

راهکارهای قرآن برای مقابله با خشونت

معصومه کوهساری^۱

چکیده

امروزه در جهان خشونت رو به گسترش بوده و امنیت و آرامش را از آدمی سلب نموده و جوامع را به سمت فساد و بحران های پایان ناپذیری سوق داده است. خشونت، یکی از مصادیق آسیب های اجتماعی است که از دیدگاه اسلام مورد توجه قرار گرفته و به شدت از آن نهی شده است. با توجه به اینکه بسیاری از تعالیم قرآنی بر مهرورزی و محبت تاکید داشته و از اعمال هر نوع خشونت نسبت به دیگران نهی می کند اثبات دین اسلام به عنوان آیین رحمت و پیام آور صلح و دوستی، رسالت اصلی هر مسلمان به شمار می رود، پژوهش در صدد پاسخ گویی به این سوال است که آیا قرآن در مقابله با خشونت نقشی دارد؟ روش تحقیق توصیفی - تحلیلی است بدین منظور آیاتی مربوط به خشم و خشونت از منابع اسلامی به صورت کتابخانه ای گردآوری و سپس مورد بررسی و تعیین قرار گرفته است راهکارهای ارائه شده در یافته های پژوهش نشان داده برای مقابله با خشونت از دیدگاه قرآن باید با بالا بردن سطح آگاهی و فرهنگ سازی مردم، مدارا و تواضع در برابر مردم جاهل و ملایمت و نرمی در در رفتار و گفتار با دیگران و نیز همیاری و تعاون نیست به یکدیگر، با نهادینه شدن اصل برادری و اخوت، همبستگی و اتحاد راه را برای گسترش مهر و محبت بیشتر و اجتناب از خشم و کینه و خونریزی هموار نمود نتایج بیان نمود که برای مقابله با خشم به کارگیری مهربانی، مهرورزی و گذشت در رفتار و سرلوحه قرار دادن صبر و فداکاری و جلوگیری از جهل و تعصب انسان ها را در مسیر صحیح قرار می دهد و از سویی تکیه بر پیمان ها و میثاق آسمانی می تواند به جهان عاری از خشونت کمک نماید لذا تنها راه سعادت بشر و ایجاد زندگی به دور از خشونت در سایه ایمان به حضرت حق، بصیرت و روشن ذهنی رعایت تقوا و استفاده از مدارا و محب امکان پذیر می باشد.

کلیدواژه ها: راهکار، مقابله، خشونت.

۱. طلبه سطح دو مدرسه علمیه سعدیه خواهران رامیان

خشونت از جمله معضلات عصر حاضر است که تا حدود بسیاری، امنیت و آرامش را از انسان سلب نموده و روز به روز در جهان در حال گسترش است. انسان ها طی سالیان طولانی از خشونت آسیب دیده و متضرر شده اند؛ با این وجود بشر همواره خشونت را تحمل یا اعمال نکرده است. لحظاتی ممتاز در تاریخ به چشم می خورد که آدمی به خشونت خود نسبت به همنوعش اطلاع یافته و در صدد پیدا کردن راهی برای غلبه بر آن برآمده است. مطابق آمارها در فاصله سال های ۱۳۹۲ تا ۱۳۹۸ در ایران تعداد جرایم حدود پنج برابر افزایش یافت (شجاعی و اخوان طبسی ۱۳۹۸: ۸). و خشونت در دوره معاصر سبب شده که این مسئله یکی از جدی ترین بحران های جهانی شناخته شود. آنچه امروزه نگرانی جوامع مختلف را باعث شده است، همانا وسعت و گسترش روزافزون خشونت است. همه روزه شاهد ارتکاب رفتارهای خشونت آمیز در سطح فردی و اجتماعی، راهکارهایی هستند که هدف آنها کاهش سطح محرومیت های ساختاری است که در دو شاخه سیاسی و اجتماعی جای می گیرد. در قرن حاضر با توجه به اینکه تکنولوژی رشد کرده ولی متأسفانه انسانیت اخلاق افول کرده و در این بین خشونت در جامعه و خانواده ریشه دوانیده است. سو مدیریت ها در جهان و نبود حاکمانی شایسته، جوامع را به سمت فساد و بحران های پایان ناپذیر سوق داده و این امر سبب به ستوه آمدن انسان ها و در نتیجه موجب عصبانیت آنها شده که طبیعی است با انباشت خشم و در نهایت، غلیان جامعه به سوی خشونت، جوامع به سوی انحطاط و نابودی پیش بروند احتمال آن می رود که استفاده از آموزه ها و رهنمودهای قرآن در حل و فصل مشکلات جوامع انسانی به خصوص در خشونت نقش داشته باشد. بنابراین انسان می تواند با ابزاری چون گوش، چشم و عقل از خویش شخصیتی بی نظیر بسازد تا جایی که در درجات کمال از فرشتگان درگاه الهی هم بالاتر رود. این امر مهیا نمی شود مگر آن که انسان به معرفتی استوار دست پیدا کند و عوامل ایجاد زشتی را که از جمله آنها خشونت طلبی است از سر راهش بردارد. به همین دلیل ضرورت می یابد راه های پیشگیری و کنترل خشم به ویژه از طریق دین که جامع و کامل همه ضروریات زندگی انسان است، بررسی شود. در این مقاله سعی شده است

راهکارهای معرفی شده در آیات و روایات جمع آوری شود و برای استفاده تبیین شود. در چنددهه اخیر موضوع خشونت توجه بسیاری از دانشمندان و متخصصان را به خود معطوف کرده است به گونه ای که ده ها کتاب و صدها مقاله درباره این موضوع به چاپ رسیده؛ اما متأسفانه به بررسی این موضوع از دیدگاه دینی کمتر توجه شده است. برای مثال «جوان هشیار» در کتاب خود سلسله مباحثی از امام خمینی (ره) مطرح کرده و به موضوعاتی چون بررسی معانی لغوی و اصطلاحی خشم و اقسام آن، عناوین خشم در قرآن و روایات، تفریط در خشم و... پرداخته است. علاوه بر این جعفری هرفنه نیز در مقاله ی «الگوی کنترل خشونت بر اساس آموزه های دینی» پس از بررسی خشونت در علم روان شناسی و معادل یابی آن در اسلام، به پیشنهاد راهکارهایی برای درمان آن با استفاده از منابع اسلامی پرداخته است. در این مقاله ابتدا به مفهوم خشونت، سپس به راهکارهای کنترل آن و کاهش خشونت از منظر قرآن کریم می پردازیم.

۱- مفهوم شناسی

راهکار به معنی شیوه انجام کار (در فرهنگ عمید) و به معنای (امر) راه حل و شیوه انجام کار (لغت نامه دهخدا، ۱۳۷۲، ص ۱۴۴۴) می باشد. راهکار در اصطلاح کلمه ترکیبی است از راه + کارواین واژه به مفهوم راه حل، پاسخ، جواب، شیوه نامه و روش حل مسائل است.

مقابله

در لغت نامه دهخدا [مُ بَ بَ لَ لَ] (ازع، امص) رویارویی و مواجهه و در اصطلاح به معنای تلاش فرد برای از بین بردن فشار روانی و یا به حداقل رساندن و تحمل آن است هدف اصلی فرد در مقابله حذف عامل فشار آوراست که زندگی او را از حالت او خارج ساخته است.

خشونت

از ماده خشن به معنی تندی در قابل نرمی و نیز به معنی زبری در مقابل ناهمواری و صافی آمده است (شاکرین ۱۳۹۳، ص ۱۱) در لغت نامه دهخدا نیز خشونت به معنای زبری و درشتی، ضد نرمی و لینت، تندی و تیزی و سختی، خشم، سخت روی، خشکی، غضب و خشونت کردن نیز به معنای درشتی کردن و تندی کردن آمده است در فرهنگ فارسی عمید خشونت به معنای ۱_ درشتی کردن، درشت خویی و تندی خویی و ۲_ (قدیمی) زبری، زمختی، ناهمواری و ۳_ (قدیمی) درشتی: تندی؛ در فرهنگ فارسی معین: (خ ن) (امص) به معنای ۱. درشتی، ناهمواری ۲. تندخویی، بی رحمی آمده است. در تعریف کلی، می توان گفت: "خشونت، عبارت است از اقدام علیه جسم و جان، مال، شرف و حقوق افراد به نحوی که ایجاد ترس کند، و شامل اقدام فیزیکی همانند جرح و ضرب و قتل یا اقدام غیر فیزیکی مثل توهین و تهدید است. (میرخلیلی، ۱۳۹۱، ص ۱۲۷).

۲_ انواع خشونت

خشونت به صورت کلی، به دو دسته تقسیم می شود.

۱. خشونت مستقیم مثل زد و خورد، جنگ، شکنجه، تهدید و قتل.

۲- خشونت غیرمستقیم مثل کینه توزی، غیبت، حسادت، تهمت، بی اعتمادی و... خشونت را می توان به این صورت تقسیم بندی نمود؛ ۱_ خشونت فردی که شامل خشونت گفتاری، پنداری، کرداری و... می شود.

۲- خشونت سیاسی که خشونت مدنی، دولتی و ساختاری است. خشونت مراتب دارد که امکان دارد به صورت فردی، گروهی، اجتماعی، منطقه ای، ملی و بین المللی با شد. از جمله ریشه های خشونت در مراتب بیان شده، می توان به عوامل روحی، ژنتیکی، وروانی و فقر اشاره کرد که خود عامل فاصله طبقاتی می شود. از دیگر ریشه های خشونت می توان به خشک مقدسی، تحجر، نداشتن ایمان، حفظ موقعیت، حفظ قدرت و ثروت به هر قیمتی، ظلم، توهین به مقدسات و بی عدالتی اشاره کرد. (تهامی و بلوری، ۱۳۹۵، صص ۴ و ۵).

۲_۱_ خشونت مستقیم: خشونت مستقیم، فیزیکی یا فردی بیانگر رفتارهایی است که با هدف تهدید یک فرد و آسیب زدن به حیات او یا ممانعت از دستیابی آزادانه او به نیازهای اولیه و اساسی کسی انجام شود. خشونت مستقیم ملموس و قابل رویت است؛ به صورت فیزیکی یا زبانی انجام می گیرد و قربانی خشونت و عامل آن قابل تشخیص هستند. قتل، ایجاد آسیب جسمی، زورگویی و تهدید، تجاوز جنسی و سوء استفاده های عاطفی از نمونه های این نوع خشونت هستند. (همانجا، ص ۲۹۲).

۲_۲_ خشونت ساختاری: این نوع خشونت به تبعیض، محرومیت و ممنوعیت های نهادینه شده در جامعه اشاره دارد؛ خشونت ساختاری در ساختارها نهفته است و در توزیع نابرابر قدرت، منابع فرصت ها نمایان می شود. خشونت ساختاری در جایی شکل می گیرد که تصور عمومی بر این باشد که برخی گروه ها، طبقات، نژادها و ملیت ها نسبت به دیگر گروه ها، طبقات، نژادها و ملیت ها باید دسترسی بیشتری به کالاها، منابع، و فرصت ها داشته باشند و این تصور جامعه عمل پوشیده، امتیازهای ناعادلانه ناشی از آن در تمام سیستم ها و مناسبات اجتماعی، سیاسی و اقتصادی حاکم بر جوامع و ملت ها (حتی در سطح جهانی) ملحوظ شده باشد. بنابراین، خشونت ساختاری همه اشکال ممنوعیت و محرومیت یا نابرابری در توزیع ثروت، فرصت های آموزشی، مشارکت در حیات اجتماعی/ فرهنگی، مراقبت های بهداشتی تعریف شده، به "استضعاف و بهره کشی" منجر شود (نظیر رژیم سابق آپارتاید در آفریقای جنوبی) یا این که پشتوانه حقوقی نداشته باشد اما تبدیل به فرهنگ غالب شده باشد.

۱-۲ - قرآن و خشونت ساختاری

"استثمار" محور خشونت ساختاری است و "تبعیض" و "بی عدالتی" به بخش هایی از جامعه، به "حاشیه راندن" آن ها و "ایجاد تفرقه" در میان مردم از مولفه های این نوع خشونت هستند که کارکردشان ممانعت از شکل گیری "آگاهی" و "بسیج اجتماعی" است. وجود انواع بی عدالتی نظیر تبعیض نژادی، تبعیض طبقاتی، تبعیض جنسیتی، برده داری و جلوگیری گیری طبقه مسلط بر جامعه از شکل گیری افکار و باورهای نو در میان

ب) سجده کردن

سجده در هنگام خشم به انسان یادآوری می کند که قدرت خدا بالاتر از قدرت اوست. و راهکاری دینی برای تغییر وضعیت بدن و همچنین توجه و به یاد آوردن قدرت خداوند است. (مجله پژوهش دردین و سلامت، دوره ۳، شماره ۴، پاییز ۱۳۹۶). به درگاه خداوند بی همتا سجده کردن و از آن قدرت بی مثال برای فرو کش کردن این آتش شیطانی یاری بجویم. (المحجۃ البیضاء ج. ۵، ص ۳۰۸). ابو سعید خدری از پیامبر (ص) روایت می کند که: "غضب، جرقه ای است که در قلب انسان قرار می گیرد. آیا نمی بینید که چشمان او سرخ و رگ های او متورم می شود؟ فردی که چنین حالتی در خود مشاهده کرد، صورتش را بر زمین بگذارد (و برای خدا سجده کند). به یقین هر که چنین کند و به درگاه خدا پناه ببرد و از او دفع شیطان و خشم را بخواهد، آرامش می یابد" (المحجۃ البیضاء ج. ۵، ص ۳۰۸). از این احادیث این گونه برداشت می شود که انسان در حالت خشم احساس غرور و قدرت می کند، در نتیجه ممکن است دست به هر کاری بزند، از این رو، سجده کردن راهی برای تغییر وضعیت بدن و به هم خوردن تمرکز فرد از خشم است.

ج) وضو گرفتن و غسل کردن

یکی دیگر از ابزارهای فرونشاندن خشم وضو گرفتن و غسل کردن است. اینکه فرد از موقعیت خشم فاصله بگیرد و به کار دیگری همچون وضو گرفتن یا غسل کردن مشغول شود، به مدیریت خشم کمک فراوانی می کند. البته وضو و غسل آثار گرانبار دیگری در غلبه بر خشم دارد و راهکار معنوی نیز محسوب می گردد که ما صرفاً در این بخش به بعد رفتاری آن نظر داریم. پیامبر (ص) می فرماید: "همانا خشم از شیطان است و شیطان از آتش خلق شده است و آتش به وسیله آب خاموش می شود، پس هنگامی که یکی از شما خشمگین شد، وضو بگیرد" (ابن حنبل، بی تا، ج ۴: ۲۲۶).

درهنگام خشم به سبب افزایش فعالیت ماهیچه ها و افزایش گردش خون در بدن، دمای بدن به شدت بالا می رود. بنابراین وضو گرفتن (به ویژه با آب سرد) دمای بدن را پایین می آورد و به صورت قابل ملاحظه ای میزان خشم را کاهش می دهد. و در روایت دیگری رسول خدا (ص) می فرماید: ((إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ وَ لِيَغْتَسِلْ)) هرگاه کسی از شما خشمگین شد، وضو سازد و غسل کند. (بحار الانوار، ج ۷۰، ص ۲۷۲). باین راهکار های ساده اما کار ساز می توانید بر احساسات خود مسلط شوید و چشم انداز موثری از شرایط به دست آورید تا بهتر بتوانید به افکار تان سامان دهید و رفتار تان را تنظیم کنید.

د_ سکوت

رسول خدا (ص) در زمینه مهار خشم به وسیله سکوت فرمود: ((إِذَا غَضِبْتَ فَاسْكُتْ)) هرگاه عصبانی شدی، ساکت باش. (بحار الانوار، ج ۷، ص ۲۷۲؛ جامع الاخبار، ص ۱۶۰؛ تنبیه الخواطر، ج ۱، ص ۱۲۳). قبلاً اشاره شد که درهنگام خشم، فرد زمام عقل خویش را از دست می دهد. بنابراین، ممکن است که حرف های غیر منطقی و نسنجیده بر زبان آورد و آتش خشم خود و طرف مقابل را بیشتر شعله ور سازد و تبعات زیانباری به دنبال داشته باشد، در حالی که چند لحظه سکوت می تواند همه مشکلات را حل کند. علی (ع) می فرماید: "خشمگینی را با سکوت معالجه کنید. (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ج ۲، ص ۳۰۳).

۶_۳ راهکارهای عاطفی

در راهکار عاطفی سعی می شود تا با بهره گیری از عواطف یکدیگر و تلاش در برقراری رابطه ی عاطفی مثبت و ابراز محبت و دوری از کینه و توجه مثبت بدون شرط به درمان پر خاشگری بپردازیم. در پرتو محبت می توان احساسات افراد را به خوبی رهبردی کرد و به راه صحیح و سعادت بخش سوق داد و او را انسان شایسته ی ساخت باید توجه داشت که بدون فراهم آوردن زمینه های شناختی، به صرف تهییج عاطفی نمی توان افراد را به انجام دادن اموری و اجتناب از اموری دیگر فراخواند. در علم روان شناسی از اصل "تهییج عاطفی" با عنوان تقویت رفتارهای مغایر

نام برده می شود، که برای ازبین بردن رفتار نامطلوب، به جای تنبیه آن رفتار، می توان رفتار مغایر با آن راتقویت کرد. همین اصل در اسلام با عنوان تهییج عاطفی بیان شده؛ و عبارت از تحریک افراد به ترک پرخاشگری از طریق توصیه به ملایمت و صبر و شکیبایی، اولیای دین در این زمینه می فرمایند: " خداوند انسان های باحیا و شکیبا را دوست دارد و بدکار بدزبانی را دشمن می دارد (خاکپور، ۱۳۹۶، ص ۱۲۵).

نتیجه گیری

قرآن کریم و به تبع آن سنت معصومین مفهوم خشونت را به انواعی نظیر: خشونت مستقیم: مثل زد و خورد، جنگ و شکنجه، و بیان گر رفتارهایی است که باهدف تهدید یک فرد و آسیب زدن به حیات او یا ممانعت از دست یابی به نیازهای اولیه و اساسی انجام شود. مورد دیگر خشونت ساختاری است که: به تبعیض، محرومیت و ممنوعیت های نهادینه شده در جامعه اشاره دارد و درسا ختارها نهفته است و در توزیع نا برابر قدرت منابع و فرصت ها نمایان می شود. مفهوم خشونت ساختاری که "یوهان گالتونگ" مطرح کرده، با مفهوم "طاغوت" در قرآن قرابت مفهومی دارد. در ادبیات قرآنی طاغوت موجود یا ساختاری است که انسان ها را تحت سلطه خود درمی آورد. عزت و کرامت شان را می ستاند، دلیل و خوارشان می گرداند مانع رشد و شکوفایی آن ها می شود. قرآن کفر به طاغوت را لازمه ایمان به خدا ذکر کرده، مبارزه با طاغوت و برقراری عدالت اجتماعی را از اهداف بعثت انبیاء معرفی می کند. یکی دیگر از انواع خشونت، خشونت فرهنگی است: یعنی ابعادی از یک فرهنگ که می تواند در خدمت توجیه و مشروعیت بخشیدن به خشونت مستقیم یا ساختاری قرار بگیرد.

مراتب خشم و بروز آن نیز در حدود افراط، تفریط و اعتدال خلاصه و آثار خشم به انواع فیزیکی، رفتاری و زبانی، روانی و معنوی تقسیم می شود. راهکار های شناختی، رفتاری نظیر: تغییر وضعیت به هنگام خشم، سجده کردن، وضو گرفتن و غسل کردن، سکوت و راهکارهای عاطفی را به عنوان برخی از مهم ترین راهکارهای مدیریت این هیجان ارائه می دهند.

منابع و مأخذ

قرآن کریم

ابن حنبل، احمد (بی تا)، مستند الامام احمد بن حنبل، بیروت: دارالصادر.

پیوریفوی، رانو (۱۳۷۰)، غلبه برخشم، ترجمه مهدی قراچه داغی، تهران: اوحدی.

الترمذی، محمد بن عیسی (بی تا)، السنن، علق علیه محمد ناصر الالبانی، ریاض: مکتبه المعارف.

تمیمی آمدی، عبدالواحد (۱۳۶۶)، غرر الحکم و درر الکلم، قم: دفتر تبلیغات.

تهامی، مرتضی و محمد اسماعیل بلوری (۱۳۹۷)، خشونت و راه های مقابله با آن در اندیشه اسلامی، دانشگاه آیت

الله العظمی بروجردی، اولین همایش ملی بررسی جریان های سلفی تکفیری.

حر عاملی، محمد بن حسن (۱۰۳۳_۱۱۰۴ ق)، محقق: الحسینی الجلالی، محمدرضا، قم: موسسه آل البيت عليهم

السلام لاحیاء التراث.

خاکپور، حسین، قربان زاده، عباس، قادری، مدته (۱۳۹۶)، "راهکار های درمان پر خاشگری از دیدگاه قرآن و

ورویات " نشر الکترونیکی .

خطیب، سید مهدی (۱۳۹۶)، مهارت های زندگی، قم: موسسه علمی_ فرهنگی دارالحديث.

دهخدا، علی اکبر، معین، محقق، شهیدی محمد، سید جعفر (۱۳۷۲)، لغت نامه، تهران: انتشارات و چاپ روزنه.

شاکرین، حمیدرضا (۱۳۹۳)، خشونت (چ سوم)، تهران: کانون اندیشه جوان.

شجاعی، حسین و محمد حسین اخوان طبسی (۱۳۹۸)، راهبرد قرآن کریم در جلوگیری از تبدیل خشم اجتماعی

به خشونت.

الشعيرى ،محمد بن محمد(بى تا)،جامع الاخبار،نجف : بى جا.

الغزالي ،محمد بن محمد (بى تا)،احياء علوم الدين ،بيروت:دار الكتاب العربى .

فيض كاشانى،ملاحسن (١٠٠٧_١٠١٩ق كاشان)،المحجّ البىضاء فى تهذيب الاحياء، قم:انتشارات جامعه مدرسين .

القاسمى الدمشقى،محمد جمال الدين (بى تا)،موعظه المومنين من احياء علوم الدين ،مصر: المكتبة التجارىه الكبرى.

كلينى ،محمد بن يعقوب(١٣٨٥) ، اصول كافى، ترجمه: حسن زاده ، صادق، تهران: قائم آل محمد.

گريفييتس ، مارتين ،گالتونگ،يوهان، دانشنامه روابط بين الملل و سياست جهان(چ دوم) ، ترجمه علي رضا طبيب ،چاپ دوم، تهران:نشرنى.

مجلسى،علامه(١٤٠٣ق)، بحار الانوارف مصحح:ستر حمى ،هدايت الله وديگران ،بيروت:دار احياء التراث العربى.

محمدي رى شهرى، محمد(١٣٦٨)، ميزان الحكمه، قم، موسسه علمى فرهنگى دارالحدیث.

مير خليلى،سيد محمد، (١٣٩١)، خشونت ومجازات،فصلنامه انتقادى فرهنگى كتاب نقد ، ش ١٤و١٥، صص ١٢٦_١٤٢.

ناصر، منصورعلى، (١٩٧٥ م.)، التّاج الجامع الاصول فى احاديث الرّسول (ص)، ط ٤،القاهره:دارالفكر.

ورام، مسعود بن عيسى(بى تا) ، تنبيه الخواطر ونزهه النواظر (مجموعه ورام) ،بيروت:مكتبة الفقيه.

هيثمى ،على بن ابوبكر (١٤٤٢ق - ٢٠٠١م) ، مجمع الزوائد ومنبع الفوائد ، تحقيق: عطا احمد، عبدالقادر محمد، بيروت: دارالكتب العلميه ،چاپ دوم.