

انعطاف‌پذیری مؤمنانه در مواجهه با ابتلائات (تحلیل فقه‌الحدیثی روایت «خامه‌الزرع»)

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۰۸/۰۶

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۲/۲۱

کوثر حلال‌خور^۱
داود صائمی^۲
داود معماری^۳

چکیده

بر اساس آموزه‌های قرآنی و روایی، از جمله مسائلی که همواره بشر را با چالش روبه‌رو می‌کند، تنوع ابتلائات و شیوه رویارویی با این سنت الهی است. در منابع روایی شیعی و سنی، در تشبیهی زیبا، «خامه‌الزرع» بودن مؤمن و یا به عبارتی، انعطاف مؤمنانه به عنوان راهکار رویارویی پیروزمندانه در برابر حوادث خطیر و امتحانات الهی ارائه شده است. این مقاله، با شیوه توصیفی - تحلیلی، با تأکید بر روایت خامه‌الزرع، انعطاف‌پذیری مؤمنانه را به عنوان یک نوع کنش رفتاری مطلوب از سوی انسان در موقعیت‌های متضاد و بعضاً ناخوشایند ابتلا به «نعمت - نعمت» پیشنهاد می‌کند. یافته‌های تحقیق حاکی از آن است که ایمان نقش اساسی در سامان یافتن معرفت و عمل مؤمن دارد و او را در مسیر بندگی الهی نگه می‌دارد. از همین رو، عامل اصلی در انعطاف‌پذیری او در مواجهه با حوادث و ابتلائات است تا مؤمن در صحنه‌های خطیر آزمون‌ها نشکند و پیروزمندانه به حیات معنوی خویش ادامه دهد.

کلیدواژه‌ها: ابتلاء، حدیث خامه‌الزرع، ایمان، انعطاف‌پذیری.

۱. دانشجوی دکتری رشته علوم قرآن و حدیث دانشگاه قرآن و حدیث (نویسنده مسئول) (bavare_sorkh18@yahoo.com).

۲. عضو هیئت علمی دانشگاه علوم و معارف قرآن کریم، دانشکده علوم قرآنی شاهرود (da.saemi@chmail.ir).

۳. استادیار دانشگاه بین‌المللی امام خمینی ره قزوین (memaridavood@yahoo.com).

۱. بیان مسأله

یکی از موضوعات اساسی که در پیچ و خم زندگی بشر خودنمایی می‌کند و او را در معرض انتخاب و موضع‌گیری قرار می‌دهد، سنت آزمایش و ابتلائات است که در قرآن کریم، تحت عنوان‌های «بلاء»، «فتنه» و «امتحان» از آن یاد شده است. در نظام فکری قرآن کریم، ابتلا سنت الهی است که مبدأ آن خداوند و مقصد آن عموم انسان‌ها هستند. ابتلا با اهداف و مصالحی محقق شده و موضع‌گیری انسان‌ها در برابر آن، سرنوشت اخروی مبتلایان را رقم خواهد زد. خداوند بر اساس غایت آفرینش انسان و ویژگی‌های وجودی وی، او را در صحنه‌های گوناگون زندگی می‌آزماید^۱ و تمام اشیا و موجودات عالم وسیله این امتحان و سنجش انسان هستند که در بعضی از موارد به وسیله امور تکوینی و گاهی نیز به وسیله امور تشریحی انجام می‌گیرد؛^۲ همچنان‌که در روایتی از امام صادق (ع) آمده است:

مَا مِنْ قَبْضٍ وَلَا بَشْطٍ إِلَّا وَاللَّهِ فِيهِ مَشِيئَةٌ وَقَضَاءٌ وَابْتِلَاءٌ.^۳

به دیگر بیان، همه انسان‌ها در معرض آزمایش الهی قرار دارند و هیچ فردی از نوع بشر از این قانون مستثنا نیست.^۴ خداوند در آیه دوم سوره عنکبوت به صراحت از امتحان به عنوان یک سنت الهی یاد می‌کند که همه انسان‌ها به نوعی بدان مبتلا می‌شوند. این آیه بیان‌گر این است که وقتی کسی مدعی سخن و باوری است، باید نشان دهد که تا چه اندازه در این سخن و باور صادق و به تعبیری قول و فعلش یکی است. قول و سخن هر کسی به معنای اظهار باورها و اعتقادات اوست؛ وقتی قولی را اظهار می‌کند، در حقیقت، باور و اعتقاد و ایمانی را اظهار کرده است. چنین شخصی باید در عمل نشان دهد که در باور خویش صادق است و این صداقت تنها در فعل قابل شناسایی است. از این رو، در هنگام امتحان، شخص ثابت می‌کند تا چه اندازه اهل صداقت است و میان قول و فعل او تطابق و هماهنگی وجود دارد. این امتحانات در مواردی با شداید و ناملایماتی مانند فقر، بیماری، مرگ و ... همراه است^۵ و گاهی نیز انسان با نعمت‌های مادی، مانند سلامت، ثروت و ...

۱. سوره انسان، آیه ۲.

۲. سوره کهف، آیه ۷؛ سوره بقره، آیه ۱۵۴.

۳. الکافی، ج ۱، ص ۱۵۲.

۴. سوره ملک، آیه ۲.

۵. سوره بقره، آیه ۱۵۵.

آزموده می‌شود^۱ امام خمینی در چهل حدیث آورده‌اند:

بلا، اختبار و امتحان است و در نیک و بد استعمال می‌شود. بالجمله هر چه حق - جلّ جلاله - به آن بندگان خود را امتحان فرماید، بلا و ابتلا است؛ چه از قبیل امراض و اسقام و فقر و ذلت و ادبار دنیا باشد یا مقابلات آن‌ها، که بسا باشد که انسان به کثرت جاه و اقتدار و مال و منال و ریاست و عزت و عظمت امتحان شود.^۲

امیرمؤمنان علیه السلام نیز در این خصوص می‌فرمایند:

خداوند روزی گسترده را با فقر و بیچارگی درآمیخت و تندرستی را با حوادث دردناک پیوند داد، دوران شادی و سرور را با غصه و اندوه نزدیک ساخت، اجل و سرآمد زندگی را مشخص کرد، آن را گاهی طولانی و زمانی کوتاه قرار داد ... تا آزمایش گردند.^۳

بنابراین، با توجه به اجتناب ناپذیر بودن این موقعیت‌ها و در نظر گرفتن مسأله بداء و نیز وجود شرور در عالم هستی «آدمی کاری جز پذیرا بودن آن‌ها نمی‌تواند انجام دهد و اگر واکنش مناسبی از خود نشان دهد، این موقعیت‌ها تبدیل به فرصت‌هایی می‌شود که شاید این فرصت‌ها در غیر این مواقع تأثیر چندانی بر زندگی او نمی‌گذاشت. نتیجه، آن‌که برخورد مناسب با این موقعیت‌ها می‌تواند انسان را به رضامندی از زندگی برساند».^۴

۱-۱. واژه‌شناسی ابتلا

ضرورت مرزبندی و بازشناسی حوزه این عکس‌العمل از محدوده ضعف، سستی، وادادگی و نفاق بسیار مهم و خطیر است. واژه ابتلا یکی از واژه‌های مهم و حساس قرآنی است که فهم دقیق معنای آن در دریافت معارف این کتاب وحیانی تأثیر بسزایی دارد. این واژه و مشتقات آن، ۳۸ مرتبه در ۲۵ سوره و ۳۵ آیه از قرآن کریم آمده است. واژه ابتلا در قرآن مفهوم عامی است که با تعابیر دیگری چون فتنه، امتحان، تمحیص و ... نیز اشتراک مفهومی دارد. صاحب مجمع البحرین، ذیل ماده «ب ل و» می‌نویسد:

۱. سوره فجر، آیه ۱۵ و ۱۶.

۲. چهل حدیث، ص ۲۰۴.

۳. نهج البلاغه، خطبه ۹۱، ص ۱۶۹.

۴. «ایمان و رضامندی»، ص ۲.

بلا به معنای امتحان کردن و اصل آن از محنت به معنای سختی و آزمایش است. آزمون خدای تعالی از بندگان گاهی با نعمت‌ها و آسایش و مال و سلامتی است، تا سپاس گزارند و شکر کنند و گاهی با ضررها و زیان‌ها و امراض است، تا پایداری و صبر پیشه کنند و اجر ببرند.^۱

«ابتلا» آزمون همراه با سختی و تحمل امور ناخوشایند برای انسان است^۲ و امکان دارد از راه خیر یا شر باشد.^۳ تعلق «ابتلا» به صدور و «تمحیص» به قلوب در آیه «وَلِيَّبْتَلِي مَا فِي صُدُورِكُمْ وَلِيْمَحِّصَ مَا فِي قُلُوبِكُمْ»^۴ بدین دلیل است که هدف در ابتلا آزمودن و جداسازی اخلاق و ضمائر خیر و خوب از شر و بدی و هدف در «تمحیص» پاکسازی دل‌ها از عقاید و گمان‌های باطل است.^۵

راغب در المفردات «بلا» را به «کهنه شدن» معنا کرده است:

این مطلب دو امر را در بردارد: ۱. آزمایش به قصد علم پیدا کردن به چیزی که امر آن پنهان است؛ ۲. به قصد ظهور و آشکار شدن خوبی‌ها و بدی‌های یک شیء. در مورد خداوند، قسمت دوم درست است. تکالیف الهی نیز از جهاتی به بلا تعبیر شده است؛ زیرا تمام تکالیف به گونه‌ای برای تن و جسم مشکل است. از این جهت سبب فرسودگی جسم می‌شود.^۶

صاحب مقایس اللغة نیز آورده است:

بلوی دو اصل دارد: ۱. کهنگی و فرسودگی، ۲. امتحان و اختبار.^۷

«بلا» (از واژه‌های هم خانواده با ابتلا) هم از راه خیر (نعمت‌ها) است و هم از راه شرّ (بلا و گرفتاری).^۸

۱. مجمع البحرین، ج ۱، ص ۶۱؛ مجمع البیان، ج ۱، ص ۱۰۵.

۲. معجم الفروق اللغویه، ص ۱۰ و ص ۱۳۹.

۳. الکلیات، ص ۳۴.

۴. سوره آل عمران، آیه ۱۵۴.

۵. التحریر و التنویر، ج ۳، ص ۲۶۱.

۶. ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن، ج ۱، ص ۳۰۹.

۷. معجم مقایس اللغة، ص ۲۹۲.

۸. کتاب العین، ج ۱، ص ۱۹۳؛ تهذیب اللغة، ج ۱۵، ص ۳۹۱؛ الصحاح تاج اللغة و صحاح العربیه، ج ۶، ص ۲۲۸۵؛

المصباح المنیر، ج ۲۲، ص ۶۲.

۲-۱. ابتلا؛ سنت مستمر الهی

مسأله حائز اهمیتی که درباره بلا و آزمایش باید بدان توجه داشت، این است که با توجه به آیه «وَنَبَلُوكُم بِالْشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً»^۱ بلا در معنای عام (خیر و شر) استعمال شده است. به عبارت دیگر، بنا به دو آیه دیگر قرآن،^۲ عنوان بلا هم برای نعمت به کار می‌رود و هم برای نعمت.

همچنان که انسان بیمار به بیماری مبتلا است، انسان سالم نیز به سلامت مبتلا است. در عالم هیچ چیزی یافت نمی‌شود که به بلا مبتلا نباشد. گاهی خداوند سبحان، آنان را با سلامت امتحان می‌کند تا ببیند او شاکر است و از این نعمت بهره می‌گیرد یا نه و گاهی او را به مرض می‌آزماید تا ببیند او صابر است یا نه.^۳

درباره دنیا و مسأله آزمایش باید مد نظر داشت که هیچ مفهومی خارج از امتحان، حقیقت مجزایی ندارد. فقر ماهیتی خارج از امتحان ندارد. ثروت نیز همین گونه است. این موارد فقط در فضای امتحان تصویر پیدا می‌کنند. سخن گفتن از امتحان سخن گفتن از احکام الهی نیست، بلکه سخن گفتن از بسترتلفیق دستورات خدا و رفتارهای انسان است. باید‌ها و نباید‌ها وقتی در ظرف امتحان به انسان متصل می‌شوند و از انسان رفتار خاصی را می‌خواهند، معنای خودشان را پیدا می‌کنند. سخن گفتن از امتحان، سخن گفتن از بستر دین‌داری است. فرد و جامعه هر دو امتحان می‌شوند. سخن گفتن از امتحان، سخن گفتن از حیات‌شناسی است. ما باید زندگی و حیات را بشناسیم؛ چرا که در بستر زندگی قرار است امتحان پس بدیم. صبر خوب است، ولی باید ببینیم که در بستر امتحان چه اقدامی می‌کنیم. تمام معارف ما در بستر امتحان باید خودشان را نشان دهند. حضرت علی علیه السلام در خطبه قاصعه می‌فرماید:

وَلَكِنَّ اللَّهَ يَخْتَبِرُ عِبَادَهُ بِأَنْوَاعِ الشَّدَائِدِ وَيَتَعَبَّدُهُمْ بِأَنْوَاعِ الْمَجَاهِدِ وَيَبْتَلِيهِمْ بِضُرُوبِ الْمَكَارِهِ إِخْرَاجًا لِّلْكَبْرِ مِنْ قُلُوبِهِمْ؛^۴

خداوند بندگان خود را به انواع شداید می‌آزماید و با دستورات سختی که به آنها

۱. سوره انبیاء، آیه ۳۵.

۲. سوره فجر، آیه ۱۵ و ۱۶.

۳. تفسیر تسنیم، ج ۲، ص ۳۶۰.

۴. نهج البلاغه (صبحی صالح)، ص ۲۹۴.

می‌دهد، به بندگی وادارشان می‌کند و به ناخوشایندها آزمایششان می‌نماید تا خودپسندی را از دل‌هایشان بزدايد.

پس عوامل تقدیری و تشریحی الهی هر دو برای امتحان است؛ امتحانی که هدفش این است که از اول عمر تا آخر، تکبر را از قلوب مؤمنین خارج کند. امتحان فرایند دائمی اخراج تکبر از دل موجودی به نام انسان است که تولیدکننده دائمی علف هرز تکبر است. البته باید توجه داشت که:

یکی از عوامل تنیدگی و فشار روانی در برابر اتفاقات زندگی، احساس بی‌معنا بودن حوادث است. کسانی که در سختی‌ها و بلاها بی‌تاب می‌شوند، نه تنها موقعیت ناخوشایند را بی‌معنا می‌دانند، بلکه ارزیابی منفی نیز از آن دارند. معمولاً چنین افرادی سختی‌های زندگی را ناعادلانه، بی‌دلیل، رنج‌بی‌حاصل، مزاحم و به خصوص اهانت‌آمیز ارزیابی می‌کنند. در تصور این افراد، مال و ثروت نشانه «کرامت» است و محرومیت نشانه «خواری»^۱. آنچه موجب تشدید فشار روانی می‌گردد، همین ارزیابی‌هاست. در این ارزیابی‌ها، معنای بلاها منفی ارزیابی می‌شوند و این ارزیابی بر رنج موقعیت ناخوشایند می‌افزاید؛ اما اگر انسان به معناداری کارها، هر چند دشوار و سخت، باور داشته باشد، آن‌ها را تحمل خواهد کرد. ناکامی در یافتن معنا، از مهم‌ترین عوامل تنش‌زاست. بخشی از آیات قرآن کریم به فلسفه بلاها و مصیبت‌ها پرداخته است؛ به عنوان نمونه می‌توان گفت که مهم‌ترین معنای بلاها، خاصیت «رشد دهندگی» آن‌هاست.^۲ دنیا و زندگی در آن برای آزمودن است و آزمودن، برای ساخت شخصیت انسان‌هاست. در این زندگی رفتاری‌هایی وجود دارد که بشر را به واکنش وامی‌دارد و چگونگی واکنش او موجب پرورش استعدادهای نهفته می‌شود.^{۳ ۴}

بنابراین، هر کس به ناچار باید سلاحی را برای مواجهه با دشواری‌های امتحان و آزمایش در هر دوره‌ای از زندگی خویش برگزیند. این انسان و نوع بینش و تفکر او است که نشان می‌دهد با امتحان چگونه برخورد و از چه ابزاری برای مقابله با این سنت همیشه جاری خداوند در

۱. سوره فجر، آیه ۱۵ و ۱۶.

۲. سوره ملک، آیه ۲.

۳. سوره بقره، آیه ۵۵.

۴. «بررسی و تحلیل شادکامی از منظر قرآن»، ص ۱۲.

همه عرصه‌های زندگی خویش استفاده کند. در آیات قرآن کریم و روایات معصومین علیهم‌السلام، روش‌های متعددی معرفی و بیان شده که آشنایی و شناخت صحیح آن‌ها برای بروز واکنش مؤمنانه در این مواقع لازم و ضروری به نظر می‌رسد.

بلا و امتحان، در روایات، جنبه‌های مختلفی دارد که اگر به این جنبه‌ها توجه شود، مسیر زندگی بشر عوض خواهد شد؛ همچنان‌که راه‌های برون‌رفت موفق از این آزمون‌های الهی در متون روایی نیز معرفی شده‌اند. یکی از انواع واکنش‌هایی که انسان در رویارویی با ابتلائات و آزمایش‌ها از خود بروز می‌دهد، انعطاف‌پذیری است.

حدیث شریف نبوی صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم آمده است:

مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ خَامَةِ الزَّرْعِ تُكْفِيهَا الرِّيحُ كَذَا وَكَذَا وَكَذَلِكَ الْمُؤْمِنُ تُكْفِيهِ
الْأَوْجَاعُ وَالْأَمْرَاضُ وَمَثَلُ الْمُنَافِقِ كَمَثَلِ الْإِرْزَبَةِ الْمُسْتَقِيمَةِ الَّتِي لَا يُصِيبُهَا شَيْءٌ حَتَّى
يَأْتِيَهُ الْمَوْتُ فَيَقْصِفُهُ قَصْفًا؛^۱

مؤمن در مواجهه با ابتلائات و بلاها همانند ساقه نرم گیاهی است که با انعطاف‌پذیری در برابر بادهای تند، خم می‌شود، ولی نمی‌شکند؛ اما منافق چون عصایی آهنین و غیرمنعطف، اگرچه با مصائب خم نشود، ولی طوفان مرگ به یک‌باره او را ریشه کن خواهد ساخت.

این حدیث، بیان‌گر کارایی عامل انعطاف‌پذیری مؤمنانه در برابر آزمایش‌های الهی است و راهکار برون‌رفت صواب و موفقیت‌آمیز مؤمن از آزمایش را داشتن انعطاف‌پذیری او معرفی می‌کند. به عبارت دیگر، برای پیروزی در ابتلائات سخت و دشوار، از نگاه متون اسلامی، عوامل متعددی دخیل هستند که در این حدیث شریف به یکی از مهم‌ترین عوامل، یعنی کنش رفتاری انعطاف‌پذیری اشاره گردیده؛ همچنان‌که روایت شریف نیز بر همین اصل مهم تأکید می‌کند:

الْمُؤْمِنُونَ هَيُّونَ لَيْتُونَ كَالْجَمَلِ الْأَنْفِ إِذَا قِيدَ انْقَادَ وَإِنْ أُنِيخَ عَلَى صَخْرَةٍ اسْتَنَاحَ؛^۲

مؤمنان با وقار و آرامش‌اند، مانند شتر نری که مهار در بینی دارد، چون او را بکشند، به راه افتد و اگر بر صخره‌ای بخوابانند، بخوابد.

۱. الکافی، ج ۲، ص ۲۵۸.

۲. همان، ج ۲، ص ۳۴.

این نوشتار بر آن است که با روش توصیفی-تحلیلی، به بررسی حدیث شریف «خامه الزرع» پرداخته و تأثیرشگرف انعطاف‌پذیری مؤمنانه را در رویارویی با ابتلائات گوناگون و قرار گرفتن در موقعیت نعمت تبیین نماید.

۲. یافته‌های تحقیق (تحلیل حدیث خامه الزرع)

برای پیروزی در امتحان و آزمایش الهی از نگاه قرآن کریم عوامل متعددی نظیر «صبر»^۱، تقوا،^۲ «توجه به گذرا بودن امور»،^۳ «استمداد از نیروی ایمان و الطاف الهی»،^۴ «توجه به عکس‌العمل پیامبران در برابر آزمایش‌های الهی»^۵ و ... دخیل هستند. همچنین در آیاتی از قرآن کریم به عکس‌العمل‌هایی نظیر «شکر»^۶ و «کفران و ناسپاسی»^۷ به عنوان رفتارهایی که انسان در برابر این آزمون‌ها و ابتلائات از خود نشان می‌دهد، اشاره شده است. براساس دایره فرهنگ روایات نبوی و ائمه اطهار (علیهم‌السلام) یکی از عکس‌العمل‌هایی که انسان‌ها می‌توانند در برابر سنت ابتلا از خود نشان دهند، انعطاف‌پذیری در موقعیت‌های مختلف زندگی است. در روایت «خامه الزرع» آمده است:

مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ خَامَةِ الزَّرْعِ تُكْفَمُهَا الرِّيحُ كَذَا وَ كَذَا وَ كَذَلِكَ الْمُؤْمِنُ تُكْفَمُهُ
الْأَوْجَاعُ وَ الْأَمْرَاضُ وَ مَثَلُ الْمُتَأَفِّقِ كَمَثَلِ الْإِرْزَبَةِ الْمُسْتَقِيمَةِ الَّتِي لَا يُصِيبُهَا شَيْءٌ حَتَّى
يَأْتِيَهُ الْمَوْتُ فَيُقْصَفُهُ قَصْفًا.^۸

این روایت به انعطاف‌پذیر بودن انسان مؤمن هنگام رویایی با ابتلا از نوع نعمت و دشواری اشاره می‌کند.

بنابراین، از آنجایی که آزمایش یک سنت همگانی و مستمر است و تأثیر بسزایی در سعادت و شقاوت انسان‌ها دارد و آدمی نیز در برخورد با امتحانات الهی و در رویارویی با سختی‌ها و گرفتاری‌های زندگی، رفتارها و واکنش‌های گوناگونی از خود نشان می‌دهد؛ لازم

۱. سوره بقره، آیه ۱۵۶، ۱۵۵ و ۱۸۶؛ سوره فرقان، آیه ۲۰.

۲. سوره آل عمران، آیه ۱۸۶.

۳. سوره بقره، آیه ۱۵۶.

۴. سوره اعراف، آیه ۹۶.

۵. سوره بقره، آیه ۱۲۴؛ سوره انعام، آیه ۱۰.

۶. سوره نمل، آیه ۴۰.

۷. سوره حج، آیه ۱۱.

۸. الکافی، ج ۲، ص ۲۵۸.

است براساس میراث حدیثی، چگونگی رویایی انسان با آن مورد بررسی و مذاقه قرار گیرد تا عوامل دخیل در رویارویی صحیح و نیز راه‌های صحیح برون‌رفت از آزمایش الهی شناسایی و معرفی گردند.

۳-۱. اسناد حدیث

الف) عَلِيُّ بْنُ إِبْرَاهِيمَ (قمی - ثقة)، عَنْ أَبِيهِ (ابراهیم بن هاشم - ثقة)، عَنْ ابْنِ أَبِي عُمَيْرٍ (ثقة)، عَنْ حُسَيْنِ بْنِ عُثْمَانَ (الاحمسی الرواسی - ثقة)، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مُسْكَانَ (ثقة)، عَنْ أَبِي بَصِيرٍ (الاسدی-ثقة)، عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ قَالَ، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:

مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ خَامَةِ الرَّزِّعِ تُكْفَمُهَا الرِّيحُ كَذَا وَكَذَا وَكَذَلِكَ الْمُؤْمِنُ تُكْفَمُهُ الْأَوْجَاعُ وَالْأَمْرَاضُ وَمَثَلُ الْمُنَافِقِ كَمَثَلِ الْإِرْزَبَةِ الْمُسْتَقِيمَةِ الَّتِي لَا يُصِيبُهَا شَيْءٌ حَتَّى يَأْتِيَهُ الْمَوْتُ فَيَقْصِفُهُ قَصْفًا.^۱

همه راویان در سند روایت ثقة هستند و سند متصل است. از این رو، روایت (مسند و صحیح) است. البته طبق مبنای برخی رجالیان به جهت وجود ابراهیم بن هاشم در سند، روایت (مصححه و یا معتبره) محسوب می‌شود؛ چون ابراهیم بن هاشم توثیق صریح ندارد، لکن از بزرگان شیعه بوده و روایت او مورد پذیرش است. همچنین براساس سند اعتبار منابع دار الحدیث،^۲ منبع این سند (الکافی) در قسمت الف / ۱ درجه بندی می‌شود.

ب) با روایتی نزدیک و شبیه به همین مضمون در منابع اهل سنت:

حَدَّثَنَا مُسَدَّدٌ، حَدَّثَنَا يَحْيَى، عَنْ سُفْيَانَ، عَنْ سَعْدٍ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ كَعْبٍ، عَنْ أَبِيهِ: عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ: «مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَالْخَامَةِ مِنَ الرَّزِّعِ، تُفَيِّئُهَا الرِّيحُ مَرَّةً، وَتَعْدِلُهَا مَرَّةً، وَمَثَلُ الْمُنَافِقِ كَالْأَرْزَبَةِ، لَا تَزَالُ حَتَّى يَكُونَ مُجْعَفُهَا مَرَّةً وَاحِدَةً». وَقَالَ زَكَرِيَاءُ: حَدَّثَنِي سَعْدٌ، حَدَّثَنَا ابْنُ كَعْبٍ، عَنْ أَبِيهِ كَعْبٍ، عَنِ النَّبِيِّ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - .^۳

ج) همچنین در منابع اهل سنت با تفاوت در قسمت دوم، برخی منابع روایت را با لفظ «کافر»^۴ و برخی با لفظ «فاجر»^۵ ذکر کرده‌اند.

۱. همان جا.

۲. رک: کتاب منطق فهم حدیث، ص ۲۷۷ به بعد.

۳. صحیح البخاری، ج ۷، ص ۱۱۴.

۴. همان، ج ۹، ص ۱۳۷.

۵. همان، ج ۷، ص ۱۱۴.

۲-۲. تحلیل متنی حدیث

در این مختصر، پس از واکاوی سندی به تبیین متنی و مفهومی این روایت شریف می پردازیم. تعریف واژه های اصلی و تشریح دلالت کلام معصوم علیه السلام، مهم ترین مراحل این تحلیل است:

۲-۲-۱. واژه شناسی حدیث

در فرهنگ لغات و شروح مختلف شیعی و سنی توضیحاتی هماهنگ درباره روایت «خَامَةِ الزَّرْعِ» بیان شده است:

- فی القاموس: الخامة من الزرع: أول ما ينبت على ساق، أو الطاقة الغضة منه». وفي الصحاح: «الخامة: الغضة الرطبة من النبات. وفي الحديث: مثل المؤمن مثل الخامة من الزرع تميلها الريح مرة هكذا ومرة هكذا». في القاموس في باب الهمزة: «أكفاً: مال و أمال و قلب». شجر الأرز، وهو خشب معروف. وقيل: هي الصنوبر. وقال بعضهم: هي الأرزة بوزن فاعلة، وأنكرها أبو عبيد.

- وفي الصحاح: أبو عمرو: الأرزة - بالتحريك - : شجر الأرز. وقال أبو عبيدة: الأرزة - بالتسكين - : شجر الصنوبر، والجمع: أرز، وشجرة أرزة أي ثابتة في الأرض، وقد أرزت تأرز^۱ - قوله (كيفما كفتته الريح انكفاً) أي قلبته وأمالته وهو إشارة الى وجه تشبيهه بخامة الزرع، والتشبيه تمثيل لامالة أهواء نفسه وريح خاطراته اياه من حال الى حال فتارة يعوج وأخرى يقوم ويعتدل.^۲

- والسهولة هي الانقياد و لين الجانب.^۳

- السهولة اللينة واليسر والدّل بالكسري عنى سرعة الانقياد يعنى سهولة الطبع فى قبول الحق و يسره فى قبول الصفات المرضية والأخلاق الحسنة والأطوار الصحيحة وذلك و انقياده فى الدين من صفات العاقل و علامات الإيمان كما ورد من طرق العامة و الخاصة «المؤمنون هيتون ليتون».^۴

- «وإن أنيخ على صخرة» كناية عن نهاية انقياده فى الأمور المشروعة و عدم استصعابه فيها، قال الجوهرى: أنخت الجمل فاستناخ أبركته فبرك، انتهى. وقيل: إنما شبه

۱. الذريعة إلى حافظ الشريعة، ج ۲، ص ۴۱۳.

۲. شرح الكافي - الأصول والروضة، ج ۹، ص ۱۸۶.

۳. الوافي، ج ۱، ص ۷۵.

۴. شرح الكافي - الأصول والروضة، ج ۱، ص ۳۵۷.

بالجمل لا بالناقاة إشارة إلى أن المؤمن قادر على الامتناع، ولكن له مانع عظيم من الإيمان، وأحكامه تمنعه عن ذلك.^١

- انْقَادَ - انْقِياداً [قود]: مطاوع (قَاد) است، - لِفُلَانٍ؛ به فلانى فروتنى كرد وفرمانبردار شد، - الطَّرِيقُ الى كَذَا؛ راه به سوى جائي هموار و آشكار شد.^٢

- (تكفأ بالبلاء) تقلب بالمصيبة أى المؤمن إذا أصابه بلاء رضى بقدر الله تعالى فإذا زال عنه قام واعتدل بشكر الله تعالى فانقلب البلاء خيراً ورحمة.^٣

- قال فى المصباح: الخامة الغضة من النبات، والجمع خام، وخامات، والخام من الثياب: الذى لم يقصر، وثوب خام، أى: غير مقصور.^٤

- وقال الحافظ: هى الطاقة الطرية اللينة، أو الغضة، أو القضبة، قال الخليل: خاماة الزرع: أول ما ينبت على ساق واحد.^٥

- قلت: قول الخليل هو الصواب، فالزرع فى أول أمره يكون على ساق واحد، ويكون ليناً طيعاً للريح ينثنى معها حيث أتت، ولا تؤثر على صحته واعتداله، فإذا سكنت رجع على ساقه قائماً كأن لم يصبه شىء، بل ربما ازداد قوى ونضارة، وهذا هو المقصود من المثل، فإن المؤمن تأتبه المصائب من نواح شتى، ففى كل مرة يقال: هذه تهلكه، ثم تنجلي ويعود إلى صحة إيمانه قوياً سليماً، كأن لم يصب بأذى.^٦

- «مثل المؤمن مثل خاماة الزرع» بالخاء المعجمة وتخفيف الميم أى طاقته للينة عطفها أو ضعفها (تفَيَّؤُها) بضم أوله ففاء مفتوحة وتحتية مشددة مكسورة فهمزة مضمومة وأما قول التلمسانى وروى تفئها بدون ياء فخطأ فاحش أى تحركها وتميلها (الرياح) أى جنس الرياح (هكذا) مرة عن يمينها (وهكذا) مرة عن يسارها والمعنى تميلها من جانب إلى جانب (وفى رواية أبى هريرة رضي الله عنه) وفى نسخة لأبى هريرة كما فى صحيح مسلم (من حيث أتتها الرياح تكفؤها) بفتح الفاء وتكسر أى تقلبها (فإذا سكنت) أى الريح (اعتدلت) أى قامت الخامة على ساقها معتدلة غير مائلة، (وكذلك المؤمن

١. مرآة العقول فى شرح أخبار آل الرسول، ج ٩، ص ٢٤٣.

٢. فرهنگ ابجدى عربى - فارسى: ترجمه المنجد الابجدى، ص ٦٣.

٣. صحيح البخارى، ج ٧، ص ١١٤.

٤. المصباح، ج ١، ص ٢٥١.

٥. الفتح، ج ١٠، ص ١٠٦.

٦. شرح كتاب التوحيد من صحيح البخارى، ج ٢، ص ٢٦٠.

یکفأ) بصیغة المجهول أى بقلب ویغیر حاله (بالباء) عما كان علیه فى النعماء؛ (و مثل الكافر) و فى معناه الفاجر (كمثل الأرزة) بسكون الراء وفتحها شجرة الأرز و هو خشب معروف و قیل الصنوبر و قال بعضهم الأرزة بوزن فاعلة و معناها الثابتة فى الأرض و أنكرها أبو عبيد كذا فى النهاية (صماء) أى صلبة يابسة (معتدلة) أى مستوية ثابتة (حتى يقصمه الله تعالى) بكسر الصاد بعد سكون القاف أى يكسره (ويهلكه) و يأخذه بغتة من غير تقدم بلية فى غالب قضية.^۱

با توجه به اقوال فوق الذکر می توان گفت که خامه الزرع به معنای ساقه نرم گیاه است که منعطف بوده و در برابر بادهای تند خم می شود، ولی نمی شکنند. این تشبیه برای مؤمن در مقابل با حوادث و ابتلائات سهمگین زندگی به کار رفته است. آزره نیز چوب خشک و غیر منعطف درخت صنوبر یا ارزن است که در برابر تندبادها به دلیل انعطاف ناپذیری، چاره‌ای جز شکستن ندارد. این نیز تصویری از سرانجام منافق در برابر امتحانات و فتنه‌های پیش روی اوست.

۲-۲-۲. تبیین دلالت حدیث

طبق هر دو روایت (خامه الزرع - هینون لینون) انسان مؤمن به موجودی زنده‌ای تشبیه شده است که به جهت حفظ حیات، در مقابل بلاها، تدبیر و روش انعطاف‌پذیری و نرمش آگاهانه را برای حفظ مصلحت مهم تر انتخاب می‌کند تا بتواند در فرصت مناسب در جایگاه درخور و اصلی نمود کند و در اثر تعصب و تحجر، باعث شکستن و نابودی خویش نگردد. لازمه حفظ ریشه و ادامه حیات منوط به استفاده از روش انعطاف در طول اصول و ریشه‌ها در برابر ابتلائات مختلف است. به تعبیر دیگر، ر انعطاف‌پذیر بودن در عین قوی بودن، به گزینش عاقلانه و مؤمنانه دلالت می‌کند و نمی‌توان چنین تلقی کرد که افراد منعطف افراد غیر اصولی هستند و یا پای‌بندی به اصول و عقاید خود ندارند و نباید به عنوان سستی در عقیده و راسخ نبودن بر ایمان تعبیر شود؛ همچنان‌که بررسی وقایع و رویدادهای تاریخی زندگانی انبیا علیهم‌السلام، پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم و ائمه علیهم‌السلام مؤید این مسأله است.

صف‌آرایی انعطاف‌پذیری مؤمنانه و انعطاف‌پذیری منافقانه به خوبی در جنگ صفین و مخصوصاً در مقایسه شخصیت مالک اشتر و عمرو عاص قابل مشاهده و مقایسه است. انعطاف‌پذیری مؤمنانه آنجا معنا می‌یابد که مالک در چند قدمی خیمه معاویه است و از

۱. شرح الشفاء للقاضی عیاض، ج ۲، ص ۳۸۱.

امیرالمؤمنین علیه السلام فرمان می‌رسد که مالک برگردد و او به آن چنان بینش و بصیرتی درباره مولای خود رسیده است که جنگ را در اوج پیروزی رها کرده و به فرمان مولایش برمی‌گردد. در مقابل، شخصیت عمروعاص را می‌بینیم که در اوج کفر خود، وقتی خود را شکست خورده و درمانده می‌بیند، قرآن‌ها را به نیزه کرده و نتیجه جنگ را با کمک عده‌ای ساده‌لوح در جبهه خودی و نیرنگی شیطانی عوض می‌کند. در روایتی از حضرت امیر علیه السلام آمده است که

بُكَاءُ الْمُؤْمِنِ مِنْ قَلْبِهِ وَبُكَاءُ الْمُنَافِقِ مِنْ هَامَتِهِ^۱

گریه مومن از صمیم دل اوست و اشک منافق، از سر او نشأت گرفته (ساختگی و با دل او بی‌ارتباط) است.

خداوند انعطاف‌پذیری روح انسان در مسیر عبودیت را با امتحانات زندگی می‌آزماید و انسان بر اساس این امتحانات صاحب درجاتی از کمال و یا درجاتی از کفر و بی‌ایمانی خواهد بود؛ همچنان‌که در آیه ۱۶ سوره حدید بدان اشاره شده است

«أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ وَلَا يَكُونُوا كَالَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلُ فَطَالَ عَلَيْهِمُ الْأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَاسِقُونَ»^۲

قرآن کریم در بیان ویژگی‌های منافقان از توصیف «كَانَتْهُمْ خُشْبٌ مُسْنَدَةٌ»^۲ «مانند چوب‌های خشک در برابر حوادث که کوچک‌ترین انعطافی ندارند» استفاده می‌کند. گاهی تصور می‌شود که مقصود از تشبیه آنان به چوب‌های تکیه داده شده به دیوار این است که آن‌ها موجودات غیرمفیدی‌اند؛ زیرا چوب در صورتی مفید خواهد بود که داخل کار و یا ساختمان باشد و در غیر این صورت، موجود مزاحم و غیرسودمندی خواهد بود، ولی این وجه تا حدی دور از ظاهر آیه و متفاهم عرفی است. احتمال دیگری نیز در اینجا هست که شاید از معنای پیش روشن‌تر و واضح‌تر باشد؛ زیرا می‌توان گفت که مقصود از تشبیه آن‌ها به چوب‌های تکیه‌زده به دیوار، این است که آنان به سان چوب‌های خشک در برابر حوادث، کوچک‌ترین انعطافی ندارند و «خشب» در لغت عرب چوب خشک غیرقابل انعطافی را می‌گویند که بر اثر فشار دو نیم می‌شود. انعطاف‌پذیری در برابر حوادث به طرز صحیح، یکی از نشانه‌های مردان مؤمن به هدف خویش است و انعطاف در برابر حوادث، با تملق و چاپلوسی و ابن‌الوقت بودن و از این شاخه به آن شاخه پریدن، فرق روشنی دارد. افراد

۱. الجامع الصغیر فی احادیث البشیر النذیر، ح ۳۱۵۶.

۲. سوره منافقون، آیه ۴.

ابن الوقت هدف مشخصی ندارند و به هیچ اصلی پای بند نیستند؛ به هر رنگی درمی آیند و با ماسک های گوناگون در صحنه زندگی ظاهر می شوند و برای سود شخصی همه اصول را زیر پا می گذارند؛ ولی افراد انعطاف پذیر، تا آنجا که به اصول و اهدافشان ضرری متوجه نشود، با مردم و حتی گاه با دشمن خود کنار می آیند و برای حفظ اصول و پایه های واقعی از یک سلسله منافع می گذرند؛ همچنان که جهان طبیعت به ما درس می آموزد: طوفان سهمگینی از نقطه ای برمی خیزد و بر اشجار جوان و کهنسال و گل ها و گیاهان و مزارع حمله می برد، سنبل های مزارع و گیاهان و گل های گلستان در برابر طوفان مقاومت نشان داده و با انعطاف و خم شدن خاصی، طوفان سهمگین را رد می کنند و پس از دقیقه ای به حالت نخست باز می گردند؛ ولی درختان خشک در برابر طوفان سینه سپر کرده و با صلابت خاصی ابراز مقاومت می نمایند، اما پس از لحظاتی از پای درمی آیند. این حقیقت اجتماعی را پیامبر اسلام ﷺ در یکی از سخنان خود بیان کرده و می فرماید:

مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَالسَّنْبَلَةِ يَحْرِكُهَا الرِّيحُ فَتَقُومُ مَرَّةً وَتَقَعُ أُخْرَى وَ مَثَلُ الْكَافِرِ مَثَلُ الْأَرْزَةِ وَلَا يَزَالُ قَائِمَةً حَتَّى تَتَغَفَّرَ^۱

صاحب روح البیان در تفسیر این تشبیه حضرت ﷺ می نویسد:

«الْأَرْزَةُ» درخت سختی مانند صنوبر است؛ «تَتَغَفَّرَ»: از جای کنده می شود.^۲

آیه الله سبحانی نیز به همین حقیقت اشاره می کند:

حال مؤمن مانند سنبل است که باد تند آن را حرکت می دهد، گاه می ایستد و گاه خمیده می گردد؛ ولی افراد کافر، در نداشتن انعطاف و کنار نیامدن با مردم، مانند درختان سخت هستند که در برابر تندباد حوادث از جای کنده می شوند.^۳

دقت در دایره احادیث رسیده از معصومان علیهم السلام ما را به حدیث مقابل با این حدیث - که در بیان صلابت مؤمن بیان شده است - رهنمون می سازند:

الْمُؤْمِنُ أَصْلَبُ مِنَ الْجَبَلِ الْجَبَلُ يُسْتَقَلُّ مِنْهُ وَالْمُؤْمِنُ لَا يُسْتَقَلُّ مِنْ دِينِهِ شَيْءٌ.^۴

اگر مؤمن صلابت نداشته باشد، نمی تواند دینش را حفظ کند و بیان شده که صلابت

۱. جامع الأخبار (شعیری)، ص ۱۸۳.

۲. تفسیر روح البیان، ج ۹، ص ۵۳۳.

۳. دوست نماها؛ تفسیر سوره منافقون، ص ۲۱.

۴. الکافی، ج ۲، ص ۲۴۱.

مؤمن از کوه هم محکم‌تر است و همین سبب حفظ دینش یا ارزش‌ها و اعتقاداتش می‌شود. به عبارت دیگر، صلابت مؤمن با قرار گرفتن در کنار حدیث مقابله‌ش - که انعطاف‌پذیری را می‌رساند - این مفهوم را مطرح می‌کند که استواری و صلابت در دین با نرمی و انعطاف در بلایا هر دو به حفظ دین کمک می‌کند و اگر صلابت به معنای خشک و خشن بودن باشد، مؤمن قطعاً در مصایب می‌شکند و شکست در رنج‌ها، ضعف در دین را به وجود می‌آورد. انسان‌ها در جهانی زندگی می‌کنند که دارای موقعیت‌های متضادی است و مؤمن باید بتواند در این تضادها از ایمانش محافظت کند و زندگی سالمی هم داشته باشد و این به ویژگی منعطف بودن او برمی‌گردد.

از منظر دیگر، ارزش خوب بودن انسان، به انعطاف‌پذیری در رعایت قوانین سیال است. خداوند متعال از بندگانش، خوب شدن و تکامل پیدا کردن را خواسته است که بخشی از فرایند خوب شدن، مربوط به اجرای برنامه‌های روتین و ثابت و قوانین و مقررات مکتوب است؛ مقرراتی که ما را به یک سلسله دستورات خوب و رشد دهنده راهنمایی می‌کنند؛ ولی این همه ماجرا نیست، بلکه اصل ماجرا این است که خداوند متعال در کنار برنامه‌های ثابتی که به انسان داده است، یک حالت «انعطاف‌پذیری» را از او انتظار دارد. انسان خودش را با مقررات و دستورات ثابت راحت‌تر هماهنگ می‌کند؛ اما معمولاً وقتی نوبت به انعطاف در خوبی‌ها می‌رسد، نقطه ضعف‌ها خودشان را نشان می‌دهند. خداوند از آدم، دو جور خوب بودن می‌خواهد. یک خوب بودن طبق برنامه‌های ثابت، و یک خوب بودن طبق برنامه‌های سیالی که انعطاف از آدم می‌خواهند و آدم باید انعطاف‌پذیر باشد تا بتواند آن‌ها را انجام بدهد. کار آنجا سخت می‌شود که انسان بخواهد خودش را با دستورات سیال خدا - که از انسان انعطاف می‌خواهد - تطبیق دهد. ابلیس سال‌های متمادی برای خداوند متعال عبادت می‌کرد، یعنی بر اساس قوانین ثابت همه کارهای خوب را انجام می‌داد، اما وقتی خداوند متعال اجرای یک دستور سیال، بلکه متفاوت و غیرقابل پیش‌بینی را از شیطان خواست، جواب ابلیس در واقع نه بود. پس فقط کار خوب آوردن ملاک نیست و باید هنگامی که خدا با او امر خود، با روح انسان بازی می‌کند، امکان انعطاف‌پذیری در انسان باشد و انعطاف نشان بدهد. بنابراین خدا می‌خواهد بفرماید ارزش انعطاف‌پذیری عبد از خوب بودن در اجرای وظائف عادی بالاتر است.

۲-۳. انعطاف‌پذیری؛ توانایی انطباق با موقعیت‌های خطیر و متفاوت

یکی از کلیدهای موفقیت، انعطاف‌پذیر بودن است. انعطاف‌پذیری در برخورد با

چالش‌های زندگی یک مهارت به حساب می‌آید که به صورت اکتسابی باید بدان دست یافت. در هر موقعیتی، کسی می‌تواند راحت‌تر شرایط را تحت کنترل خود درآورد که بیشترین انعطاف‌پذیری را در رفتارش داشته باشد.

انعطاف در لغت به معنای «میل کردن»^۱، «برگشتن و بازگردیدن و آمادگی برای سازگاری با محیط یا دیگران یا دشواری‌ها»^۲ و انعطاف‌پذیری به معنای «تمایل به سازگاری و هماهنگ شدن با محیط و افراد است و این امر در جایی تحقق می‌یابد که فردی یا مکتبی بخواهد متناسب با مقتضیات مخاطبین، قوانین خود را تنظیم کند»^۳ بیان شده است.

هرگونه تغییر در زندگی انسان اعم از خوشایند و ناخوشایند مستلزم نوعی سازگاری مجدد است. روش‌های مقابله با تغییرات و تنش‌های حاصل از این تغییرات در افراد مختلف و بر حسب موقعیت‌های گوناگون متفاوت است. راهبردهای مقابله، مجموعه‌ای از تلاش‌های شناختی و رفتاری فرد است که در جهت تعبیر یا تفسیر یا اصلاح یک وضعیت تنش‌زا به کار می‌رود و منجر به کاهش رنج ناشی از آن شده و در تفسیر و غلبه بر مشکلات زندگی مؤثر هستند»^۴. «شیوه‌ها یا راهبردهایی که فرد در مقابله با موارد استرس‌زا به کار می‌برد نقش اساسی در سلامت جسمانی و روانی او ایفا می‌کند. روان‌شناسان حوزه سلامت روان برای نقش راهبردهای مقابله‌ای اهمیت زیادی قایل هستند و سلامت روان را یک عامل می‌دانند یعنی از یک سونتیج انتخاب و استفاده از راهبردهای مقابله‌ای، مؤثر و مناسب با تغییر و تنش محسوب می‌گردد و از سوی دیگر، راهبردهای مقابله‌ای خود زمینه‌ساز فضای سالم روانی است که در چنین فضایی شناخت صحیح و ارزیابی درست موقعیت تنش‌زا جهت انتخاب راهکار مقابله‌ای مؤثر را میسر می‌کند. راه‌های مقابله با فشار روانی متعددند، اما نکته مهم در انتخاب راهبرد مناسب برای مقابله با فشار روانی، همخوانی این راهبردها با زمینه‌های اعتقادی و فرهنگی افراد یک جامعه است»^۵.

در چپستی و تبیین دقیق انعطاف‌پذیری از جنبه‌های مختلفی نظیر روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و اخلاق به این مسأله پرداخته شده است؛ انعطاف‌پذیری را می‌توان «توانایی

۱. لغت نامه دهخدا، ج ۲، ص ۳۰۶۲.

۲. فرهنگ عمید، ج ۱، ص ۱۹۶؛ فرهنگ بزرگ سخن، ج ۱، ص ۶۲۳.

۳. «گونه‌های انعطاف‌پذیری در احکام و قوانین قرآن»، ص ۱.

۴. «بررسی رابطه راهبردهای مقابله‌ای و سلامت روانی در ساکنین خرم‌آباد»، ص ۴۷-۵۴.

۵. «بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های مقابله با رویکرد اسلامی بر سازگاری روانشناختی»، ص ۳.

تغییر از حالتی به حالت دیگر در شرایط خاص جهت سازگاری با وضعیت موجود تعریف کرد. این سازگاری به گونه‌ای می‌تواند باشد که اثرات مفیدی را در پی داشته باشد.^۱ «انعطاف‌پذیری به ظرفیت تغییر فرد در پاسخ به تجارب مثبت و منفی زندگی گفته می‌شود».^۲ «انعطاف‌پذیری توانایی انطباق افراد با رویدادهای جدید است؛ انعطاف‌پذیری یک فرایند پویا تعریف می‌شود که مسئول ایجاد انطباق مثبت، با وجود تجارب مخالف یا تروماتیک در فرد است».^۳ «انعطاف‌پذیری، توانایی ذهنی برای تفکر به شیوه‌های متفاوت ممکن برای سازماندهی و طرح‌ریزی گام‌های بعدی برای حل یک مشکل است».^۴ «انعطاف‌پذیری به عنوان قابلیت مثبت برای برخورد هیجانی و رفتاری مناسب و برای بروز حداقل اختلالات روانی در مقابل شرایط استرس‌زا تعریف می‌شود».^۵ «انعطاف‌پذیری روان‌شناختی یک فرایند یا توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز با شرایط تهدیدکننده است؛ به طوری که فرد بتواند با تجارب درونی و بیرونی منفی و ناخوشایند روبه‌رو گردد و در عین حال، سازگاری و تعادل روان‌شناختی خود را حفظ نماید».^۶ برخی دیگر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی را «توانایی فرد برای ارتباط کامل با زمان حال به عنوان یک انسان هوشیار و آگاه و توانایی او برای تغییر یا ادامه رفتار در جهت ارزش‌هایش» تعریف کرده‌اند.^۷

در نظرگاه دینی «انعطاف‌پذیری در شریعت اسلام به معنای عقب‌نشینی از اصول یا وادادگی نیست که این هر دو با عقیدتی بودن اصول و واقع‌گرایی عملی آن‌ها منافات دارد؛ بلکه انعطاف‌پذیری به معنای تاکتیک و گام نهایی واقع‌گرایانه‌ای است که فشارهای واقعیت را مورد توجه قرار می‌دهد و هدف از آن ژرفا بخشیدن به دیدگاه اصیل و نتیجه‌گیری اجزای نظام به بهتر شکل است. بنابراین، انعطاف‌پذیری انتخاب موضع موقت و گذرایی است که برای حفظ موضع کلی بسته به اوضاع و احوال تغییر می‌کند».^۸

همچنان‌که شیوه‌ها و تصمیم‌های اتخاذ شده از سوی انبیا و اهل بیت علیهم‌السلام در بزنگاه‌های

۱. «انعطاف در رفتارهای تربیتی - مدیریتی و اجتماعی از منظر قرآن و احادیث»، ص ۱۲.

۲. روان‌شناسی رشد نوجوانی - جوانی و بزرگ‌سالی، ص ۹.

۳. «انعطاف‌پذیری سازگاری و نشانه‌های روان‌پزشکی»، ص ۱.

۴. «رابطه بین جزمیت، انعطاف‌پذیری و ویژگی‌های جمعیت‌شناختی با شادکامی»، ص ۶.

۵. «مواجهه با خشونت در نوجوانان: عوامل شناختی - رفتاری و انعطاف‌پذیری»، ص ۲.

۶. «تاب‌آوری، سلامت روانی و رضایت‌مندی از زندگی»، ص ۸.

7. P56, A Practical Guide to Acceptance and Commitment Therapy.

۸. «بررسی مولفه سازگاری مدل هوش هیجانی باران و روش‌های پرورش آن در سنت و سیره امام علی علیه‌السلام»، ص ۶.

مختلف تاریخی، نظیر ماجرای حضرت ابراهیم علیه السلام و ذبح اسماعیل علیه السلام، صلح حدیبیه توسط پیامبر صلی الله علیه و آله - که با وجود مخالفت اصحاب، نهایتاً از سوی خداوند متعال به فتح مبین معرفی شد -، عقب نشینی امام علی علیه السلام در جریان سقیفه به جهت مصلحت مهم‌تر و پذیرش صلح توسط امام حسن علیه السلام - که نرمش قهرمانانه تاریخ شناخته می‌شود - حکایت از گزینش روش انعطاف‌پذیری توسط ائمه علیهم السلام در مسائل مختلف بشری است. به عبارت دیگر، انسان مؤمن باید با تعقل مصلحت‌اندیشانه و بصیرت در مقابل مسائل مختلف به صورت کیسانه رفتار کند تا خروجی تصمیمات وی منتهی به حفظ اصول شود. به دیگر بیان، انعطاف‌پذیری انسان در مقابل مسائل مختلف، نشان از حیات انسان است که با تعقل و نرمش آگاهانه مانع از شکستن و از ریشه برکندن به خاطر جمود و تعصب می‌گردد.

۲-۴. نقش عامل ایمان در انعطاف‌پذیری

ایمان از منظر اسلام، ظرفیت بسیاری در تحقق و عمق بخشی به فضایل اخلاقی دارد. البته ایمان قبل از تأثیر بر آن فضایل، خود منشأ ایجاد فضایی جدید در حوزه فضایل به نام فضایل بندگی است.^۱

«مهم‌ترین نکته و کلید آزمون‌های الهی، این است که بنده، مطیع مولا و تسلیم فرمان او باشد، حتی اگر نمی‌داند چرا. به تعبیر دیگر، اگر بنا باشد در دستورهای خدا، فقط آنچه را بفهمیم برای چیست، اطاعت کنیم و بپذیریم، در واقع ما بنده فهم خودمان شده‌ایم، نه بنده پروردگاران و مطیع عقل خود شده‌ایم، نه مطیع خدا!». ^۲ به عبارت دیگر، خدا نیز از انسان، انعطاف‌پذیری را می‌خواهد؛ آنجا که می‌فرماید: من دوست دارم اطاعت بشوم، آن طوری که من می‌خواهم، نه آن طوری که تو می‌خواهی:

إِنِّي أَحِبُّ أَنْ أُطَاعَ مِنْ حَيْثُ أُرِيدُ.^۳

و

إِنَّمَا أُرِيدُ أَنْ أُعْبَدَ مِنْ حَيْثُ أُرِيدُ لَا مِنْ حَيْثُ تُرِيدُ.^۴

نکته درخور توجه دیگر، این است که یکی «از مسائلی که در سلامت روان نقش مهمی

۱. «ایمان از منظر اسلام و نقش آن در تحول فضایل اخلاقی با تأکید بر اخلاق زیست - پزشکی»، ص ۱۱ و ۱۸.

۲. امتحان، ص ۴۱.

۳. قصص الانبیاء، ص ۴۳.

۴. تفسیر القمی، ج ۱، ص ۴۲.

دارد، چگونگی واکنش به دو موقعیت خوشایند و ناخوشایند است؛ زیرا زندگی به دو قسم خوشایند و ناخوشایند تقسیم می‌شود:

وَالذَّهْرُ يَوْمَانِ يَوْمٌ لَكَ وَ يَوْمٌ عَلَيْكَ فَإِذَا كَانَ لَكَ فَلَا تَبْتَظِرْ وَإِذَا كَانَ عَلَيْكَ فَاصْبِر.^۱

و انسان‌ها در موقعیت «خوشایند - ناخوشایند» به اشکال مختلفی عمل می‌کنند. واکنش‌ها به این دو موقعیت را می‌توان به دو گونه مثبت و منفی طبقه‌بندی نمود. واکنش مثبت به خوشایند، شکر و سپاسگزاری و واکنش مثبت به ناخوشایند، صبر و بردباری است که در مجموع، رضامندی از تکوین را تشکیل می‌دهند^۲ که البته انتخاب واکنش مثبت در هر دو موقعیت در سایه انعطاف‌پذیری مؤمنانه حاصل می‌شود. «واکنش منفی به این دو موقعیت، الگوهای متفاوتی نظیر «فرح-قنوط»،^۳ «فرح - کفران»،^۴ «فرح، فخری‌أس، کفران»،^۵ «دعا-اعراض»^۶ و «جزع - منع»^۷ دارد»^۸ که ناشی از عدم انعطاف‌پذیری به سبب عدم ایمان است.

عاملی که در این پژوهش، براساس حدیث محوری مورد بحث معرفی می‌شود، «انعطاف‌پذیری» است. با استفاده از روش معکوس، می‌توان فهمید یکی از دلایل واکنش منفی در موقعیت‌های سختی و نقت، نداشتن انعطاف‌پذیری است. یعنی برطبق روایت خامة الزرع از «ایمان» به عنوان عامل «انعطاف‌پذیری» در مقابل ابتلائات یاد شده است و از جمله اموری که واکنش منفی در موقعیت نقت را کاهش داده و واکنش مثبت را به وجود می‌آورد، «تنظیم انعطاف‌پذیری» است؛ به این معنا که عنصر «عدم انعطاف‌پذیری»، از اسباب واکنش نامتعادل در موقعیت منفی و نقت است و درمان آن نیز عامل خاص «ایمان» است. به بیان دیگر، ایمان در چگونگی واکنش به ناخوشایندها و نقت‌های زندگی نقش اساسی دارد و باعث مهار تبعات منفی آن می‌شود؛ همچنان‌که کفر موجب می‌شود انسان در مقابل ابتلائات رویکرد انعطاف‌پذیری نداشته باشد. در حدیث «الْمُؤْمِنُونَ هَيُّونَ

۱. نهج البلاغة (صبحی صالح)، ص ۵۴۶.

۲. رک: «مولفه‌های احساس سعادت‌مندی در احادیث با رویکرد روان‌شناختی»، ص ۸.

۳. سوره روم، آیه ۳۶.

۴. سوره شورا، آیه ۴۸.

۵. سوره هود، آیه ۹-۱۰.

۶. سوره فصلت، آیه ۵۱.

۷. سوره معارج، آیه ۱۹-۲۱.

۸. رک: «تعدیل‌کننده‌های واکنش در خوشایند و ناخوشایند براساس احادیث»، ص ۳-۷.

لَيُنُونَ كَالْجَمَلِ الْأَنْفِ إِذَا قِيدَ انْقَادَ وَإِنْ أُنِيخَ عَلَى صَخْرَةٍ اسْتَنَاحَ^۱ نیز به صورت صریح اشاره شده که هنگام مواجهه با ابتلائات باید به گونه‌ای رفتار کرد که نشان‌گر رویکرد انعطاف‌پذیری در رفتار باشد. این روایت «کنایه از این است که اهل ایمان رام و منقاد هستند و سرکشی و امتناع ندارند؛ اگر چه ذاتاً همچون شتر نیرومندند، ولی نیروی ایمان، او را از سرپیچی جلوگیری می‌کند. از امام صادق (ع) نقل شده است:

الْإِيمَانُ أَنْ يُطَاعَ اللَّهُ فَلَا يُعْصَى^۲

ایمان آن است که خدا اطاعت شود و معصیت او نشود.^۳

همچنین درباره ارتباط این حدیث با ایمان آمده است:

تشبیه مؤمن به جمل و نه به ناقه، حاکی از آن است که مؤمن قادر به نافرمانی هست، ولی گوهر ایمان مانع عصیان او می‌شود.^۴ ابتنای ایمان بر معرفت است و از منظر قرآن، ایمان با شک قابل جمع نیست.^۵

همچنین ایمان، حقیقتی پویا (کاستی و افزایش‌پذیری ایمان) و نیز دارای مراتب است.^۶ «ایمان با توجه به ساختار بینشی - گرایشی آن از ظرفیت بسیاری برای تأثیر بردو بعد شناختی و انگیزشی برخوردار است. عمل هرچند از ذات ایمان خارج است، اما لازمه خارجی آن است. ایمان منشأ و جهت‌دهنده عمل مؤمنانه و تأمین‌کننده حسن فاعلی آن به شمار می‌رود. گوهر ایمان، تسلیم درونی انسان در برابر خدا است. ایمان، خروج از آنانیت است و این درست نقطه مقابل کفر است. کفر برتری طلبی و خودخواهی تکیه زده است^۷ و ایمان بر تسلیم و خضوع در برابر حق. بنابراین، ساختمان درونی کفر و ایمان، حاکی از گرایش‌های متقابل است».^۸

بنا بر روایات متعددی ابتلائات الهی با افزایش ایمان انسان بیشتر می‌شود؛ مانند:

۱. الکافی، ج ۲، ص ۳۴.

۲. همان، ج ۳، ص ۳۳۰.

۳. سیمای مؤمن در قرآن و حدیث، ص ۹۶.

۴. سفینه البحار و مدینه الحکم و الآثار، ج ۱، ص ۱۴۸.

۵. سوره سبأ، آیه ۲۱.

۶. سوره فتح، آیه ۴.

۷. سوره نمل، آیه ۱۴.

۸. «ایمان از منظر اسلام و نقش آن در تحول فضایل اخلاقی با تأکید بر اخلاق زیست‌پزشکی»، ص ۱۱ و ۱۷.

مَثَلُ الْمُؤْمِنِ مَثَلُ كَفَّيِّ الْمِيزَانِ، كَلَّمَا زِيدَ فِي إِيْمَانِهِ زِيدَ فِي بِلَائِهِ، لِيَلْقَى اللَّهَ وَلَا خَطِيئَةَ لَهُ.^۱

لذا خداوند اظهار حبّش را به واسطه ابتلائات بیشتر می‌کند تا ببیند بنده اش چقدر حب پذیر است؛ همچنان که «در سوره اعراف اصل اولی و سنت الهی در مورد انسان را نزول رحمت و برکت اعلام می‌کند و نزول بلا و شداید را به عنوان اصلی ثانوی ناشی از رفتار و سلوک انحرافی انسان از طریق فطرت الهی می‌داند که معلول نوع اکتساب و سلوک انسان‌ها است، می‌فرماید:

﴿وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ وَلَكِن كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُم بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾.^۲

در این آیه اصل اولی سنت الهی بر اعطای رحمت و برکت معرفی شده و نزول بلا را ناشی از عملکرد انسان دانسته است. طبق این آیه، دو عنصر «ایمان» و «تقوی»، یعنی بینش فکری و نظری و روش عملی انسان معیار و مدار نزول نعمت و نعمت بیان شده است. همچنین استقامت نفس انسان بر صراط مستقیم فطرت - که ضرورت ایمان را در حوزه معرفتی و عمل را در حوزه رفتاری ایجاب می‌کند - شرط نزول نعمت بیان کرده؛ همچنان که انحراف از راه فطرت و گرایش به گناه و فساد، عامل اختلال نظام هستی و سبب نزول بلا معرفی شده است؛ زیرا عدم تعادل و طغیان‌گری انسان، نظام طبیعت را مختل می‌سازد.^۳

بنابراین، بین ایمان شخص و میزان ابتلای او رابطه معناداری وجود دارد. در خصوص رابطه ایمان و ابتلا احادیث دیگری نیز آمده است:

﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُ بِمَنْزِلَةٍ كِفَّةِ الْمِيزَانِ كَلَّمَا زِيدَ فِي إِيْمَانِهِ زِيدَ فِي بِلَائِهِ﴾.^۴
 ﴿الْبَلَاءُ زَيْنٌ لِلْمُؤْمِنِ وَكَرَامَةٌ لِّمَنْ عَقَلَ لِأَنَّ فِي مُبَاشَرَتِهِ الصَّبْرَ عَلَيْهِ وَالثَّبَاتَ عِنْدَهُ تَصْحِيحُ نِسْبَةِ الْإِيْمَانِ...﴾.^۵

کوتاه سخن آن‌که، ایمان - که بنا بر آیات قرآنی و روایاتی مانند «خامه الزرع» تأثیر اساسی معرفتی و عملی در تسلیم شدن انسان در برابر اوامر و نواهی الهی دارد و البته خود مقوله‌ای مشکک، یعنی قابل کم و زیاد شدن است - انعطاف‌پذیری مؤمن را هم در مقابل حوادث و

۱. الامالی، ص ۶۳۱.

۲. سوره اعراف، آیه ۹۶.

۳. دام عاشقی - ابتلا و آزمایش انسان در قرآن (پژوهشی پیرامون ابتلا در کلام وحی)، ص ۹۵.

۴. بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۲۱۰.

۵. مصباح الشریعه، ص ۱۸۳-۱۸۴.

ابتلائات الهی در پی خواهد داشت تا در برابرین رویدادهای خطیر نشکند و از جاده بندگی منحرف نشود و بدیهی است که با افزایش مراتب و درجات ایمان مؤمن، انعطاف پذیری و به عبارتی تسلیم بودن و بندگی او نیز افزوده خواهد شد.

۳. نتیجه‌گیری

الف) در فرهنگ قرآن و روایات بحث ابتلائات، از دو جنبه متضاد معرفی شده است (نعمت - نعمت؛ خوشایند - ناخوشایند).

ب) در برخی متون حدیثی مواردی از کنش‌های مؤثر آدمی در مقابل آزمایش‌ها و ابتلائات متنوع الهی تبیین گردیده‌اند.

ج) روایت «خامة الزرع»، کنش رفتاری انعطاف‌پذیری مؤمنانه را به عنوان بهترین راه برون‌رفت انسان در برابر ابتلائات ناخوشایند و نعمت‌ها معرفی می‌کند.

د) با استفاده از روش معکوس و مفهوم مخالف به دست می‌آید که یکی از دلایل واکنش منفی و شکست در برابر ابتلائات ناخوشایند، نداشتن انعطاف‌پذیری است.

ه) انعطاف‌پذیری در موقعیت ناخوشایند موجب واکنش مثبت و رضامندی می‌گردد. به عبارت دیگر، انعطاف مؤمنانه، واکنش منفی در موقعیت نامطلوب را کاهش داده و واکنش مثبت را به وجود می‌آورد.

و) در روایت «خامة الزرع» از ایمان به عنوان عامل انعطاف‌پذیری یاد شده است. ایمان از آنجا که عنصر اساسی در تسلیم بودن مؤمن در برابر مقدرات الهی است، هم در موقعیت خوشایند و امتحان با نعمت و خوشی کارکرد اساسی دارد و باعث تنظیم انعطاف‌پذیری می‌شود و هم در موقعیت ناخوشایند و امتحان با نعمت، و در هر دو موقعیت نیز موجب مهار تبعات منفی آن می‌شود.

ز) طبق این روایت، کفر و نفاق برخلاف ایمان، مانع از انعطاف‌پذیری پیروزمندانه در مقابل ابتلائات می‌گردد.

کتابنامه

- ابتلا از دیدگاه قرآن و سنت، مجتبی بیگلری، تهران: رمز، چاپ اول، ۱۳۸۰ش.
- الأمالی، محمد بن حسن طوسی، قم: دارالثقافه، ۱۴۱۴ق.
- التحرير و التنوير، محمدطاهر ابن عاشور، بیروت: موسسه التاريخ العربی، ۱۴۲۰ق.

- التحقیق فی کلمات القرآن الکریم، حسن مصطفوی، تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، چاپ اول، ۱۳۶۸ش.
- الجامع الصغیر فی احادیث البشیر النذیر، عبدالرحمن بن ابوبکر سیوطی، بیروت: دار الفکر للطباعة و النشر و التوزیع، ۱۴۲۹ق.
- الذریعة إلى حافظ الشریعة، رفیع الدین جیلانی، تصحیح: محمد حسین درایتی، قم: دار الحدیث، چاپ اول، ۱۴۲۹ق.
- الصحاح تاج اللغة و صحاح العربیة، اسماعیل بن حمّاد جوهری، تحقیق: احمد عبدالغفور عطار، بیروت: دار العلم للملایین، ۱۴۰۴ق.
- الکافی، محمد بن یعقوب بن اسحاق کلینی، تصحیح: علی اکبر غفاری و محمد آخوندی، تهران: دار الکتب الإسلامیة، ۱۴۰۷ق.
- الکلیات: معجم فی المصطلحات و الفروق اللغویة، ابوالبقاء الکفوی، به کوشش: عدنان درویش و محمد مصری، دمشق: بی نا، ۱۹۸۲م.
- المصباح المنیر، احمد بن محمد فیومی، قم: دار الهجره، ۱۴۱۴ق.
- السوافی، محمد محسن بن شاه مرتضی فیض کاشانی، اصفهان: کتابخانه امام امیرالمؤمنین علی علیه السلام، ۱۴۰۶ق.
- امتحان، جواد محدثی، مشهد: بنیاد پژوهش های اسلامی، چاپ هفتم، ۱۳۹۲ش.
- ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن، حسین بن محمد راغب اصفهانی، ترجمه و تصحیح: غلامرضا خسروی حسینی، تهران: مرتضوی، چاپ دوم، ۱۳۷۴ش.
- تفسیر تسنیم، عبد الله جوادی آملی، قم: اسراء، ۱۳۸۱ش.
- تفسیر روح البیان، اسماعیل بن مصطفی حقی، بیروت: دار الفکر، ۱۴۰۵ق.
- تفسیر القمی، علی بن ابراهیم قمی، به کوشش: طیب موسوی جزائری، قم: دار الکتب، ۱۴۰۴ق.
- تهذیب اللغة، ابومنصور محمد بن احمد ازهری، تحقیق: محمد عوض مرعب، بیروت: دار إحياء التراث العربی، ۲۰۰۱م.
- جامع الأخبار، محمد بن محمد شعیری، نجف: مطبعة حیدریة، بی تا.
- چهل حدیث، روح الله موسوی خمینی، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی علیه السلام، ۱۳۹۴ش.
- دام عاشقی، ابتلا و آزمایش انسان در قرآن (پژوهشی پیرامون ابتلا در کلام وحی)، سیدجعفر موسوی نسب، تهران: ارزشمند، چاپ اول، ۱۳۸۵ش.

- دایرة المعارف قرآن کریم، پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی، قم: بوستان کتاب قم، ۱۳۸۲ش.
- دوست نماها؛ تفسیر سوره منافقون، جعفر سبحانی تبریزی، قم: بوستان کتاب قم، ۱۳۸۱ش.
- روان شناسی رشد نوجوانی - جوانی و بزرگسالی، حسین لطف آبادی، تهران: سمت، چاپ نهم، ۱۳۸۷ش.
- سفینه البحار و مدینه الحکم و الآثار، شیخ عباس قمی، قم: اسوه، ۱۴۱۴ق.
- سیمای مؤمن در قرآن و حدیث، ابوالفضل بهشتی، قم: بوستان کتاب، ۱۳۹۲ش.
- شرح أصول الکافی، محمد بن ابراهیم صدرالدین شیرازی، تصحیح: محمد خواجوی، تهران: مؤسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی، ۱۳۸۳ش.
- شرح الشفا للقاضی عیاض، ملا علی قاری، تحقیق: عبدالله محمد الخلیلی، بیروت: دار الکتب العلمیه، ۱۴۲۱ق.
- شرح الکافی - الأصول و الروضة، محمد صالح بن احمد مازندرانی، به کوشش: ابوالحسن شعرانی، تهران: المکتبه الإسلامیه، ۱۳۸۲ق.
- شرح کتاب التوحید من صحیح البخاری، عبد الله بن محمد غنیمان، مدینه: مکتبه الدار، چاپ اول، ۱۴۰۵ق.
- صحیح البخاری، محمد بن اسماعیل بخاری، تحقیق: محمد زهیر بن ناصر الناصر، بیروت: دار طوق النجاة، چاپ اول، ۱۴۲۲ق.
- فرهنگ ابجدی عربی - فارسی: ترجمه المنجد الابدی، فؤاد افرام بستانی، ترجمه: رضا مهبیار، تهران: اسلامی، ۱۳۷۰ش.
- فرهنگ بزرگ سخن، حسن انوری، تهران: سخن، ۱۳۸۱ش.
- فرهنگ عمید، حسن عمید، تهران: امیرکبیر، ۱۳۹۰ش.
- قصص الانبیاء، سعید بن هبة الله قطب الدین راوندی، تصحیح: غلامرضا عرفانیان، مشهد: مرکز پژوهش های اسلامی، چاپ اول، ۱۴۰۹ق.
- کتاب العین، خلیل بن احمد فراهیدی، تحقیق: مهدی مخزومی و ابراهیم سامرائی، قم: دار الهجره، ۱۴۰۹ق.
- کنز العمال فی سنن الأقوال والأفعال، علاء الدین متقی هندی، بیروت: مؤسسة الرسالة، چاپ پنجم، ۱۴۰۱ق.
- لغت نامه دهخدا، علی اکبر دهخدا، تهران: موسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، ۱۳۷۳ش.
- مجمع البحرين، فخرالدین طریحی، تصحیح: احمد حسینی اشکوری، تهران: مرتضوی، چاپ سوم، ۱۳۷۵ش.

- مجمع البیان، فضل بن حسن طبرسی، قم: انتشارات کتابخانه آیه الله مرعشی نجفی، ۱۴۰۳ق.
- مرآة العقول فی شرح أخبار آل الرسول، محمدباقر بن محمدتقی مجلسی، به کوشش: هاشم رسولی محلاتی، تهران: دارالکتب الإسلامية، ۱۴۰۴ق.
- مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، حسین بن محمدتقی نوری، قم: مؤسسه آل‌ال‌بیت، ۱۴۰۸ق.
- مصباح الشریعه، منسوب به جعفر بن محمد، بیروت: اعلمی، چاپ اول، ۱۴۰۰ق.
- معجم الفروق اللغویه، ابوهلال عسگری، قم: مؤسسه النشر الإسلامی التابعة لجماعة المدرسین، ۱۴۱۲ق.
- معجم مقاییس اللغة، ابی الحسن احمد ابن فارس، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۴۰۴ق.
- مفردات قرآن: پژوهشی در واژه‌شناسی قرآن، رضا مودب، قم: احسن الحدیث، چاپ اول، ۱۳۷۸ش.
- نهج البلاغة (للصبحی صالح)، محمد بن حسین شریف الرضی، قم: هجرت، چاپ اول، ۱۴۱۴ق.
- نهج البلاغه، محمد بن حسین شریف الرضی، ترجمه: محمد دشتی، قم: مشهور، چاپ اول، ۱۳۷۹ش.
- نهج الفصاحه، ابوالقاسم پاینده، تهران: دنیای دانش، چاپ چهارم، ۱۳۸۲ش.
- واژه‌شناسی قرآن مجید، غلامعلی همایی، قم: مرکز جهانی علوم اسلامی، چاپ اول، ۱۳۸۳ش.
- «ابتلائات الهی به منزله روش تربیتی»، حمیدرضا مظاهری سیف، خُلُق، شماره ۱، ۱۳۸۶ش، ص ۱۳-۱۷.
- «انعطاف‌پذیری سازگاری و نشانه‌های روان‌پزشکی»، علی فرهودیان، تازه‌های علوم شناختی، سال هفتم، شماره ۲۵، ۱۳۸۴ش، ص ۷۴-۷۵.
- «ایمان و رضامندی»، نرگس‌السادات غضنفری با راهنمایی عباس پسندیده، حدیث اندیشه، سال سوم، شماره ۶، ۱۳۸۷ش، ص ۶۹-۹۵.
- «ایمان از منظر اسلام و نقش آن در تحول فضایل اخلاقی با تأکید بر اخلاق زیست‌پزشکی»، مهدی علیزاده - حجت‌الله آزاد، اخلاق زیستی، سال سوم، شماره ۷، ۱۳۹۲ش، ص ۱۳-۵۱.
- «بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های مقابله با رویکرد اسلامی بر سازگاری روانشناختی»، سمیه عسکریان - محمدحسن حسن‌زاده - محمدجواد اصغری، روان‌شناسی و دین، سال ششم، شماره ۴، ۱۳۹۲ش، ص ۲۳-۳۷.

- «بررسی رابطه راهبردهای مقابله‌ای و سلامت روانی در ساکنین خرم‌آباد»، فیروزه غضنفری - عزت‌الله قدم‌پور، اصول بهداشت روانی، شماره ۳۷، ۱۳۸۷ش، ص ۴۷-۵۴.
- «بررسی مولفه سازگاری مدل هوش هیجانی باران و روش‌های پرورش آن در سنت و سیره امام علی»، آزاده جعفری - امیرحسین بانکی‌پور - سیده راضی طبیبیان، مجموعه مقالات کنگره بین‌المللی علوم انسانی اسلامی، دوره سوم، شماره ۲، ۱۳۹۶ش، ص ۲۹۹-۳۲۶.
- «بررسی و تحلیل شادکامی از منظر قرآن»، عباس پسندیده، مطالعات تفسیری، سال سوم، شماره ۱۰، ۱۳۹۱ش، ص ۴۵-۶۴.
- «تاب‌آوری، سلامت روانی و رضایت مندی از زندگی»، سیامک سامانی - بهرام جوکار - نگس صحراگرد، روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار)، دوره ۱۳، شماره ۳، ۱۳۸۶ش، ص ۲۹۰-۲۹۵.
- «تعدیل‌کننده‌های واکنش در خوشایند و ناخوشایند بر اساس احادیث»، عباس پسندیده، علوم حدیث، شماره ۶۸، ۱۳۹۲ش، ص ۵۰-۶۶.
- «حکمت بلایا با تکیه بر آیات و احادیث»، علی کربلایی پازوکی، سراج منیر، سال دوم، شماره ۷، ۱۳۹۱ش، ص ۴۷-۷۴.
- «رابطه بین جزمیت - انعطاف‌پذیری و ویژگی‌های جمعیت‌شناختی با شادکامی»، حسین مولوی - احمدیار محمدیان - امیرکشاورز، روان‌شناسی، شماره ۴۵، ۱۳۸۷ش، ص ۴-۱۹.
- «گونه‌های انعطاف‌پذیری در احکام و قوانین قرآن»، الیاس پورکبیر - عبدالرضا زاهدی - رقیه حبیب‌زاده، مجموعه مقالات دومین کنگره بین‌المللی علوم اسلامی و علوم انسانی، ۱۳۹۶ش.
- «مواجهه با خشونت در نوجوانان: عوامل شناختی - رفتاری و انعطاف‌پذیری»، بهنوش دشتی - مازیار مرادی - جواد علاقبندراد، تازه‌های علوم شناختی، شماره ۱۸، ۱۳۸۲ش، ص ۲۶-۳۶.
- «مولفه‌های احساس سعادت‌مندی در احادیث با رویکرد روان‌شناختی»، عباس پسندیده، علوم حدیث، سال شانزدهم، شماره ۶۲، ۱۳۹۰ش، ص ۱۱۹-۱۴۰.
- «انعطاف در رفتارهای تربیتی - مدیریتی و اجتماعی از منظر قرآن و احادیث»، احمد دستوریان، استاد راهنما: مهدی اکبرنژاد، دانشگاه علوم و معارف قرآن کریم، دانشکده علوم قرآنی ایلام، ۱۳۹۵ش.

- *A Practical Guide to Acceptance and Commitment Therapy*, Hayes, S.C. and Strosahl, K.D. (2010). Springer Science and Business Media Inc., New York.