

هر فردی در زندگی خود لزوماً با درد و رنج مواجه میشود؛ رنج زبان مشترك تمامی انسانها است و از آنجا که انسانها از لحاظ فطری لذت طلب هستند، لذا رنج را دشمن خود پنداشته و از آن گریزان است. در این پژوهش، با روش توصیفی- تحلیلی، پس از مروری کلی بر نقش رنج در کنترل هوای نفس، به مفهوم رنج در زندگی پرداخته و انواع رنج ها را بررسی کرده است. و اینکه چرا رنج میکشیم و انسان با اینکه موجودی است برای تولید ارزش پس با رنج ناخواسته دست و پنجه نرم میکند و حتی به استقبال برخی از رنج ها می رود و همچنین به مبارزه با برخی از رنج ها می پردازد و به دنبال لذت های برتر میرود. در این پژوهش به این نتیجه رسیدیم که رنج ها عامل مهمی در کنترل سرکشی های هوای نفس انسان به شمار می رود.