

## واکاوی زمینه‌ها و عوامل درونی حسد از منظر اسلام و روان‌شناسی

ابوالقاسم ولی‌زاده\*

محمد مهدی ولی‌زاده\*\*

### چکیده

حسادت یکی از مهم‌ترین ناهنجاری‌های اخلاقی است که موجب اختلال در کارکرد عادی فرد در زندگی می‌شود و سلامت جسمی و روانی وی را به خطر می‌اندازد. بررسی عوامل حسد در پیشگیری و درمان آن نقش بسزایی دارد. عوامل حسد ممکن است درونی یا بیرونی باشند. هدف از تحقیق پیش رو ریشه‌یابی درونی حسد با توجه به آیات و روایات است. روش تحقیق توصیفی - تحلیلی می‌باشد که به شیوه کتابخانه‌ای با استفاده از منابع دینی، تقریر علمی و تبیین روان‌شناختی‌ای از آموزه‌های دینی و اخلاقی صورت گرفته است. براساس بررسی‌های صورت گرفته، عوامل درونی حسد در سه عامل شناختی، عاطفی و زیستی دسته‌بندی شده‌اند. در این راستا دل‌بستگی به دنیا و احساس حقارت از عوامل اصلی حسادت به‌شمار آمده‌اند و در زمینه پیشگیری و درمان دارای نقش تعیین‌کننده‌ای شناخته شده‌اند.

### واژگان کلیدی

حسادت، عوامل درونی، زمینه‌ها، شناختی، عاطفی، زیستی.

a.valizadeh@urmia.ir

\*. استادیار و مدیر گروه معارف اسلامی دانشگاه ارومیه.

\*\* دانشجوی کارشناسی ارشد اخلاق دانشگاه معارف اسلامی و دانش آموخته سطح سه حوزه علمیه قم.

montazere14@gmail.com

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۲/۲۴

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱/۱۱

## طرح مسئله

حسد<sup>۱</sup> در لغت آرزوی از دست رفتن نعمت کسی است که مستحق آن نعمت باشد و چه بسا به زوال آن نعمت تلاش هم بکند. (راغب اصفهانی، ۱۴۱۶، واژه حسد)

در اصطلاح برخی علمای اخلاق «حالتی است نفسانی که صاحب آن آرزو کند سلب کمال و نعمت متوهمی را از غیر، چه آن نعمت را خود دارا باشد یا نه و چه بخواهد به خودش برسد یا نه» (موسوی خمینی، ۱۳۷۲: ۱۰۵) به تعبیر دیگر: «هر که از دیدن یا شنیدن نعمتی مانند مال و فرزند یا فضیلت و کمالی مانند علم، شجاعت و سخاوت که دیگری دارا شده، ناخشنود و خشمگین شود و نتواند این نعمت و فضیلت را در او ببیند و گرفته شدن آن را از او بخواهد یا گرفته شدن از او و رسیدن به خودش را آرزومند باشد، این حالت درونی حسادت است» (دستغیب، ۱۳۵۱: ۵۳۱) و در اصطلاح روان‌شناسان «واکنشی هیجانی است که از حدود دو سالگی آغاز می‌شود و با رشد کودک، ممکن است تا بزرگسالی ادامه یابد و بر طبق الگوهای مختلف فرهنگی، به صورتهای متفاوتی جلوه‌گر شود. حسادت در کودک، پاسخی طبیعی است به محرک‌ها و هنگامی ایجاد می‌شود که به اعتقاد وی، عاطفه یا محبتی را از دست داده باشد. در الگوی حسادت، غالباً نوعی ترس نیز وجود دارد، زیرا حسود احساس می‌کند که دیگری عاطفه شخص مورد علاقه او را نسبت به وی به خطر انداخته است و یا مقامی را که او انتظار رسیدن به آن را داشته، دیگری احراز کرده است. بنابراین، موقعیتی که حسادت را برمی‌انگیزد، غالباً یک موقعیت اجتماعی است». (هارلوک، ۱۹۷۸: ۲۰۳)

به عبارت دیگر «حسادت احساس منفی است که با دیدن امتیازی که ما نداریم یا آرزو داریم فقط ما داشته باشیم، به ما دست می‌دهد». (گورنیه و روسو، ۱۳۸۴: ۱۳)

به‌طور کلی عواطف انسان دو دسته‌اند:

**دسته نخست:** عواطف اولیه و اصیل که همگی مثبت و طبیعی بوده و بدون آنکه نفعی در بین باشد، انسان در خود، نسبت به دیگری احساس می‌کند، مثل: احساس عاطفه مادر نسبت به فرزند خویش.

**دسته دوم:** عواطف ثانوی و فرعی، که تحت تأثیر عوامل خارجی در روان انسان به وجود می‌آیند. این نوع عواطف، ناشی از این است که شخص دیگری واسطه دستیابی به یکی از خواسته‌های انسان و یا عامل از دست دادن آن شود، که در اثر آن، عواطف ثانوی مثبت و منفی در روان انسان، تحقق

۱. منظور از حسادت در اینجا معادل واژه (Negative envy, invidiousness) است نه واژه (Erotic jealousy) یا (jealousy) که به حسادت جنسی تفسیر می‌شود و مشخصه اصلی آن، باور به خیانت شریک زندگی است و ممکن است با باورهای غیر عادی دیگری نیز همراه باشد.

خواهد یافت. مثلاً انسان علم را دوست می‌دارد، غذا و پوشاک و مسکن می‌خواهد، حال، اگر شخص دیگری اینها را در اختیار او بگذارد و واسطه رسیدن به این خواسته‌ها شود، مورد محبت و عواطف مثبت انسان قرار خواهد گرفت. بر عکس، اگر کسی سبب محروم شدن انسان از خواسته خویش شود، مورد عاطفه منفی انسان قرار خواهد گرفت. (مصباح یزدی، ۱۳۷۳: ۲ / ۳۳۷ - ۳۲۷)

حسادت، جزو ابعاد فطری انسان و از خواسته‌های اصیل وی قلمداد نمی‌شود. به عبارت دیگر، هیچ‌گاه نمی‌توان گفت که انسان از آن جهت که انسان است، باید دیگران را از نعمت‌هایشان محروم ببیند و خواستار زوال آنها باشد؛ چون معنای حقیقی حسد، این است که انسان وقتی دیگران را در نعمتی می‌بیند، خواهان محروم شدن آنان از آن نعمت باشد و هیچ‌گاه نمی‌توان ادعا کرد که فطرت انسان چنین اقتضایی دارد.

هر صفتی که در انسان رسوخ می‌کند و در وجود انسان به صورت ملکه در می‌آید، عوامل و زمینه‌هایی دارد. همه نظریه‌های شخصیت بر این باورند که عوامل درونی ارگانیکسم و رویدادهای محیط اطراف در تعیین رفتار فرد مؤثرند، با این وجود، نظریه‌ها در اهمیتی که به عوامل درونی و بیرونی می‌دهند و در تفسیری که از ارتباط این دو به عمل می‌آورند، از یکدیگر متفاوت‌اند. با گذشت زمان، تأکید روان‌شناسان به‌طور متناوب از عوامل درونی به عوامل بیرونی و بر عکس، تغییر کرده است. برای مثال ایچیزر<sup>۱</sup> در سال ۱۹۴۳ علیه گرایش رایج در مورد اهمیت بیش از حد عوامل داخلی (فردی) در مقابل عوامل بیرونی (محیطی) به بحث پرداخت و والتر میشل<sup>۲</sup> در سال ۱۹۶۸ نظریه‌های سنتی را به دلیل تأکید بر ساختارهای داخلی پایدار، مورد انتقاد قرار داده و تأکید کرد که تغییر در شرایط محیطی یا بیرونی است که رفتار فرد را تعدیل یا اصلاح می‌کند و هر موقعیت محیطی به‌طور مستقل رفتار فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. سرانجام در سال ۱۹۹۸ این نظریه مورد قبول قرار گرفت که هر دو عامل با اهمیت و در تعامل با یکدیگرند. امروزه، اکثریت قریب به اتفاق پژوهشگران بر تأثیر متقابل فرد - موقعیت تأکید دارند. (پروین، ۱۳۸۱: ۱۴)

با توجه به آنچه گفته شد، آشکار می‌شود که مجموعه‌ای از عوامل، شرایط پیچیده خاصی فراهم می‌آورند تا این میل انحرافی به وجود بیاید، به طوری که اگر این شرایط فراهم نگردند، احساس حسادت در انسان تحقق نمی‌پذیرد.

با توجه به اینکه بسیاری از افراد، خواسته یا ناخواسته دچار حسادت می‌شوند بررسی عوامل درونی حسد در آموزه‌های اسلامی و تحلیل روانشناختی آنها ضروری به نظر می‌رسد زیرا به‌طور کلی،

1. Ichhaiser, G.  
2. Mischel, W.

سبب‌شناسی یک پدیده منفی، این امکان را به وجود می‌آورد که با شناخت علل بروز آن پدیده، به پیشگیری و درمان آن همت گمارد؛ مواجهه حسادت بدون برخورداری از تصویری دقیق از عوامل شکل دهنده آن ممکن نیست. پژوهش حاضر در صدد است تا به پرسش «عوامل درونی حسد در منابع اسلامی کدامند؟» پاسخی علمی و مستدل ارائه کند. البته باید توجه داشت که بحث از عوامل بیرونی حسد، خارج از رسالت این تحقیق است.

تاکنون در زمینه حسد، مطالعات و تحقیقات زیادی انجام گرفته است:

مفسران از جمله: طبرسی در *مجمع البیان*، علامه طباطبایی در *المیزان فی تفسیر القرآن*، ناصر مکام شیرازی در کتاب *اخلاق در قرآن* و سید هاشم بحرانی در *البرهان فی تفسیر القرآن* در زمینه حسد بحث کرده‌اند.

در جوامع روایی از جمله: کلینی در *الکافی*، حر عاملی در *وسائل الشیعه* باب تحریم الحسد، مجلسی در *بحار الأنوار* باب الحسد، دیلمی در *ارشاد القلوب* باب فی ذم الحسد، کراچکی در *کنز الفوائد*، شهید ثانی در *کشف الریبه عن احکام الغیبه*، روایات متعددی در مذمت حسد ذکر کرده‌اند.

متون اخلاقی نیز در زمینه حسد به‌طور مفصل بحث کرده‌اند از جمله: خواجه نصیرالدین طوسی در *اخلاق ناصری* و *اخلاق محتشمی*، محمد غزالی در *میزان الاعمال و احیاء علوم الدین* در بحث قوای شهویه و غضبیه نفس، محمدمهدی نراقی در *جامع السعادات*، احمد نراقی در *معراج السعاده*، حسن بن فضل طبرسی در *مکارم الاخلاق*، محسن فیض کاشانی در کتاب *محجة البیضاء*، عبدالحسین دستغیب در *گناهان کبیره و قلب سلیم* و سید رضا صدر در درس‌های اخلاق با عنوان «حسد» به تفصیل در زمینه حسادت و ابعاد آن بحث کرده‌اند.

محققان روان‌شناسی نیز در زمینه حسد بحث کرده‌اند از جمله: حمید پهلوان در کتاب *حسادت*، زمینه‌های رشد و راه‌های جلوگیری از آن و محمدعلی سروش در کتاب *شعله‌های سرد*، به بیان اسباب و زمینه‌های حسد و راه‌های پیشگیری از آن پرداخته‌اند. گورنیه و روسو در کتاب *غلبه بر حسادت* به بیان ریشه‌ها، مراتب، آثار و راهکارهای درمان حسادت پرداخته است. سالووی<sup>۱</sup> در *روان‌شناسی حسادت و غبطه و اسمیت*<sup>۲</sup> در *تئوری و تحقیق حسادت* در زمینه حسد بحث کرده‌اند.

حاصل آنکه حسد تاکنون، هم از منظر اخلاق و هم از نظر روان‌شناسی مورد توجه قرار گرفته است؛ اما از یک سو مفسران و علمای حدیث و اخلاق که بر مبنای متون دینی تحقیق می‌کنند، کمتر به جنبه‌های روان‌شناختی آن پرداخته‌اند و از سوی دیگر، روان‌شناسان که بر پایه تحقیقات تجربی گام بر

1 . Salovey, P.

2 . Smith, R. H.

می‌دارند، کمتر به متون دینی توجه داشته‌اند و بیشتر راهکارهای ارائه شده توسط آنها با مبانی دینی و فرهنگی مسلمانان سازگار نبوده و برخی نیز ناظر به حسادت جنسی هستند. تحقیق حاضر جهت پر کردن خلأ مذکور و پیوند زدن حوزه دین و روان‌شناسی در زمینه اسباب درونی حسد طراحی شده است. همچنین اشکال عمده برخی منابع اخلاقی، استناد ندادن بیشتر عوامل به آیات و روایات است، به طوری که معلوم نیست از منابع اسلامی استفاده شده یا در اثر تلاش و تجربه و ذوق شخصی به دست آورده‌اند.

امتیاز این تحقیق نسبت به تحقیقات گذشته، این است که اولاً مهم‌ترین عوامل درونی حسد را در پژوهشی جامع با تحلیل اخلاقی و روانشناختی از متون دینی استخراج نموده است، ثانیاً در اکثر موارد، شواهد قرآنی و روایی اسباب، ذکر شده است و سعی شده است تمام آیات و روایات وارده در مورد عوامل درونی حسد مورد بررسی قرار گیرد.

### عوامل درونی حسد

بسیاری از صفات ردیله از یکدیگر سرچشمه می‌گیرند؛ به تعبیر دیگر تأثیر متقابل دارند. حسد نیز از صفاتی است که از صفات زشت دیگری در وجود خود انسان ناشی می‌شود. برای درمان حسادت، ابتدا بررسی زمینه‌های بروز آن ضروری است؛ بسترهایی که به‌طور غیر مستقیم در پدید آمدن حسادت اثرگذارند زمینه‌های حسد شناخته می‌شوند.

سپس باید عوامل و ریشه‌های درونی استخراج شوند، در این راستا نخست لازم است عوامل فکری و شناختی مورد بررسی قرار گیرند تا بتوان با مقابله و از بین بردن آن، حسادت را درمان نمود و در مرحله بعد بررسی عوامل عاطفی و احساسی آن ضروری به نظر می‌رسد.

### عوامل زیستی

عوامل زیستی به شرایط فردی، خانوادگی و محیطی شخص اطلاق می‌شوند که ممکن است زمینه پدید آمدن حسد را فراهم کنند. تفاوت‌های فردی در جسم یا جنسیت و زمینه‌های خانوادگی در نوع تربیت یا برخورد، گرچه نمی‌توانند عامل مستقلاً برای حسادت شمرده شوند ولی می‌توان از آنها به‌عنوان زمینه‌های حسادت بحث کرد. در ادامه، دو زمینه مهم زیستی بررسی می‌شود.

#### ۱. نقص بدنی

در روان‌شناسی رشته‌ای به نام تیپ‌شناسی وجود دارد که دانشمندان برای هر تیپ جسمی، ویژگی‌های روانی و اخلاقی خاصی ذکر می‌کنند. برای مثال اگر کسی نقص عضو داشته باشد این

ویژگی جسمی او می‌تواند عاملی برای احساس حقارت و در نتیجه حسدورزی او شود. گاهی فرد خودش را با دیگران مقایسه می‌کند و احساس می‌کند که چیزی از آنها کمتر دارد. مشکل زمانی پیش می‌آید که این کمبود ظاهری به یک فقدان باطنی و روانی کشیده می‌شود و فرد، احساس می‌کند که اگر مثلاً از نعمت دست محروم است، گویی شخصیت و روان او همچنین نقصی دارد و به همین جهت، سطح عزت نفس او کاهش می‌یابد. در روایتی از امام باقر و امام صادق علیهما السلام نقل است که فرمودند: «فلا تري لله عز و جل خلقا ناقص الخلقه الا وجدت في قلبه علينا غلا؛ هیچ مخلوق ناقص الخلقه خداوند را نمی‌بینی مگر اینکه در دلش نسبت به ما کینه دارد». (مجلسی، ۱۴۰۳: ۶۹ / ۲۱۱)

آلفرد آدلر<sup>۱</sup> (۱۹۵۶) می‌گوید: احساس خود کم‌بینی یا حقارت در افراد، ناشی از نقص و ضعف جسمانی است. وی معتقد است که همه افراد آدمی دارای احساس حقارت هستند و همین احساس حقارت باعث می‌شود که مردم در جهت از بین بردن آن و یا در جهت بهتر و برتر شدن، تلاش زیادی را از خود نشان دهند. البته حقارت‌های عضوی، تجربیات اولیه یا سائق‌های بنیادی، شخصیت را شکل نمی‌دهند؛ بلکه نظر فرد درباره این عوامل و عوامل دیگر، آن را شکل می‌دهد. چون همه آدم‌ها زندگی را با جثه‌ای کوچک، نحیف و حقیر آغاز می‌کنند، در این باره که چگونه بر این نقایص جسمانی غلبه کنند و بزرگ، قوی و برتر شوند، خیال یا نظامی عقیدتی را پرورش می‌دهند؛ اما حتی بعد از اینکه آنها بزرگ، قوی و برتر می‌شوند طوری عمل می‌کنند انگار که هنوز کوچک، ضعیف و حقیر هستند. بنابراین همه افراد احساس‌های حقارت دارند. منتهی برخی افراد با پیشروی به سوی سلامت روانی و سبک زندگی سودمند این احساس‌های حقارت را جبران می‌کنند، درحالی‌که برخی دیگر، جبران افراطی می‌کنند و برای سرکوب کردن دیگران یا کناره‌گیری کردن از آنها و اختیار کردن سبک زندگی بی‌حاصل با انگیزه می‌شوند. وضعیتی که آدلر آن را عقده حقارت می‌نامید، شرایطی است که فرد در سازگاری و انطباق شخصی ناتوان بوده و یا در روابط اجتماعی دچار مشکل است. (کریمی و دیگران، ۱۳۷۸: ۱۶۸ نقل از دوان شولتس)

یکی از عوامل حسادت، اختلال‌های شخصیتی ناشی از کمبودهای افراد است. عده‌ای ظاهر انسان‌ها را به مسائل درونی آنها ترجیح می‌دهند، از این رو نسبت به زشتی چهره و اندام، حساسیت ویژه‌ای دارند و گاهی این مسئله ظاهری را به سطوح شخصیت و حرمت نفس سرایت می‌دهند و این باعث تنزل سطح حرمت خود و در نتیجه، زمینه‌سازی برای حسادت نسبت به دیگران می‌شود. در روایت می‌خوانیم: «من هانت علیه نفسه فلا ترج خیره؛ هر کس خودش را سبک بشمارد امیدوی به خیرش نداشته باش». (آمدی، ۱۳۴۶: ۲۶۳)

1. Adler, A.

البته برخی از پژوهشگران روانشناسی، نقص بدنی را از عوامل مستقل حسادت دانسته‌اند (پهلوان، ۱۳۸۳: ۲۹) ولی به باور نگارندگان، نقص بدنی می‌تواند یکی از زمینه‌های مساعدکننده حسادت باشد و صدق عنوان عامل حسادت بر آن، قابل نقد و بررسی است.

## ۲. جنسیت

جنسیت کسی که حسد می‌ورزد می‌تواند از زمینه‌های بروز حسادت شمرده شود؛ پدیده حسادت در زنان بیشتر و فعال‌تر از مردان است. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «لیس الغیرة الا للرجال و اما النساء فانما ذلک منهن حسد، و الغیرة للرجال و لذلک حرم الله علی النساء الا زوجها و اهل للرجال اربعا فان الله اکرم من ان یتلبهن بالغیرة و یحل للرجل معها ثلاثاً؛ غیرت‌ورزی جز برای مردان نیست ولی غیرت زنان، حسد است و غیرت مخصوص مردان است؛ به خاطر همین است که خداوند جز یک همسر را برای زنان حرام کرده ولی برای مردان چهار تا زن را حلال کرده است. به درستی که خداوند گرامی‌تر از آن است که زنان را دچار غیرت کند و از طرفی سه همسر دیگر را برای مرد حلال گرداند.» (کلینی، ۱۳۸۱: ۵ / ۵۰۴)

علامه طباطبایی پس از ذکر داستان بریدن انگشتان توسط زنان مصر با دیدن یوسف، می‌فرماید: عواطف رقیقه و احساسات لطیفه در زنان اثری دارد که در مردان آن چنان اثر را ندارد، زنان در برابر هر خلقتی لطیف و طبیعتی زیبا عنان از دست می‌دهند، آرایش و زینت را بیش از مردان دوست می‌دارند مثل اینکه دل‌هاشان با رسوم غنچ و دلال بستگی دارد، و همین معنا باعث می‌شود که حس عجب و حسد را در دل‌هاشان طغیان دهد. (طباطبایی، ۱۳۹۳: ۱۱ / ۲۲۷)

لازم به تذکر است این نوع حسادت بیشتر مربوط به داشتن هوو و برخی مسائل زنانه است و نمی‌توان با استناد به این حدیث، جنسیت را عامل مطلق حسادت معرفی کرد؛ البته می‌توان استفاده کرد که دست‌کم در برخی موارد، جنسیت ممکن است زمینه حسادت را فراهم سازد. برای نمونه آبراهام اسپرلینگ می‌گوید: آمار نشان می‌دهد که از هر سه کودک حسود، دو نفرشان دخترند (شعاری‌نژاد، ۱۳۸۵: ۴۵۵)، نیزه‌ارلوک به این نتیجه رسیده است که: در دختران بیش از پسران، حسادت مشاهده می‌شود. (هارلوک، ۱۹۵۹: ۱۳۸)

## عوامل فکری و شناختی

مقصود از عوامل فکری و شناختی، اسبابی هستند که به نوعی با فکر و اعتقاد حاسد در ارتباطند و موجب حسادت می‌شوند. در ادامه به بررسی آنها پرداخته می‌شود.

## ۱. ضعف خدانشناسی

حسود با زبان حال به خدا اعتراض می‌کند که چرا فلان نعمت را به فلان کس دادی و به من ندادی؟ و نیز می‌گوید هرگاه خدا به دیگری نعمتی دهد ممکن است از دادن مثل آن به من، العیاذ بالله عاجز باشد، پس چه بهتر که نعمت از او سلب گردد تا به من برسد. این امر ریشه در ضعف خدانشناسی او دارد. بسیاری از افراد به علت وجود نعمتی چون مال و فرزند و خانه و مانند آن، نسبت به دیگری حسادت می‌ورزند. درحالی‌که علت وجود تفاوت‌ها، می‌تواند آزمون و ابتلا باشد. به این معنا که به برخی از اشخاص، ثروت و مال داده می‌شود تا دانسته شود چگونه با این مال و ثروت رفتار می‌کنند، چنان که فقر و نداری نیز ممکن است آزمایش الهی بوده و باعث بروز استعدادها شود. ضمناً بسیاری از اموری که انسان از خدا می‌خواهد، می‌تواند برای او شر و بلا باشد و بسیاری از اموری که شر و بلا می‌نماید و انسان آن را ناخوش می‌شمارد، می‌تواند برای او مفید باشد.

خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ» و چه بسا چیزی را خوش نداشته باشید، حال آنکه خیر شما در آن است. و یا چیزی را دوست داشته باشید، حال آنکه شر شما در آن است. و خدا می‌داند و شما نمی‌دانید». (بقره / ۲۱۶)

کوتاه سخن این که حسود، درواقع ضعف خدانشناسی دارد و الا می‌دانست حسدورزی نوعی انحراف از توحید است.

اگر انسان‌ها به این مسئله یقین داشته باشند که خداوندی علیم و خبیر و حکیم و قادر، جهان را مدیریت می‌کند، کمتر دچار حسادت می‌شوند. اگر شخص به این باور برسد که برگی از درختی بدون علم و حکمت الهی نمی‌افتد، به این نتیجه خواهد رسید که بهره مندی اشخاصی از نعمتی به معنای آن است که وی پاداش کاری را گرفته و یا در آزمونی قرار گرفته و یا حکمتی در این بین است که وی از آن آگاه نیست و تنها خداوند آگاه و خبیر و عالم و حکیم می‌داند که چه می‌کند. از نظر قرآن کریم ناآگاهی نسبت به نقش مشیت و اراده الهی، عامل مهمی برای ایجاد حسادت در بسیاری از مردمان حتی در امور دینی می‌شود. از این رو حسادت و بدخواهی منافقان در حق پیامبر و یا مؤمنان را به جهل و نادانی آنان نسبت می‌دهد «وَدَّوْا لَوْ تَكْفُرُونَ كَمَا كَفَرُوا فَتَكُونُونَ سَوَاءً؛ آنان آرزو می‌کنند که شما هم مانند ایشان کافر شوید و مساوی یکدیگر باشید». (نساء / ۸۹)

کسی که باور داشته باشد خداوند هیچ کاری را بی‌حکمت و دلیل و هدفی انجام نمی‌دهد، به این باور نیز خواهد رسید که اگر خدا به کسی نعمتی داده براساس حکمتی بوده است که یا از آن آگاه



خواهد شد و یا هرگز از آن آگاه نخواهد شد. بنابراین نمی‌بایست نسبت به وجود نعمتی در دیگری خود را به رنج انداخته و خواهان زوال آن شود؛ چراکه آشنایی با مشیت الهی به انسان آرامش خاطر و خویشتن‌داری می‌دهد. همچنان‌که در روایتی از حضرت امیر علیه السلام آمده است: «من عرف کف؛ کسی که معرفت یابد خویشتن‌دار شود». (آمدی، ۱۳۴۶: ۳۳۵)

## ۲. نشناختن جایگاه محسود

در صورتی که محسود در نظر حاسد حقیر و پست، و نعمت داده شده عظیم و در غیر جایگاهش باشد یا به واسطه هر عامل دیگری جایگاه محسود را نشناسد، مورد تعجب و حسادت او قرار خواهد گرفت. مانند حسد بسیاری از امت‌ها بر پیامبران خود، درحالی‌که اگر کسی به اندازه کافی بینش و درک داشته باشد، به این حقیقت ایمان خواهد آورد که ظرفیت‌های روحی افراد مختلف است؛ برخی‌ها بر اثر شایستگی‌های روحی و روانی از فضل و عنایت خدا بیشتر و کامل‌تر برخوردار می‌گردند. انسان‌ها بدون آگاهی و دانش کامل از مسائل، نسبت به دیگران حسادت می‌ورزند، در حالی شخص محسود ممکن است در وضعیت بدتری بوده یا در حال گذر از آزمونی قرار داشته باشد. دانش ناقص موجب می‌شود تا براساس آن، تحلیلی نادرست ارائه شود و در نتیجه آن، دیگری مورد حسادت قرار گیرد، برادران یوسف نیز در اثر همین تحلیل نادرست خود، نزدیک بود برادر خود را بکشند. (یوسف / ۱۰ - ۹)

## ۳. نشناختن جایگاه خود

یکی از عوامل بر انگیزاننده حسادت، ناآگاهی نسبت به خویشتن است (پهلوان، ۱۳۸۳: ۲۶) یعنی فرد، موقعیت خود را نشناخته و بی‌دلیل خود را با افراد بالاتر از خود مقایسه می‌کند و سرانجام گرفتار حسادت می‌شود. حضرت امیر علیه السلام می‌فرماید: «من عرف نفسه جاهدها و من جهل نفسه اهلها؛ آنکه خود را بشناسد، با نفس خویش جهاد می‌کند و آنکه نفسش را نشناسد، رهایش می‌سازد». (آمدی، ۱۳۴۶: ۳۴۴)

کسی که خودش را نمی‌شناسد در تحلیل مسائل دیگر نیز اشتباه خواهد کرد. از این‌رو آن حضرت در جایی دیگر می‌فرماید: «من جهل نفسه کان بغیر نفسه اجهل؛ کسی که نسبت به نفس خود جاهل باشد نسبت به دیگران جاهل‌تر خواهد بود». (همان: ۲۳۳)

لازم است نگاه به خویشتن همراه با تفکر، تعقل و تدبیر باشد. خداوند نعمت‌های خود را میان بندگانش تقسیم کرده است، اگر نعمتی را نزد کسی دیدیم که فاقد آن هستیم، باید به نعمت‌هایی که خودمان داریم ولی دیگران فاقد آنها هستند، نگاه کنیم. خداوند در قرآن می‌فرماید: «وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ لِّلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِّمَّا كَتَبْنَا وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِّمَّا كَتَبْنَا وَاسْأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ اللَّهَ

كان يَكَل شَيْءٍ عَلِيمًا؛ برتری‌هایی را که خداوند برای بعضی از شما بر بعضی دیگر قرار داده، آرزو نکنید. مردان نصیبی از آنچه به دست می‌آورند، دارند و زنان نیز نصیبی از آنچه به دست می‌آورند، دارند. و از فضل خدا طلب کنید و خداوند به هر چیزی داناست». (نساء / ۳۲)

در صحیحہ حسن بن محبوب از هشام بن سالم، امام صادق علیه السلام به حُمران بن اعین می‌فرماید: «أَنْظِرِ إِلَى مَنْ هُوَ دُونَكَ فِي الْمَقْدَرَةِ وَ لَا تَنْظُرِ إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكَ فِي الْمَقْدَرَةِ؛ فان ذلك اقنع لك بما قسم لك و أحرى ان تستوجب الزيادة من ربك ...؛ به کسی که در قدرت و ثروت، پایین‌تر از توست، نگاه کن، و به کسی که در این امور، از تو برتر است، نگاه مکن؛ زیرا این کار، تو را به آنچه خدایت روزی تو نموده است، راضی‌تر می‌کند و تو را بیشتر سزاوار افزونی نعمت پروردگارت خواهد کرد». (کلینی، ۱۳۸۱: ۸ / ۲۴۴)

#### ۴. کوردلی

همچنان که بینایی دو قسم است: بینایی حسی و بینایی معنوی؛ نایبایی نیز دو قسم است: یکی کوری آشکار که دیدگان از کار بیفتند و تاریکی از روشنایی متمایز نگردد، دیگری کوری نهانی و نایبایی درونی است که به سبب آن نتوان حق را از باطل جدا نموده و درست را از نادرست تشخیص داد. حسد از کوری درونی سرچشمه می‌گیرد؛ زیرا از تشخیص نادرست حقیقت ناشی می‌شود و در صورت توجه و پیگیری حسد، موجب افزایش تاریکی ادراک و قضاوت‌های نادرست می‌شود. انسان هنگامی که از نظر فکری ضعیف و ناتوان باشد، حسادت می‌ورزد. در واقع حسود سعی می‌کند آن شخص را به عقب برگرداند. امام صادق علیه السلام در ضمن روایتی می‌فرماید: «و الحسد اصله من عُمِي القلب و المحود بفضل الله تعالى و هما جناحان للكفر؛ ریشه حسد تاریکی دل و انکار فضل الهی است و آن دو بال‌های کفرند». (نوری طبرسی، ۱۴۰۸: ۱۲ / ۱۸)

حسد در صورتی پیدا می‌شود که قلب از معرفت عظمت و از نور روحانیت محجوب بوده و از توجه به فضل و کرم الهی محروم باشد و چون این دو حالت در قلب انسان برقرار شد، نه تنها حسد بلکه صفات ناپسند دیگری نیز تولید شده و در نتیجه کوری دل و عدم توجه آن، مراحل کفر به خدا به تدریج از راه رسیده و صفات نامطلوب در قلب ماندگار می‌گردد.

#### عوامل عاطفی و احساسی

مقصود از عوامل عاطفی، اسباب احساسی، گرایشی، انگیزشی و جوانحی هستند که مربوط به قلب و باطن می‌شوند و سبب پدید آمدن حسد می‌گردند. این بخش به بررسی این عوامل می‌پردازد.

### ۱. لثامت

کسی که به خاطر خباثت باطن و بخل شدید نمی‌تواند کس دیگری را در نعمت و خوشی ببیند دچار حسادت می‌شود (نراقی، ۱۳۶۱: ۲۵۰؛ موسوی خمینی، ۱۳۷۲: ۱۰۷؛ پهلوان، ۱۳۸۳: ۲۴) امیر مؤمنان علی علیه السلام می‌فرماید: «سلاح اللؤم الحسد؛ سلاح انسان پست، حسد است». (آمدی، ۱۳۴۶: ۳۰۰) فرد پست و خبیث نه تنها به کسی چیزی نمی‌بخشد، از داشته‌های دیگران نیز ناراحت می‌شود و نمی‌تواند فضل الهی را برای کسی ببیند، در نتیجه حسادت می‌ورزد. در گوشه و کنار عالم کسانی پیدا می‌شوند که از گرفتاری و رنج و مصیبت دیگران، شاد و خوشدل و از راحتی و نیکویی حال و وسعت معاش آنان، ناراحت و محزون می‌گردند؛ چنین اشخاصی هرگاه نگرانی و اضطراب احوال مردم و گرفتاری و تنگی معیشت آنان را بشنوند به سبب خبث باطن و رذالت طبع، احساس شکستگی و شادمانی می‌کنند، هرچند میان شان هیچ سابقه دشمنی و رابطه آشنایی نبوده باشد و تفاوتی در حالشان از رسیدن به جاه و مال و غیره حاصل نشود. و هرگاه سر و سامان داشتن زندگی یکی از بندگان خدا را بشنوند، برایشان گران می‌آید؛ اگر چه هیچ نقص و ضرری به آنها نرسد.

### ۲. احساس محرومیت

اگر فردی احساس نماید از برخی امکانات مادی، روانی و یا معنوی که به نحوی نیازهای وی را برطرف می‌سازند، منع شده است، احساس محرومیت می‌کند (سروش، ۱۳۸۵: ۸۰) چنین فردی، در صورتی که بین محرومیت خود و بهره‌مندی دیگری، نوعی رابطه علی برقرار کند، زمینه را برای بروز و رشد حسادت در خویشتن ایجاد کرده است. در حقیقت بعضی افراد با دیدن امتیاز در دیگری، در خود احساس محرومیت می‌کنند و از آنچه خود هستند، احساس نگرانی می‌کنند. این احساس درونی آنها را به حسادت سوق می‌دهد. امام علی علیه السلام در جمله‌ای می‌فرماید: «إذا لم یکن ما تُرید فلا تُبَل ما کنْتَ؛ اگر به آنچه می‌خواستی نرسیدی، از آنچه هستی نگران مباش». (نهج البلاغه، حکمت ۶۹) امام با این دستور می‌خواهند، از بروز احساس حقارت و در نتیجه بروز حسادت در افراد، جلوگیری نمایند.

### ۳. احساس حقارت

خودکم‌بینی، احساس بی‌ارزشی برای خویشتن و ذلت نفس از اصطلاحات مترادف احساس حقارت<sup>۱</sup> هستند، هر فرد در زندگی بارها احساس حقارت را تجربه می‌کند؛ زیرا هیچ کس در همه زمینه‌ها از همه دوستان و نزدیکان خود، برتر نیست. با این حال احساس حقارت موقعی به یک مشکل جدی و

1 . inferiority feeling.

زیان‌مند برای سلامت روان تبدیل می‌شود که اولاً؛ این احساس زودگذر نباشد و ثانیاً؛ به صورت یک امر ناراحت‌کننده و غیر قابل تحمل در آید. در این صورت است که عقده حقارت به وجود می‌آید و سلامت و تعادل روان، مختل می‌شود. احساس حقارت عمیق و پایدار در بردارنده احساس بی‌ارزشی و باور نداشتن خود است.

امام هادی علیه السلام می‌فرماید: «من هانت علیه نفسهُ فلا تأمن شره؛ کسی که خویشتن را خوار می‌یابد از شر او ایمنی نداشته باش». (حرانی، ۱۳۸۵: ۵۱۲) حسد، از جمله صفات مذمومی است که از احساس حقارت و ذلت نفس، ناشی می‌شود.

به نظر می‌رسد احساس حقارت یا خودکم‌بینی، یکی از مهم‌ترین عوامل و ریشه‌های حسادت در انسان است (پهلوان، ۱۳۸۳: ۲۱؛ سروش، ۱۳۸۵: ۹۶) همچنان‌که امام خمینی نیز به آن اشاره کرده‌اند: «برای حسد، اسباب بسیاری است که عمده آن به رؤیت ذل نفس برمی‌گردد، یعنی وقتی غیر را کامل دید، در او یک حالت ذل و انکساری رخ دهد که اگر عوامل خارجی و مصلحات نفسانیه نباشد، حسد تولید کند. و گاه شود که ذل خود را در همسری غیر با خود پندارد، چنانچه صاحب کمال و نعمت بر مثل خود یا تالی تلو خود، حسد ورزد. و توان گفت: حسد همان حال انقباض و ذل نفس است که اثر آن، میل زوال نعمت و کمال است از غیر». (موسوی خمینی، ۱۳۷۲: ۱۰۷)

یک جوان سالم وقتی وزنه‌برداری را می‌بیند که به آسانی وزنه‌های چند صد کیلویی را بلند می‌کند و مورد تشویق هزاران تماشاچی قرار می‌گیرد، هیجان زده می‌شود و آمیزه‌ای از شگفت زدگی، قدردانی و احساس ناتوانی به او دست می‌دهد؛ اما احساس کوچکی و عجز او به دو دلیل پایدار نمی‌ماند و او مشغول فعالیت‌های روزمره خود می‌شود: ۱. آگاهی به تفاوت‌های فردی و باور داشتن آن‌ها؛ یعنی پذیرفتن این مطلب که هر انسانی به دلیل تأثیرات مختلفی که از عوامل گوناگون می‌گیرد، با انسان‌های دیگر و حتی با خواهر و برادر خود فرق دارد. ۲. برخورداری از توانایی‌های اکتسابی که به او احساس ارزشمندی می‌دهند؛ بدین شکل که اگر در صحنه ورزش موفق و معروف نیست، در زمینه‌های دیگر درخشش و توانایی دارد. اما وقتی فرد به خویشتن احترام نگذارد و نعمت‌های بی‌شمار خداوند را نادیده بگیرد، دچار عقده حقارت شده است؛ عقده‌ای که منشأ بسیاری از عواطف ناخوشایند و رفتارهای نامطلوب می‌باشد. فرد در این حالت، نعمت‌ها، امتیازات و توانمندی‌های خویش را نمی‌بیند و گویا چشمانش برای دیدن نعمت‌ها و فضایی که خداوند به او داده کور شده است. او فقط به دارایی دیگران می‌نگرد و نمی‌تواند برتری دیگران را توجیه کند و خود را به آنها برساند، لذا به راه‌های مختلفی برای جبران این حس روی می‌آورد، یکی از این راه‌ها،

حسادت است تا به این وسیله، کمی درد خود را تسکین دهد.

کسی که جایگاه انسانی و کرامت خیزی برای خود قائل نیست، از لذت‌های خلاف شرع و عقل نمی‌گریزد و به سهولت به معصیت و ناهنجاری دست می‌زند. چنین کسی آن قدر خویشتن را کوچک می‌یابد که حاضر است به هر پستی و گناهی از جمله حسادت تن دهد. در مقابل کسی که از حرمت خود و عزت نفس بالایی برخوردار است، خودش را با گناه خوار و پست نمی‌کند؛ حضرت امیر علیه السلام می‌فرماید: «مَنْ كَرُمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ لَمْ يَهْنَأْ بِالْمَعْصِيَةِ؛ هر کس خود را بزرگوار دید، خویش را با انجام دادن گناه خوار نمی‌کند». (نوری طبرسی، ۱۴۰۸: ۱۱ / ۳۳۹)

#### ۴. خودبرترینی

مراد از خودبرترینی آن است که انسان همه چیز خود را پسندیده بداند و نقصی در آن نداند و از رفتار و کردار خود خشنود بوده و خشنودی از زبان بلکه سایر اعضا و جوارحش نمایان گردد. حضرت امیر علیه السلام می‌فرماید: «شَرُّ النَّاسِ مَنْ يَرِي أَنَّهُ خَيْرُهُمْ؛ بدترین مردم کسی است که خودش را بهتر از دیگران بداند». (آمدی، ۱۳۴۶: ۳۰۸)

البته عجب و خودپسندی غیر از خویشتن‌دوستی است که هر انسانی به حسب فطرت، دارای آن بوده و منشأ همه پیشرفت‌هاست و حب بقا و حب آسایش و تکامل از آن برمی‌خیزد. فرد خودپسند رفتار ناپسندش را پسندیده می‌شمارد و خود را از دیگران برتر می‌داند؛ از این رو اگر برتری یا موفقیتی برای دیگری ببیند برایش ناگوار است و حسادت می‌کند، یعنی آرزوی زوال نعمت دیگران را می‌کند تا بتواند برتری خود را حفظ کند. او می‌خواهد در سیادت، ثروت، شجاعت، نیک‌نامی و ... یگانه و منحصر باشد و کسی را که با او برابری می‌کند و یا محتمل است در آینده برابری کند، نمی‌خواهد زنده بماند و یا در جامعه حیثیتی داشته باشد.

#### ۵. احساس تکبر

احساس تکبر<sup>۱</sup> یکی از عوامل حسادت نسبت به دیگران است. فرد متکبر نمی‌تواند کسی را بالاتر از خود یا در مرتبه خودش ببیند، او می‌خواهد همه مردم زیر دست او باشند؛ از این رو اگر ببیند دیگران مشمول نعمت‌های بیشتری شده‌اند، آرزو و حتی تلاش می‌کند که نعمت آنان زائل گردد تا برتری او به خطر نیفتد. علاوه تکبر فرد را کوردل می‌سازد، در نتیجه به راحتی آیات و فضل خدا را انکار می‌کند و او را برای حسدورزی آماده می‌کند. همچنان که تکبر، عامل حسادت شیطان به آدم شد و

1. Macromania.

کفار قریش به خاطر تکبرشان، به رسول مختار حسادت کرده و با او مقابله می‌کردند. حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «التکبر یظهر الرذیلة؛ تکبر فرومایگی را آشکار می‌کند». (آمدی، ۱۳۴۶: ۳۱۰) از دانشمندان اخلاق نیز، احمد نراقی، تکبر را از علل حسادت شمرده است. (نراقی، ۱۳۶۱: ۲۵۰)

#### ۶. ترس از نرسیدن به خواسته‌ها

یکی از عوامل حسد، ترس از باز ماندن از مقصود و مطلوب است. گاهی انسان تصور می‌کند نعمت‌های الهی محدود است و اگر دیگران به آن دست یابند امکان رسیدن او را به آن نعمت‌ها کم می‌کنند. این عامل مربوط به گروه‌هایی است که صنف خاصی به‌شمار می‌روند.

امیر مؤمنان علی علیه السلام در موضع رفع اتهام حسادت و ظلم از خویشان، در جواب معاویه می‌فرماید: «و زعمتَ آنی لکل الخلفاء حسدتُ و علی کلهم بغیتُ، فان یکن ذلک کذلک فلیست الجنایة علیک؛ تو پنداری که من بر تمام خلفا حسد ورزیده‌ام و بر همه آنها شوریده‌ام؟ اگر چنین شده باشد جنایتی بر تو نرفته که از تو عذرخواهی کنم». (نهج‌البلاغه، نامه ۲۸)

از فرمایش حضرت استفاده می‌شود که ترس از نرسیدن به مطلوب، یکی از عوامل اصلی حسادت است و حضرت با این بیان خواسته‌اند مبرا بودن خودشان از این عامل را اعلام کنند.

وقتی دو نفر با یکدیگر در محافل و جوامعی ارتباط داشته و هر دو طالب یک چیزی باشند؛ شخصی که از نرسیدن به مطلوب می‌ترسد حسادت خواهد کرد؛ مانند دونفری که قصد حکومت بر شهری را دارند، یا دو زنی که یک شوهر دارند، حسد فرزندان باهم در قرب نزد والدین، حسد مقربین پادشاه و خواص او با یکدیگر، حسد و عاظ و فقهای یک شهر باهم، حسد تاجر به تاجر و کشاورز به کشاورز. بنابراین هنگامی که شخص ببیند دیگری نعمتی دارد که یا خود آن نعمت، مورد تزاخم است و یا وسیله‌ای است برای یک موقعیت ویژه و مورد تزاخم، در این حالت، ترس از دست دادن آن نعمت و موقعیت خاص، حسادت وی را برمی‌انگیزد.

موفق نشدن در مقاصد<sup>۱</sup> ممکن است باعث حسادت به دیگران شود، بیشتر کسانی که در رسیدن به مقصود موفق نمی‌شوند به جای آن که دنبال کشف سر عدم موفقیت خود برآیند، بر کسانی که به مقصود رسیده‌اند حسادت می‌کنند و کینه آنان را در دل می‌گیرند. معمولاً کسانی که در پیدا کردن شغل مناسب موفق نبوده‌اند یا دانش آموزانی که در درس خواندن موفق نبوده‌اند نسبت به افراد موفق حسادت می‌کنند. چنین کسانی اگر به جای آن که شب و روز غصه بخورند و رنج خود را از موفقیت دیگران بیشتر کنند؛ درباره خود بیاندیشند و راز عدم موفقیت خود را پیدا کنند، وضعیت بهتری خواهند داشت.

1. Frustration.

رولف هوبل<sup>۱</sup> می‌گوید: حسادت وقتی به وجود می‌آید که شخص احساس کند آنچه دارد، کمتر از آن چیزی است که باید داشته باشد. حسادت در واقع به خاطر خانه بزرگ تر، اتومبیل سریع‌تر و زیبایی بیشتر نیست؛ بلکه انسان به خاطر اینکه دیگری در اثر داشتن چیزی مورد احترام واقع می‌شود، حسادت می‌ورزد (هوبل، ۲۰۱۰: ۳۲۲)

#### ۷. راضی نبودن به مقدرات

کسی که به آن چه خدا برای او مقدر کرده است، راضی و قانع نباشد خواه ناخواه چشم طمع به مال دیگران خواهد داشت و دست نیاز به سوی آنان دراز خواهد کرد و این موجب ذلت و خواری او و در نتیجه احساس حسادت او نسبت به دیگران خواهد شد. امام سجاده علیه السلام نیز می‌فرماید: «رأيت الخیر کله قد اجتمع فی قطع الطمع عما فی ایدی الناس؛ همه خوبی‌ها در قطع طمع از آن چه در دست مردم است جمع شده است». (حر عاملی، ۱۴۱۲: ۱۴۸)

حضرت امیر علیه السلام می‌فرماید: «مَن رَضِيَ بِحَالِهِ لَمْ يَعْتَوِرْهُ الْحَسَدُ؛ کسی که به وضعیت خود راضی باشد، گرفتار حسادت نمی‌شود». (آمدی، ۱۳۴۶: ۲۹۹)

از این حدیث استفاده می‌شود که قانع نبودن به داشته‌های خود و طمع داشتن به نعمت‌های دیگران، باعث حسادت می‌شود چراکه طمع کار، خواهان آن است که همه چیز از آن او باشد و هر مقدار هم داشته باشد باز بیشتر از آن را آرزو می‌کند. در مرفوعه حنان بن سدید از آن حضرت آمده است: «مَن رَضِيَ مِنَ الدُّنْيَا بِمَا يَجْزِيهِ كَانِ اِسْرَ مَا فِيهَا يَكْفِيهِ وَ مَنْ لَمْ يَرْضَ مِنَ الدُّنْيَا بِمَا يَجْزِيهِ لَمْ يَكُنْ فِيهَا شَيْءً يَكْفِيهِ؛ کسی که از تقدیر الهی راضی باشد به غنا و بی‌نیازی واقعی دست می‌یابد و لذا کمترین برخورداری از دنیا او را کافی است و اگر کسی به آنچه او را بس است راضی نباشد، هیچ چیز در دنیا برای او کافی نیست». (کلینی، ۱۳۸۲: ۲ / ۱۴۰)

در تعبیرات دانشمندان مسلمان، حرص و حسد دو رکن گناهان معرفی شده است؛ حضرت آدم به سبب حرص به درخت ممنوعه، از بهشت رانده شد و ابلیس به سبب حسد به حضرت آدم، از رحمت الهی دور شد.

#### ۸. محبت دنیا

حضرت امیر علیه السلام در خطبه‌ای به هنگام حرکت اصحاب جمل به سوی بصره فرمودند: «و انما طلبوا هذه الدنيا حسداً لمن افائها الله عليه؛ آنها از روی حسادت بر کسی که خداوند حکومت را به او بخشیده است

1. Hobel, R.

به طلب دنیا برخاسته‌اند» (نهج‌البلاغه، خطبه ۱۶۹) یعنی آنها محبت دنیا را در دل داشتند و از روی حسد بر کسی که خداوند حکومت را به او بخشیده، به جنگ برای حکومت دنیا برخاسته‌اند. منشأ بیشتر اسباب حسد، محبت دنیا و منافع آن است، که در عرض محبت الهی قرار دارد. کسی که خواهان دنیا و منافع آن است، پیوسته در حال حسد به دیگران به سر می‌برد. امام سجاده علیه السلام می‌فرماید:

«حب الدنيا رأس كل خطيئة؛ محبت دنیا سرچشمه همه گناهان است». (کلینی، ۱۳۸۲: ۲ / ۱۳۰)

دلیل اینکه دنیا و منافع آن باعث حسادت می‌شود؛ این است که دنیا تنگ و منافع آن محدود است، برخلاف آخرت، که تنگی و نهایت در آن نیست مانند علم حقیقی و معرفت خدا، مرتبه قرب به خدا و محبت به او و نیز شوق به نعمت‌های اخروی که اگر کسی مالک برخی از آنها شود، دیگری را از آن منع نمی‌کند؛ چنان که اگر کسی عالم به برخی از علوم شود، مانع این نمی‌شود که دیگران هم به آن عالم گردند؛ بنابراین سر حسد مردمان، منظور بودن امری است که کفایت همه را نمی‌کند و وفا به مطلوب جمیع نمی‌نماید؛ از این رو حسادت از صفات گرفتاران زندان دنیا بوده و از گناهان کبیره است، به طوری که گواهی شاهد حسود نیز به خاطر عدم عدالت پذیرفته نمی‌شود و طبق فرمایش پیامبر اعظم، بر علمای حسود وعده عذاب داده شده است.

در روایتی از حضرت امام سجاده علیه السلام نقل است که می‌فرماید: «من کرمت علیه نفسه، هانت علیه الدنيا؛ هر کس برای خود ارزش قائل شد، دنیا در نظرش کوچک جلوه می‌کند». (مجلسی، ۱۴۰۳: ۷۵ / ۲۱۱) وقتی دنیا در نظر فردی بی‌ارزش شد، بودن یا نبودن آن در دست کسی دیگر، برای او اهمیت ندارد. از این رو چنین فردی هیچ‌گاه به کسی حسادت نمی‌ورزد. جزع و فزع کردن و بی‌تابی نمودن، مخصوص کسانی است که کامجویی را محور حیات می‌دانند، اما کسی که نسبت به دنیا زاهد و بی‌رغبت باشد، میزان تحمل و بردباری او به اندازه چشمگیری افزایش یافته و از فشار روانی‌اش کاسته می‌شود.

البته منفور بودن میل انسان به لذایذ دنیوی و دل بستگی به دنیا در دین اسلام، بدین معنا نیست که نباید انسان در قلب خود هیچ میل و علاقه‌ای به لذایذ دنیوی احساس نماید؛ زیرا وجود سائق‌ها و کشش‌های درونی، امری غریزی است که خداوند در نهاد بشر قرار داده است. بلکه منظور این است که وابستگی قلب به پروردگار عالم قویتر و شدیدتر از سایر تعلقات قلبی باشد تا در مواردی که انجام یک عمل، مخالف دستور شرع و موافق میل درونی است فرمان الهی مقدم گردد و انسان آمادگی چنین کاری را داشته باشد. کسانی که در تحصیل امکانات دنیوی علی‌رغم دستورات خداوند همیشه میل درونی را مقدم می‌دارند، درخت حرص و حسد را در روان خود بارور نموده و باید در انتظار چشیدن میوه‌های تلخ آن باشند.



با توجه به روایات متعددی که در این زمینه وارد شده، به نظر می‌رسد عامل اساسی حسادت انسان نسبت به دیگران، احساس حقارت و دنیا طلبی است و این دو ارتباط تنگاتنگی با هم دارند به طوری که حضرت علی علیه السلام نیز به این ارتباط اشاره فرموده‌اند: «من هانت علیه نفسه کبرت الدنیا فی عینه؛ هر کس خودش را حقیر شمارد دنیا در چشمش بزرگ جلوه می‌کند». (شعیری سبزواری، ۱۴۱۴: ۱۰۹) آن حضرت در روایتی دیگر تنها راه عزت و کرامت نفس را کوچک دیدن دنیا معرفی می‌فرماید: «ما کرمت علی عبد نفسه الا هانت الدنیا فی عینه؛ هیچ بنده‌ای احساس کرامت نفس نمی‌کند مگر اینکه دنیا در چشمش حقیر شود». (آمدی، ۱۳۴۶: ۱۳۶)

## ۹. ضعف خودکنترلی

خودکنترلی<sup>۱</sup> مراقبتی درونی است که براساس آن وظایف محول شده انجام و رفتارهای ناهنجار و غیر قانونی ترک می‌گردد. منظور از تقوا، این است که فرد در روح خود حالت و قوتی به وجود آورد که به او مصونیت روحی و اخلاقی بدهد که اگر فرضاً در محیطی قرار بگیرد که وسایل و موجبات گناه و معصیت فراهم باشد، آن حالت و ملکه روحی، او را حفظ کند و مانع آلودگی‌اش شود. (مطهری، ۱۳۹۸: ۲۱)

تقوا از مراتب عالی دین‌داری بوده و بالاتر از اسلام و ایمان است چراکه هم علم (اعتقاد به خدا و کیفر خدایی) است و هم عمل (خودداری از گناه و نافرمانی)؛ تقوا از صفات قلب و از افعال جوانح و درونی است و چون قلب بر همه اعضا حکومت می‌کند، تقوای قلب موجب خودکنترلی در همه گفتار و کردار انسان می‌شود. از آیات و روایات استفاده می‌شود که یکی از دلایل اصلی وجود صفات ناپسند در انسان، ضعف تقوا و خودکنترلی است، حضرت امیر علیه السلام در روایتی می‌فرماید: «مَنْ اتقى قلبه لم یدخله الحسد؛ هر کس دلش پروا پیشه کند، حسادت در آن نفوذ نمی‌کند». (آمدی، ۱۳۴۶: ۲۹۹) یعنی تقوا و حسادت در یک دل جمع نمی‌شوند؛ از این رو طبق نقل داود رقی، امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «اتقوا الله و لا یحسد بعضکم بعضاً؛ تقوا پیشه کنید و نسبت به همدیگر حسادت نورزید». (کلینی، ۱۳۸۲: ۲ / ۳۰۶) یعنی در صورتی که تقوا پیشه کنید نسبت به همدیگر حسادت نخواهید کرد. یکی از آثار معنوی تقوا، بیداری و حساسیت روح است. انسان پروا پیشه، روح بیدار و هوشیار دارد. او همیشه حضور خداوند را احساس می‌کند و هر گاه عامل یا عوامل غفلت آفرین و اغواگر به او روی آورد، به سرعت آگاه گشته و از آن دوری می‌کند «إِنَّ الدِّينَ اتَّقُوا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِنَ الشَّيْطَانِ

1. Self- control.

تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ؛ پرهیزگاران هنگامی که گرفتار وسوسه‌های شیطان شوند، متذکر می‌شوند و ناگهان بینا می‌گردند». (اعراف / ۲۰۱)

## نتیجه

از بررسی‌های اخلاقی و روان‌شناختی انجام گرفته در این پژوهش براساس قرآن و روایات، این نتایج به دست می‌آید:

۱. بررسی عوامل درونی پدید آمدن حسد، در درمان این اختلال اخلاقی، بسیار اثرگذار است.
۲. این عوامل در منابع اخلاق و روان‌شناختی کمتر مورد توجه قرار گرفته درحالی‌که با تحلیل اخلاقی آیات و روایات، قابل شناسایی و برداشت هستند.
۳. عوامل درونی حسد، در سه نوع شناختی، عاطفی و زیستی قابل دسته‌بندی و استخراجند.
۴. عوامل شناختی حسد براساس قرآن و روایات عبارتند از: ضعف خدانشناسی، ضعف خودشناسی، شناختن جایگاه محسود و کوردلی.
۵. عوامل عاطفی حسد عبارتند از: پستی، احساس حقارت، خود برتر بینی، محبت دنیا و منافع آن، احساس تکبر، راضی نبودن به مقدرات، ترس از نرسیدن به خواسته‌ها و نیز ضعف خودکنترلی.
۶. عوامل زیستی از جمله نقص بدنی و جنسیت، زمینه‌ساز حسادت شناخته شدند نه علت حقیقی.
۷. براساس بررسی منابع اسلامی این نکته به دست آمد که دل بستگی به دنیا و احساس حقارت، دو عامل جدی برای ایجاد حسادتند و بسیاری از عوامل دیگر، از این دو عامل مادر ناشی می‌شوند.
۸. با توجه به اینکه جلوگیری از حسادت در روایات و کتب اخلاقی مورد تأکید قرار گرفته، ارتباط تنگاتنگ اخلاق و سلامت روان استفاده می‌شود.

## منابع و مأخذ

۱. قرآن کریم، ترجمه ناصر مکارم شیرازی.
۲. نهج البلاغه، نسخه معجم، ترجمه محمد دشتی.
۳. ابن شعبه حرانی، ابو محمد، ۱۳۸۵، تحف العقول، ترجمه صادق حسن زاده، قم آل علی، چ ۵.
۴. احمد بن فارس، ابوالحسن، ۱۴۰۴ ق، معجم مقاییس اللغة، تحقیق عبدالسلام محمد هارون، قم، مکتب الاعلام الاسلامی.
۵. اسپرلینگ، آبراهام، ۱۳۷۲، روان‌شناسی، ترجمه مهدی محی‌الدین بناب، تهران، نشر روز.

۶. امام خمینی، سید روح‌الله، ۱۳۷۲، شرح چهل حدیث، تهران، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، چ ۳.
۷. بن حسام‌الدین هندی، علی متقی، ۱۳۹۷ ق، کنز العمال فی سنن الاقوال و الافعال، تصحیح صفوه السقا، بیروت، مکتبه التراث الاسلامی.
۸. پروین، لارنس. ای و جان، اولیور. بی، ۱۳۸۱، شخصیت: نظریه و پژوهش، ترجمه محمدجعفر جواد و پروین کدیور، تهران، آبیژ.
۹. پهلوان، حمید، ۱۳۸۳، حسادت، زمینه‌های رشد و راه‌های جلوگیری از آن، تهران، مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما، چ ۱.
۱۰. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، (۱۴۶)، غرر الحکم و درر الکلم، تنظیم سید جلال‌الدین ارموی، تهران دانشگاه تهران، چ ۱.
۱۱. حر عاملی، محمد بن حسن، ۱۴۱۲ ق، وسائل الشیعه، قم، آل‌البیت، چ ۱.
۱۲. دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، تألیف علی مصباح، ناصر سقایی‌بی‌ریا و دیگران، ۱۳۷۴، روان‌شناسی رشد: با تکرش به منابع اسلامی، تهران، سمت.
۱۳. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ۱۴۱۶ ق، المفردات فی غریب القرآن، تحقیق صفوان عدنان داوودی، بیروت، دارالشامیه.
۱۴. سروش، محمدعلی، ۱۳۸۵، شعله‌های سرد، قم، دار الحدیث.
۱۵. شعاری‌نژاد، علی‌اکبر، ۱۳۸۵، روان‌شناسی رشد، تهران، اطلاعات، چ ۱۷.
۱۶. شعیری سبزواری، محمد بن محمد، ۱۴۱۴ ق، جامع الاخبار او معارج الیقین فی اصول الدین، قم، مؤسسه آل‌البیت.
۱۷. شولتز، دوان، ۱۳۷۸، نظریه‌های شخصیت، ترجمه یوسف کریمی و دیگران، تهران، ارسباران.
۱۸. صدر، سید رضا، ۱۳۷۸، حسد، قم، دفتر تبلیغات، چ ۲.
۱۹. صفورایی، محمد مهدی، ۱۳۷۹، «حسادت، زمینه‌های رشد و راه‌های جلوگیری از آن»، ماهنامه معرفت، سال نهم، شماره ۳۸.
۲۰. طباطبایی، سید محمدحسین، ۱۳۹۳ ق، المیزان فی تفسیر القرآن، قم، انتشارات اسلامی، چ ۳.
۲۱. طبرسی، حسن بن فضل، ۱۴۱۴ ق، مکارم الاخلاق، تحقیق علاء آل‌جعفر، قم، مؤسسه النشر الاسلامی، چ ۱.

۲۲. طوسی، خواجه نصیرالدین، ۱۳۶۴، *اخلاق ناصری*، تصحیح و توضیح مجتبی مینوی و علیرضا حیدری، تهران، خوارزمی، چ ۳.
۲۳. فیض کاشانی، ملامحسن، بی تا، *محجة البیضاء فی تهذیب الاحیاء*، قم، انتشارات اسلامی، چ ۲.
۲۴. کاوه، سعید، ۱۳۹۵، *روان‌شناسی حسادت: شناخت و بررسی حسادت و آشنایی با عوامل تشکیل دهنده و رویکردهای مورد نیاز جهت مقابله و برطرف نمودن آن*، تهران، مؤسسه اندیشه کهن پرداز.
۲۵. کلینی، محمد بن یعقوب، ۱۳۸۱ ق، *الکافی*، تصحیح و تعلیقه علی اکبر غفاری، تهران، مکتبه الصدوق، چ ۲.
۲۶. گورنیه، بثاتریس و روسو، اگنس، ۱۳۸۴، *غلبه بر حسادت*، ترجمه فروزان تجویدی، تهران، جیحون.
۲۷. مجلسی، محمدباقر، ۱۴۰۳ ق، *بحار الأنوار*، بیروت، مؤسسه الوفاء، چ ۲.
۲۸. مصباح یزدی، محمدتقی، ۱۳۷۳، *اخلاق در قرآن*، قم، مؤسسه امام خمینی.
۲۹. مطهری، مرتضی، ۱۳۹۸ ق، *ده گفتار*، تهران، راه امام.
۳۰. مکارم شیرازی، ناصر و همکاران، ۱۳۷۸، *اخلاق در قرآن*، قم، مدرسه امام علی علیه السلام، چ ۱.
۳۱. نراقی، ملامحمد، ۱۳۶۱، *معراج السعاده*، تهران، رشیدی، چ ۲.
۳۲. نوری طبرسی، حسین، ۱۴۰۸ ق، *مستدرک الوسائل*، قم، آل البیت، چ ۱.
۳۳. ولی زاده، ابوالقاسم، ۱۳۸۹، *تحلیل روان‌شناختی حسادت و ساخت آزمون اولیه آن از منظر اسلام*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، قم مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
34. Adler, A., 1927, Understanding human nature. New York: Greenberg.
35. Adler, A., 1954, The individual psychology of Alfred Adler: A systematic Presentation in selections from hos writings (H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher, Eds) New York: basic books.
36. Hurlock, E. B., 1978, child development, 6Th ed, Mc Graw Hill.
37. Hurlouk, E.B., 1959, Developmental Psychology, 2nded. Mc Graw Hill.
38. Ninivaggi, F.J., 2010, Envy Theory Perspectives on the Psychology of Envy, Rowman & Littlefield Publishers, Inc.