

بدگمانی

امام علی (ع) فرموده‌اند: «آدم بد، به هیچ کس خوشبین نیست؛ زیرا همه را مانند خودش می‌بیند.» بدگمانی آثار فردی و اجتماعی و معنوی زیان‌باری به دنبال دارد. خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: «ای مؤمنان! از بسیاری از گمان‌ها بپرهیزید. به راستی که برخی گمان‌ها، گناه می‌باشد و نیز تجسس و غیبت نکنید، آیا کسی از شما دوست دارد گوشت برادر مرده خود را بخورد؟» (حجرات: ۱۲)

علا پناهی

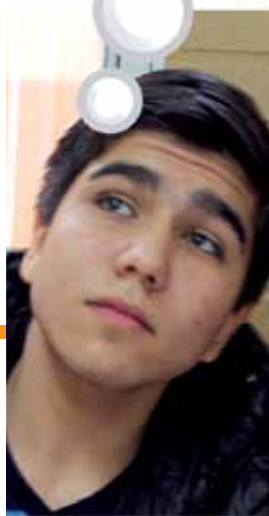
عکس: پیمان نیکبخت

زبان‌ها و آثار بدگمانی

شخص بدگمان گوشه‌گیر می‌شود، امام علی(ع) می‌فرماید: «کسی که به مردم گمان خوبی ندارد و نسبت به آنان خوش گمان نمی‌باشد، از تمام مردم وحشت می‌کند.» بدگمانی باعث گسستن رشته الفت و دوستی میان مردم می‌شود و تفرقه را بین مردم حاکم می‌سازد. باز امام علی(ع) می‌فرماید: «بر هر که بدگمانی چیره شود، صلح و صفا میان او و دوستانش از میان می‌رود.» از نظر معنوی نیز بدگمانی، عبادت را تباه می‌سازد و اثر آن را از بین می‌برد. در این مورد هم امام علی(ع) می‌فرماید: «از بدگمانی بپرهیز. چون اثر عبادت را از بین می‌برد و گناه انسان را بزرگ می‌کند.» ایمان با بدگمانی جمع نمی‌شود. گمان بد نسبت به انسان نیکوکار، بدترین گناه و زشت‌ترین ظلم است.

درمان بدگمانی

۱- برای جلوگیری از بدگمانی نسبت به دیگران باید در همان مرحله فکر، گمان بد را از ذهن دفع نمود و اجازه ریشه‌دار شدن به آن نداد. ۲- راه‌هایی را بیابیم و با آنها رفتار فردی را که به او بدگمان شده‌ایم توجیه کنیم ۳- توجه داشته باشیم که خود ما بدگمانی دیگران را در مورد خود نمی‌پسندیم، پس برای دیگران نیز آن را نپسندیم. ۴- به رفتارهای خوب و جنبه‌های مثبت فردی که به او بدگمان گشته‌ایم توجه کنیم و تنها به اموری که موجب بدگمانی ما شده اکتفا نکنیم. ۵- با دعا و توسل به ائمه(ع) از خداوند بخواهیم دل ما را از آلودگی‌ها و بدبینی‌ها پاک کند تا به دیگران محبت بورزیم. ۶- به حدی به ضعف و نقایص خود بپردازیم تا فرصتی برای پرداختن به عیوب دیگران نیابیم.





شاهدین آقای ناظم گنت زنگ تفریح بی
پیشش کیف پولت رو بگیری
انکار تو تا کسی با گذاشته بوری
آقای راننده از روی کارت دانش آموزی
مدرسه رو پیدا کرده