

خوش گمانی عامل استحکام خانواده و بد گمانی عامل تزلزل



محمد تقی صرفی پور

بسم الله الرحمن الرحيم

يا ايها الذين امنوا اجتنبوا كثيرا من الظن ان بعض الظن
اثم ولا تجسسوا

حسن ظن به یکدیگر، نخستین خشت بنای صلح و صفای
اجتماع است و در خانواده و زندگی مشترک نیز اساسی
می باشد بد گمانی به همسر، غیرت نیست

مردان بسیار حساس، بد گمانی

زنان و مردان زیادی از همسر خود شکایت دارند که او بد گمان است و به همه ی روابطش ایراد می گیرد اما بد گمانی واقعا چیست؟

زنان شکایت دارند همسرشان به آنان شک دارند و نسبت به رابطه با دیگر مردان بسیار حساس هستند و گاه چیزهایی را مطرح می کنند که انسان از گفتن آن ها شرم دارد؛ «و خدا می داند که هیچ کدام از گمان هایش واقعیت ندارد.» مردان نیز شکایت دارند همسرشان فکر می کند او به کس دیگری علاقه دارد یا نگاه نادرست به فلان خانم انداخته یا ازدواج دوم کرده است و...، «و خدا می داند که این گونه نیست.»

این موضوع، یکی از مشکلات و مسائل خانواده است که گاه چنان فراگیر می شود که کیان خانواده را به مخاطره می اندازد.

سلام.خسته نباشید.خانمی ۲۵ ساله هستم ۵ساله ازدواج کردم.اختلاف سنی خودم وشوهرم ۱۲ ساله.زندگی خوبی

دارم تا حد امکان شوهرم برام کم نمیزاره. ولی مشکلی که دارم اینکه از زمانی که با شوهرم زیر یک سقف رفتم، شوهر اجازه نمیده تنهایی جایی برم، اوایل حتی نمیزاشت تنها تو خونه باشم حالا که بهتر شد نمیزاره به تنهایی جایی برم شغل شوهرم هم جوریه که تو شهر خودمون نیست ۱۴ روزه بار میاد. دیگه خسته شدم از بس که منتظر موندم تا یکی باهام بیاد برم جایی و پیام. قبلاً اگه بهش میگفتم دلیل کارت چیه آیا بهم اعتماد نداری عصبانی میشد میگه نه فقط دوست ندارم خانمم تنها تو خیابون بره. ولی این آواخر که بحث کردم بهم گفته که آره بهت اعتماد ندارم همینه که هست میتونی بمون نمیتونی برو. و سالی یکبار هم باهم بحث شدید میکنیم بهم میگه آخرش طلاق میدم. خودم تا حدودی با این مشکل کنار اومدم ولی اطرافیان نمیتونن کنار بیان. من شوهرم و زندگیمو دوست دارم لطفا کمکم کنید چطور با این رفتارش کنار بیام؟ ببخشید طولانی شد.

. آن چه در باره ی خانواده باید گفت این است که:

خانواده در ظاهر با خواندن صیغه ی عقد و به وجود آمدن محرمیت، آغاز می شود: اما باید توجه داشت ماهیت اصلی خانواده، «پیوند و ارتباط میان روح ها و جان هاست.» هر چند سال ازدواج، بدن ها نیز با یکدیگر محرم می شوند، ماهیت اساسی خانواده، پیوند و ارتباط روحی است «اعتماد و اطمینان»، از عوامل اساسی یک رابطه است بدون اطمینان به طرف مقابل، نمی توان انتظار یک رابطه را داشت اعتماد و اطمینان به فرد، زمینه و بستر یک ارتباط را به وجود می آورد. در حوزه ی خانواده. «صمیمیت و عواطف مثبت» میان همسران، از مسائل کلیدی و حساس زندگی زناشویی است طبق برخی نظریه ها، اساس پایداری و رضایت زناشویی، «مودت و رحمت» است بدون مودت و رحمت، نمی توان به موفقیت خانواده و تداوم آن اندیشید.

از مسائل مهم در روابط بین همسری، ارزیابی همسر است: این اصلی است که معمولاً افراد همدیگر را ارزیابی می کنند و تصویری از آنان در ذهن خود می سازند، نوع این تصور نقش مهمی در کیفیت ارتباط دارد. ارزیابی مثبت از همسر، موجب خوش گمانی می شود و حالتی از اطمینان

و اعتماد را به وجود می آورد و سبب جذب و استحکام پیوند می شود و بدین سان انسان احساس آرامش می کند و از رابطه ی خود لذت می برد. امام علی (علیه السلام) درباره ی این موضوع تأکید می کند «خوش گمانی موجب آرامش روانی می شود.» (غررالحکم: ۴۸۱۶) و «اندوه انسان را کاهش می دهد» (غررالحکم: ۴۸۲۳) و موجب جلب محبت دیگران می شود.» (غررالحکم: ۸۸۴۲) امام صادق (علیه السلام) نیز تأکید می کند که «از خوش بین بودن بهره ای برگیر، که با آن دلت را آرام می کنی و کارت را پیش میبری.»

(بحارالانوار: ج ۷۸/ص ۲۰۹/ج ۸۴)

گاه این تصور، بد و منفی است: ارزیابی منفی، موجب تردید و بدگمانی، سپس موجب احساس ناامنی می شود و ذهن را از تصورات بد پر می کند و بدین سان انسان را اندیشناک و فضای روابط را تیره و تار می کند و موجب دوری افراد از یکدیگر می شود معمولاً چنین ارزیابی هایی غیر واقعی است و صحت ندارند خداوند متعال از این گونه

گمان ها به عنوان گناه «حجرات / آیه ی ۱۲» و رسول خدا (صلی الله علیه واله وسلم) به عنوان دروغ ترین دروغ یاد کرده (بحارالانوار؛ ج ۱۹۵/۷۵ / ج ۸؛ سسن آبی داوود: ج ۴ / ص ۲۸۰ / ج ۴۹۱۷) و مردم را از آن بر حذر داشته اند. طبیعتاً در چنین فضایی حزن و اندوه حاکم خواهد بود ذهنی که پر از تردید و بد دلی نسبت به یکدیگر باشد، حس بدی را تجربه خواهد کرد.

هر کدام از همسران، سهم خاص خود را در پیش گیری از بدگمانی دارند گاه رفتار مازمینه ی بدگمانی را به وجود می آورد. امام علی (علیه السلام) می فرماید «همنشینی با بدان، بدگمانی به نیکان را در پی دارد».

بد گمانی نسبت به همسر، اثرات ویرانگری بر بنیان خانواده بر جای می گذارد: همان گونه که پیش تر اشاره شد، پایه های استحکام خانواده بر اطمینان همسران نسبت به یکدیگر بنا می شود؛ این یک اصل است. بد گمانی، زمینه ی رفتارهای ناهنجار و نادرست بعدی را به وجود می آورد. وقتی نگاه منفی در ارزیابی همسر حاکم شد، بر

همه ی ابعاد روابط زناشویی سایه ی شود خود را می گسترانند. امام علی (علیه السلام) بر این که بد گمانی سبب تباهی همه ی امور و برانگیخته شدن شرّ می شود، تأکید می کند. (غررالحکم / ج ۵۵۷۵).

ایشان تصریح دارد سر آغاز بد گمانی، شک و تردید است (غررالحکم / ج ۸۸۳۷) و وقتی بد گمانی و بد دلی حاکم شد.

فرد، بد پندار (غررالحکم / ۷۹۶۰) و بد باطن می شود. (غررالحکم / ج ۸۸۳۷)

نسبت به دیگران زیاد غیبت و بدگویی می کند. (غررالحکم / ج ۸۰۹۴)

از همگان گریزان است. (غررالحکم: ج ۹۰۸۴)

جای آشتی با هیچ دوستی را باقی نمی گذارد. (غررالحکم / ج ۸۹۵۰)

به دیگران اطمینان نمی کند و اطمینان دیگران را از خود
سلب می کند (کنز الفوائد/ ج ۲/ ص ۱۸۲)

تصور کنید اگر چنین حالتی بر خانواده حاکم شود، چه
فضایی به وجود خواهد آمد آیا از این زندگی می توان
انتظار خوشبختی و آسایش داشت؟

بدگمانی بیماری است (غررالحکم/ ج ۸۳۹) زیرا فرد
دیگری و از جمله همسر خود را بر خلاف آنچه هست
ارزیابی می کند: از این رو، بدگمانی، رابطه ی تنگاتنگی با
ویژگی خود فرد دارد هنگام ارزیابی نسبت به دیگران،
معمولاً افراد از جایگاه خود به دیگران نگاه و با همان
عینک وجود خودشان درباره دیگران داوری می کنند نظام
داوری در باره دیگران، متأثر از شخصیت وجودی خود
آنان است از این رو، کسانی که به ناحق نسبت به دیگران
بد گمان اند، خودشان افراد بدباطنی هستند.

امام علی (علیه السلام) تصریح می فرماید «انسان بد، به
هیچ کس خوش گمان نیست؛ زیرا همه را مانند خود می

داند.» (غررالحکم / ۲۱۷۵) و در سخن دیگری می فرماید:
«آدم شرور به هیچ کس گمان نیک نمی برد، چون همگان
را به خوی و خصلت خود می بیند» (غررالحکم / ج ۱۹۰۳)
در حقیقت انسان بد گمان، خود را در آینه ی دیگران می
بیند و توصیف می کند. شاید بتوان از این راه، شخصیت و
باطن افراد بد گمان را تشخیص داد. پس اگر به همسر خود
بد گمان هستید، بدانید آنچه را به او نسبت می دهید در
حقیقت نتیجه ی کارکرد ناسالم و بیمار دستگاه ارزیابی و
داوری شما بوده و به نوعی ویژگی خودتان است که به او
نسبت می دهید!

از اموری که ممکن است اتفاق افتد، اشتباه شدن بدگمانی
با غیرت است: غیرت، صفتی لازم و بلکه ضروری برای
حفظ و حراست از کیان خانواده است اسلام عزیز مدلی از
روابط میان محرم و نامحرم را طراحی کرده که به صلاح
زندگی است و آن را از آفات جدی حفاظت می کند لذا
مومن باید غیور باشد و نسبت به این مرزها حساس باشد
خداوند متعال به صفت غیرت خوانده شده است
(بحارالانوار / ج ۷۶ / ص ۳۳۲ / ج ۱) و اهل غیرت را

دوست دارد (کنز العمال / ج ۷۰۷۰)، رسول خدا (صلی الله علیه واله وسلم) نیز غیور است (بحار الانوار / ج ۱۰۳ / ص ۲۴۸ / ج ۳۳) و به همین دلیل انسان ها با غیرت مورد ستایش (میزان الحکمه / ج ۸ ص ۶۱۰) و انسان های بی غیرت مورد نکوهش قرار گرفته اند (همان ص ۶۱۲) به نظر می رسد یکی از دلایل ناهنجاری های امروز بی غیرتی مردان است. اما نباید فراموش کرد غیرت نیز حد و مرزی دارد.

غیرت اگر از حدّ خود خارج شود، به بدگانی منفی تبدیل می شود وقتی می توان غیرت می ورزید که واقعاً تخلفی رخ داده باشد اگر تخلف قطعی نباشد، حساسیت نشان دادن بر مبنای حدس و گمان خواهد بود و این حدس و گمان ها نیز معمولاً نادرست اند. از این رو، در عین تأکید جدی بر غیرت، باید جداً مراقب بود بدگمانی و بد دلی به جای غیرت نشانده نشود؛ چه بسا همین بد گمانی بی دلیل، زمینه ساز وقوع در کار ناشایست می شود رسول خدا (صلی الله علیه واله وسلم) می فرماید «غیرتی هست که خدا دوست دارد و غیرتی هست که دوست ندارد، غیرتی

را که دوست دارد غیرت ورزی هنگام شک است و غیرتی که دوست ندارد، غیرت نشان دادن در جایی است که شکی در بین نباشد» (کنز العمال / ۷۰۶۷) امام علی (علیه السلام) در سفارش به فرزند خود امام حسن علیه السلام فرمود «از غیرت نا به جا [نسبت به زنان] پرهیز که آن، زن سالم را به بیماری می کشاند و پاکدامن را به بدگمانی (اندیشه گنهکاری)، بلکه در باره ی آنان محکم کاری کن. آن گاه اگر عیبی دیدی در مجازات کوچک و بزرگ درنگ مکن.» (کافی / ج ۵ ص ۵۳۷ ج ۹) بنابراین انسان باید مراقب باشد به اندک احتمالی، تهمت نزنند و غیرتی نشود.

برای پیشگیری از اشتباه بدگمانی با غیرت هر کدام از همسران باید مواردی را رعایت کنند: این نیز برای این است که براساس منابع اسلامی، الگوی سبب شناسی بدگمانی، هر دو طرف، رابطه را شامل می شود بر اساس الگوی طرفینی بدگمانی، هر کدام از طرفین سهمی در بدگمانی دارند. این سهم نیز بر اساس مدل (زمینه - تفسیر)

شکل می گیرد؛ بدین معنا که طرف اول، «زمینه ساز بد گمانی» و طرف دوم «تفسیرگر منفی» است.

براساس آنچه گذشت هر کدام از همسران، سهم خاص خود را در پیش گیری از بدگمانی دارند گاه رفتار ما زمینه ی بدگمانی را به وجود می آورد. امام علی (علیه السلام) می فرماید «همنشینی با بدان، بدگمانی به نیکان را در پی دارد.»

از ویژگی انسان های رشد یافته توان تحمل ابهام است. افرادی که از بلوغ فکری برخوردارند وقتی با رفتار ابهام آلود مواجه شدند، می توانند آن را در خود هضم کنند و بر آشفته نشوند

(بحارالانوار/ج ۷۴/ ص ۱۹۷/ ج ۳۱) اگر همسری، خیلی باز و راحت با نامحرم سخن بگوید و شوخی کند؛ آن گونه که با محارم رفتار می کند، نمی تواند بد گمانی و آشفته خاطری همسرش را انتظار نداشته باشد یا اگر هنگام صحبت با خانواده اش در گوشی سخن می گویند و به

اصطلاح پیچ پیچ کند، انتظار سوءظن همسر را نداشته باشد. امام علی (علیه السلام) می فرماید «هر که خود را در جایگاه تهمت و بدگمانی ند، نباید کسی را که به او گمان بد برده است سرزنش کند.» (مالی صدوق: ص ۳۸۰/ج ۴۸۳) «هر که به اماکن بد رفت و آمد کند متهم می شود و هر که خود را در معرض تهمت قرار دهد، نباید کس را که به او گمان بد برده است، سرزنش کند» (کنزالفوائد/ج ۲/ص ۱۸۲) بنابراین در رفتار خود تجدید نظر کنید و ببینید چه چیزی موجب بد گمانی همسر شده است.

از طرفی باید انسان رفتارهای همسر و مومن را برجهت خوبش تفسیر کند. در تفسیر چنین رفتارهایی باید رویکرد مثبت داشت. امام علی (علیه السلام) می فرماید «رفتار برادرت را به بهترین وجه آن تفسیر کن تا زمای که کاری از او سر زند راه توجیه را بر تو ببندد» (امالی صدق/ ص ۳۸۰/ج ۴۸۳) و «هر گاه سخنی از شخصی سر زد و تو می توانی برای آن توجیه خوبی بیابی، به آن گمان بد مبر.» (نهج البلاغه؛ حکمت ۳۶۰) وقتی انسان کسی را

مورد امتحان قرار داد و بر اساس شایستگی هایش او را انتخاب کرد، نباید به اندک احتمالی نسبت به او بد گمان شود یا سخن دیگران در او اثر گذارد.

امام علی (علیه السلام) تأکید دارد «هر که دانست برادرش در دین استوار و ره پوی راه راست است، دیگر نباید به سخنان مردم درباره ی او گوش دهد. بدانید که گاه تیرانداز تیر می اندازد و تیرش به خطا می رود» (نهج البلاغه خطبه ۱۴۱) این همان چیزی است که بادتر از آن به عنوان «تحمل ابهام» یاد کرده است تحمل ابهام به این مربوط است که افراد در انطباق خود با شرایط ابهام، تا چه اندازه آمادگی یا برای تطبیق خود با آن مشکل دارند. افراد از نظر میزان انطباق با ابهام، متفاوت هستند کسانی که تحمل ابهام شان زیاد است معمولاً درک پیچیده ای دارند آنان به اطلاعات بیشتر توجه می کنند و سعی دارند از قضاوت های زود هنگام پرهیز کنند در زندگی همواره با ابهامات زیادی مواجه می شویم. بخشی از این ابهامات در ارتباط با دیگران اتفاق می افتد. برای مثال، ممکن است رفتارهای عجیب و غریب از دیگران ببینیم و مشاهده ی

این رفتارها باعث سوال های بسیاری شود افرادی که از توانایی تحمل ابهام بالا برخوردار نیستند، فقط به تعدادی از عناصر توجه می کنند لذا ممکن است تحمل دیدن این شرایط را نداشته باشند و در بر خوردها و تعاملات شان نیز تجدید نظر کنند به این ترتیب، روابط میان فردی نیز به هم خواهد خورد در مقابل، افراد با تحمل ابهام زیاد، در محیط مملو از اطلاعات ناهمخوان، از انعطاف پذیری بیشتری نسبت به دیگران برخوردارند.