۲/۱).

۵- آثار و پیامدهای اخروی و دنیوی ناامیدی

۵-۱- تکیه بر اسباب ظاهری

نمونه بارز امید بستن به غیر از خداوند است، از مهمترین آیه ای که تکیه بر اسباب ظاهری را عامل ناامیدی میدانند این آیه است: «وَ إِذْ أُنعَمْنَا عَلَی الْإِنسَانِ أَعْرَضَ وَ نَأَىٰ بِجَانِبِهِ وَ إِذْ أَسَّهَ الشَّرُّ كَانُ يَؤُسًا» (اسراء: ۸۳) علامه طباطبایی این آیه و اینکه چگونه تکیه بر اسباب ظاهری باعث ناامیدی می شود را اینگونه توضیح می دهد: ما وقتی انعامی به انسان (که موجودی است واقع در مجرای اسباب) عطا می کنیم سرگرم به ظواهر اسباب شده و دل به آن می بندد و ما را فراموش می کند و شکر ما را به جای نمی آورد، وقتی مختصر شری به او برسد و در نتیجه خیری را از او بگیرد و یا جلوی اسباب خیر را ببندد دچار یاسی شدید و ناامیدی از خیر می گردد، چون او دل به اسباب داده بود و دارد از کار افتادن اسباب را می بیند چطور دچار ناامیدی نشود؟ آری او پروردگار خود را در اجرای این اسباب هیچ کاره می دانست. این آیه حال انسان های عادی را توصیف می کند که در محیط زندگی قرار گرفته که حاکم در آن عرف و عادت است، وقتی نعمت های الهی (از حال و جاه و فرزندان و چیزهای دیگر) به سویس سرازیر است و اسباب ظاهری هم سر سازگاری دارند همه امید و دلگرمی اش متوجه آن اسباب شده و دل به آنها می بندد و در دلش دیگر جای فارغی برای یاد خدا نمی ماند تا او را شکر بگزارد و به همین جهت وقتی شری به او می رسد و بعضی از نعمت های الهی از او سلب می شود به کلی از خیر مأیوس می گردد، چون جای دیگری را سراغ ندارد، همه امیدش اسباب ظاهری بود که آن هم روی ترش کرده و پشت کرده است. این حال غیر از حال یک انسان فطری است که ذهنش به عادت و رسوم مشوب نگشته و عرف و عادت در دلش هیچ نقشی را بازی نکرده و دخل و تصرفی ندارد. آری، انسانی که با تأیید الهی و یا به خاطر پیش آمدی، اسباب ظاهری را فراموش کرده به فطرت ساده خود برگشته همواره چشم امید به خدای خود دوخته، رفع گرفتاری ها را از او می خواهد نه از اسباب. پس آدمی دارای دو حال است یکی حال فطری که او را در هنگام گرفتاری و برخورد با شر هدایت به رجوع پروردگارش می کند و یکی حال عادی او که در آن حال اسباب ظاهری میان او و یاد پروردگارش حائل گشته دلش را از رجوع به خدا و یاد او و شکر او مشغول می سازد، آیه مورد بحث این حال دومی را وصف می کند نه حال اولی را (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۳، ص ۳۵۶) آیه دیگری که دلیل ناامیدی را توجه به اسباب ظاهری و مادی می داند این آیه است: «وَ إِذْ أَدَقْنَا الْإِنسَانَ رَحْمَةً فَرِحُوا بِهَا وَ إِن تَصْبِرْهُمْ سَيَبُوءُ بِمَا قَدَّمْتُ أَيْدِيَهُمْ إِذْ هُمْ يَقْنَطُونَ» (روم: ۳۶) که مراد از آیه شریفه بیان این نکته است که: مردم نظرشان از ظاهر آنچه از نعمت و نعمت می بینند فراتر نمی رود، باطن امر را نمی بینند، همین که نعمتی به دستشان می آید، خوشحال می شوند، بدون اینکه ببیندیشند این امر به دست خود آنان نیست و این

خدا است که به مشیت خود نعمت را به ایشان رسانده و اگر او نمی خواست نمی رسید و همین که نعمتی را از دست می دهند مایوس می شوند، توگویی خدا در این میان هیچ کاره است و از دست رفتن نعمت به اذن خدا نبوده، پس این مردم ظاهرین و سطحی اند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۶، ص ۲۷۵).

۵-۲- انتخاب اهداف اشتباه

برخی افراد این گونه نیست که هیچ هدفی را در زندگی نداشته باشند ولی اهدافی را انتخاب کرده اند که نادرست است، از مهم ترین اهداف نادرست می توان به موارد زیر اشاره کرد:

۵-۲-۱- محدود شدن به اهداف دنیایی؛

امروزه شاهد هستیم که بسیاری از انسان ها خصوصاً در جوامع غربی از نظر دنیایی به اهداف بزرگی دست پیدا کرده اند و در این دنیا دچار هیچ فقدانی نیستند اما با این حال از ناامیدی و افسردگی رنج می برند. ونگ معتقد بود بسیاری از افراد در میان سالی گرفتار احساس ناامیدی و بیهودگی می شوند همچنین همه بیماران او اصولاً از احساس پوچی رنج میبردند، زیرا برای این افراد زندگی معنی خود را از دست داده بود. یونگ هر چه بیشتر دوره میان سالی را تحلیل کرد بیشتر معتقد شد که این تغییرات اساسی در شخصیت گریز ناپذیر و همگانی است؛ این تغییرات به این علت روی می دهند که افراد میانسال در برآورده کردن ضروریات زندگی خیلی موفق بوده و انرژی زیادی را صرف فعالیت های آماده سازی نیمه اول زندگی کرده بودند اما در چهل سالگی این آماده سازی به اتمام رسیده بود و آن چالش ها برآورده شده بودند، در حالی که آنها هنوز انرژی زیادی داشتند؛ یونگ معتقد بود در میانسالی تمایلات ما باید از مسائل مادی به مسائل معنوی فلسفی و شهودی تغییر یابد (شولتز، ۲۰۱۳، ص ۱۶۶) مهم ترین دلیل این رویداد انتخاب دنیا به عنوان هدف مهم این افراد است که قرآن کریم نیز انتخاب این نوع هدف را از نشانه های ضلالت و کفر شمرده است: «الَّذِينَ يَسْتَجِيبُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا عَلَى الْآخِرَةِ وَيَصُدُّونَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ وَيَبْغُونَهَا عِوَجًا أُولَئِكَ فِي ضَلَالٍ بَعِيدٍ» (ابراهیم: ۳) همچنین انسانی که در زندگی خود هدف مشخصی را ندارد در زندگی دچار یکنواختی است و احساس عدم پیشرفت دارد که این خود ناامیدی را در پی دارد.

۵-۲-۲- امیدهای طولانی، حرص و طمع؛

در آموزه های دینی از آرزوهای دراز به دلیل آثار و پیامدهای شوم آن به عنوان آرزوهای دروغین و غیرمنطقی تعبیر و نکوهش شده است (قائمی، ۱۳۹۲، ص ۸) و این یاد آور تعبیر استاد مطهری است که می فرمایند: آرزوهای بی نظم و قاعده همان هایی است که در زبان دین آمال شیطانی نامیده شده همان هایی است که آدمی را می فریبد و وقت و عمر او را تپاه می سازد (مطهری، ۱۳۷۲، ص ۱۸۰) امام علی علیه السلام می فرماید از آرزوهای دراز بپرهیزید که زیبایی های الهی را از نظر شما میبرد و آنها را نزد شما کوچک میکند و به کاستن از سپاس فرا می خواند (غررالحکم و درر الکلم، ج ۲:۶۶۵۴). بنا به تعبیر امام علی علیه السلام یکی از آفت های امید جهت رسیدن به هدف، وجود آرزوهای غیرمنطقی و امیدهای دروغین و بی اساس است. امامعلی علیه السلام در این زمینه با نهدی از تکیه کردن در آرزوهای بی سرانجام که از مهم ترین دلایل به وجود آمدن یاس و ناامیدی در انسان است میفرماید: «از تکیه کردن بر آرزوها بپرهیزید که همانا سرمایه احمقان و مانع خیر دنیا و آخرت است» (نهج البلاغه، نامه ۳۱).

۵-۲-۳- انتخاب اهداف مشکل؛

تعیین اهدافی که بسیار دشوار یا غیرممکن است، به افسردگی منجر می شود (بهاری، ۱۳۸۸، به ۱ نقل از پرچم، ۱۳۹۰، ص ۱۲) کمال گرایان از جمله افرادی هستند که زمینه ناامیدی در آنها وجود دارد زیرا اهدافی را انتخاب می کنند که دست نیافتنی یا رسیدن به آن همراه مشقت و رنج بسیار خود و اطرافیان شان است و وقتی هم که به آن هدف مورد نظر نرسند دچار ناامیدی می شوند؛ در حالی که خداوند میفرماید: «لَا يَكْلِفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا، لَهَا مَا كَسَبَتْ وَ عَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ» (بقره، ۲۸۶) یعنی ظرفیت انسان محدود است و باید مطابق با ظرفیتش از خود انتظار داشته باشد.

۵-۲-۴- انتظار تعمیم یافته برای شکست

اگر فرد در دستیابی به هدف موفق نشود، به ناارزنده سازی هدف شروع کرده و یا ناتوانی خود را برای موفقیت زیر سؤال می برد؛ به همین دلیل انتظار تعمیم یافته ای در او شکل می گیرد که هرگز نمی تواند به اهداف مطلوب خود در زندگی دست یابد (پرچم، ۱۳۹۰، ص ۱۳) از دلایل ناامیدی که زیرمجموعه انتظار تعمیم یافته برای شکست قرار می گیرد عدم نگاه تکلیف گرایانه به مسائل است؛ اگر انسان به دنبال رسیدن به هدفی باشد و در عین حال به این نکته دقت داشته باشد که تمام اعمال و رفتار او توسط خداوند ثبت و ضبط میشود، در این صورت حتی اگر به هدف مورد نظر نیز نرسد دچار ناامیدی نمی شود «فَمَنْ يَعْمَلْ مِنَ الصَّالِحَاتِ وَ هُوَ مُؤْمِنٌ قَالَ كُفْرَانٌ لِسَعْيِهِ» (انبیاء: ۹۴) البته آیه قرآن دو شرط اساسی ایمان به خداوند و عمل صالح را دو رکن اساسی ثبت و ضبط اعمال میدانند، همچنین در آیه مشابه دیگر خداوند میفرماید: «وَ مَنْ أَرَادَ الْآخِرَةَ وَ سَعَىٰ لَهَا سَعْيَهَا وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَئِكَ كَانَ سَعْيُهُمْ مَشْكُورًا» (اسراء: ۱۹) همان طور که در آیات مذکور مشخص است اعمال و رفتار انسان که در راستای رسیدن به هدف

است را مآجور دانسته نه تنها رسیدن به خود هدف. یکی از دلایل دیگر نیز که زیر مجموعه همین دلیل قرار می گیرد فراموشی موفقیت های گذشته است (یا أَيُّهَا النَّاسُ اذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ) (فاطر: ۳).

۵-۲-۵- کم ظرفیتی، فقدان شرح صدر و نداشتن مهارت صبر

در قرآن کریم یکی از دلایل ناامیدی را فقدان شرح صدر و به دنبال آن نداشتن مهارت صبر میدانند: «وَلَيْنَ اَذَقْنَا الْاِنْسَانَ مِثْرًا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَاهَا مِنْهُ اِنَّهُ لَكَيْفُوسٌ كَفُورٌ» (۹) و لَئِنْ اَذَقْنَاهُ نِعْمَاءَ بَعْدَ ضَرَاءٍ مَسَّتَهُ لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي اِنَّهُ لَفَرِحٌ فَخُورٌ (۱۰) اِلَّا الَّذِيْنَ صَبَرُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ اُولَئِكَ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَاَجْرٌ كَبِيرٌ (۱۱) «(هود، ۹-۱۱) در تفسیر نمونه این آیات اینگونه تفسیر شده: در آیات فوق سه حالت مختلف از حالات روحی مشرکان و گناهکاران ترسیم شده که در ضمن آن چهار وصف برای آنان آمده است: نخست اینکه آنها در برابر قطع نعمت ها بیوس بسیار ناامید و دیگر اینکه کفور یعنی بسیار ناسپاس اند؛ و به عکس هنگامی که غرق نعمت می شوند، یا حتی مختصر نعمتی به آنها می رسد از خوشحالی دست و پای خود را گم کرده و چنان ذوق زده و غرق لذت و نشاط می گردند که از همه چیز غافل می شوند و این سرمستی از باده لذت و غرور، آنها را به فساد و تجاوز از حدود الهی می کشاند. دیگر اینکه فخور یعنی در موقع نعمت بسیار متکبر و خود برتر بین و فخر فروش می شوند. به هرحال این صفات چهارگانه همه پدیده هایی هستند از کوتاهی فکر و کمی ظرفیت و این ها اختصاص به گروه معینی از افراد بی ایمان و آلوده ندارد، بلکه یک سلسله اوصاف عمومی برای همه آنها است. ولی مردم با ایمان که روحی بزرگ و فکری بلند و سینه ای گشاده و ظرفیتی وافر دارند، نه دگرگونی های روزگار آنها را تکان می دهد، نه سلب نعمت ها آنان را به ناسپاسی و ناامیدی می کشاند و نه روی آوردن نعمت ها آنها را در غرور و غفلت فرو می برد. لذا در آخرین آیه که از این به عنوان یک استثنا یاد می کند به جای کلمه ایمان، صبر و استقامت را بکار می برد. نکته دیگری که باید به آن توجه کرد این است که در هر دو مورد هم مورد سلب نعمت پس از اعطای آن و هم مورد اعطای نعمت پس از سلب آن تعبیر به (اذقنا) که از ماده اذقه و به معنی چشانیدن است شده، اشاره به اینکه آنها به قدری کم ظرفیت اند که حتی اگر مختصر نعمتی به آنها داده شود و سپس آن را از آنها بگیریم داد و فریاد و ناسپاسی شان بلند می شود و نیز اگر بعد از ناراحتی ها مختصر نعمتی به آنها برسد چنان ذوق زده می شوند که سر از پا نمی شناسند! جالب اینکه در آیه اول نعمت را با کلمه (رحمت) بیان کرده و در آیه دوم با همان کلمه (نعمت) و این ممکن است اشاره به آن باشد که نعمت های الهی همه از طریق تفضل و رحمت خدا به انسان می رسد، نه از طریق استحقاق و اگر بنا بود نعمت ها جنبه استحقاقی پیدا کند گروه کمی مشمول آن می شدند، یا هیچ کس مشمول آن نمی شد (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۲۰، ص ۴۸۱).

۵-۲-۶- مستحق و مالک نعمت ها دانستن

علامه طباطبایی در تفسیر آیات فوق (هود: ۹-۱۱) به دلیل دیگر ناامیدی اشاره کرده است و می فرماید: در این آیه رحمت به جای نعمت به کار رفته، با اینکه نعمت چشیدنی است نه رحمت و جا داشت بفرماید: «ولئن اذقنا الانسان منا نعمة» و اگر اینطور نفرمود، برای این است که اشاره کند به اینکه هر نعمتی که خدای تعالی به انسان می دهد مصداقی از رحمت خدا است، زیرا حاجتی از انسان را برطرف می سازد، در حالی که خود انسان استحقاق آن را ندارد و طلبکار از خدای تعالی نیست؛ و معنای آیه این است: اگر ما به انسان چیزی از نعمت هایی که انسان، منتعم به آن است بدهیم و سپس از او نزع کنیم و بگیریم، دچار یاس شده به شدت ناامید می گردد تا این حد که گویی بازگشت مجدد آن نعمت را غیرممکن می داند، آنگاه به کفران نعمت ما می پردازد، توگویی خود را طلبکار ما در آن نعمت می دانسته و آن را حق ثابت خود می پنداشته که ما محکوم به دادن آن هستیم و گویا اصلا ما را مالک آن نعمت نمی دانسته، پس انسان طبیعتاً به گونه ای است که هنگامی چیزی از او گرفته می شود مأیوس شده و کفر می ورزد (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۸، ص ۱۰۰).

۵-۲-۷- نداشتن سبک زندگی صحیح

افرادى هستند که دارای اهداف مشخص و با ارزش هستند و برای رسیدن به این اهداف تلاش نیز می کنند ولی بخاطر نداشتن سبک زندگی صحیح تلاش های آنها بی نتیجه می ماند و به اهداف خودشان به درستی نمی رسند، به عبارت دیگر این دسته افراد در حوزه رفتاری دچار مشکل هستند. در منابع اسلامی روایاتی داریم که برنامه زندگی را برای ما مشخص کرده اند؛ از جمله روایت امام علی علیه السلام که می فرماید: «لِلْمُؤْمِنِ ثَلَاثُ سَاعَاتٍ: فَسَاعَةٌ بِنَاجِي فِيهَا رَبُّهُ، وَسَاعَةٌ بِرُمِّ مَعَاشِهِ، وَسَاعَةٌ يُخَلِّي بَيْنَ نَفْسِهِ وَبَيْنَ لَذَّتْهَا فِيمَا يَحِلُّ وَ يَجْمَلُ. وَلَيْسَ لِلْعَاقِلِ اَنْ يَكُونَ شَاخِصًا لِاَلْفِى ثَالِث: مَرَمَّةٌ لِمَعَاشٍ، اَوْ حَطْوَةٌ فِي مَعَادٍ، اَوْ لَذَّةٌ فِي غَيْرِ مُحَرَّمٍ» (نهج البلاغه، حکمت ۳۹۰) انسان با ایمان ساعات شبانه روز خود را به سه بخش تقسیم می کند: قسمتی را صرف مناجات با پروردگارش و قسمت دیگری را برای ترمیم معاش و کسب و کار زندگی قرار می دهد و قسمت سوم را برای بهره گیری از لذات حلال و دلپسند می گذارد و سزاوار نیست که انسان عاقل حرکتش جز در سه چیز باشد: مرمت معاش، گامی در راه معاد و لذت در غیر حرام. از این روایت و روایت های مشابه دیگر مشخص می شود که باید در زندگی انسان یک نظمی حاکم باشد تا بتواند به اهداف خود برسد؛ اما نکته مهمی که در این نوع روایات وجود دارد اهتمام به مسئله تفریح است؛ امام کاظم علیه السلام می فرماید: «اجتهدوا فی اَنْ یَكُونَ

زَمَانُكُمْ أَرْبَعٌ سَاعَاتٍ سَاعَةٌ لِمُنَاجَاةِ اللَّهِ وَ سَاعَةٌ لِأَمْرِ الْمَعَاشِ وَ سَاعَةٌ لِمُعَاشَرَةِ الْإِخْوَانِ وَ الثَّقَاتِ الَّذِينَ يَعْرِفُونَكُمْ عِيُوبَكُمْ وَ يُخْلِصُونَ لَكُمْ فِي الْبَاطِنِ وَ سَاعَةٌ تَخْلُونَ فِيهَا لِلذَّاتِكُمْ فِي غَيْرِ مُحَرَّمٍ وَ يَهْدِيهِ السَّاعَةُ تَقْدِرُونَ عَلَى الثَّلَاثِ سَاعَاتٍ» (ابن شعبه حرانی، ۱۴۰۴، ص ۴۰۹) بکشید که اوقات شبانه روزی شما چهار قسمت باشد: ۱ - قسمتی برای مناجات با خدا، ۲ - قسمتی برای تهیه معاش، ۳ - قسمتی برای معاشرت با برادران و افراد مورد اعتماد که عیب های شما را به شما می فهمانند و در دل به شما اخلاص می ورزند ۴ - و قسمتی را هم در آن خلوت کنید برای درک لذت های حلال) و تفریحات سالم و به وسیله انجام این قسمت است که بر انجام وظایف آن سه قسمت دیگر توانا می شوید. این روایت به صراحت نقش مهم تفریح را در امور دیگر زندگی بیان کرده به این معنا که اگر فردی به تمام امور زندگی اش اهتمام داشته باشد ولی از تفریحات سالم غافل باشد در زندگی خود دچار مشکل می شود.

۱- راه های پیشگیری و درمان ناامید درمان بیماری های روانی به دو صورت رفع عوامل و روش های مستقل انجام می شود. با رفع عواملی که در شکل گیری ناامیدی دخیل هستند، فرد تا حدی زیادی می تواند امید خود را بازیابی کند.

الف) معنا دهی به زندگی؛ اگر برای یک انسان نا امید زندگی معنا پیدا کند می تواند امیدوارانه به زندگی خود ادامه دهد؛ همانطور که اشاره شد ناامیدی با بی معنا بودن زندگی ارتباط مستقیمی دارد، معنا دهی به زندگی شامل هستی شناسی درست است؛ اعتقاد به توحید و یک پناهگاه قوی، امیدواری را برای یک انسان نا امید به ارمغان می آورد؛ در بیشتر مواقع ناامیدی همراه با یک احساس تنهایی است لذا اعتقاد به توحید و داشتن یک پناهگاه واقعی میتواند روح امید را زنده کند.

ب) انتخاب هدف یا اهداف صحیح؛ از موارد مهم دیگری است که زیرمجموعه معنا دهی میباشد؛ یک انسان نا امید گاهی یا هدف مهمی در زندگی ندارد یا اهداف او صحیح نیست، انتخاب تعدادی از اهداف قابل دسترس در مرتبه اول و بعد از آن انتخاب اهداف مهم تر موجب انگیزه برای فرد نا امید و در نتیجه امیدواری را به ارمغان می آورد.

ج) توکل و امید داشتن به خداوند؛ همانطور که در عوامل ناامیدی گذشت برخی افراد تنها امید و در بستگی شان به نعمت ها و اسباب ظاهری است بخاطر همین وقتی نعمت های الهی به سوی آنها سرازیر میشود همه امید و دلگرمی شان متوجه آن اسباب شده و دل به آنها می بندد و به همین جهت وقتی شری به آنها می رسد و بعضی از نعمت های الهی سلب می شود مأیوس می گردند زیرا همه امیدشان به اسباب ظاهری بود و جای دیگری را سراغ ندارند، اعتقاد این افراد باید بررسی و بازسازی شود به گونه ایی که در زمان گرفتاری و گرفته شدن این اسباب همواره چشم امید به خداوند داشته باشند و فقط از او طلب یاری کنند.

د) بینش صحیح نسبت به بلاها و مصائب؛ همانطور که گذشت یکی از عوامل مهم ناامیدی مبتلا شدن فرد به بلا و مصیبت و عدم بینش صحیح است؛ اینگونه افراد اگر فلسفه بلاها را درک کنند از ناامیدی رهایی پیدا کرده و به زندگی عادی خود بر می گردند. همانطور که گذشت بلا و مصیبت لازمه این دنیا و باعث رشد و شکوفایی استعداد افراد است، امام صادق علیه السلام میفرماید: «أَنَّ فِي كِتَابِ عَلِيٍّ إِنَّ أَشَدَّ النَّاسِ بَلَاءَ النَّبِيِّونَ ثُمَّ الْوَصِيُّونَ ثُمَّ الْأَمْثَلُ فَالْمَثَلُ وَ إِنَّمَا يُبْتَلَى الْمُؤْمِنُ عَلَى قَدْرِ أَعْمَالِهِ الْحَسَنَةِ فَمَنْ صَحَّ دِينُهُو حَسَنَعَمَلُهُ أَشَدَّ بَلَاءُهُو ذَلِكَ أَنَّ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ لَمْ يَجْعَلِ الدُّنْيَا ثَوَابًا لِمُؤْمِنٍ وَ لَأَعْقَابَهُ لِكَافِرٍ مَنْ سَخَفْدِينُهُو ضَعَفَعَمَلُهُ قَلَّ بَلَاءُهُو أَنْ الْبَلَاءُ أَسْرَعُ إِلَى الْمُؤْمِنِ التَّقِيَّ مِنَ الْمَطَرِ إِلَى قَرَارِ الْأَرْضِ» (کلینی، ۱۴۲۹، ج ۲، ص) یعنی شدیدترین بلاها در بین آفریدگان، نخست به پیامبران و سپس به اوصیاء می رسد و بعد از آن به افرادی که مثل و شبیه ترین مردم به آنها هستند می رسد. مؤمن به مقدار نیکی هایش آرموده می شود. هر که دینش درست و کارش نیک باشد، بلایش شدیدتر است، زیرا خدای عزوجل دنی ارا برای پاداش مؤمن و وسیله عذاب کافر قرار نداد؛ اما آنکه دینش نادرست و کارش سست باشد، بلایش اندک است. بلا به انسان مؤمن پرهیزکار زودتر می رسد تا باران به سطح زمین.

ه) انجام فنون شناختی روانشناسی؛ به اصلاح خطاهای شناختی در فرد نا امید می پردازد. در این روش بیمار با بررسی کیفیت و راستی آزمایی شواهد، تحریف های شناختی را به محک تجربه گذاشته و در نهایت، رویکرد محدود با سوگیری منفی در وی به چالش کشیده می شود و به شناخت های منطقی و معقول دست می یابد؛ خطاهای شناختی باعث تأیید باورهای منفی می شوند؛ به این صورت که افراد در فرایند پردازش طرحواره ای، به طور انتخابی به اطلاعات همخوان با مفاهیم یا باورهای زیربنایی توجه می کنند، چنین اطلاعاتی را بیشتر به یاد می آورند، برای آنها ارزش بیشتری قائل می شوند، بیشتر به دنبال چنین اطلاعاتی اند و اتفاقاً چنین اطلاعاتی را بیشتر به دست می آورند. هدف شناخت درمانی آن است که با کمک به بیمار در شناسایی و آرمودن این شناخت های منفی، از عود آنها پیشگیری و راه های دیگری برای اندیشیدن پیدا کند که انعطاف پذیر و مثبت باشد و سرانجام، واکنش های جدید شناختی و رفتاری را تمرین کند (محرمی و همکاران، ۱۳۹۵، ص ۴۵۴).

۶- راههای پیشگیری و درمان ناامیدی

درمان بیماری های روانی به دو صورت رفع عوامل و روش های مستقل انجام می شود. با رفع عواملی که در شکل گیری ناامیدی دخیل هستند، فرد تا حدی زیادی می تواند امید خود را بازیابی کند.

الف) معنا دهی به زندگی؛ اگر برای یک انسان نا امید زندگی معنا پیدا کند می تواند امیدوارانه به زندگی خود ادامه دهد؛ همانطور که اشاره شد ناامیدی با بی معنا بودن زندگی ارتباط مستقیمی دارد، معنا دهی به زندگی شامل هستی شناسی درست است؛ اعتقاد به توحید و یک پناهگاه قوی، امیدواری را برای یک انسان نا امید به ارمغان می آورد؛ در بیشتر مواقع ناامیدی همراه با یک احساس تنهایی است لذا اعتقاد به توحید و داشتن یک پناهگاه واقعی میتواند روح امید را زنده کند.

ب) انتخاب هدف یا اهداف صحیح؛ از موارد مهم دیگری است که زیرمجموعه معنا دهی می باشد؛ یک انسان نا امید گاهی یا هدف مهمی در زندگی ندارد یا اهداف او صحیح نیست، انتخاب تعدادی از اهداف قابل دسترس در مرتبه اول و بعد از آن انتخاب اهداف مهم تر موجب انگیزه برای فرد نا امید و در نتیجه امیدواری را به ارمغان می آورد.

ج) توکل و امید داشتن به خداوند؛ همانطور که در عوامل ناامیدی گذشت برخی افراد تنها امید و در بستگی شان به نعمت ها و اسباب ظاهری است بخاطر همین وقتی نعمت های الهی به سوی آنها سرازیر میشود همه امید و دلگرمی شان متوجه آن اسباب شده و دل به آنها می بندد و به همین جهت وقتی شری به آنها می رسد و بعضی از نعمت های الهی سلب می شود مأیوس می گردند زیرا همه امیدشان به اسباب ظاهری بود و جای دیگری را سراغ ندارند، اعتقاد این افراد باید بررسی و بازسازی شود به گونه ایی که در زمان گرفتاری و گرفته شدن این اسباب همواره چشم امید به خداوند داشته باشند و فقط از او طلب یاری کنند.

د) بینش صحیح نسبت به بلاها و مصائب؛ همانطور که گذشت یکی از عوامل مهم ناامیدی مبتلا شدن فرد به بلا و مصیبت و عدم بینش صحیح است؛ اینگونه افراد اگر فلسفه بلاها را درک کنند از ناامیدی رهایی پیدا کرده و به زندگی عادی خود بر می گردند، همانطور که گذشت بلا و مصیبت لازمه این دنیا و باعث رشد و شکوفایی استعداد افراد است، امام صادق علیه السلام میفرماید: «ان فی کتاب علی ان اشد الناس بلاء النبیین ثم الوصیون ثم المثل فالمثل و انما یبتلی المؤمن علی قدر اعماله الحسنه فمن صح دینهو حسنه له اشد بلاءه و ذلک ان الله عزوجل لم یجعل الدنیا ثواباً للمؤمن و لا عقوبه لکافر و من سخط دینهو ضعه له قل بلاءه و ان البلاء اسرع الی المؤمن التقی من المطر الی قرار الارض» (کلینی، ۱۴۲۹، ج ۲، ص ۲۵۹) یعنی شدیدترین بلاها در بین آفریدگان، نخست به پیامبران و سپس به اوصیاء می رسد و بعد از آن به افرادی که مثل و شبیه ترین مردم به آنها هستند می رسد. مؤمن به مقدار نیکی هایش آرموده میشود. هر که دینش درست و کارش نیک باشد، بلایش شدیدتر است، زیرا خدای عزوجل دنی ارا برای پاداش مؤمن و وسیله عذاب کافر قرار نداد؛ اما آنکه دینش نادرست و کارش سست باشد، بلایش اندک است. بلا به انسان مؤمن پرهیزکار زودتر می رسد تا باران به سطح زمین.

ه) انجام فنون شناختی روانشناسی؛ به اصلاح خطاهای شناختی در فرد نا امید می پردازد. در این روش بیمار با بررسی کیفیت و راستی آزمایی شواهد، تحریف های شناختی را به محک تجربه گذاشته و در نهایت، رویکرد محدود با سوگیری منفی در وی به چالش کشیده می شود و به شناخت های منطقی و معقول دست می یابد؛ خطاهای شناختی باعث تأیید باورهای منفی می شوند؛ به این صورت که افراد در فرایند پردازش طرحواره ای، به طور انتخابی به اطلاعات همخوان با مفاهیم یا باورهای زیربنایی توجه می کنند، چنین اطلاعاتی را بیشتر به یاد می آورند، برای آنها ارزش بیشتری قائل می شوند، بیشتر به دنبال چنین اطلاعاتی اند و اتفاقاً چنین اطلاعاتی را بیشتر به دست می آورند. هدف شناخت درمانی آن است که با کمک به بیمار در شناسایی و آزمودن این شناخت های منفی، از عود آنها پیشگیری و راه های دیگری برای اندیشیدن پیدا کند که انعطاف پذیر و مثبت باشند و سرانجام، واکنش های جدید شناختی و رفتاری را تمرین کند (محرمی و همکاران، ۱۳۹۵: ۴۵۴).

۷- نتیجه گیری

شخصیت هر انسانی نیاز به یک انرژی روانی دارد که اگر این انرژی روانی برای فرد وجود نداشته باشد نمی تواند به زندگی روزمره خود ادامه دهد یکی از عوامل مهمی که جلوی این انرژی روانی را میگیرد ناامیدی است. از بنیادی ترین عواملی که موجب ناامیدی می شود باور و ایمان نداشتن به توحید است، انسانی که اعتقاد به توحید ندارد چشم امیدش به عوامل و اسباب ظاهری دنیا است و با از بین رفتن این اسباب در زندگی امید خود را به طور کل از دست می دهد؛ همچنین در صورتی که انسان فلسفه بلاها و مصائب را نداند با نزول مشکلات در زندگی اش و فقدان شرح صدر و نداشتن مهارت صبر مستعد ناامیدی خواهد شد. نداشتن هدف یا اهداف مهم در زندگی و یا انتخاب اهداف مشکل و داشتن امیدهای طولانی و حرص و طمع نیز باعث بروز ناامیدی می شود زیرا انسانی که هدف ندارد یا اهداف نامناسبی را انتخاب کرده به مرور زمان به روزمرگی دچار شده و خود را کم ارزش می داند. اگر انسان تکلیف گرا نباشد یعنی افعال خود را برای خداوند انجام ندهد و فقط برای رسیدن به نتیجه تلاش کند با

نرسیدن به یک هدف مستعد ناامیدی است؛ برعکس انسانی که تمام افعال خود را برای خدا انجام دهد و نیت خود را خالص کند اگر در رسیدن به هدف دچار مشکل شود یا آنطور که میخواست کارها پیش نرود دچار ناامیدی نمی شود زیرا می داند اعمال او نزد خداوند ثبت و ضبط شده و در قبال این اعمال پاداش دریافت میکند پس مشخص میشود عدم اعتقاد به معاد نیز از عوامل مهم در بروز ناامیدی است. نکته قابل توجه این که اگر انسان مراقب تمام این عوامل باشد اما در سبک زندگی خود برنامه ریزی صحیحی نداشته باشد به اهداف خود نرسیده و هر چقدر هم که سطح اعتقاداتش بالا باشد ناامید خواهد شد.

۸- منابع

- قرآن کریم
- نهج البالغه
- شاهسواری، زهرا (۱۳۹۶) « بررسی تأثیر معنادرمانی گروهی (با رویکرد دینی) بر پرخاشگری و ناامیدی نوجوان » فصلنامه خانواده و پژوهش شماره ۳
- ابن شعبه حرانی، حسن بن علی (۱۴۰۴)، « تحف العقول »، قم، جامعه مدرسین
- پرچم، اعظم و همکاران (۱۳۹۰) « بررسی تطبیقی ناامیدی در نظریه قرآن و اشنایدر»، مطالعات اسلامی: علوم قرآن و حدیث، سال ۴۳، شماره پیاپی ۸۷/۳، پاییز و زمستان ۱۳۹۰، ص ۱۰۸-۸
- تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد (۱۴۱۰) « غررالحکم و دررالکلم»، قم، دارالکتاب السالمی
- حرعاملی، محمد بن حسن (۱۳۸۰)، « جهاد النفس وسائل الشیعۀ»، ترجمه علی افراسیابی، قم، نهانوندی
- خراسانی، علی (۱۳۸۷) « آخرت سرای پایدار»، قم، بوستان کتاب قم (انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم)
- شولتز، دوان پی و همکاران (۱۳۹۸) « نظریه های شخصیت » (ویراست دهم)، ترجمه یحیی سید محمدی، تهران، نشر ویرایش
- طباطبایی، سید محمد حسین (۱۳۷۴)، «المیزان فی تفسیر القرآن»، ترجمه محمد باقر موسوی، قم، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، دفتر انتشارات اسلام
- قائمی، مرتضی و همکاران (۱۳۹۲) «عوامل ناامیدی و راهبردهای انگیزشی نهج البالغه در درمان آنها» فصلنامه پژوهشنامه نهج البالغه، سال اول، شماره ۱، بهار ۱
- کالنتری، مهرداد و همکاران (۱۳۹۴) « الگوی تحول در روانشناسی»، مطالعات تحول در علوم انسانی، سال دوم، شماره ۴
- کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۲۹)، « الکافی»، قم، دارالحدیث
- محرمی، جعفر و همکاران (۱۳۹۵) « بررسی اثر بخشی درمان شناختی - رفتاری بر ناامیدی و بی لذتی دانشجویان مبتال به افسردگی »، فرهنگ در دانشگاه اسلامی ۲۰، سال ششم، شماره ۳، پاییز ۱
- مطهری پور، مرتضی و همکاران (۱۳۹۶) « ساختار معنایی امید در آیات قرآن کریم»، فصلنامه مطالعات تفسیر، سال هشتم، زمستان ۱۳۹۶، شماره ۳۲، ص ۸۰-۵
- مطهری، مرتضی (۱۳۷۷) «مجموعه آثار شهید مطهری» تهران_قم، صدرا
- مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۷۱)، « تفسیر نمونه»، تهران، دارالکتاب السالمیه-
- نجاتی، وحید و همکاران (۱۳۹۳) « ویژگیهای روان سنجی و ساختار عاملی مقیاس ناامیدی کودکان و نوجوانان»، اندیشه و رفتار، دوره ۹، شماره ۳
- وست، ویلیام (۱۳۸۳) « روان درمانی و معنویت»، ترجمه شهیدی و سلطانعلی شیرافکن، رشد، تهران، ۱

- Hemmati Alamdarlou G, Dehshiri G, Shojaie S, Hakimi Rad E. [Health and loneliness status of the elderly living in nursing homes versus those living with their families (Persian)]. *Iranian Journal of Ageing*. 2008; 3(2):557-64.
- Kissane DW, Love A, Hatton A, Bloch S, Smith G, Clarke DM, et al. Effect of cognitive-existential group therapy on survival in early-stage breast cancer. *Journal of Clinical Oncology*. 2004; 22(21):4255-60. doi: 10.1200/jco.2004.12.129 [DOI:10.1200/JCO.2004.12.129]
- Lucas M. Existential regret: A crossroads of existential anxiety and existential guilt. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004; 44(1):58-70. doi: 10.1177/0022167803259752 [DOI:10.1177/0022167803259752]
- Van der Pompe G, Duivendoorn HJ, Antoni MH, Visser A, Heijnen CJ. Effectiveness of a short-term group psychotherapy program on endocrine and immune function in breast cancer patients: An exploratory study. *Journal of Psychosomatic Research*. 1997; 42(5):453-66. doi: 10.1016/S0022-3999(96)00393-5 [DOI:10.1016/S0022-3999(96)00393-5]
- Hossein Abadi, M. [The Effectiveness of existential therapeutic group humanistic thinking about mental health of prisoners and sharing of contributions self-esteem and feelings of shame on improving mental health (Persian)] [BA thesis]. Mashhad: Ferdowsi University of Mashhad; 2010.
- Cramer C. Effectiveness of group cognitive-behavioral treatment and group therapy in depressed women in community clinics. *Behaviour Research and Therapy*. 2013; 48(11):45-63.
- Hosseini SM. [Relationship of life expectancy and psychological hardiness in male and female students (Persian)] [MSc. thesis]. Gachsaran: Islamic Azad University; 2006.
- Malakouti K, Fathollahi P, Mirabzadeh A, Salavati M, Kahani S. [Validation of Geriatric Depression Scale (GDS-15) in Iran (Persian)]. *Research in Medicine*. 2006; 30(4):361-69.
- Spiegel D. Effects of psychosocial support on patients with metastatic breast cancer. *Journal of Psychosocial Oncology*. 1992; 10(2):113-20. doi: 10.1300/j077v10n02_08 [DOI:10.1300/J077v10n02_08]
- Frankel B. Existential issues in group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*. 2002; 52(2):215-31. doi: 10.1521/ijgp.52.2.215.45496 [DOI:10.1521/ijgp.52.2.215.45496]
- Jacobsen, B. Invitation to existential psychology: A psychology for the unique human being and its applicants in therapy. New York: John Wiley & sons; 2008. [DOI:10.1002/9780470773222]
- Duberstein PR, Palsson SP, Waern M, Skoog I. Personality and risk for depression in a birth cohort of 70-year-olds followed for 15 years. *Psychological Medicine*. 2008; 38(5):663-71. doi: 10.1017/S0033291707002620 [DOI:10.1017/S0033291707002620]
- Carlson LE, Speca M, Patel KD, Goodey E. Mindfulness-based stress reduction in relation to quality of life, mood, symptoms of stress, and immune parameters in breast and prostate cancer outpatients. *Psychosomatic Medicine*. 2003; 65(4):571-81. doi: 10.1097/01.PSY.0000074003.35911.41 [DOI:10.1097/01.PSY.0000074003.35911.41]
- Ghazi Mohseni M, Soleimani AA, Heidarnia A. [Examining the effectiveness of hope-based group training on the life quality of the elderly People (Persian)]. *Iranian Journal of Ageing*. 2016; 11(2):300-309. doi: 10.21859/sija-1102300 [DOI:10.21859/sija-1102300]
- Heather M, Addie C, Anthony J. Effectiveness of Cognitive-Behavioral Intervention (CBT) on psycho-sexual adjustment for men with localized prostate cancer. *Journal of Psycho-Oncology*. 2013; 3(4):48-61.
- Qiu J, Chen W, Gao X, Xu Y, Tong H, Yang M, et al. A randomized controlled trial of group cognitive behavioral therapy for Chinese breast cancer patients with major depression. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*. 2013; 34(2):60-7. doi: 10.3109/0167482x.2013.766791 [DOI:10.3109/0167482x.2013.766791]
- Casellas Grau A, Font A, Vives J. Positive psychology interventions in breast cancer: A systematic review. *Psycho-Oncology*. 2013; 23(1):9-19. doi: 10.1002/pon.3353 [DOI:10.1002/pon.3353]
- International Agency for Research on Cancer. Cancer incidence, mortality and prevalence world wide in 2008, Islamic Republic of Iran. Lyon: International Agency for Research on Cancer; 2009.

- Eskandari M, Bahmani B, Hasani F, Dadkhah A, Naghiyayee M. [Effectiveness of group cognitive-existential therapy on depression of parents with children having cancer (Persian)]. *Clinical Psychology & Personality*. 2014; 2(10):41-50.
- Kissane DW, Bloch S, Smith GC, Miach P, Clarke DM, Ikin J, et al. Cognitive-existential group psychotherapy for women with primary breast cancer: A randomised controlled trial. *Psycho-Oncology*. 2003; 12(6):532-46. doi: 10.1002/pon.683 [DOI:10.1002/pon.683]

Analysis and study of natural despair from the perspective of the Qur'an, religious texts and scholars and its consequences

Despair and despair are introduced in the Holy Qur'an as a state that arises in the position of helplessness and inability in the human being and soul. Due to the importance of this psychic complication, this concept has been repeated many times in the Qur'an with terms such as "despair", "qunoot", "ablution" and "goodness". , The appearance of the nose and worldliness of people and the distance from spirituality in life, and the result of this state, in the form of various diseases such as depression and severe and aimless mental injuries and feelings of emptiness in their lives; Therefore, in the Qur'an, the spirit of despair and despair has always been condemned. To treat this phenomenon with a Qur'anic approach, we can point out the opposite point of sensuality, that is, the Qur'anic therapeutic view in the field of human psyche and thought is generally summarized in the remembrance of God Almighty and effort and patience in the face of difficulties and faith in the Hereafter.

Keywords: despair, Quran, despair, human soul, depression, disability