

تحلیل محتوای تطبیقی مولفه همدلی در رسیدن به صلح در قرآن و مثنوی مولانا و رویکرد ارتباط بدون خشونت روزنبرگ

مریم بابایی^۱

رضا حیدری نوری^۲

محمدتقی قندی^۳

چکیده

در اسلام، الفت و همدلی به عنوان یکی از مهمترین اهداف تربیتی و اجتماعی از ارزشمندترین دستاوردهای اسلام در جامعه است و از آن به عنوان محور وحدت و اتحاد، که نتیجه آن صلح است، توجه شده. صلح، نیاز بشر در هر دوره ای است و به همین سبب طی اعصار گذشته و حال، اندیشمندان بزرگی نیز به موضوع همدلی به عنوان راهی برای رسیدن به صلح پرداخته اند از جمله مولانا بلخی در قرن هفتم شمسی و اندیشمند معاصر؛ دکتر مارشال روزنبرگ. بر این اساس، مسأله اساسی پژوهش حاضر، پرسمان همدلی است و این پژوهش بر آن است، با مطالعه ای نظری به شیوه پژوهش کتابخانه ای بر مثنوی معنوی مولانا جلال الدین بلخی، و رویکرد ارتباط بدون خشونت گاه مارشال روزنبرگ به بررسی مفهوم همدلی پردازد و با تاکید بر روش تحلیلی _ توصیفی به این پرسش پاسخ دهد که در دیدگاههای ذکر شده، چگونه همدلی به عنوان راهی برای رسیدن به صلح عمل می کند. یافته های پژوهش حاضر نشان می دهد که در قرآن توجه خاصی به موضوع همدلی شده است و به آن به عنوان راهی که جلوی جنگ و خشونت را می گیرد، اشاره می کند. مولانا در قرن هفتم نیز همدلی را راهی برای رسیدن به صلح درون و صلح با دیگران و در نهایت صلح کل می داند. روزنبرگ، به عنوان روانشناس معاصر غربی که مولانا پژوه نیز بود، همدلی را راهی مهم برای رسیدن به صلح می داند. این مقاله اهمی نوین در این باره است که نشان می دهد، چگونه یک مولفه اخلاقی می تواند در برقراری صلح موثر باشد. لازم به ذکر است این مقاله برگرفته از بخشی از رساله دکتری نگارنده است.

واژگان کلیدی

قرآن، مولانا، روزنبرگ، همدلی، صلح.

۱. دانشجوی دکتری ادبیات فارسی گرایش ادبیات غنایی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران.

Email: Babaei73@yahoo.com

۲. استادیار گروه ادبیات فارسی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران. (نویسنده مسئول)

Email: r.heidarinoori@yahoo.com

۳. استادیار گروه ادبیات فارسی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران.

Email: ghandimohammadtaghi@yahoo.com

پذیرش نهایی: ۱۴۰۲/۲/۶

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۱/۳

طرح مسأله

یکی از آموزه‌های مورد تأکید اسلام الفت و همدلی است. مردم مسلمان باید بخواهند تا با قرار دادن حبل‌الله به عنوان محور وحدت و اتحاد، به همدلی برسند. همدلی در همه جای دنیا، از ارزشمندترین فضیلت‌های اخلاقی خوانده می‌شود. empathy همدلی با دیگران، یعنی درک دیگران، که کمک می‌کند تفاهم و آرامش و امنیت به روابط بین فردی برگردد.

همدلی رتبه‌ی بالاتری از سطح عادی تعامل با دیگران است. در سطح اولیه، انسان به ایذاء دیگران نمی‌پردازد و در مرحله‌ی بعدی ضمن اذیت نکردن، نسبت به آنها احساس همدلی می‌کند. همدلی با خود و بعد همدلی با دیگران از ایجاد کدورت و پرخاشگری و ستیزه‌جویی نسبت به دیگران جلوگیری می‌کند. از آنجایی که انسان همواره طی اعصار گذشته و حال در تلاش بوده است که به امنیت و آرامش و ثبات دست یابد، از شناخت راههایی برای کاهش خصومت‌ها و ایجاد صلح و دوستی استقبال کرده است و توجه بزرگان ادب و اندیشمندان دیگر حوزه‌های علوم انسانی گواه بر این ادعا است، زیرا همواره در آثار و گفتار ایشان به مولفه‌هایی برای رسیدن به صلح اشاره شده است و انسانها را به توجه به این مهم فرا خوانده‌اند. از جمله این اندیشمندان در حوزه ادبیات، مولانا جلال‌الدین بلخی است که در قرن هفتم و در مثنوی خود به راههایی برای دستیابی به صلح اشاره کرده است، که از جمله این راهها، همدلی است. او برای همدلی مراتبی نیز قایل بوده است از جمله همدلی که موجب رفاقت و غمخواری می‌شود و در نهایت به اتحاد و اتفاق آحاد مردم ختم می‌شود. مارشال روزنبرگ، اندیشمند آمریکایی در قرن بیست و یکم است که به سبب شغل خود، شاهد خشونت‌های خانگی، درگیری‌های خیابانی و جنگ‌هایی در گوشه و کنار جهان بوده است، او نیز در صدد ارائه راههایی برای تشویق افراد برای تجربه صلح درون و تعمیم و تسری آن به دنیای اطرافشان است. او پس از مذاقه در زندگی بزرگانی چون مولانا، سرانجام رویکرد خود به «نام ارتباط بدون خشونت» را ارائه می‌کند و مولفه‌هایی برای رسیدن به صلح عرضه می‌کند. از جمله این مولفه‌ها؛ همدلی است که به اعتقاد او، به خلق کیفیتی از روابط می‌انجامد که قادر است صلح و ثبات و امنیت را به زندگی

انسان رهنمون گردد.

در این مقاله تلاش می‌شود به این پرسش پاسخ داده شود که چگونه همدلی می‌تواند به نیاز بشر به صلح پاسخ دهد و انسان را به دنیای عاری از خشونت برساند؟ رویکرد غربی و انسان‌گرایانه به نام «ارتباط بدون خشونت» تا چه اندازه در انطباق با کلام مولانا در مثنوی و قرآن کریم است؟ بنابراین با انجام مطالعه کتابخانه‌ای و با تأکید بر روش تحلیلی - توصیفی، مفهوم و مبانی همدلی در قرآن و احادیث، رویکرد روزنبرگ و مثنوی مولانا بررسی می‌شود و نشان داده می‌شود که چگونه همدلی به صلح درون، صلح بیرون و در نهایت به صلح کل خواهد انجامید.

سابقه پژوهش

فرزانه رحمتیان (۱۳۹۵) در پایان نامه خود با عنوان «بررسی عوامل ایجاد همدلی در قرآن و احادیث»، به بحث پیرامون مبانی همدلی مانند نبوت، وحدت و توحید و همچنین موانع همدلی مانند حرص و دنیاپرستی، بخل ورزی و تنگ نظری و اهانت و توهین دیگران و عیب جویی و عیب تراشی پرداخته است و عوامل همدلی در قرآن و احادیث شامل نیت خیر، عمل خیر، حسن خلق، عدالت و انصاف، مهربانی و تعاون را مورد بررسی قرار داده است. در نهایت محقق به این نتیجه رسیده است که همدلی بنیان اصلی و شاکله یک جامعه اسلامی است که موجب گسترش روحیه الفت و محبت ورزی و همچنین وحدت، همدلی و همزبانی در جامعه خواهد شد. فقیهی و جوادی (۱۳۹۱) در مقاله خود با عنوان «اتحاد و همدلی در اشعار صائب تبریزی» ادعان داشته‌اند که صائب، لازمه اتحاد و همبستگی بین انسانها را پاسداشت ارزش‌ها و رفتارهای اخلاقی چون دوستی و همدلی دانسته است. کوهگرد و شمشیری (۱۳۹۵) در مقاله «صلح آموزی با اتکا به مبانی فلسفی عرفان اسلامی»، مباحث مختصر و پراکنده‌ای درباره صلح در اندیشه مولانا دارند و بازرگان (۱۳۸۹) در مقاله‌ای با عنوان «مولانا و جهان صلح یکرنگ» ضمن توجه به اندیشه صلح در افکار اندیشمندانی چون لوتر کینگ و مهاتما گاندی به تاثیر عشق در صلح اندیشی مولانا اشاره کرده است. سیمیری (۱۴۰۰) نیز در مقاله‌ای با عنوان «واکاوی مولفه‌های صلح در سبک فکری مولانا بر اساس مثنوی»، مصادیق و جلوه‌های صلح را از نظر مولانا مطرح می‌کند و

میگوید: «مدارا، پرهیز از خشونت، توجه به وحدت در عین کثرت، خویشتنداری و توجه به ماهیت و مفهوم عشق، جلوه‌های صلح است». هیچ‌یک از مقالات موجود، به همدلی درقرآن، مثنوی و رویکرد ارتباط بدون خشونت به عنوان نقش محوری برای رسیدن به صلح توجه نکرده‌اند.

بحث و بررسی مولانا و روزنبرگ

مولانا عارف و اندیشمند قرن هفتم هجری است که از کودکی، جنگ‌های زیادی را پشت سر گذاشت تا سرانجام در قونیه ماآوا گزید. در همان زمان هم جنگ‌های صلیبی در حال وقوع بودند و او نظاره‌گر تعصباتی بود که مردم را به خاک و خون میکشاند و اعتقاداتی که به جای نزدیکتر کردن مردم به صلح کل، آنها را گرفتار قهری خانمانسوز می‌کرد.

روزنبرگ نیز اندیشمند قرن بیست و یکم از جامعه‌ای است که اگر مستقیماً با جنگ دست و پنجه نرم نکرده بود، اما از کودکی شاهد خشونت‌های خیابانی بود. او در کشوری می‌زیست که سربازان بیشماری را روانه جنگ‌هایی در سراسر دنیا کرده بود که خانواده‌هایشان مورد نفرت و ترور مردم همان کشورها قرار می‌گرفت.

این جنگ‌های ناشی از خشم و نفرت، وجه مشترک دوران‌هایی است که این دو اندیشمند زیسته‌اند و نگاه متفاوت آنها، راه‌هایی را برای رسیدن به صلح و امنیت و آرامش در آثارشان به ارمغان آورده است. هر دو معتقدند که صلح بیرون از درون آغاز می‌شود و از فرد، فردِ آحاد این سیاره؛

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید / تو یکی نه ای هزاری تو چراغ خود بیفروز
(دیوان شمس غزل شماره ۱۱۹۷)

از آنجا که این مقاله تلاش می‌کند تا نشان دهد همدلی چگونه به الفت و اتحاد مردم کمک می‌کند و موجب صلح و ثبات و امنیت می‌شود اما چرا رسیدن به صلح اهمیت دارد به همین منظور به طور مختصر ابتدا ضرورت صلح در جامعه بشری مورد اشاره قرار می‌گیرد؛

اهمیت و ضرورت تجربه صلح

صلح به عنوان یک نیاز ضروری برای حیات و پیشرفت جوامع خوانده می شود. صلح جویی در انسان موجب می شود که فرد برای رسیدن به آرامش درونی خود تلاش کند. زبان صلح آمیز و آرامش در هنگام مشاجرات، لازمه صلح طلبی و دوری کردن از آزردهن دیگران است. فرد صلح جو به دنبال راه حلی صلح آمیز برای حل مشکلات و اختلافات و دوری گزیدن از غیبت و بدگویی، تخریب و تحقیر دیگران است. صلح دوستی کمک می کند تا تفاوت ها به جای آنکه موجب جنگ و خشونت شود، به فرصت تبدیل شود، به فرصتی برای بهره مندی از امکانات بیشتر برای زندگی بهتر. صلح ما را از آسیب های خشونت و تهدید و دشمنی ایمن نگه می دارد. قلب انسان صلح طلب، از اضطراب و نگرانی خالی است. صلح موجب خلق کیفیتی در زندگی می شود که به آرامش، ثبات، شادی، خرسندی و رضایت خاطر منجر می شود. رضایت خاطر از خود و رضایت خاطر از دیگران، موجب خودشکوفایی انسان می شود. درنهایت، «صلح و امنیت از جمله نیازهای فطری بشر است، زیرا به رشد و تعالی در جامعه کمک می کند.» (افتخاری، ۱۳۹۸)

تقویت صلح درون، موضوعی است که می تواند در روند سلامت روانی افراد خانواده و جامعه تأثیرات بسزایی داشته باشد. زیرا تا کسی با خودش در صلح و آشتی نباشد، نمی تواند دیگری را تاب آورد.

صلح بیرون نیز همان تعریف و برداشت مصطلح را دارد و بر مناقشه و ستیزه نداشتن با دیگری معنا می شود. در رویکرد ارتباط بدون خشونت، روزنبرگ این طور از صلح می گوید: «صلح فقط به معنی نبودن جنگ نیست، بلکه صلح شامل درک یکدیگر و همکاری برای یافتن راه حل برای مشکلات است. صلح احتیاج به احترام، محبت و پذیرش تفاوت ها است.» (روزنبرگ، ۱۳۹۱: ص ۷)

و مفهوم صلح کل، همان جایی است که مرزی بین ایمان و کفر قایل نمی شوند به

قول مولانا:

چونکه بی رنگی اسیر رنگ شد موسی با موسی در جنگ شد
چون به بی رنگی رسی کآن داشتی موسی و فرعون دارند آشتی

«از این نگاه، کرامت هر کدام از تمدن‌های بشر، به صرف انسان بودن، محسوس است و مذهب و ایمان، دلیلی برای تحقیر و تکفیر دیگران نخواهد بود.» (عیوض زاده؛ ۱۳۹۸)

مفهوم همدلی

همدلی در اسلام: همدلی و یاری رساندن به دیگر افراد جامعه که تأکید فراوانی نسبت به آن شده، یکی از آداب دین اسلام است، تا جایی که بی تفاوتی نسبت به امور دیگر مسلمانان موجب خروج از اسلام شمرده می‌شود. همدلی در اسلام آن قدر اهمیت دارد که «والمؤثفة قلوبهم» یکی از مصارف زکات، مصرف برای تألیف دلهاست. پیامبر اسلام (ص) در حدیثی فرمودند «مَنْ أَصْبَحَ لَا يَهْتَمُّ بِأُمُورِ الْمُسْلِمِينَ فَلَيْسَ بِمُسْلِمٍ»؛ (خطبه ۲۱۶، ص ۳۱۷) هر کسی که صبح کند و اهمیتی به امور مسلمانان نداشته باشد، مسلمان نیست. همچنین حضرت علی علیه‌السلام، از موااسات و همدلی به عنوان بهترین کار نیک یاد می‌کند و می‌فرماید: «أَحْسَنُ الْإِحْسَانِ مُوَاَسَاةُ الْإِخْوَانِ؛ بهترین احسان، همدلی و همیاری با برادران است.» (خطبه ۱۶، ص ۳۹)

براین اساس کاملاً مشهود است که الفت، همدلی و تألیف قلوب یکی از مهمترین اهداف تربیتی و سیاسی و اجتماعی اسلام و یکی از ارزشمندترین دستاوردهای اسلام در جامعه آشفته و پراکنده جاهلی صدر اسلام و عصر پیامبر اسلام باشد.

اصول عملی همدلی و همزبانی از نظر قرآن کریم عبارتند از: «۱- نیت خیر و حسن فاعلی ۲- عمل خیر و حسن فعلی ۳- حسن ظن و پرهیز از بدگمانی ۴- حسن خلق ۵- عدل و انصاف ۶- تعاون. کسانی که همدل هستند در نهایت به زبان مشترک دست خواهند یافت، ولی کسانی که همزبان هستند کمتر اتفاق می‌افتد که به همدلی دست یابند؛ زیرا همدلی در حوزه عقیده و ایمان و امور باطنی و اساسی است در حالی همزبانی در حقیقت در حوزه ظاهر و روش و اجرا است.» (جواهردهی، ۱۳۹۴: ۶)

همدلی در غرب: مفهوم همدلی را اولین بار آلفرد آدلر به کار برد و کارل راجرز آن را توسعه داد. همدلی از تئوری انسان‌گرایی راجرز توسعه یافته است و نقش مهمی در درمان مراجع محوری داشته است. او گفتگو و ارتباط همدلانه را در فهم مسائل و درمان مراجعان مفیدتر از عمل‌گرایی سایر درمانگران می‌دانست. کارل راجرز در ۱۹۵۹

دیدگاهی برای درمان شخصیت مطرح کرد که بخش اصلی آن همدلی بود. به گفته کارل راجرز، «همدلی یعنی این که به درون وجود من بیایی، و بکوشی به نیابت من و از طرف من، درون من را جستجو کنی و دنیای اطراف را، آن چنان که من می بینم، بینی و بفهمی».

(راجرز، ۱۳۷۶: ص ۱۹۴-۱۵۳) پس از راجرز، روانشناس دیگری به نام دیویس در سال ۱۹۸۳ بیان می کند که همدلی یک سازه تک بعدی شناختی یا عاطفی نیست بلکه مجموعه ای از سازه ها را تشکیل می دهد که در عین تفاوت در ظاهر، با یکدیگر مرتبط هستند.

مارشال روزنبرگ نیز در سال ۱۹۹۵ مدلی ارائه می کند که در آن همدلی شامل چهار جریان متوالی است: ۱- بازشناسی عاطفی؛ ۲- تصور و تخیل؛ ۳- انعکاس عواطف؛ ۴- تصمیم به جوابگویی؛ بر این اساس تجربه عاطفی دیگران اولین شرط لازم جهت شناخت عواطف است، دومین شرط لازم قرار گرفتن خیالی فرد در جایگاه دیگران و تجربه موقعیت آنها از نقطه نظر خودشان، سومین مرحله، انعکاس عاطفه است که شامل تجربیات یکسان عاطفی در مقابل دیگران است و چهارمین مرحله شامل تصمیم برای گفتن مناسب ترین سخن و یا انجام مناسب ترین رفتار در مقابل دیگران است. (فیض آبادی، ۱۳۸۶) روزنبرگ بیش از اندیشمندان معاصر خود به شرق و بویژه مذاهب توحیدی نظر داشت و برای انسان مقام متعالی و معنوی قایل بود او بسیار تحت تاثیر عرفان و اندیشه مولانا جلال الدین بلخی بود و هدف خود درارایه «رویکرد ار تباط بدون خشونت» را رسیدن به جایی ورای راستی و درستی که مولانا اشاره می کند، دانسته است. (روزنبرگ، ۱۳۹۹: ۵۷)

شرایط برای برقراری روابط همدلانه با دیگران: برای برقراری روابط همدلانه با دیگران دو شرط لازم است؛ شرط لازم برای انجام چنین کاری خودآگاهی است و شرط دیگر، اعتماد متقابل است. به عبارت دیگر، همدلی هنگامی به وجود می آید که طرفین درگیر، در ارتباط نسبت به همدیگر یکدلی، آسایش و امنیت خاطر داشته باشند و این اعتماد حاصل نمی شود مگر با شناخت و پذیرش تفاوت های فردی و احترام گذاردن به آن. از نظر قرآن مقتضای اجتماعی بودن انسان ها در دنیا آن است که نیازهای مادی، معنوی، جسمی و عاطفی خویش را از طریق اجتماع و تسخیر و استخدام یکدیگر برآورده سازند. (زخرف، آیه ۳۲)

دستیابی به اعتماد اجتماعی در سطح کلان نیازمند تلاش گسترده‌ای در سایه وفاداری، امانت، صداقت، محبت، مودت، احسان و مواردی از این دست است؛ زیرا برای تالیف میان دل‌های مردمان که عامل انسجام اجتماعی و اعتماد اجتماعی است، نیاز است تا این مسیر سخت و دیربازده پیموده شود؛ چرا که انسان‌ها بسادگی به کسی اعتماد نمی‌کنند؛ لذا اعتماد به دیگری امری دیریاب و سخت یاب است.

خدا به پیامبر (ص) توصیه می‌کند تا برای ایجاد اعتماد اجتماعی و امت‌سازی به نکاتی توجه کند که در این آیه بیان شده است: «پس به برکت رحمت الهی با آنان نرمخو و پرمهر شدی و اگر تندخو و سختدل بودی، قطعاً از پیرامون تو پراکنده می‌شدند. پس، از آنان در گذر و برایشان آموزش بخواه! و در کارها با آنان مشورت کن! و چون (خودت) تصمیم‌گرفتی بر خدا توکل کن! زیرا خداوند توکل‌کنندگان را دوست می‌دارد.» (آل عمران، آیه ۱۵۹)

همدلی در انسان این توانمندی را ایجاد می‌کند که در مقابل نامالیقات پایداری کند و متناسب با موقعیت پاسخی مناسب بدهد. بدیهی است که چنین رفتاری از ایجاد پرخاشگری و ستیزه‌جویی و در نهایت عدم ثبات جلوگیری می‌کند و آرامش و آشتی و صلح درونی در فرد ایجاد می‌کند که این آرامش به دنیای بیرون او نیز تسری می‌یابد و به این ترتیب برای او صلح بیرونی را نیز به ارمغان می‌آورد.

آسیب‌های نداشتن همدلی با خود و دیگران	
فقدان همدلی با دیگران ↓	فقدان همدلی با خود ↓
توقع از دیگران	توقع غیر واقعی از خود
سرزنش دیگران	خود سرزنشگری
تحقیر دیگران	تحقیر خود
توهین به دیگران	خود تخریب‌گری
پر خاشگری و ستیزه با دیگران	آسیب به خود

جدول (۱) نشان می‌دهد که فقدان همدلی در فرد چگونه می‌تواند مخرب باشد و به فقدان همدلی با دیگران تسری یابد و در نهایت به ستیزه و جنگ منجر شود.

مرحوم دکتر فروزانفر در شرح ابیاتی از مثنوی نوشته اند: «گوهر تفاوت و رنگ و شکل و نژاد هم امری نیست که مردم معنی جوی، بدان پایبند شوند و میان افراد انسان بدین سبب فرق گذارند و یکی را شریف و دیگری را فرومایه پندارند و از حقوق انسانیت محروم کنند. این نظر ابلیسانه و اهریمنی، وحدت و یگانگی بشر را بر هم می زند و خلاف و نفاق و خصومت و جدال میان آنها برمی-انگیزد. هر فردی از بشر و هر صنفی از اصناف انسانی، ظرف جلوه ای از جمال و کمال ازلی است؛ تحقق به الوهیت، بدون اتصاف بدان معانی که در همه افراد انسان پراکنده است امکان ندارد؛ پس همه را دوست باید داشت و از هیچ یک کناره نباید گرفت.» (فروزانفر، ۱۳۶۷: ۱۱۹۵)

اصول همدلی در اندیشه انسان گرایانه	اصول همدلی در اسلام
بازشناسی عاطفی	نیت خیر و حسن فاعلی
تصمیم به جوابگویی	عمل خیر و حسن فعلی، تعاون
تصور و تخیل	حسن ظن و پرهیز از بدگمانی
انعکاس عواطف	حسن خلق، عدل و انصاف

جدول (۲) مقایسه اصول همدلی در اسلام و اندیشه انسانگرایانه غرب

یکی از ابزارهای مهم رسیدن به همدلی، گوش دادن و شنیدن صحبت های طرف مقابل است. دقیق شنیدن هدیه ای است که به فرد مقابل در حین همدلی داده می شود. علی علیه السلام فرموده است «مِنَ السُّؤْدَدِ الصَّبْرُ لِأَسْتِمَاعِ شَكْوَى الْمَلْهُوفِ». (غررالحکم، حدیث ۹۴۴۳) از بزرگواری و آقایی است که انسان برای گوش سپردن به شکوی و ناله دردمند، تحمل و صبر داشته باشد.

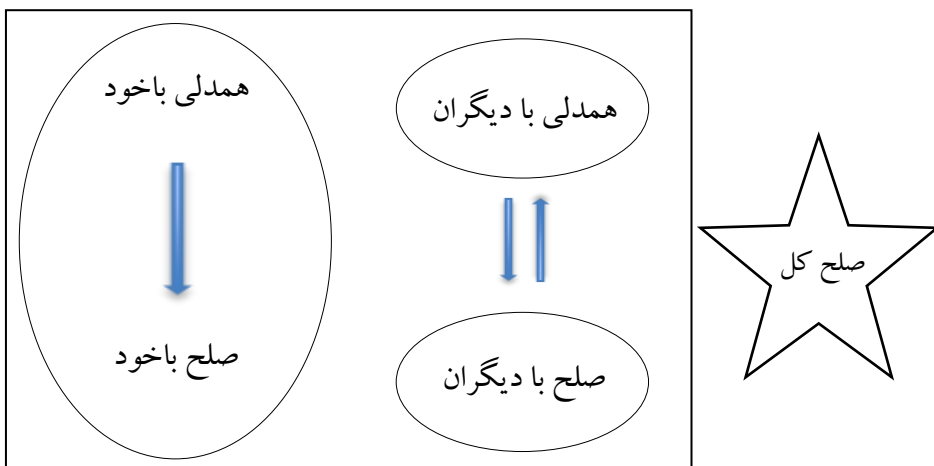
شنیدنی که به دور از هرگونه قضاوت و پیش داوری و حتی تایید یا رد باشد و تحقیر و سرزنش و تخریب و نصیحت نیز به دنبال ندارد. بنابراین مشاهده می شود که همدلی در

بطن خود به دقیق شنیدن طرف مقابل توجه دارد، همان که مولانا نیز در مثنوی به آن تاکید ویژه‌ای داشته است. نسبت به سخنان هر گوینده باید تحمل و صبوری نشان داد و به آن گوش داد، تا کلامش به پایان برسد. بریدن حرف دیگری شیوه‌ای ناپسند و دلیل کم ظرفیتی و بی ادبی است. در سیره اخلاقی حضرت رسول (ص) و مجلس آن حضرت، آمده است که: «مَنْ تَكَلَّمَ، انصَبُوا لَهُ حَتَّى يَفْرَغَ» کسی که سخن می‌گفت، به او گوش می‌دادند، تا سخنش به پایان برسد. (علامه طباطبایی، ۱۳۷۶: ص ۱۸)

«فراگیری مهارت همدلی و همدلی کردن با دیگران از بروز خشونت‌ها، دوری، تفاوتها و ناآشنایی‌ها خواهد کاست و در نهایت بروز اختلافات و ستیزه و پرخاشگری را کاهش خواهد داد و در نهایت به صلح درون و بیرون میانجامد.» (ن.ک امامی، ۱۳۹۷)

روزنبرگ معتقد است برای اینکه به توان همدلی با دیگران رسید، «لازم است نخست یاد گرفت چگونه با خود همدلی کرد. لازم است انسان خشم، اندوه و ناکامی‌های خود را ببیند و دست از سرزنش خود بردارد و به جای تحقیر و توهین به خود، احساسات و نیازهای خود را به خوبی بشناسد و درصدد رفع آن نیازها برآید.» (روزنبرگ، ۱۳۹۹: ص ۳۹)

همدلی با خود از مراحل دوست داشتن خود است و به صلح درون که لازمه رسیدن به صلح بیرون است، کمک میکند. همچنین همدلی، با خود همدلی با دیگران را نیز میسر می‌کند و گامی در جهت عشق به دیگران است که آن هم به صلح جهانی می‌انجامد.



(۳) چنانچه این نمودار نشان می‌دهد همدلی با خود، صلح با خود را به ارمغان می‌آورد و امکان همدلی با دیگران، صلح با دیگران را به همراه خواهد داشت. در شرایطی که صلح درون و صلح بیرون دست یافتنی شود، فرد به درجه ای میرسد که به آن صلح کل می‌گویند که رو به تعالی فرد دارد.

همدلی با دیگری

در واقع تمرکز بر شنیدن احساسات و نیازهای دیگران کمک می‌کند به آنها بدون پیشداوری گوش کنیم و در تلاش برای درک بیشتر طرف مقابل باشیم در این صورت است که همدلی صورت گرفته از شدت خشم و آسیبها در خشونت بین انسانها خواهد کاست و راه برای تعامل و درک متقابل که در نهایت به صلح و آشتی می‌گشاید. و به قول مولانا؛

غیرنطق و غیر ایما و سجد صد هزاران تر جمان خیزد ز دل

(مثنوی، دفتر ۱: بیت ۱۲۰۸)

همدلی در مثنوی

مولانا در تمام اشعار خویش به همدلی توجه کرده است، او همدلی را نقطه‌ی وصل و یکپارچگی میان مردمان جهان میداند، همدلی می‌تواند حتی انسانهای نژادهای مختلف را با زبانهای مختلف در کنار هم، در آرامش و امنیت و صلح قرار دهد.

ای بسا هند و ترک همزبان ای بسا دو ترک چون بیگانگان

(همان، ۱: ۱۲۰۶)

همزبانی نمیتواند نشانه همدلی باشد، زبان یکدیگر را داشتن لزوماً موجب همدلی نمی‌شود.

پس زبان محرمی خود دیگر است همدلی از همزبانی بهتر است

(همان، ۱: ۱۲۰۷)

و اگر این زبان را موجودات بفهمند، در کنار هم در صلح قرار میگیرند، حتی اگر از چوب و سنگ باشند.

خود چه جای ترک و تاجیک و زنگ فهم کرده است آن ندارد چوب و سنگ

(همان، ۱: ۲۱۰۹)

و در راه رسیدن به همدلی، فقط تعصبات نژادی و حتی زبانی خامی است که خامی مانع رسیدن به همدلی و نهایتاً صلح میشود؛

سخت‌گیری و تعصب خامی است تا جینی کار خون آشامی است

(همان، ۳: ۱۲۹۷)

«مولانا همدلی و همزبانی را از گفته‌های خداوند متعال می‌داند و با بیان این مطلب، ارزش و اهمیت این موضوع را شرح میدهد. لطف و محبت در حق دیگران که زمین‌ساز صلح و آشتی در جامعه است، باعث التیام آلام و دردهای انسانها می‌شود و بدی و زشتی رفتار انسانها در حق همدیگر را هم از خاطر آدمی می‌زداید. همدلی مولانا با دیگران ریشه‌های انسانی دارد و بیش از آنکه فردی و شخصی باشد، اجتماعی و فراگیر است. مولانا با افکاری جهانی از همدلی که یکی از زیرساختهای صلح و آشتی دیگران با هم است، سخن می‌گوید. این روحیه تعامل و تسامح در نزد مولوی حاصل شناختی ژرف از اجتماع و مردمانی است که نیاز به همدلی و همزبانی را در میان خود احساس میکنند.» (سیمیاری، ۱۴۰۰) و شاعر به این حس و نیاز کاملاً واقف شده است:

حق مرا گفته تو را لطفی دهم بر سر آن زخمها مرهم نهم
صاف کرده حق دلم را چون سما رفته از خاطرم جور شما

(همان، ۱: ۱-۲۵۵۰)

همدلی با دیگران به شکلیایی و تحمل و خویشنداری زیادی نیاز دارد، همیشه ساکت ماندن و شنیدن سخنان مخالف و گاه ناحق و نابجا کار راحتی نیست بنابراین برسر راه همدلی موانعی وجود خواهد داشت

موانع همدلی

۱. زبان

مولانا در بیش از ۷۰ بیتی که درباره زبان و سخن ابیاتی سروده است به زبان به عنوان آفت، حجاب حقیقت، بی‌ثباتی، پوچی، خدعه و رنج آفرینی آن اشاره میکند. و حتی همزبانی را برآمده از پیوند می‌داند که بند و وابستگی ایجاد می‌کند. «پیش از مولانا نیز، زبان را با دو صفت خیر و شر، جهان ساز و جهانسوز که هم زخم می‌زند و هم مرهم

می‌نهد، میشناخته اند.» (زمانی، ۱۳۸۹: ۸۳۹) به قول مولانا؛

ای زبان هم گنج بی پایان تویی ای زبان هم رنج بی درمان تویی
هم صغیر و خدعه مرغان تویی هم انیس وحشت هجران تویی

(همان، ۱: ۱۷۰۲-۳)

آدمی مخفی است در زیر زبان این زبان پرده است بر درگاه جان (همان، ۲: ۸۴۵)
و به دنبال آن، سخن را تلف کننده عمر آدمی می‌داند مگر آنکه آن سخن بر آمده
از دریای کمال باشد. «مولانا لفظ را برای القای معنی، همیشه و در همه حال نارسا می‌داند،
لفظ از نظر او همیشه نارساست، عطف توجه مولانا به عرفان عملی نیز باعث شده است
هرجا از زبان و کم و کیف آن سخن به میان آمده است سود و زیان آن را نیز بیان کند.

لفظ ها و نام ها چون دام هاست لفظ شیرین ریگ آب عمر ماست

(همان، ۱: ۱۰۶۱)

و بدین ترتیب مولانا برای هم‌زبانی و هم‌سخنی آنچنان که باید جایگاه موثری قائل
نیست و حال آنکه همدلی را که بین دو انسان غیرهم‌زبان و غریب باشد از هم‌زبانی بهتر
می‌داند، زیرا هم‌زبان می‌تواند در گفتارش خدعه و فریب و قضاوت داشته باشد، اما کسی
که زبان ما را نمی‌داند لا اقل سکوت می‌کند و این سکوت برای تخلیه هیجانات ارزشمند
است و یا به ضرورت، در مواجهه با ما تلاش می‌کند چیزی بفهماند و در این تلاش اولیه به
دنبال قضاوت نیست. مولانا همدلی را که راه آشتی، مدارا و صلح را بین انسان‌ها به ارمغان
میاورد، پسندیده تر می‌داند،

هم‌زبانی خویشی و پیوندی است مرد با نامحرمان چون بندی است
ای بسا هندو و ترک هم‌زبان ای بسا دو ترک چون بیگانگان
پس زبان محرمی خود دیگر است همدلی از هم‌زبانی بهتر است

(همان، ۱: ۱۲۰۵-۷)

به هوش باش که از همدلی و وحدت به دل و جانت غذا دهی و جويا باش که از
کسانی که به اقبال حقیقی دست یافته اند هم اقبال حقیقی را به دست آوری
هین غذای دل بده از همدلی رو به جو اقبال را از مقبلی

(همان، ۱: ۷۲۶)

۲. وجود تضاد در جوهر کاینات

همانطور که مولانا در مثنوی اشاره میکند در این جهان، جنگ و نزاع ظاهری بین کائنات وجود دارد که ناشی از تضاد و تفاوت‌ها و تباین نهانی در جوهر کائنات است؛

این جهان جنگ است کل چون بنگری	ذره با ذره چون دین با کافری
آن یکی ذره همین پرد به چپ	وان دیگر سوی یمین اندر طلب
ذره ای بالا و آن دیگر نگون	جنگ فعلی شان بین اندر رگون
جنگ فعلی هست از جنگ نهان	زین تخالف آن تخلف را بدان

(همان، ۳: ۳۶-۹)

و «زمانی که سالک طریق حق از هستی کاذب خویش میگذرد و به دریای بیکران حق پیوسته، خود را یکسر در هستی آفریدگار فنا کرده به مصداق «أنا الیه راجعون» به اصل و منشأ هستی می پیوندد و از سرچشمه اصلی شیر حکمت و معرفت می نوشد، دیگر هیچ حرکات و سکنات و جنگ و صلح که از او به ظهور می رسد، منبعث از وجود او نیست، بلکه همگی از سرانگشت حضرت حق نشأت می گیرد. این جهان سراپا جنگ میان اضداد است جنگ میان طبایع گوناگون جنگ میان کارها و کردارهای مختلف جنگ میان سخنان و اقوال متفاوت در این جهان جنگی هولناک است.» (شریفی، ۱۴۰۰، ص: ۱۳۴۷) اگر تردیدی در این حقیقت داری به پیرامون خود نگاهی بینداز و ارکان و عناصر چهارگانه را بین که چگونه هر کسی در تضاد با دیگری است و آن را از بین می برد؛

پس بنای خلق بر اضداد بود	لاجرم ما جنگی ایم از ضرّ و سود
هست احوالم خلاف همدگر	هر یکی با هم مخالف در اثر
چون که هر دم راه خود را میزنم	با دگر کس سازگاری چون کنم

(همان، ۶: ۵۰-۵۲)

موج لشکرهای احوالم بین هر یکی با دیگری در جنگ و کین

(همان، ۶: ۵۴)

می نگرد در خود چنین جنگ گران پس چه مشغولی به جنگ دیگران

(همان، ۶: ۵۶)

۳. توجه به رنگها؛ عالم کثرت

منظور از رنگها؛ عالم کثرت و بی رنگی منظور، عالم وحدت است و غایت کمال آدمی نیز رسیدن به همین وحدت است. ما به خاطر اینکه از چهار عنصر متضاد پدید آمده ایم دایما در تضاد و جنگ با یکدیگر هستیم. بنابراین برای رهایی از این تضاد و اختلاف باید به سمت آن گوهر جان ما که مادی نیست و تنها از سرشت کبریایی خداوند سرچشمه گرفته است و از جنگ و تضاد فارغ است، بپیوندیم و برای اینکه این دنیای خود را نیز از جنگ و جدل و ستیزه گری پاک کنیم باید هر چه بیشتر به سمت بی رنگی پیش برویم و عناصر متضاد وجود و خوی خود را از تضادهای ناشی از چهار عنصر متضاد پاک گردانیم تا بتوانیم به یکرنگی صلح و آرامش و امنیت که در واقع ناشی از اصل سرشت کبریایی ما هست، برسیم. همدلی یکی از این اقداماتی است که مولانا تلاش می کند به انسان بشناساند. همدلی می تواند آتش همه این اختلافها را خاموش گرداند. گویی مولانا می خواهد بدانیم که این اختلافها در مقابل رسالت عظیم درک و وحدانیت سرشت کبریایی چیزی نیست.

پس انسان همواره گرفتار اضداد است، مگر آنکه عنایت حق جان او را از این پیکار دائمی رها کرده و به صلح و یکرنگی برسد؛

هست بی رنگی اصول رنگ ها صلح ها باشد اصول جنگها
آن جهان است اصل این پرغم و ثاق وصل باشد اصل هر هجر و فراق

(همان، ۶: ۵۹-۶۰)

موجبات همدلی

عشق موجب همدلی می شود عشق معنوی ترین اصل حیات است که موجب همدلی بین انسانها می شود. عرفا هزاران نکته درباره عشق و اهمیت آن گفته اند که به چند گفته اند در جهان شناسی و هم در انسان شناسی مقام و وزن بالایی دارد به قول افلاطون در رساله ضیافت «عشق همه جهان را به هم پیوند میدهد» و مولانا میگوید:

گر نبودی عشق هستی کی بودی ... (همان، ۵: ۲۰۱۲)

کارنیک به نوعی برآمده از همدلی است. مواسات و همدلی در کلام امام علی (ع) به

عنوان بهترین نوع کار نیک آمده است؛ چنان که حضرت فرمودند: «أَحْسَنُ الْإِحْسَانِ مُوَاسَاةُ الْإِخْوَانِ؛ بهترین احسان، همدردی و همیاری با برادران است». (مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۷: ۲۱۰)

انفاق موجب همدلی می شود. آیه کریمه قرار گیرند که می فرماید: «لَنْ تَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّى تُنْفِقُوا مِمَّا تُحِبُّونَ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فَإِنَّ اللَّهَ بِهِ عَلِيمٌ؛ (سوره آل عمران، آیه ۹۲) شما هرگز به مقام نیکوکاران و خاصان خدا نخواهید رسید مگر از آنچه دوست می دارید و محبوب شماست در راه خدا انفاق کنید، و آنچه انفاق کنید خدا بر آن آگاه است.» این انفاق و کار نیک محبوبیت خداوند متعال را به دنبال خواهد داشت، چنان که در سوره مبارکه آمده است: «وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ؛ (سوره بقره، آیه ۱۹۵) در راه خدا، انفاق کنید و (با ترک انفاق) خود را به دست خود، به هلاکت نیفکنید و نیکی کنید که خداوند، نیکوکاران را دوست می دارد.»

نتیجه گیری

انسان همواره به صلح نیاز دارد زیرا بقای خود را آن می بیند. صلح، امنیت، ثبات و آرامش، فرصت خودشکوفایی به انسان می دهد و تعاملات او با دنیای خارج اعم از تعامل با سایر انسانها، محیط زیست و سایر جانداران موجب اعتلای بیش او به هستی خواهد شد و در نهایت او را به صلح کل رهنمون خواهد شد. انسان همواره به دنبال راههایی برای رسیدن به صلح و آرامش است و همدلی یکی از این راههاست. در اسلام و اندیشمندان و بزرگان عالم عرفان نیز به همدلی توجه داشته اند. همدلی بالاترین سطح تعاملِ متعالی با دیگران است. همدلی با خود و بعد همدلی با دیگران از ایجاد کدورت و پرخاشگری و ستیزه جویی نسبت به دیگران جلوگیری می کند. در این میان، آموزه ادیبان بزرگی چون مولانا چنان است که قرن ها پس از آفرینش مثنوی هنوز هم شاهد اثرگذاری آن هستیم. مولانا در مثنوی نشان میدهد که همدلی بین مردم، همگرایی ایجاد میکند و از رواج خشونت میکاهد و آرامش را برای همگان به ارمغان می آورد. مولانا در مثنوی از جمله عوامل رسیدن به همدلی نیز پاسداشت ارزش ها و رفتارهای اخلاقی چون دوستی، توجه به عالم وحدت و عشق می داند.

روزنبرگ، روانشناس معاصر غربی، نیز همدلی را راهی برای رسیدن به صلح و تعالی روح بشر می داند و در تلاش است با ارایه راهکارهایی، همدلی را به انسان امروزی بیاموزاند. هر چند نگاه او متأثر از نگاه انسان گرایانه غرب نسبت به انسان و تعاملات او با دنیای پیرامونش است اما این نگاه در نهایت او را به این باور رسانده است که انسان باید در پی معنا و تعالی باشد و احترام، سرزنش و تحقیر نکردن، پیشداوری نداشتن نسبت به دیگران و در نهایت عشق ورزیدن، همه را از نتایج مثبت و خشونت زدا و صلح جویانه بودن همدلی می داند. همدلی از خود به دیگران و کل هستی تسری می یابد و صلح را به ارمغان می آورد. به قول مولانا نباید مایوس شد که در این دنیای پر از خشونت، نقش یک نفر ناچیز است که «تو یکی نه ایی هزاری، تو چراغ خود بیفروز».

فهرست منابع

قرآن کریم

۱. اسعدی، یعقوب. فرهادی، نواز الله. اسماعیلی، حسین (۱۴۰۰) مقاله «بررسی سبک فکری مولوی، بررسی موردی: پدیده خواب». تهران: نشریه علمی سبک‌شناسی نظم و نثر فارسی.
۲. افتخاری، جابر (۱۳۹۸)، مقاله "اهمیت و ضرورت صلح و دوستی در جامعه امروزی". تهران: کنفرانس ملی پژوهش‌های حرفه‌ای در روانشناسی.
<https://civilica.com/doc/1020055>
۳. کتاب العین، ج ۷، ص ۲۶۷.
۴. امامی نایینی، نسرین (۱۳۹۷)، کتاب همدلی، تهران: نشر آبی.
۵. دی‌هال، کارین؛ کوک‌ملیسا (۱۳۹۳)، نیروی همدلی، مترجم محبوبه موسوی تهران: انتشارات مروارید.
۶. راجرز، کارل (۱۳۷۶)، ترجمه مهین میلانی. تهران: انتشارات فاخته.
۷. رحیمیان، فرزانه (۱۳۹۵)، پایان‌نامه کارشناسی ارشد «بررسی عوامل ایجاد همدلی در قرآن و حدیث» ایلام: دانشکده الهیات. ..
۸. روزنبرگ، مارشال (۱۳۸۸)، ارتباط بدون خشونت، زبان زندگی. مترجم: کامران رحیمیان. تهران: نشر اختران.
۹. ----- (۱۳۹۱)، بازگشت به صلح: گفت‌وگو در عصر مناقشات. مترجم: یزدانی، عباس. تهران: نشر امیرکبیر.
۱۰. ----- (۱۳۹۸)، قلب تغییر اجتماعی، مترجمان: کامران رحیمیان، کیوان رحیمیان، تهران: نشر اختران.
۱۱. ----- (۱۳۹۹)، گذر از رنجش بین ما، مترجم: ریان حسامی، تهران: نشر اختران.
۱۲. ----- (۱۳۹۹). موهبت شگفت‌انگیز خشم. مترجم: ندا رحیمیان. تهران: نشر اختران.
۱۳. زمانی، کریم (۱۳۸۹)، میناگر عشق. تهران: نشر نی.

۱۴. رضا جعفر، طاهر (۱۳۷۶)، سنن النبی، علامه طباطبایی، تهران.
۱۵. سیمپاری، محمد تقی (۱۴۰۰)، مقاله «واکاوی مولفه های صلح در سبک فکری مولانا براساس مثنوی». سبک شناسی نظم و نثر فارسی. دوره ۱۴: شماره ۶۹.
۱۶. شریفی، محمد (۱۴۰۰)، نردبان آسمان. تهران: نشر نو با همکاری نشر آسیم.
۱۷. عیوض زاده، حسن؛ پرندوش، پوریا (۱۳۹۸)، مقاله «تحلیل پارادایمی توسعه در اندیشه آمارتیا سن و نسبت آن با صلح کل عرفانی». فصلنامه عرفان اسلامی: سال پانزدهم. شماره ۵۹.
۱۸. غرالحکم (چاپ دانشگاه)، حدیث ۹۴۴۳.
۱۹. فقیهی، حسین؛ جوادی، آرزو (۱۳۹۱)، مقاله «اتحاد و همدلی در اشعار صائب تبریزی». پژوهشنامه ادبیات تعلیمی، دوره ۴، شماره ۱۵.
۲۰. فیض آبادی، زهرا و دیگران (۱۳۸۶)، بررسی رابطه همدلی با سبکهای هویت و تعهد در دانشجویان رشته های فنی و علوم انسانی، مطالعات روانشناختی، دوره ۳، شماره ۲.
۲۱. گوهرین، سیدصادق (۱۳۹۰)، فرهنگ لغات و تعبیرات مثنوی جلد ۹، تهران: انتشارات زوار.
۲۲. ماسن، پاول هنری؛ کیگان، جرم و همکاران (۱۴۰۰)، رشد و شخصیت کودک ترجمه مهشید یاسایی. تهران: انتشارات مرکز.
۲۳. مسایلی، مهدی (۱۳۹۵)، حدیث همدلی، مشهد: آستان قدس رضوی.
۲۴. نهج البلاغه، خطبه ۱۷۶.
۲۵. نوری طبرسی، حاج میرزا حسین (۱۳۶۵)، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۷.
۲۶. نیکلسون، رینولد الین (۱۳۸۹)، شرح مثنوی معنوی مولوی، جلد ۶، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
۲۷. یعقوبی، سهیلا؛ اکرمی، ناهید (۱۳۹۶)، نقش شفقت خود در پیش بینی بخشایشگری و همدلی در جوانان، پژوهش نامه روانشناسی مثبت، شماره ۲.

