

بسم الله الرحمن الرحيم

نام و نام خانوادگی:

خدیجه اسکندریان

موضوع مقاله:

صبر در زندگی و آثار آن از دیدگاه روایات

چکیده

زندگی انسان آمیخته با مشکلات عجیبی است که او امروزه از این مشکلات رنج می‌برد در چنین شرایطی برخورداری از ویژگی صبر توان درونی و تاب آوری وی را ارتقا می‌بخشد به طور کلی اگر انسان در مقابل این مشکلات بایستد و شکیبایی خرج دهد پیروز خواهد شد و اگر ناشکیبایی کند و در برابر حوادث زانو زند هیچگاه به مقصد نخواهد رسید صبر از با ارزش ترین فضیلت‌ها در آیین اسلام و جز صفات نیکو و خصلت‌های پسندیده اخلاقی است پس ضروری است که با صبر و آثار آن در آیات و روایات آشنا شویم تا در هنگام رویارویی با مشکلات به توصیه آیات و روایات عمل کنیم مقاله حاضر با روش توصیفی کتابخانه‌ای به بررسی صبر و آثار آن در روایات پرداخته است و هدف از این پژوهش تبیین آثار تربیتی صبر در زندگی انسان است که از جمله آثار آن می‌توان به بالا رفتن اعتماد به نفس، توجه بیشتر به خدا، ایجاد روحیه امیدواری، غلبه بر مشکلات، موفقیت، کم شدن فقر و بیکاری، اشاره کرد

کلید واژه: صبر، شکیبایی

از میان پیامبران الهی حضرت ایوب به عنوان پیامبر صبور و الگوی صبر و استقامت در برابر مشکلات بود صبر ریشه و اساس بسیاری از خصوصیات اخلاقی است و به معنی ثبات نفس و اطمینان و مضطرب نشدن در بلا یا و مصائب و مقاومت کردن در برابر حوادث است و صبر نسبت به ایمان به منزله سر است نسبت به بدن پس وقتی سر رفت جسد برود و وقتی که صبر رفت ایمان برود در واقع این واژه به معنی فرو بلعیدن جرعه جرعه تلخی‌ها و سختی‌های مصیبت و ترک معصیت است

به طور کلی هر عملی که از انسان سر می‌زند موجب به وجود آمدن آثاری در زندگی آدمی می‌شود در این میان صبر که یکی از فضایل اخلاقی است که آثار تربیتی فراوانی از خود در زندگی افراد به جای می‌گذارد که این آثار هم فرد را از نظر روحی و روانی می‌سازد و هم اثراتش در خارج و اجتماع به عینه خواهد یافت برای صبور شدن راه‌هایی هست که با پیمودن آن انسان به این صفت پسندیده آراسته می‌شود از جمله موثرترین آن راه‌ها مطالعه آیات و روایات است که در بیان صبر آمده است

بسیاری از انسان‌ها به دلیل نداشتن صبر کیفیت زندگی آنها کمتر شده و آرامش و سکوت از زندگی آنها رفته است ضرورت نوشتن این تحقیق این است که با داشتن صبر باعث کارآمد شدن و آسان تر شدن کارها و باز شدن مسیر هدف به روی انسان و آرامش ذهن و سکوت در زندگی می‌شود این پژوهش دارای ۲ فصل می‌باشد > موضوع مقاله صبر و آثار آن در زندگی از دیدگاه روایات

صبر در اسلام به معنی به تعویق انداختن عکس العمل نسبت به امری ناخوشایند یا آزاردهنده جهت کسب رضایت خداست صبر یک حالت و ملکه نفسانی و درونی است که باعث می‌شود انسان در مواجهه با مشکلات و گرفتاری‌ها بی‌تابی نکند و شکایت پیش مخلوقات خداوند ننماید پژوهش‌هایی که در مورد صبر انجام شده است به ترتیب زیر است:

- (۱) (در مقاله صبر و شکیبایی محمدرضا مصطفی پور ۱۳۸۸) یکی از برنامه‌های مومنان که همان صبر و شکیبایی است مورد بررسی قرار گرفته است و پس از بیان اهمیت صبر و شکیبایی به بیان معنا و حقیقت و اقسام آن پرداخته و راه رسیدن به آن و آثار آن را بیان کرده است و در پایان الگوهای صبر و شکیبایی که همان انبیا الهی هستند را معرفی کرده تا مومنان با الگوگیری از آنان حقیقت صبر را در خود پیاده کنند
- (۲) (در مقاله آثار تربیتی صبر در زندگی انسان از منظر قرآن کریم علی افرنگان ۱۳۹۹) به بررسی صبر در زندگی انسان و آثار و پیامدهای تربیتی آن بر اساس قرآن کریم پرداخته است که از جمله آثار تربیتی صبر به اطاعت خدا، امداد غیبی، همراهی پروردگار با افراد صبور، سعادت و رستگاری، ترک گناه و موفقیت اشاره شده است
- (۳) (در مقاله صبر در تربیت دینی فرزندان از منظر روایات بابک هادیان حیدری ۱۴۰۲) به نقش صبر و شکیبایی در تربیت فرزندان از نگاه ائمه معصومین پرداخته شده است نتایج پژوهش حاکی از آن است که صبر عامل چشم پوشی، تغافل، نرمی و بخشندگی توأم با گذشت است که فرزندان در صورت خطا به اشتباه خود پی می‌برند و سعی در جبران خطا برمی‌آیند و پدر و مادر با رفتار صبورانه خود این خصایص را ایجاد می‌کنند (۴) (در مقاله بررسی صبر از دیدگاه امام خمینی علی اکبر افراسیاب پور ۲۰۱۲) ایشان در موضوع صبر نیز به ویژه در کتاب شرح حدیث جنود و عقل و جهل بارها به گفتارهای خواجه عبدالله استناد نموده است
- (۵) (در مقاله صبر در قرآن سایت اندیشه قم ۱۳۹۴) به بررسی صبر در لغت انواع صبر، مراتب صبر، ارزش صبر و آثار آن پرداخته شده است

کتاب‌ها

- (۱) (در کتاب صبر کیمیای سعادت انسان آیت الله مظاهری ۱۳۹۵) صبر را به سه قسم کلی صبر فردی، صبر خانوادگی و صبر اجتماعی تقسیم کرده‌اند و نقش صبر و استقامت را در تمام شئون زندگی برای دستیابی عملی به سعادت و رستگاری انسان به تصویر کشیده‌اند
- (۲) (در کتاب قدرت صبر نوشته ام جی رایان ۱۳۹۷) با داستان‌های انگیزه دهنده و تجربیاتی به ما کمک می‌کند که بتوانیم این فضیلت فراموش شده یعنی صبر را در وجودمان پیورانیم در واقع این کتاب نشان دهنده قدرت سازنده صبر در زندگی انسان است
- (۳) (در کتاب گفتاری در باب صبر سید علی خامنه‌ای ۱۳۹۳) در باب صبر و فواید آن بر اساس روایات و به قلم مقام معظم رهبری تالیف شده است مباحث اصلی این کتاب برداشت عامیانه از صبر، مفهوم صبر، اهمیت صبر، موضع صبر در مجموعه قوانین اسلام و در بخش پایانی آثار و فواید صبر آمده است

پایان نامه‌ها

- ۱) (در پایان نامه بررسی رابطه صبر و آزمایش الهی در زندگی آدمی ابوذر غلامی ۱۳۹۶) ابتدا صبر و آزمایش را به لحاظ لغوی و اصطلاحی تعریف می‌کند سپس مراتب صبر و آزمایش را تبیین می‌کند و در ادامه ارتباط صبر و آزمایش الهی مورد بررسی قرار می‌دهد
- ۲) (در پایان نامه اثربخشی آموزش صبر با تاکید بر مؤلفه‌های اسلامی بر به باشی روانشناختی زنان خانه‌دار زهرا سرتیپی ۱۳۹۵) با هدف تعیین میزان اثربخشی آموزش صبر با تاکید بر مؤلفه‌های اسلامی بر به باشی روانشناختی زنان خانه‌دار انجام شده است در این پایان نامه صبر را از جمله عوامل مهم و تاثیرگذار در زندگی انسان معرفی می‌کند که به افراد برای مقابله با رویدادهای زندگی کمک می‌کند
- ۳) (در پایان نامه صبر در قرآن و روایات راضیه سادات حسینی ۱۳۹۵) به بررسی اقسام صبر و اسطوره‌های صبر اشاره شده است نکته‌ای که در این پایان نامه به دست می‌آید این است که تحصیل صبر نیاز به زحمت و تلاش دارد اما زمانی که به ثمر بنشیند میوه شیرین خواهد داد
- در پیگیری‌هایی که بنده در مورد صبر انجام دادم مقاله‌ها و پایان نامه‌ها و کتاب‌های زیادی وجود داشته ولی در این مقاله بنده می‌خواهم صبر و آثار آن را از منظر روایات بررسی کنم

برای صبر آثار فراوان دنیوی و اخروی می‌توان برشمرد از جمله امام علی (ع) در بخشی از تحلیل خود نسبت به عزت و ذلت برخی امم گذشته می‌فرماید چون خدا دید چگونه در راه دوستی او بر آزار شکیبایی اند و چسان از بیم او ناخوشایندی را تحمل می‌نمایند از تنگناهای بلا، گشایش برایشان پدید آورد و از پس خواری ارجمندشان فرمود و آرامش را جایگزین بیم کرد پس پادشاهان حکمران شدند و پیشوایان با کرامت خدا در حق آنان تا بدانجا رسید که دیده آرزو نهایت آن را ندید (نهج البلاغه امام علی ص ۴۶۷، خطبه ۱۹۲)

۲-۱-۱) **امداد غیبی و همراهی پروردگار با افراد صبور:** زمانی که فرد در برابر مشکلات روزمره صبر پیشه کند خداوند به او سعه صدر عطا می‌کند و او را با امدادهای غیبی یاری می‌کند خداوند در قرآن کریم خطاب پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: (ولقد کذبت رسلا من قبلک فصبروا علی ما کذبوا واذواحتی اتاهم نصرنا ولا مبدل لکلمات الله و لقد جائک من نبأ المرسلین) مسلماً پیش از تو رسولانی تکذیب شدند و بر تکذیب آزاری که دیدند شکیبایی ورزیدند تا یاری ما به آنان رسید و سنت‌های خدا را تغییر دهنده‌ای نیست و قطعاً بخشی از سرگذشت پیامبران به تو رسیده است در این آیه مورد بحث تأکید می‌کند که پیامبران در مقابل تکذیب وضعیت قوم خود صبر کردند و نتیجه آن رسیدن کمک الهی بود و خدا آنان را یاری کرد و بالاخره آنها پیروز شدند و این یکی از سنت‌های خدا در تاریخ است که جبهه حق و پیروان انبیا بالاخره بر جبهه باطل پیروز شوند و اراده ازلی خداوند بر این تعلق گرفته و این سنت قابل تغییر و دگرگونی نیست (جعفری تفسیر کوثر ۱۳۷۶ جلد ۳، ص ۳۷۷) در نتیجه می‌توان گفت امدادهای قطعی خداوند از آثار صبر می‌باشد و اگر صبر پیشه گرفته شود خداوند عنایت خاص خواهد داشت از طریق و راه‌هایی که انسان گمان نمی‌کند به او کمک می‌کند تا به هدف و مقصود خویش برسد و این وعده حق الهی است که در صورت شکیبایی می‌تواند مورد کمک امدادهای خاص قرار گیرد (مقاله آثار تربیتی صبر در زندگی از منظر قرآن کریم، علی افرنگان ۱۳۹۹)

۲-۱-۲) رفع بلاها

صبر یکی از نعمت‌های بسیار بزرگی است که خداوند متعال به انسان عطا فرموده است یکی از ویژگی‌های این نعمت بزرگ این است که بلاها را از انسان دور می‌کند و باعث آسوده شدن انسان از بسیاری از مصیبت‌ها می‌شود در کتاب تصنیف غررالحکم و دررالکلم از معصومین (ع) در این زمینه روایت شده است که (الصبر یرفع البلا) صبر بلا را رفع می‌کند (تصنیف غررالحکم و دررالکلم ص ۱۱)

۲-۱-۳) **کاستی مصیبت:** یکی از آثار صبر این است که باعث کم شدن مصیبت انسان می‌شود کسی که صبر را بر بی‌قراری ترجیح می‌دهد مصیبت وی کمتر از زمانی می‌شود که بی‌قرار بوده و همین امر باعث می‌شود که توانایی پیروزی بر مشکلات را پیدا کند

امام کاظم (ع) درباره کاهش مصیبت به سبب صبر می‌فرماید: مصیبت برای شکیبایی یکی است و برای بی‌قراری دوتاست (تحف العقول ص ۴۱۴)

۴-۱-۲) عفو و گذشت از گناهان و خطاهای دیگران: صبر عاملی برای عفو و گذشتن از خطاها و گناهان دیگران است (ولمن صبر و غفر ذلک لمن عزم الامور) و هر که صبر کند و درگذرد مسلماً این خویشتن داری حاکی از اراده قوی در کارهاست داشتن خصلت و توان غفران و گذشتن از خطاهای ریز و درشت دیگران مستلزم داشتن صبر، حلم و بردباری است

امام علی (ع) می‌فرماید: لذتی که در گذشت است در انتقام نیست صبر برای غفران خطاهای دیگران نیازمند اراده قوی است (روانشناسی صبر در قرآن، دکتر کیومرث فرحبخش)

۵-۱-۲) گشایش امور

یکی از آثاری که صبر و استقامت به دنبال دارد برطرف شدن ناملازمات و گشایش در مشکلات است خداوند در قرآن کریم به مومنان امر می‌کند تا از دو چیز کمک بجویند صبر و نماز است نکته جالب توجه تقدم صبر بر نماز است چرا که جایگاه نماز در دین اسلام بسیار بالاست و از پیامبر اکرم (ص) نقل شده است که نماز ستون دین است اگر نماز پذیرفته شود بقیه امور نیز پذیرفته شده و اگر نماز رد شود بقیه امور نیز رد خواهد شد (وسائل الشیعه جلد ۳ ص ۲۲) با این وضع در آیه مذکور صبر بر نماز مقدم شده و دستور داده شده که از صبر و نماز کمک بگیرد و این نشان از جایگاه فوق العاده مهم صبر و استقامت در برابر شداید و گرفتاری‌ها دارد امام علی (ع) می‌فرماید صبر کلید گشایش است (شرح نهج البلاغه ابن ابی حدید جلد ۲۰ ص ۳۰۷)

۶-۱-۲) افزایش نیروی مقاومت: (لولا ان الصبر خلق قبل البلاء لتفطر المومن لماتت فطر البیضه علی الصفا) اگر نیروی مقاومت در آدمی قبل از بروز حوادث و مشکلات آفریده نمی‌شد افراد با ایمان در برابر حوادث آنچنان از هم متلاشی می‌شدند که تخم مرغ بر اثر خوردن به سنگ متلاشی می‌شود (اصول کافی جلد ۲ ص ۹۳)

۲-۲) راه‌های کسب صبر

۱-۲-۲) تقویت پایه‌های ایمان به خدا

هر قدر ایمان انسان به حکمت و رحمت پروردگار بیشتر باشد صبر و شکیبایی برایش آسان‌تر می‌گردد ایمان به خدا آنقدر مهم است که می‌شود به عنوان پایه و اساس کسب صبر در قرآن و روایات نام برد امام علی (ع) می‌فرمایند: اساس و ریشه صبر ایمان و یقین خوب نسبت به خداست (غررالحکم جلد ۲ صفحه ۴۱۵)

۲-۲-۲) توجه به نتایج مثبت مشکلات

اگر انسان به نتایج مثبت مشکلات توجه داشته باشد می‌تواند از اثرات منفی ذهنی آنها نجات یابد ولی وقتی مشکلات را فقط مصیبت می‌بیند و به نتایج مبارزه با آنها توجهی نکند به غم و غصه گرفتار می‌شود و این غصه و اندوه توان او را از بین برده و به پیری زودرس مبتلا می‌سازد امام علی (ع) می‌فرماید: اندوه خوردن نیمی از پیری است (دشتی، محمد، ترجمه نهج البلاغه خ ۷۲، حکمت ۱۴۳)

۳-۲-۲) توجه به مصائب اولیا الله

توجه به مصائب و گرفتاری‌های دوستان خویشان و بستگان و نیز توجه به آثار مثبت صبر و شکیبایی و آثار منفی جزع و فزع علاوه بر این توجه به این موضوع که بالاخره مشکلات به پایان می‌رسد راه درمان بی‌صبری است امام علی (ع) می‌فرماید: بسیاری از مشکلات پایانی دارد و به تعبیر ما از این ستون به آن ستون فرج است (محدث اردبیلی، کشف الغمه فی معرفه الائمه جلد ۲ صفحه ۳۴۶)

۴-۲-۲) توجه و استغفار

مشکلاتی که به خاطر گناهان هستند راه درمان آنها توبه است امام علی (ع) می‌فرماید همانا خدا استغفار و آمرزش خواستن را وسیله دائمی فرو ریختن روزی و موجب رحمت آفریدگان قرار داد (دشتی محمد ترجمه نهج البلاغه حکمت ۴۴۸) و قرآن فرمود: از پروردگار خود آمرزش بخواهید که آمرزنده است برکات خود را از آسمان بر شما فرو می‌بارد و با بخشش اموال فراوان و فرزندان شما را یاری می‌دهد باغستان‌ها و نه‌های پر آب بر شما می‌گذراند (همان خطبه ۱۴۴)

۵-۲-۲) آمادگی روحی

اگر کسی دنیا را آنطور که هست بشناسد در پیشامدهای ناگوار خود رانمی‌بازد چون می‌داند جهان طبیعت سرای دگرگونی است و فراز و نشیب‌های فراوان دارد همه افراد خواه ناخواه با حوادث روبرو می‌شوند امام علی (ع) می‌فرماید: کسی که دنیا را بشناسد هرگز به خاطر بلا و مشکلات محزون نمی‌گردد (ابن ابی حدید شرح نهج البلاغه جلد ۲۰ صفحه ۲۷۰)

۶-۲-۲) توجه به آثار اخروی صبر

توجه به پاداش اخروی صبر، تلخی و سختی مشکلات را شیرین و آسان می‌سازد امام صادق (ع) می‌فرماید: هر کس از مومنان که به بلایی گرفتار شود صبر کند به او اجر هزار شهید داده می‌شود (اصول کافی جلد ۳ صفحه ۱۴۶)

۷-۲-۲) شاید شاه کلید افزایش صبر در این روایت امام صادق (ع) باشد: اگر بردبار نیستی خود را به

بردباری وادار (کلینی محمد بن یعقوب الکافی، تهران، اسلامیه، چاپ چهارم، جلد ۲ صفحه ۱۱۲)

راهکار به دست آوردن بسیاری از فضایل اخلاقی و رفتاری همین سفارش حضرت است یعنی اینکه انسان خود را به آن رفتار ملزم کند تا به عادت و سیره‌ای برای او تبدیل شود امروزه در علوم مثل روانشناسی نیز برای درمان اختلالات رفتاری همین شیوه تمرین و تکرار را سفارش می‌کنند مثل انسان برای اینکه اعتماد به نفس پیدا کند باید در مرا‌آحلی خود را شبیه افراد با اعتماد به نفس درآورد و خود را به آن حالات بزند حتی اگر در واقعیت اعتماد به نفس ندارد این شیوه در واقع توصیه حضرت امام صادق (ع) در مسئله صبور شدن است که اگر صبور نیستید خود را به صبر بزنید و صبر کنید

نتیجه گیری:

نتیجه‌ای که از این مقاله به دست می‌آید این است که صبور بودن در زندگی روزمره ضروری است افراد بی‌صبر و حوصله معمولاً افرادی مغرور و شتاب زده هستند

۲- نداشتن صبر باعث می‌شود تصمیم‌گیری‌های ضعیفی داشته باشیم

۳- مسیر رسیدن به هر خواسته‌ای طولانی است و کسانی که صبر ندارند و می‌خواهند هرچه سریعتر به نتیجه برسند احتمالاً در مسیر دوام نمی‌آورند همچنین کسانی که در طول مسیر صبوری می‌کنند به هدف خود می‌رسند و در نهایت نیز رضایت بیشتری از خود دارند

۴- مهارت صبر کردن به دست آوردنی نیز است و می‌توان آن را با تمرین افزایش داد

۵- تمرین صبر و صبوری نه فقط زندگی را خوشایندتر می‌کند بلکه ممکن است به هموار کردن راه خشنودی و موفقیت بیشتر در آینده نیز کمک کند

۶- صبر مساوی است با حس پشیمانی کمتر هرچه صبورتر باشیم کمتر خود را سرزنش خواهیم کرد و سرزنش کمتر در نهایت به افزایش آرامش و اعتماد به نفس منجر می‌شود

منابع:

- ۱- زبیدی مرتضی تاج العروس ج ۷ صفحه ۷۱
- ۲- راغب اصفهانی حسین بن محمد المفردات فی غریب القرآن صفحه ۲۷۳
- ۳- جوهری اسماعیلی اسماعیل بن حماد صحاح اللغه ج ۲ صفحه ۷۰۶
- ۴- طریحی فخرالدین مجمع البحرین ج ۲ صفحه ۱۰۰۴
- ۵- راغب اصفهانی حسین بن محمد المفردات صفحه ۴۷۴
- ۶- کافی ج ۲ صفحه ۹۱
- ۷- کنز العمال ج ۱ صفحه ۲۸۵
- ۸- کتاب صبر کیمیای سعادت انسان آیت الله مظاهری ۱۳۹۵
- ۹- کتاب گفتاری در باب صبر سید علی خامنه‌ای ۱۳۹۳
- ۱۰- بحار الانوار جلد ۷۵ صفحه ۲۱۱
- ۱۱- تحفه العقول صفحه ۱۶
- ۱۲- نهج البلاغه امام علی صفحه ۴۶۷ خطبه ۱۹۲ ۱۳- تفسیر کوثر جعفری ۱۳۷۶ جلد ۳ صفحه ۳۷۷ ۱۴- اصول کافی جلد ۲ صفحه ۹۳
- ۱۵- تصنیف غرالحکم و دو ررالکلم صفحه ۱۱ ۱۶- وسائل الشیعه جلد ۳ صفحه ۲۲
- ۱۷- شرح نهج البلاغه ابن ابی حدید جلد ۲۰ صفحه ۳۰۷
- ۱۸- علل الشرایع جلد ۲ صفحه ۴۹۸
- ۱۹- ترجمه نهج البلاغه محمد دشتی خ ۷۲ حکمت ۱۴۳
- ۲۰- کشف الغمه فی معرفت الائمه محدث اردبیلی جلد ۲ صفحه ۳۴۶
- ۲۱- شرح نهج البلاغه ابن ابی حدید جلد ۲۰ صفحه ۲۷۰
- ۲۲- مقاله صبر و شکیبایی محمدرضا مصطفی پور منبع نشریه پاسدار اسلام ۱۳۸۸ شماره ۱۷ ۲۳- مقاله صبر در تربیت دینی فرزندان از منظر روایات بابک هادیان حیدری ۱۴۰۲
- ۲۴- مقاله صبر در قرآن سایت اندیشه قم ۱۳۹۴ ۲۵- مقاله آثار تربیتی صبر در زندگی انسان از منظر قرآن کریم علی افرنگان ۱۳۹۹
- ۲۶- مقاله بررسی صبر از دیدگاه امام خمینی علی اکبر افراسیابور ۲۰۱۲
- ۲۷- پایان نامه بررسی رابطه صبر و آزمایش الهی در زندگی آدمی ابوذر غلامی ۱۳۹۶
- ۲۸- پایان نامه اثربخشی آموزش صبر با تاکید بر مؤلفه‌های اسلامی بر بهپاشی روانشناختی زنان خانه‌دار زهرا سرتیپی ۱۳۹۵
- ۲۹- پایان نامه صبر در قرآن و روایات راضیه سادات حسینی ۱۳۹۵
- ۳۰- قرآن کریم