

بسمه تعالی

تنبلی و کسالت و آثار آن در زندگی انسان از نظر آیات و روایات

ژیلا جلالی^۱

چکیده

تنبلی و کسالت به عنوان یک عادت مذموم، از آفت‌هایی است که دین اسلام به مسلمانان هشدار داده تا به آن مبتلا نشوند. با اراده‌ای قوی مشکلات را برطرف کرده و برای کسب سعادت اخروی و دنیوی تلاش نمایند. بر اساس نتایج به دست آمده در این تحقیق مهم‌ترین ریشه‌های تنبلی را باید در مسائلی مانند ضعف ایمان، عدم شناخت خود، دنیا طلبی، خواهش‌های نفسانی و... جستجو کرد. همچنین تنبلی دارای آثاری همانند حسرت و پشیمانی، عدم پرداخت حقوق الهی، به تاخیر انداختن کارها، از دست دادن فرصت‌ها، بیکاری، بی‌حوصلگی و فقر می‌باشد. هر انسانی برای مقابله با تنبلی می‌تواند روش‌هایی همچون افزایش شناخت، ایجاد عزم و اراده، تدبیر، مدیریت و ایجاد نشاط در عبادت را به کار بندد تا کمتر دچار این آفت دین و دنیا شود. در این نوشته تلاش شده تا به صورت نظری با مطالعه در تفاسیر و روایات ائمه معصومین علیهم السلام و همچنین کتاب‌های اخلاقی و تربیتی، موضوع تنبلی از زوایای مختلف مورد بررسی قرار گیرد.

کلید واژه: تنبلی - حسرت - کسالت

مقدمه

تنبلی، کسالت و خمودگی، از مشکلات مهم اخلاقی و روحی و روانی جامعه بشری است که خود منشأ بسیاری از گرفتاری‌ها است. البته نمی‌توان به طور قاطع این معضل را بیماری دانست، بلکه نوعی عادت و خصلت بد اخلاقی است که زمینه ساز بیماری‌های روحی و روانی می‌گردد. در حقیقت همه انسان‌ها با این مشکل با توجه به درجات شدت و ضعف دست و پنجه نرم کرده و با آن روبرو هستند.

از این رو اگر از خواب غفلت بیدار نشده و با آن مبارزه نکنیم، تمام امور زندگی‌مان را فرا می‌گیرد و ما را دچار خسروانی جبران ناپذیر می‌کند. بنابراین زندگی در دنیای امروز و پیشرفت در همه زمینه‌ها (دنیوی و اخروی) جز در سایه همت و تلاش عالی مقدور نیست. بی شک با تنبلی و کسالت نه تنها انسان از مقصد اصلی خلقت که همان بندگی است باز می‌ماند، بلکه در امور دنیوی نیز متضرر می‌گردد. به همین دلیل قرآن و اهل بیت علیهم السلام و بزرگان دین به شدت ما را از این امر بر حذر داشته و در مقابل به فعالیت و تلاش دعوت نموده‌اند.

از این رو در این مقاله ابتدا عوامل و آثار تنبلی بررسی شده تا با دانستن ریشه‌ها و آثار جبران ناپذیر این رذیله اخلاقی به راه‌ها و شیوه‌های مقابله و درمان، با استفاده از کتاب و نوشته‌های بزرگان پرداخته شود.

۱. مفهوم شناسی

۱-۱. تنبلی

در فرهنگ فارسی تنبلی به معنای تن پروری، بیکارگی، کاهلی، اهمال و سستی گرفته شده است.^۱

تنبلی یعنی کسی که مایل به کار نباشد و تن به کار ندهد و کسی که از کارگریزان باشد، البته کسی که از روی ضعف یا بیماری جسمی به کاری بی‌رغبت باشد تنبلی نیست تنبلی به کسی اطلاق می‌شود که بدون داشتن کوچکترین ضعف جسمانی کارهای خود را به تاخیر می‌اندازد یا با اکراه انجام می‌دهد. در زبان عرب واژه «کَسَل» مترادف با تنبلی می‌باشد.

۲-۱. حسرت

^۱ . مشیری، فرهنگ جامع فارسی، ج ۱، ص ۱۱۴۷

حسرت یعنی اندوه و ندامت بر چیزی که گذشته و از دست رفته است. از آن جهت این حالت را «حسرت» گفته‌اند، چون در آن هنگام جهل و ضعف انسان، در مورد عملی که انجام داده است آشکار و ظاهر می‌گردد.^۱

«لِيَجْعَلَ اللَّهُ ذَلِكَ حَسْرَةً فِي قُلُوبِهِمْ؛ تا قرار دهد خداوند آن حسرت را در قلوبشان».^۲

۱-۳. کسالت

کسل به معنای مستی و تثاقل در آنچه که نباید در آن مستی و کاهلی کرد، به همین جهت مضمون و ناپسند می‌باشد و کسل به معنای تنبل و سست و کاهل می‌باشد. در قرآن از کسالت به زشتی یاد شده است و این صفت از ویژگی‌های منافقان برشمرده شده است.^۳

۲. تنبلی و کسالت در آیات

در فرهنگ قرآن واژگانی چون کُسالی و قاعد برای تنبلی به کار رفته است: «...وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالَى...؛ و چون به نماز آیند با حال بی‌میلی و کسالت نماز کنند».^۴

یکی از صفتهای زشت انسانی که غالباً به آن توجه نمی‌شود ولی بسیار خطرناک و خسران‌زا است صفتی است به نام «حب الراحة» یعنی استراحت طلبی و تن به کار ندادن و به تعبیر دیگر تنبلی و کسالت. این صفت وسیله محروم شدن انسان از سعادت‌های دنیوی و اخروی می‌باشد. در حالی که ذاتاً انسان برای راحتی و خوشی آفریده نشده است.^۵

در کتاب الهی نیز چنین آمده است: «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ؛ ما انسان را در رنج و ناراحتی آفریده‌ایم».^۶

در مقابل آن واژه مجاهد به کار رفته است تا نشان دهد که تنبل و قاعد در حقیقت از مجاهدت دست می‌شویید و از عمل می‌گریزد. او در مقام توجیه و فریب خود برمی‌آید. و گاه از گرمای تابستان

۱. راغب، اصفهانی مفردات الفاظ قرآن، ص ۱۱۶

۲. آل عمران: ۱۵۶

۳. راغب اصفهانی، مفردات الفاظ قرآن، ص ۳۸۳

۴. نسا: ۱۴۲

۵. مشکینی اردبیلی، گفتارها و نوشتارها در نشریات و مقدمه کتاب‌ها، ۵۵۹

۶. بلد: ۴

و یا سرمای زمستان و یا از نبود امکانات می‌نالد، چنانکه آیات قرآنی در توجیه برخی از تنبلی‌های اهل قاعدین به آن اشاره دارد.

«لَا يَسْتَوِي الْقَاعِدُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ غَيْرُ أُولَى الضَّرَرِ وَالْمُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ؛ يَكْسَانِ نَخَوَانِد بُود هِرگز مومنانی که بدون عذر از جهاد بازنشستند با آنان که با مال و جان در راه خدا جهاد کنند»^۱.

۳. تنبلی و کسالت در احادیث

در سخنان پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم و ائمه اطهار علیهم السلام از تنبلی و کسالت به زشتی یاد شده و همواره ایشان دوستان و نزدیکان خود را به دوری از این صفت ناپسند سفارش می‌کردند. به تعبیر امام علی علیه السلام این صفت، صفت منفی کلیدی است یعنی کلید بسیاری از زشتی‌ها و بدی‌ها است و به وسیله آن درِ شرور و زشتی‌ها به روی انسان گشوده خواهد شد.^۲ در روایتی از امام صادق علیه السلام آمده است: «إِيَّاكَ وَالْكَسَلَ وَالضَّجَرَ فَإِنَّهُمَا يَمْنَعَانِكَ مِنْ حَظِّكَ مِنَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ؛ از تنبلی و بی‌حوصلگی بپرهیز، زیرا که این دو خصلت تو را از بهره دنیا و آخرت باز می‌دارند»^۳.

امام سجاد علیه السلام نیز در لابه‌لای نیایش و دعا‌های خود از صفت کسالت و تنبلی به خداوند پناه می‌برد و می‌فرماید: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحُزْنِ وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ؛ بار خدایا من از غم و اندوه و ناتوانی و تنبلی به تو پناه می‌برم»^۴.

امام رضا علیه السلام در دعای خود برای امام زمان عجل الله تعالی فرجه الشریف اینگونه می‌فرماید: «و لَا تَبْتَلِنَا فِي أَمْرِهِ بِالسَّامَةِ وَالْكَسَلِ وَالْفَتْرَةِ وَالْفَشْلِ، وَاجْعَلْنَا مِمَّنْ تَنْتَصِرُ بِهِ لِدِينِكَ؛ در کار او ما را به دلتنگی و تنبلی و سستی و ضعف مبتلا مفرما و ما را از کسانی قرار ده که به وسیله آن دینت را یاری می‌رسانی»^۵.

۴. عوامل تنبلی و کسالت

۱. نسا: ۹۵

۲. یعقوبی، پرهیز از تنبلی و بی‌حوصلگی، شماره ۳۱۱

۳. ری شهری، میزان الحکمه، ج ۱۱ ص ۵۱۸۶

۴. همان، ۵۱۸۸

۵. مجلسی، بحار الانوار، ج ۵، ص ۳۳۵

۴-۱. ضعف ایمان

یکی از عوامل مهم در ایجاد و بارور شدن تنبلی و کسالت در انسان نداشتن ایمان و یا ضعف آن است. بیشتر افراد تنبل کسانی هستند که ایمان ضعیف دارند و یا اصلاً به وجود خدا و جهان آخرت ایمان ندارند. از آن رو که ما معتقدیم این دنیا مقدمه آخرت است اگر می‌خواهیم آخرتی آباد داشته باشیم، باید دنیای ما را با فعالیتی مضاعف رنگ دیگر بخشیم که این مهم جز با داشتن همت عالی و اراده قوی میسر نمی‌شود. البته منظور از فعالیت، تنها فعالیت دنیایی نیست، بلکه در کنار آن تلاش معنوی در (ارتباط با خدا و بندگی) نیز باید داشت.

داشتن نیروی عظیم ایمان و تقوا، مرتفع کننده بسیاری از معضلات و بیماری‌های روحی و روانی جامعه بشری است.^۱

۴-۲. دنیا طلبی

عامل دیگر تنبلی از منظر قرآن و روایات ثروت و دنیا طلبی است. برخورداری از ثروت و امکانات مادی سبب می‌شود انسان از کارهای دشوار بگریزد. بسیاری از خانواده‌ها درباره کودکانشان دچار اشتباه فاحشی می‌شوند و آنان را در رفاه و آسایش زیاد قرار می‌دهند که این خود موجب تنبلی آنها می‌گردد. برخورداری از ثروت و امکانات مادی سبب می‌شود انسان از کارهای دشوار بگریزد، به ویژه آنکه اگر ارتباط تنگاتنگی با جان و مال داشته باشد و او را در سختی قرار دهد. گرفتار محبت دنیا شدن نیز باعث می‌شود که شخص حاضر نشود به کارهای سخت بپردازد و از جان و مال خود نیز مایه بگذارد.^۲

۴-۳. عدم شناخت خود

عامل دیگر بروز تنبلی و کسالت عدم شناخت خود و جهان است. تنبلی نوعی خودفریبی و فریب شیطان و افکار و القائات اوست، چرا که با به کار بردن کلمات، اگر، به محض اینکه، وقتی که، زمانی که و... خود را اسیر هوی و هوس ها کرده و از انجام کار به موقع می‌گریزیم. ریشه تنبلی در وجود انسان‌ها به طرز تفکر و جهان‌بینی آنها باز می‌گردد. از این رو انسان با کسب معرفت و اصلاح بینش خود و اینکه جهان کنونی را پایانی است و هدف از این خلقت

۱. رحیمیان، سستی و تنبلی آفت پیشرفت انسان، ص ۲۸

۲. همان، ص ۳۰

از سر راه برمی دارد. چنین انسانی، تنبل و سست عنصر نیست. بردبار است و با استفاده از حکمت، زندگی خویش را پرنشاط می کند.^۱

انسان برای مقابله با تنبلی و خمودگی باید برای همه کارهای روزانه، هفتگی، اهداف و تمام آنچه در ذهن دارد تدبیر کرده و برنامه ریزی نماید تا رسیدن به آنها برایش آسان گردد. در مواقع زیادی افراد به خاطر کار زیاد و بی نظمی امور، تنبل می شوند چرا که نمی توانند برنامه ریزی درستی داشته باشند و همین شلوغی کار آنها را کلافه و کسل می کند.

۴-۶. مدیریت و ایجاد نشاط در عبادت

یکی از راههای مقابله با تنبلی و کسالت مدیریت و ایجاد نشاط در عبادت می باشد. انسان های با نشاط، روحیه، نیت و عمل را با هم هماهنگ می کنند. اگر روحیه انسان شیفته کاری باشد در انجام آن سستی و تنبلی نخواهد کرد. انسان که هدفدار زندگی کند و به هدفش نیز ایمان داشته باشد در عمل سرزنده و با نشاط خواهد بود. انسان مومن خداپاور و معادشناس که جهان هستی را هدفمند و هوشیار ببیند تمام توان و تلاش خود را به کار می گیرد که در مسیر عبودیت و بندگی از بیهودگی و تنبلی بگریزد و در انجام عبادات و تکالیف و اعمال صالح با نشاط و همراه با شوق و رغبت زندگی خود را ساماندهی کند. امام علی علیه السلام در این مورد می فرماید: «مومن به آنچه باقی است عشق و رغبت نشان می دهد و از آنچه فانی است گریزان است، تنبلی از او به دور است و همواره با نشاط زندگی می کند». عبادت اگر به روش صحیح و با شرایط انجام گیرد در زدودن گناهان نقش مهمی دارد، انسانی که به عبادت می پردازد و نماز، حج و روزه به جا می آورد همواره مراقب است کاری نکند که موجب بطلان عبادت هایش شود. این مراقب نوعی تمرین و تقویت اراده و پرورش و استقامت در برابر گناهان و رذایل است. پس پرهیز از همه رذایل اخلاقی از جمله تنبلی و خمودگی در پرتو تقویت اراده و انجام واجبات به راحتی میسر خواهد بود.^۲

۵-۶. مجاهدت و تلاش

یکی از اصل های دیگر و البته مهم برای مقابله و درمان تنبلی اصل مجاهدت و تلاش است. از کارهای اصلی و واجب برای هر انسانی چه در موضع یک فرد، چه در موضع یک جمع این است که

^۱ . دشتی، فرهنگ سخنان پیامبران الهی علیهم السلام، ص ۸۸۰

^۲ . اسحاقی، گناه گریزی، ص ۱۲۸

با تنبلی مبارزه کند و دائم تلاش کند تا به تنبلی و بی‌عملی و بی‌تعهدی تن ندهد. گاهی انسان عمل هم دارد، اما نسبت به وظایف اصلی تعهد ندارد می‌گوید به ما چه، کجروی‌های برخاسته از هوس نیز همین‌طور است انسان به این‌ها نباید تن دهد. بایستی حتماً با تنبلی و بی‌عملی خویش مبارزه کند. هرگاه انسان تلاش و مجاهدت کند، خداوند نیز همراه او می‌شود اما اگر تنبلی کرد و نشست کمک الهی از او گرفته خواهد شد.^۱

یکی از مهمترین عوامل کسب فضایل همت، تلاش و کوشش است. بدون تردید فتح قله موفقیت و پرواز در آسمان سعادت، هرگز با تنبلی و بی‌حوصلگی سازگاری ندارد. تمام کسانی که توانستند در اوج آسمان پیروزی پرواز کنند و مدال پرافتخار موفقیت را به دست آورند، انسان‌هایی با اراده، با همت و پرتلاش بوده‌اند. به همین منظور در روایات تاکید شده است که همواره در کار دنیا و آخرت خود پرتلاش باشید و از تنبلی و کسالت و بی‌حوصلگی پرهیز کنید.^۲

از امام باقر علیه السلام روایت شده است: «إِنِّي لَا بَغْضَ الرَّجُلَ أَنْ يَكُونَ كَسَلًا عَنْ أَمْرِ دُنْيَاهُ ، وَمَنْ كَسَلَ عَنْ أَمْرِ دُنْيَاهُ فَهُوَ عَنْ أَمْرِ آخِرَتِهِ؛ من بیزارم از مردی که در امور دنیوی خود تنبلی و کسالت به خرج دهد، چرا که کسی که در امور دنیوی کسالت به خرج دهد در امور اخروی کسالتش بیشتر است».^۳

^۱. امین زاده، تحول معرفتی، ص ۱۲۹

^۲. ظهیری، گنجینه سخن، ص ۱۵۶

^۳. کلینی، کافی، ج ۵، ص ۸۵؛ حرعاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۷، ص ۵۸

نتیجه‌گیری

هرگاه به زندگی انسان‌های کامیاب و موفق نگاه کنیم و با دید موشکافانه حیات علمی و عملی آنها را ارزیابی کنیم این سوال به ذهن خطور می‌کند که رمز جاودانگی آنها در ابعاد و سطوح مختلف چیست؟

چگونه بعضی در بعد روحی و اخلاقی به سعادت رسیده‌اند و بعضی دیگر در بعد علمی و معرفتی به بالاترین مراحل گام نهاده‌اند؟

چه چیزی مانع پیشرفت و ترقی انسان و باعث جاماندن از کاروان موفقیت می‌شود؟ با توجه به نتایج به دست آمده در این نوشته از بررسی آموزه‌های اسلام اینگونه می‌توان به این پرسش‌ها پاسخ داد که مهم‌ترین و اساسی‌ترین اسباب موفقیت فرد و جامعه هم در دنیا و هم در عقبی دوری از تنبلی و کسالت و پرهیز از سستی و خمودی می‌باشد. اگر تنبلی درمان نگردد شور و شادابی را جسم و روحاً از انسان می‌گیرد و او را به خمودی و سستی می‌کشاند و سبب عقب ماندگی و ناکامی او می‌شود.

امید است این نوشته با بررسی عوامل و آثار تنبلی و پرداختن به راهکارهای مقابله با آن، توانسته باشد گامی موثر در مبارزه با این رذیله اخلاقی - اجتماعی بردارد.

فهرست منابع و مآخذ

۱. قرآن، ترجمه: مکارم شیرازی، ناصر
۲. نهج البلاغه، ترجمه: انصاریان، حسین
- الف) کتب فارسی
۳. اسحاقی، حسین، گناه گریزی، تهران: مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما، ۱۳۸۶
۴. اکبری، محمود، غم و شادی در سیره معصومین علیهم السلام، قم: فیتان، ۱۳۹۳
۵. امین‌زاده، محمدرضا، اخلاق اسلامی، قم: موسسه در راه حق، ۱۳۷۸
۶. امین‌زاده، محمدرضا، تحول معرفتی، بی‌جا، دفتر سوم، مکتب انقلاب اسلامی، ۱۳۹۸
۷. تقی‌زاده اکبری، علی، باورهای دینی امداد غیبی، قم: زمزم هدایت، ۱۳۸۶
۸. دشتی، محمد، فرهنگ سخنان پیامبران الهی علیهم السلام، قم: موسسه فرهنگی تحقیقاتی امیرالمومنین علیه السلام، ۱۳۹۰
۹. دلشاد تهرانی، مصطفی، خلاصه سیره نبوی منطق عملی تهران: دریا، ۱۳۹۵
۱۰. راغب اصفهانی، محمد، مفردات، ترجمه: مصطفی رحیمی نیا، بی‌جا، نشر سبحان، ۱۳۸۸
۱۱. رحیمیان، قاسم، سستی و تنبلی آفت پیشرفت انسان، بی‌جا، ورع، ۱۳۹۰
۱۲. ری شهری، محمد، میزان الحکمه با ترجمه فارسی، قم: موسسه علمی فرهنگی دارالحديث، ۱۳۸۹
۱۳. ظهیری، علی اصغر، گنجینه سخن، قم: نسیم حیات، ۱۳۸۷
۱۴. عارفی شیرداغی، محمد اسحاق، رابطه نفس و بدن، مشهد: دانشگاه علوم اسلامی رضوی، ۱۳۹۴
۱۵. کاظمی، حبیب، چراغ تابان، تهران: سازمان تبلیغات اسلام، ۱۳۹۵
۱۶. کلینی، محمد بن یعقوب، متن و ترجمه کتاب نفیس فروع کافی، قم: قدس، ۱۳۸۸
۱۷. محدثه، جواد، قلمرو دل، قم: دفتر نشر معارف، ۱۳۸۸
۱۸. مشکینی اردبیلی، علی، گفتارها و نوشتارها در نشریات و مقدمه کتاب‌ها، قم: موسسه علمی فرهنگی دارالحديث، ۱۳۹۲
۱۹. مظلومی، رجب علی، تربیت معنایی انسان تربیت از دیدگاه ائمه اطهار علیهم السلام، بی‌جا، ۱۳۸۸

ب) کتب عربی

۲۰. حر عاملی، محمد بن حسن، وسایل الشیعه، قم: موسسه آل بیت علیهم السلام الاحیا التراث،

۱۴۱۶

۲۱. کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، تهران: جهان آزاد، ۱۳۸۷

۲۲. طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الاخلاق، تهران: فراهانی، ۱۳۶۵

۲۳. ری شهری، محمد، میزان الحکمه، بی جا، موسسه علمی فرهنگی دارالحديث، ۱۳۸۹

۲۴. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، بیروت: دار احیا التراث العربی، ۱۴۰۳ ه.ق

ج) مقالات

۲۵. یعقوبی، ابوالقاسم، "پرهیز از تنبلی و بی حوصلگی، نشریه پاسدار اسلام"، شماره ۳۱۱،

۱۳۸۶