



جایگاه تربیتی - مدیریتی عواطف از دیدگاه امام علی(ع) در نهج البلاغه

بتول سلاجقه^{۱*}

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۲/۶/۲۴

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۲/۱۲

چکیده

شناخت عواطف و نحوه‌ی رشد و میزان تأثیرگذاری آنها در رفتار فردی و اجتماعی و پرورش متعادل آنها جهت پیشگیری از فقر عاطفی، از مباحث مهم تربیتی و اخلاقی به‌شمار می‌آید. هدف از این تحقیق بررسی دیدگاه‌های حضرت علی(ع) در مورد تربیت برخی از عواطف با تأکید بر اهمیت آن در مدیریت آموزشی در قالب بررسی محتوی نهج البلاغه می‌باشد. بدین منظور تمام خطبه‌ها، حکمت‌ها و نامه‌های نهج البلاغه با دقت مطالعه شد و عبارات مرتبط با شادی و غم، تواضع و تکبر و صبر و جزع به همراه شماره خطبه، نامه و حکمت استخراج و بر مبنای آن توصیه‌هایی به متربی و مدیران شده است. نتایج حاصل از این تحقیق نشان می‌دهد که حضرت علی(ع) نه تنها شادی را نفی نکرده بلکه روش‌هایی برای دستیابی به شادی و دوری از غم نیز توصیه کرده، همچنین آثار تواضع را به متربی گوشزد و مردم را به خطر تکبر و خودبزرگ‌بینی هشدار می‌دهند. صبر را نخستین پایه ایمان به حساب می‌آورند و بی‌تابی را عامل اندوه مؤمن معرفی می‌کنند.

کلید واژه‌ها: تربیت، عاطفه، شادی و غم، تواضع و تکبر، صبر و جزع

۱. کارشناس ارشد مدیریت آموزش

* نویسنده مسئول

مقدمه

تربیت توجه به حیاتی‌ترین مقوله انسانی است، زیرا همه سامان‌ها و نابسامانی‌ها، صلاح‌ها و فسادها، سعادت‌ها و شقاوت‌ها به نوع تربیت انسان بر می‌گردد و در بستر تربیت است که سعادت و شقاوت انسان تعیین می‌گردد (دلشاد تهرانی، ۱۳۸۵: ۱۸۴). تربیت به معنی وسیع کلمه عمل یا فعالیتی است که دارای اثر سازنده روی روح و جسم و شخصیت انسان است و موجب شایستگی‌های مادی و معنوی در فرد می‌باشد (نیکزاد، ۱۳۷۵: ۱۱).

در نهاد انسان عواطف فراوانی نهفته شده است که نقش آنها در زندگی انسان غیرقابل تردید است. زندگی انسان در تمام مراحل، حتی در مرحله‌ی شیرخوارگی تحت تأثیر عواطف اوست و رفتار فردی و اجتماعی او به طریقی متأثر از آنهاست حتی سلامت روانی و عقلانی انسان وابسته به سلامت عاطفی اوست. آنها که تمایلات مربوط به محبتشان ارضاء نمی‌شود افرادی خواهند شد لجوج و خیانتکار، سخت‌دل و خشن که حتی ممکن است در مواردی شرافت و حیثیت انسانی خود را نادیده گیرند (قائمی، ۱۳۷۰: ۲۵۰) از این رو رفتار کسی که عواطفش به صورت متعادل پرورش یافته، با رفتار فردی که فقر عاطفی دارد، یکسان نیست و چگونگی رفتار هر کدام متأثر از چگونگی رشد عواطف اوست تا جایی که پورشیخعلی (۱۳۸۹) پرورش عاطفی را هدف اساسی تربیت می‌داند. اهمیت نقش عواطف در زندگی انسان موجب شده که از دیرباز، این بعد از وجود انسان مورد توجه زیادی قرار گیرد در نیم قرن اخیر، بر اثر پیشرفت‌های روان‌شناسی و روان‌کاوی، نقش عواطف در چگونگی تحریک و تداوم رفتار، مهار فعالیت و سلامت و بیماری افراد مورد توجه دقیق قرار گرفته و امروزه، بررسی چگونگی رشد و میزان تأثیر عواطف در سازگاری فردی و اجتماعی، از مباحث مهم روان‌شناسی به شمار می‌آید.

نیازهای زندگی امروز، تغییرات سریع اجتماعی فرهنگی، تغییر ساختار خانواده، شبکه گسترده و پیچیده ارتباطات انسانی و تنوع، گستردگی و هجوم منابع اطلاعاتی انسان‌ها را با چالشها، استرس‌ها و مشکلات متعددی روبرو نموده است که مقابله مؤثر با آنها نیازمند توانمندی‌های روانی - اجتماعی و عاطفی می‌باشد. فقدان مهارت‌ها و توانایی‌های عاطفی، روانی و اجتماعی افراد را در مواجهه با مسائل و مشکلات آسیب‌پذیر نموده و آنها را در معرض انواع اختلالات روانی، اجتماعی و رفتاری قرار می‌دهد. پژوهش‌های بی‌شماری نشان داده‌اند که بسیاری از مشکلات بهداشتی و اختلالات روحی - روانی ریشه‌های عاطفی دارند از جمله پژوهش در زمینه سوء مصرف مواد. همچنین مطالعات زیادی دلالت بر آن دارند که بین فقر عاطفی و سوء مصرف الکل و دارو (سینگ^۱ و مصطفی، ۱۹۹۴)، بزهکاری (دوکزو لورج^۲، ۱۹۸۹)، بی‌بندوباری جنسی (کدی^۳، ۱۹۹۲) و افکار خودکشی (چوکت^۴، ۱۹۹۳) رابطه وجود دارد. بنابراین با توجه به مدارک و شواهد علمی و به‌منظور پیشگیری از بروز آسیب‌های اجتماعی لازم است به این موضوع

1. Singh
2. Dukes, R.L. and Lorch, B.D.
3. Keddie, A.M.
4. Choquet, M.,

توجه بیشتری شود. از طرفی ماهیت مشکلات روانی اجتماعی به گونه‌ای است که مقابله با آن در سطوح بعدی مداخله (پیشگیری ثانویه و ثالث) نه تنها هزینه‌های قابل ملاحظه‌ای را از نظر نیروی انسانی و مسایل مالی بر جوامع تحمیل می‌کند، بلکه اثربخشی و کارآمدی آن نیز بسیار محدود و حتی در مواردی ناچیز است. لذا این واقعیت اهمیت توجه به عواطف را بیشتر می‌کند.

از یک طرف انسان در روزگار اقتدار صنعت و تکنولوژی و عصر انفجار علم بیش از هر زمان دیگر نیازمند به یافتن هویت دینی است، انسان در بحبوحه‌ی بحران معنویات و فقدان اخلاقیات سر خورده از اندیشه‌های لیبرالیسم^۱، سکولاریزم^۲ و غیره گریزان از حرف‌های اسارت بار غربی تشنه‌تر از همیشه در جستجوی چشمه هستی‌بخش و گوارای معنویت و بینش واقعی و پایدار است تا جایگاه و ارزش واقعی خود را در نظام احسن آفرینش باز یابد (آقاملایی، ۱۳۵:۱۳۸۱) به طوری که تجربه تاریخی نشان داده است که حاکمان، سیاست‌مداران و مریبان بزرگ با نظریه‌های تربیتی خود نتوانسته‌اند حقانیت تربیت را نشان دهند چرا که محصول تربیتی آنان افراد حاکمی هستند که به جای سعادت‌مندی انسان‌ها به سلطه‌طلبی و ناامن نمودن محیط انسانی می‌پردازند از طرف دیگر رشد معنوی و تربیت اخلاقی، مستلزم پرورش سالم عواطف است. لذا با توجه به مشکلاتی که عنوان شد برای ساماندهی تعلیم و تربیت باید از منابع تربیتی پیروی کرد که شامل معارف دینی باشد تا سعادت و رستگاری انسان محقق گردد. لذا شایسته این است که این منبع تربیتی متصل به منبع وحی باشد که همان پیروی از نظام هدایتی ائمه اطهار است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که آموزه‌های تربیتی پیامبر و ائمه معصومین(ع) بهترین مسیر تربیت است و علی(ع) نمونه‌ی کامل تربیت و سرچشمه مسیر دادن آدمیان به مقصد کمال می‌باشد. لذا اگر بتوان الگوی تربیتی که توسط این بزرگوار پیاده شده را به کار گرفت به طور قطع می‌توان به امر تربیت آن‌گونه که شایسته انسان است با توجه به کرامتی که به او از جانب خدا اعطاء شده دست یافت حال با توجه به اهمیت فوق‌العاده عواطف و نقشی که می‌تواند در بزهکاری، انحراف و یا به طور کلی در سعادت و تعالی و شقاوت متربی داشته باشد مسأله اصلی که ما در این تحقیق به دنبال آن هستیم بررسی این موضوع است که آیا تربیت عاطفی در سعادت و شقاوت متربی مؤثر می‌باشد؟ به عبارتی نوع تربیت متغیر مستقل در تحقیق بوده و سعادت و شقاوت متغیر وابسته تحقیق می‌باشد. لذا با توجه به آنچه مطرح شد هدف این مقاله بررسی دیدگاه حضرت علی(ع) در مورد برخی عواطف در قالب بررسی محتوی نهج‌البلاغه می‌باشد تا از این طریق علاوه بر فراهم شدن راهنمایی عملی در این زمینه، موضع ایشان در مورد این عواطف بیش از پیش روشن گردد.

-
1. Liberalism
 2. secularism

مبانی نظری

سؤال‌های تحقیق: ۱- حقیقت و ماهیت عاطفه چیست؟ ۲- حقیقت و ماهیت شادی و غم، تواضع و تکبر و صبر و جزع چیست؟ ۳- رابطه عواطف و سلامت عقلی و روانی و جسمانی چیست؟ ۴- چگونه می‌توان عواطف را پرورش داد؟

تربیت

شاید در سخنان امام علی(ع) به صورت آکادمیک و مشخص تعریفی برای تربیت نیامده ولی در بسیاری از عبارات و گفته‌های ایشان درباره «ادب» و «اصول و مبانی اخلاقی» و «تربیت اسلامی» سخنان و حکمت‌های بسیاری آمده. علی(ع) به جای پرداختن به مسائل نظری و بحث‌های انتزاعی محض در باب «تربیت» به نتایج، آثار و اعمالی که رعایت و یا عدم رعایت اصول اخلاقی در روح و روان و جامعه انسانی به بار آورده اشاره می‌کند. بنابراین تربیت از نگاه امام جز با شناخت عوامل و مسائلی که موجب تسهیل در امر تربیت و موجبات به ثمر رسیدن اهداف آن می‌شود امکان‌پذیر نیست. به نظر ایشان هدف تربیت، کمک به جریان خودشناسی انسان است و خودشناسی مقدمه خداشناسی است.

سعادت و شقاوت

سعادت عبارت است از اعمالی که انسان را به کمال مطلوب برساند، کمالی که استعدادش را خدای متعال در نهاد انسان قرار داده است از دیدگاه امام، سعادت دارای مؤلفه‌های متفاوت و مختلفی است که دارای ارزش استقلالی است؛ به طوری که فقدان هر یک از این مؤلفه‌ها به سعادت آدمی آسیب می‌رساند از جمله صبر، عدل، فروتنی، تقوا و... شقاوت عبارت است از محروم شدن از کمال حقیقی، نرسیدن به قرب الی‌الله و دور شدن از لذات و بهجت روحی در عالم آخرت و معذب شدن به عذاب الهی.

عاطفه

عاطفه در لغت به معنای مهر، محبت، دوستی و علاقه‌مندی نسبت به دیگران است. همچنین به معنی رحمت و شفقت خاصی که بین اولوالرحام وجود دارد مثل رابطه‌ی پدر و مادر با فرزند. به نظر عاطفه‌گرایان، این عاطفه است که مهر اخلاقی (خیر) و غیر اخلاقی (شر) بر امور می‌زند و ما را به اطاعت از قانون اخلاقی وا می‌دارد (علوی، ۱۳۸۹: ۱۶۵). روان‌شناسان برای عاطفه تعاریف گوناگون و متعددی ذکر کرده‌اند و هر یک در تعریف خود از زاویه‌ی خاصی به آن نگریسته‌اند به همین دلیل تاکنون تعریف مشترک و کامل و جامعی در این زمینه ارائه نشده است. از طرف دیگر بسیاری از روان‌شناسان، عواطف و هیجان‌ها و تمایلات و انگیزش‌ها را به هم آمیخته‌اند و در تعریف هر یک از این عناوین به واژه دیگر دست یافته‌اند به طور کلی از نظر روان‌شناسان، توضیحات حالت هیجانی شخص که اندیشه او را همراهی می‌کند عاطفه خوانده می‌شود. بهشتی در مقاله تربیت عواطف عاطفه را چنین تعریف می‌کند «عاطفه

حالت روانی پیچیده‌ای است که به صورت غریزی، به وسیله محرک درونی یا بیرونی به وجود می‌آید و آثاری را در درون و برون آدمی (تنش روانی، اختلال تنفس) در پی می‌آورد» (بهشتی، ۱۳۷۹: ۵۶۹-۵۹۲). پس کار والدین تنها رسیدگی به جنبه‌های جسمی، دینی و اخلاقی نیست بلکه توجه به جنبه‌های عاطفی او نیز می‌باشد، والدین باید حالات و احساسات طفل را بسازند و زندگی را براساس آن رنگ و معنی دهند، آن‌ها موظفند در آن جنبه‌های عاطفی ایجاد کنند و طفل را به بعضی زمینه‌ها حساس سازند. از طرفی خداوند انسان را با استعدادهای گوناگونی آفریده و برنامه پرورش این خصایل را پیش روی او قرار داده و ضمن تشویق انسان‌ها به تعقل و تفکر جنبه عاطفی انسان را هم مدنظر قرار داده و پرورش این بعد را در کنار ابعاد دیگر از انسان می‌خواهد به عبارتی انسان تربیت یافته در بعد عقلانی می‌تواند تحت نظارت این جنبه از رشد عاطفی نیز برخوردار شود و آراسته به صفاتی چون صبر، تواضع، شادی و نشاط، آرامش و ... گردد که به علت محدودیت زمانی و گستردگی ویژگی‌های عاطفی تنها چند مورد از این مصادیق بیان شده‌اند.

شادی و غم

شادی در لغت به معنای خوشحالی، خوش و خرم زندگی کردن و هم‌چنین به معنای شادمانی و خوشدلی هم آمده است (فرهنگ عمید، واژه شادی). اما واژه‌ی «غم» لفظی عربی و کلمه‌ای قرآنی می‌باشد که مهم‌ترین برابره‌های آن عبارت‌اند از: حزن، اندوه، کرب، تیمار، آذرنگ، غصه و ... شادی و امید طبیعت زندگی هستند با وجود این، غم و ناامیدی حقایقی هستند که به سراغ هر موجود زنده‌ای می‌آیند. موضوع شادی به عنوان یکی از نیازهای اساسی آدمی و عنصری تأثیرگذار در زندگی، همواره مورد توجه پیشوایان دینی قرار گرفته است، به طوری که علی(ع) این حالت عاطفی را به «فرصت» تعبیر کرده است. مواقع شادمانی فرصت است، یعنی فرصت اندوختن توانایی و نشاط بیشتر. آن حضرت یکی از صفات مؤمنان را چهره بشاش و شاد داشتن می‌داند زیرا شادمانی و انبساط نفس، موجب آرامش خاطر می‌گردد و آدمی را برای کار و تلاش آماده می‌سازد تا با توانایی و نشاط بیشتر، به فعالیت روزمره بپردازد. به این دلیل علی(ع) از این حالت عاطفی با تعبیر «فرصت» یاد می‌کند و در بیان دیگری می‌فرماید: «سرور و شادمانی باعث انبساط روح، و مایه تهییج نشاط است» (آمدی، ۱۳۷۳: ۴۹).

در فرهنگ شیعی «شادی و غم» دارای معنا، تفسیر و تعریف خاصی می‌باشد غم و شادی از انفعالات و کیفیات نفسانی محسوب می‌شوند. غم نتیجه‌ی تأثر نفس است از حصول امری مکروه و شادی زاده‌ی تأثر آن از امری مطلوب و دوست‌داشتنی. علی(ع) فرمود: شادی روح انسان را باز و بلندپرواز نموده نشاط را می‌انگیزاند، غصه، نفس انسانی را در فشار قرار داده و در حصر نگاه می‌دارد و فضای نشاط را می‌پیچد و جمع می‌کند» (تفسیر نمونه، جلد ۹: ۳۳۵). در روایات آمده است که معصومان و مؤمنان حزن و اندوه‌شان در دل است و شادمانی و سرور در چهره‌شان. منظور از اندوه مؤمن در روایات نقل شده از علی(ع)، دغدغه خاطر مؤمن در امور مسلمانان، اندوه به خاطر گناهان و یا افسوس خوردن به خاطر کوتاهی در انجام

کارهای نیک است؛ چنان که می‌فرماید: «آن کس که جامه زیرین او اندوه و لباس رویین او ترس از خداست، چراغ هدایت در قلبش روشن شده است» (نهج‌البلاغه، خطبه ۸۷) اندوهی که وصف آن آمد سازنده است و به متربی توصیه می‌شود اما اندوه‌های غیرسازنده و نکوهش شده در نهج‌البلاغه ناشی از پیوند خوردن قلب شخص با دنیاپرستی است که متربی به دوری از آنها سفارش شده است. در کل نهج‌البلاغه فرار از اندوه و روبه‌رو نشدن با آن و خودفراموشی از طریق لهو لعب را نکوهش و متربی را به دوری از آن توصیه می‌کند.

چیزی که در آیات و روایات زیاد روی آن تکیه شده و ملاک ارزشیابی غم و شادی قرار گرفته، متعلق غم و شادی است. یعنی اینکه چه چیزی متربی را شاد یا غمگین می‌کند. علی(ع) به عبدالله بن عباس می‌فرماید: "پس باید شادی تو از دسترسی به امور آخرت باشد و حسرتت بر آنچه از آخرت از دست داده‌ای. به هر چه از دنیا دست یافتی شادی بسیار مکن، به خاطر آنچه از دنیا از دست رفت به بی‌تابی حسرت مخور و همه اندیشه‌ات باید در امور پس از مرگ باشد (نهج‌البلاغه، نامه ۲۲ و ۶۶). لذا نتیجه می‌گیریم فرد متربی که چنین نگرشی دارد برای انجام دادن یا خودداری از انجام آنچه در اختیار و کنترل اوست و سرنوشت جاودانه او را تعیین می‌کند، تلاش می‌نماید و به‌خاطر آن شاد یا اندوهگین می‌شود و مسائل زودگذر و کم‌اهمیت و یا مسائلی که در اراده او نیست، او را آشفته نمی‌سازد. طبیعی است که چنین فردی در مقایسه با سایر افراد شادتر خواهد بود بنابراین، هر یک از غم و شادی جایگاه خاص خود را دارد و متربی به هر دو به‌عنوان یک شیء ارزشمند نیازمند است؛ زیرا همان‌طور که شادی باعث نشاط روح می‌گردد؛ غم، انسان را برای فعالیت بیشتر تحت فشار قرار می‌دهد. بر اساس آنچه گفته شد معلوم می‌شود که شادی و سرور یک نیاز طبیعی برای زندگی انسان است. البته شادی و سرور واقعی همان سرور غیرهیجانی است که ریشه در احساس خوشبختی دارد که عوامل آن غیر از علل و عوامل سرور هیجانی است. براساس آموزه‌های قرآنی، سرور غیرهیجانی که ریشه در احساس خوشبختی دارد برخاسته از ایمان به خدا، اتصال به او، رضایت و خشنودی خداوند و مانند آن است (انسان، آیات ۸ تا ۱۱، انشقاق، آیات ۷ تا ۹، عاشیه، آیات ۸ و ۹). روش‌هایی را که علی(ع) برای ایجاد شادی و نشاط و برطرف نمودن غم و اندوه به متربی توصیه نموده است، می‌توان به سه دسته روش‌های شناختی، رفتاری و شناختی- رفتاری تقسیم کرد.

الف - روش‌های شناختی: ۱- توشه آخرت را مبنای خوشحالی و اندوه خود قرار دادن؛ ۲- توجه به فناپذیری و دگرگونی حالات دنیا؛ ۳- توجه به پاداش‌های اخروی و تلخ کامی‌های دنیا؛ ۴- اندوه روز نیامده را نخوردن و از روزی مقرر خداوندی خشنود بودن؛ ۵- عشق نورزیدن به دنیای حرام و دل‌کندن از آن و ۶- توجه به تأثیر اندوه بر جسم.

ب- روش‌های رفتاری: ۱- سخن گفتن با خداوند؛ ۲- نماز خواندن؛ ۳- جستجوی لذت‌های حلال (برای مثال ورزش، گردش در طبیعت، استفاده از عطر)؛ ۴- صلح ارحام؛ ۵- جستجوی سخنان حکمت‌آمیز؛ ۶- اهل عمل بودن و ۷- غنیمت شمردن فرصت‌ها.

ج- روش‌های شناختی- رفتاری: ۱- رضایت‌دادن به قضای الهی؛ ۲- پرهیزکاری و اطمینان به وعده‌های الهی؛ ۳- صبر و یقین؛ ۴- مقاومت در برابر سختی‌ها و رنج‌ها و ۵- یاد مرگ (مرادی، ۱۳۸۶).

در نهایت علی(ع) در باب سرور و شادمانی، معیاری جامع و رسا برای متربی وضع نموده و چنین می‌فرماید: «سرورت را زیاد کن بر آنچه از کارهای خیر برای آخرت انجام داده‌ای و حزنت را بر آنچه از کارهای خیر محروم گشته‌ای» (اکبری، ۱۳۸۶: ۳۶). بدون تردید اگر آدمی با ژرفاندیشی به سه نکته بنیادین زیر توجه داشته باشد، پیوسته انبساط نفس خواهد داشت:

۱- لذت و شادی دنیوی، سطحی و زودگذر و ناخالص است و پیوسته با ناملایمات و رنج و غم همراه و بازدارنده است. امام(ع) در سخنان خود، بی‌اعتنایی به دنیا را به همگان و از جمله مدیران توصیه می‌کند و در خطبه ۲۲۱ به پرهیز و دوری از دنیایی اشاره می‌کند که بسیار مکرکننده و فریب‌دهنده و بازی‌دهنده است.

۲- لذت معنوی ناب و خالص است، با رنج و درد آمیخته نیست و دوام و بقا نیز دارد بنابراین، برای مؤمن شایسته است که به بهره‌های معنوی و اخروی دل ببندد؛ زیرا صفا و لذت فقط آن جاست (بهشتی، ۱۳۷۹).

۳- معیار همه لذات، باید لذات معنوی و عقلی باشد. در این مورد علی(ع) می‌فرماید «به خدا سوگند هر کس دلی را شادی بخشد، خداوند از آن شادی موجی لطیف بیافریند که چونان آب در سراسیمی، به سوی هر مشکلی غم بار روی آورد و به‌طور کلی آن را از پیش روی بردارد» (نهج‌البلاغه، حکمت ۲۵۷).

تواضع و تکبر

تواضع از صفات پسندیده‌ای است که از طریق آن درهای رحمت الهی بر روی بندگان باز می‌شود. ریشه تواضع «وضع» است؛ در اصل به معنی فرونهادن است (مصطفوی، ۱۳۶۰: ۱۳۱) و به معنای خویش را کوچک نشان دادن (اصفهانی، ۱۳۷۵: ۴۶۴) خود را خوار کردن (تذلل) آمده است (داورپناه، ۱۳۷۵: ۳۳۹) و در مقابل «تکبر» به معنای خود را بزرگ دانستن است. تواضع حد وسط تکبر و تذلیل است (طیب، ۱۳۷۸: ۹۱). علی(ع) فرمود: لَا حَسَبَ كَالْتَوَاضِعِ؛ نسبی [در برتری] مانند فروتنی نیست همچنین در جای دیگر می‌فرماید: هیچ خویشاوندی چون تواضع و فروتنی نیست. وی همچنین تواضع را به‌عنوان یکی از ارزش‌های اخلاقی مطرح می‌فرماید (نهج‌البلاغه، حکمت ۱۱۳).

تواضع و فروتنی یکی از ارزش‌های پسندیده اخلاقی است که با آن می‌توان بر دل‌های دوست و دشمن راه یافت. علی(ع) می‌فرماید: وَ بِالْتَوَاضِعِ تَتِمُّ النُّعْمَةُ؛ با فروتنی و خوشرویی، نعمت‌ها کامل می‌شود (همان، حکمت ۲۲۴). همچنین، فرموده است: «کسی که متواضع باشد، دوستانش فراوان خواهند بود» (سجادی، ۱۳۸۵: ۲۱). همان‌طور که می‌بینیم علی(ع) در این حکمت آثار تواضع را به متربی گوشزد می‌کند و فراوانی نعمت را نتیجه فروتنی می‌داند در کنار این سفارش، حضرت مردم را به خطر تکبر و خودبزرگ‌بینی هشدار می‌دهد. لذا یکی از روش‌هایی که پیامبران به کمک آن جامعه را اصلاح کردند،

به کارگیری تواضع در امر رسالت‌شان بود. خدای مهربان کسانی را که در برابرش خودخواهی کردند، از اوج عظمت به خاک ذلت نشانید. به ابلیس دستور داد که به آدم سجده کند، ولی او به سبب خودخواهی، از این کار سرباز زد و در نتیجه از بهشت رانده شد. پیام این قسمت از سخنان علی(ع) به متری این است که تواضع، راه نفوذ در دل‌ها و وسیله جذب دوستان و دشمنان است و تکبر سبب دوری از انسان‌ها و در نهایت نابودی انسان‌هاست. علی(ع) در گفتاری در خصوص جایگاه و اهمیت تواضع و فروتنی انبیاء و اولیاء(ع)، پیامبران را چنین تعریف می‌کند: خداوند تکبر ورزیدن را برای همه پیامبران منفور شمرده است، و تواضع و فروتنی را بر ایشان پسندیده، آن‌ها گونه‌ها را بر زمین می‌گذارند و صورت‌ها را بر خاک می‌سایند و پروبال خویشتن را برای مؤمنان می‌گسترانیدند» (نهج‌البلاغه، خطبه ۱۹۲). البته متری باید توجه داشته باشد که تواضع باعث ذلت و خواری و یا تملق و چاپلوسی که از صفات نکوهیده است نگردد، و مدارزش به عنوان ارزش انجام نشود. آنچه به عنوان تواضع، پسندیده است و به متری سفارش می‌شود، همان کوچکی کردن بدون پذیرش ذلت است.

فروتنی و تواضع از اخلاق پسندیده‌ای است که در تعالیم دین ما نیز به آن سفارش شده است در درجه اول انسان باید نسبت به خالق و پروردگار خود فروتن باشد و سپس نسبت به کسانی که خداوند به فروتنی در برابرشان امر فرموده است، همچون امام، والدین و مؤمنان. در مورد کارگزاران حکومت اسلامی، فروتنی نسبت به رعیت یک بایسته‌ی بسیار مهم است که موجب رخصت مقام کارگزار نزد خداوند می‌شود و نتیجه اجتماعیش ایجاد الفت و محبوبیت حاکم نزد مردم است. لذا در بعضی نامه‌های حضرت امیر(ع) به کارگزارانش از تواضع و فروتنی با تعبیر زیبای خفض جناح (کنایه از کمال مهرورزی، عطوفت و خدمت‌گزاری خالصانه و متواضعانه) یاد شده است. که در کلام خداوند در مورد تواضع برای والدین آمده است مثلاً در نامه‌ی ۴۶ می‌فرماید: «واخفض للرعیه جناحک در بیانات علی(ع) تأکید خاصی نسبت به اقشار پایین و ضعیف جامعه وجود دارد. در عهدنامه مالک‌اشتر بعد از آن که حضرت، او را به عنایت به امور محرومان و ادای حقوق ایشان دعوت می‌کند می‌فرماید: با تکبر روی از ایشان برمگردان و بعد می‌فرماید: کسانی را برای رسیدگی به امور ایشان بگمار که اهل خشیت و تواضع باشند.

در نهایت در اهمیت تواضع و فروتنی برای مدیران علی(ع) چنین می‌فرماید: یکی از ابزارهای مدیریت تواضع و حلم است (حکمت ۱۷۶). مدیریت بدون انعطاف و نرم‌خویی معقول به تحکم منتج می‌شود و حکومت بدون مدارا در واقع فاقد حکمت خواهد بود اهمیت حلم و سعه صدر به حدی است که امام علی(ع) آن را ابزار کار مدیر می‌داند می‌فرماید: «ابزار مدیریت، سعه صدر است (بحارالانوار، جلد ۷۵: ۳۵۷). مدیر نظام اسلامی به دلیل شخصیت خود ساخته انسانی خویش برای پست و مقام اصالت قائل نیست، آنچه برای او ارزش دارد، رضایت خداوند و خشنودی خلق است، به همین لحاظ هر مقدار که مقام و منزلت اجتماعی او بالاتر رود فروتنی و شکسته نفسی او افزایش خواهد یافت. در حقیقت مدیریتی که خود را در خدمت مردم می‌داند، در رفتار خود با مردم متواضع بوده و به هیچ وجه در رفتارش با آنان برتری و سلطه‌گری نمی‌کند. چنان‌چه حضرت امیر(ع) در نامه‌ای به یکی از والیان می‌فرماید: در برابر

رعیت فروتن باش (دلشاد تهرانی، ۱۳۷۷: ۱۳۴). همچنین در مذمت تکبر علی(ع) می‌فرماید: «سخت‌ترین و فرومایه‌ترین وضعیت والیان در نظر مردم صالح آن است که گمان بر فخرطلبی آنان رود» (نهج‌البلاغه، خطبه ۲۱۶).

تکبر یکی از آثار کبر است. در تعریف تکبر و خودبزرگ‌بینی گفته‌اند که عبارت است از حالتی که آدمی خود را بالاتر از دیگران ببیند و اعتقاد برتری خود را بر غیر داشته باشد (فولادی، ۱۳۸۶: ۱۲۶). لذا ظهور و بروز این صفت انسانی، از جمله بیماری‌های روانی و نفسانی است که انسان را به انحراف و کژی می‌کشد. علی(ع) به فرزند گرامی خود فرمود: «بدان که خودپسندی ضد راه است و آفت خردهاست پس سخت‌کوش باش و گنجور دیگران نباش (نهج‌البلاغه، نامه ۳۱) و در جای دیگر می‌فرماید «بدان که خودبزرگ‌بینی و غرور مخالف راستی و آفت عقل است» در حکمت ۲۸۳ نیز تکبر را از جمله اصول ضداخلاقی و در فهرست ضدارزش‌های نهج‌البلاغه عنوان می‌کند. همت‌بناری (۱۳۷۹) در معرفی مهم‌ترین صفات ضد اخلاقی بیان می‌کند با توجه به آثار سوء کبر این مفهوم پس از دنیاپرستی بیشتر از دیگر رذایل اخلاقی مورد نکوهش علی(ع) بوده است. سجادی (۱۳۷۹) نیز در مقاله آموزه‌های انسان‌شناختی یکی از مهم‌ترین اهداف تربیت در بعد عاطفی را زدودن صفت منفی تکبر از وجود می‌داند، پس چه بهتر که مرتبی به بهداشت روان پرداخته و حد و وزن و توان و اندازه خود را آن گونه که هست، بشناسد و از عجب و خودپسندی پرهیزد. همچنین حضرت در هشدار نسبت به این صفت و لزوم پرهیز از آلوده‌شدن مرتبی بدان می‌فرمایند: خدا را! خدا را! پرهیزید از بزرگی فروختن از روی حمیت، و نازیدن به روش جاهلیت که حمیت زادگاه کینه است و شیطان را جای دیرینه، که بدان امت‌های پیشین را فریفت، تا آن جا که در پرتگاه هلاکت سقوط کردند. در ادامه با اشاره به تشویق مرتبی به تواضع پسندیده و پرهیز از تکبر از دیدگاه امام علی(ع) در مقاله تقابل تکبر و تواضع در نهج‌البلاغه (شریفیان و مجیدی، ۱۳۹۱) چنین عنوان می‌شود: علی(ع) در کنار امر به پرهیز از تکبر و غرور در مقابل به تواضع و فروتنی تشویق می‌فرماید و فروتنی افراد توانگر در برابر مستمندان را نیکو می‌داند که در قبال آن پاداش الهی وجود دارد و همچنین تواضع مستمندان در برابر توانگران را نیز می‌ستاید. آن حضرت در جای دیگر مقام رفعت و بلندی انسان را در این می‌داند که فروتن و متواضع باشد چنان که پیامبر اکرم(ص) مشابه همین مضمون را بیان می‌کند و بلندی منزلت انسان را در این می‌داند که متواضع باشد. و لذا در اهمیت این موضوع علی(ع) چنین می‌فرماید: پس شیطان دشمن خدا و پیشوای متعصب‌ها و سر سلسله متکبران است که اساس عصبیت را بنا نهاد و بر لباس کبریاپی و عظمت با خدا در افتاد، لباس بزرگی را بر تن پوشید و پوشش تواضع و فروتنی را از تن درآورد و خداوند به‌خاطر خودبزرگ‌بینی، او را کوچک ساخت و آتش جهنم را در قیامت برای او مهیا کرد (نهج‌البلاغه، خطبه ۱۹۲).

صبر و جزع

صبر در لغت به معنای خویشنداری و حبس نفس است بر چیزی که عقل و شرع آن را اقتضا می‌کند یا نهی می‌کند (اصفهانی، ۱۳۸۱: ۴۷۴). در تعریف اصطلاحی مرحوم نراقی می‌گوید: ضد جزع و بی‌تابی، صبر و شکیبایی است و آن عبارت است از ثبات و آرامش نفس در سختی‌ها، بلاها و مصایب و پایداری و استقامت در برابر آنها به طوری که از گشادگی خاطر و شادی آرامشی که پیش از حوادث داشت، بیرون نرود و زبان خود را از شکایت و اعضای خود را از حرکات ناهنجار، نگاه دارد (نراقی، ۱۳۸۱: ۲۸۱).

کلمه صبر از مفاهیم بسیار مهمی است که در سرلوحه دستورهای سرنوشت‌ساز قرآن قرار گرفته است. این واژه در ۴۵ سوره از سور قرآن کریم، بیش از صد مرتبه و در بیشتر کتب اخلاقی مطرح شده و بیانگر اهمیت این موضوع است. پس از دو واژه تقوا و زهد، واژه صبر بیش از سایر مفاهیم اخلاقی در نهج‌البلاغه به کار رفته است. این واژه و مشتقات آن حدود هفتاد و پنج بار در نهج‌البلاغه تکرار شده است. از نظر معیار کیفی نیز تعابیر و ویژگی‌هایی برای صبر بیان شده که نشانه اهمیت و اولویت کسب و تقویت این فضیلت در انسان است. مرادی (۱۳۸۶) بیان می‌کند از دیدگاه امام علی(ع) ایمان بر چهار پایه استوار است: شکیبایی، یقین، عدالت و جهاد... «نهج‌البلاغه، حکمت ۳۱» و صبر نخستین پایه ایمان به حساب می‌آید. این حدیث نشان می‌دهد که بدون صبر، ایمان کامل که التزام عملی به دین خداست امکان‌پذیر نیست و صبر، نقش کلیدی برای تمام ابعاد زندگی دارد. به همین دلیل در حدیث نبوی آمده است کسی که صبر و استقامت ندارد، ایمان او پایدار نخواهد ماند (نراقی، ۱۳۸۱: ۲۸۸). در اهمیت و ارزش صبر همین بس که علی(ع) این فضیلت را یکی از اوصاف متقین و موقعیت صبر را در برابر ایمان، همانند موقعیت سر نسبت به بدن می‌دانند. ایشان در این مورد می‌فرمایند: «صبر پیشه کنید! زیرا صبر برای ایمان هم‌چون سر برای بدن است و هیچ خیری در بدن، بدون سر نیست و هیچ خیری در ایمانی که صبر با آن نیست نمی‌باشد» (نهج‌البلاغه، حکمت ۸۲). در توضیح این جمله می‌توان گفت که همچنان که اگر سر از بدن جدا شود، بدن از بین می‌رود، صبر نیز هرگاه همراه کارها نباشد، کارها تباہ می‌گردند و در جای دیگر می‌فرمایند اگر بردبار نیستی خود را بردبار نشان بده زیرا اندک است کسی که خود را همانند مردمی کند و از جمله آنان به حساب نیاید (حکمت، ۲۰۷).

علی(ع) می‌فرماید: صبر مقدمه پیروزی است: شکیبایی پیروزی را از دست نمی‌دهد، هرچند پیروزی به طول انجامد» (همان، حکمت ۱۵۳). همچنین در خطبه ۱۹۰ خطاب به لشکریان چنین فرموده‌اند: «بر جای خود محکم بایستید و در برابر بلاها و مشکلات استقامت کنید». لذا یکی از شیوه‌هایی که در تحصیل و تقویت صبر مؤثر است، عادت دادن نفس به صبر و یا همان شکیبایی است. علی(ع) در وصیت به فرزندش امام حسن(ع) فرموده است: فرزندانم خود را به شکیبایی در آن چه ناخوشایند است عادت ده و چه نیکوخواهی است شکیبایی در راه حق» (همان، نامه ۳۱) و لذا علی(ع) برای تشویق مرتبی به تحصیل صبر، الگوهای شکیبایی را معرفی نموده است. از آن جمله پیامبر اکرم(ص) را به عنوان الگو معرفی می‌کند و توضیح می‌دهد که پیامبر چگونه خانواده خود را به نماز دعوت نموده و بر اقامه آن شکیبایی پیشه

می‌نمود. علی(ع) در جای دیگر خود را به‌عنوان یک مدیر شکیبیا معرفی نموده و یکی از سخت‌ترین و دردناک‌ترین نمونه‌های صبر خود، صبر بر مسأله خلافت بعد از رسول اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله، را بیان می‌کند.

اقسام صبر

این مفهوم گستره عظیمی دارد و از دیدگاه علی(ع) در سه حوزه: «بلا و مصیبت» (نهج‌البلاغه، خطبه ۱۲۲) معصیت (حکمت ۵۵) و طاعت (خطبه ۱۸۸) مطرح است.

۱- حوزه بلا و مصیبت: از وارد شدن هر مصیبت و شدتی جز بر ایمان خود نمی‌افزودیم و بیشتر در پیمودن راه حق و تسلیم بودن در برابر اوامر الهی و شکیبایی بر درد جراحتهای سوزان، مصمم می‌شدیم (خطبه ۱۲۲).

۲- حوزه معصیت: شکیبایی دو گونه است، شکیبایی بر آنچه خوش نداری و شکیبایی بر آنچه دوست داری (حکمت ۵۵) صبر بر معصیت یکی از سخت‌ترین انواع صبر می‌باشد چرا که نفس انسان به انجام برخی کارها عادت کرده و ترک و خودداری از انجام آن کاری سخت است.

۳- حوزه طاعات: طاعت کردن یعنی بندگی کردن و این در حالی است که انسان غالباً تمایل به ریاست و برتری دارد و بندگی و ذلت برای او ناپسند است به هر حال بندگی خدا را کردن نیاز به صبر جمیل دارد. در باب مراتب صبر از تعبیرات این حدیث، چنین استفاده می‌شود که ثواب و فضیلت صبر بر معصیت، به مراتب افزون‌تر از ثواب و فضیلت صبر بر طاعت است و ثواب و فضیلت صبر بر طاعت به مراتب بالاتر از ثواب و فضیلت صبر بر مصیبت می‌باشد (اصول کافی، جلد ۲، حدیث ۱۵).

در خصوص توصیه‌های علی(ع) به مدیران این نکته عنوان می‌شود که مدیر علاوه بر دانش و مهارت باید از اخلاق مدیریتی نیز برخوردار باشد؛ وی به مدیران خویش یادآوری می‌کند که آنان خدمت‌گزاران مردم هستند و باید دارای صفت صبر و بردباری باشند. امام مدیران را به صبر در برابر مشکلات و بردباری در برابر خطاهای مردم دعوت می‌کند و از آنان می‌خواهد که در هیچ کاری با عجله و شتاب تصمیم نگیرند. حتی در مجازات خطاکاران؟ البته این صبر و بردباری به معنی سستی در انجام وظایف نیست. علی(ع) چنین سفارش کرده‌اند: «در کارهای خود بر افراد سست و تنبل تکیه مکن» (دلشاد تهرانی، ۱۳۷۷: ۳۷۲-۳۷۵). زیرا سستی در انجام دادن امور موجب زیر پا گذاشتن حق و عدم اجرای به موقع کارها و تزییع حقوق مردمان است.

چگونگی پرورش انسان‌های صبور

خداوند این توانایی را به انسان داده که بتواند در مواقع لزوم حلیم و بردبار باشد اما صبر کننده باید این صفت را در خود پروراند و زمانی را با استقامت پشت سر بگذارد تا بتواند به ثمرات پر ارزش صبر برسد به همین منظور خداوند به پیامبر در امر خطیر رسالتش دستور به صبر داده است (غافر: ۵۵) خداوند بندگان

خود را مورد امتحان قرار می‌دهد تا صبر آنها را بیازماید و اراده آنها را قوی گرداند و نمونه‌هایی از بندگان صابر خود را به‌عنوان الگو معرفی می‌کند از جمله ابراهیم(ع) ایوب(ع) و علی(ع). بیهوده نیست که علی(ع) می‌فرماید: شکیبایی با مصیبت‌های شب و روز پیکار کند و بی‌تابی، زمان را در نابودی انسان یاری دهد (نهج‌البلاغه، حکمت ۲۱۱) و در معرفی سیمای پرهیزکاران (خطبه ۱۹۳) آورده که آنها در روزگار کوتاه دنیا صبر کرده تا آسایش جاودانه قیامت را به‌دست آورند. در بیان اهمیت موضوع مزروقی و اناری نژاد (۱۳۸۶) در بیان ویژگی‌های افراد رشدیافته از سه دسته ویژگی ۱- شناختی؛ ۲- رفتاری و ۳- عاطفی نام می‌برد که صبر یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های عاطفی عنوان شده است.

آثار و پیامدهای صبر

- ۱- موفقیت و پیشرفت در امور زندگی: امیرمؤمنان(ع) فرمودند: صبر و شکیبایی به پیشرفت هر کار (مهمی) کمک می‌کند.
- ۲- نشانگر واقعیت ایمان: «صبر کنید، همانا صبر کردن از ایمان است» (نهج‌البلاغه، حکمت ۸۲).
- ۳- فوز و رستگاری: علی(ع) در این باره می‌فرماید: «انسان شکیبا پیروزی را از دست نخواهد داد هر چند طول بکشد» (همان، حکمت ۱۵۳).
- ۴- یاری در برزخ: صبر یاور انسان در برزخ و تأمین‌کننده بهشت در عالم قیامت است.
- ۵- اجر آخرت: در قرآن کریم آمده است: به پاداش صبر و بردباری غرفه‌های جنت و قصر بهشتی می‌یابند (فرقان ۷۵).

جزع در لغت به دو معنای بریدن و بی‌صبری کردن آمده است «جزع» نقطه مقابل صبر است و آن، حالت بی‌قراری و ناشکیبایی در برابر حوادث و مشکلات است، به گونه‌ای که انسان در برابر حوادث زانو زند، مأیوس شود، بی‌تابی کند و یا از تلاش و کوشش برای رسیدن به مقصود چشم‌پوشد. قرآن مجید در سوره معارج آیه ۱۹ الی ۲۱، انسان را موجودی حریص و کم‌طاقت معرفی می‌کند که وقتی بدی به او برسد، بی‌تابی می‌کند و هنگامی که خوبی به او رسد، بخل می‌ورزد و مانع دیگران می‌شود (معارج، ۱۹-۲۰). علی(ع) در جایی دیگر فرمودند: از بی‌تابی کردن بپرهیز که قطع امید می‌کند و کار را به ضعف می‌کشانند و اندوه به بار می‌آورد. بدان که دو راه نجات بیشتر نیست: مشکلی که چاره دارد که باید چاره‌اندیشی کرد و آنچه که چاره ندارد، پس باید بر آن صبر کرد و باید دانست که جزع و فزع و بی‌تابی کردن فایده‌ای ندارد و بلکه کار را برای انسان سخت‌تر می‌کند.

در توصیه مدیران به صبر و دوری از جزع حضرت علی(ع) در نامه‌ی ۵۳ به مالک‌اشتر فرموده‌اند: «پس برای مشاغل کلیدی از سپاهیان و لشگریان خود کسی را انتخاب و مسئول بنما که در برابر دشواری‌ها و پیش‌آمدهای سخت و تلخ استوار و صبور باشد و مصیبت‌های بزرگ وی را از پا نشانند. فردی باشد که هنگام ناتوانی و ضعف دیگران بر او ضعف و ناتوانی غالب نشود و بر اثر بی‌خیالی دیگران بی‌تفاوت نگردد» (قوچانی، ۱۳۷۴: ۱۳۶). لذا مدیر و مسئول مشاغل کلیدی باید در برابر فشار کار و

دشواری‌ها و فراز و نشیب‌های شغلی و تلخی‌ها و سختی‌های آن چون کوه استوار و با استقامت و دارای عزم و اراده‌ی پولادین باشد.

روش تحقیق

تحقیق حاضر در زمره تحقیقات توصیفی-تحلیلی قرار دارد، در شیوه‌ی جمع‌آوری اطلاعات از نهج‌البلاغه و مطالعات کتابخانه‌ای و پژوهش‌های مختلف بهره گرفته شده است. با بررسی در نهج‌البلاغه و کتب دیگر خطبه‌ها، حکمت‌ها و نامه‌های نهج‌البلاغه مطالعه و عبارات مرتبط با شادی و غم، تواضع و تکبر، صبر و جزع، استخراج و تحلیل و ضمن آن توصیه‌هایی به متربی و مدیران شده است.

بحث

از بررسی مجموع سخنان حضرت علی(ع) درباره‌ی عواطف در این نوشتار چنین استنباط می‌شود که در نهاد انسان عواطف فراوانی نهفته شده است که نقش آنها در زندگی انسان غیرقابل تردید است. زندگی انسان در تمام مراحل تحت تأثیر عواطف است و رفتار فردی و اجتماعی او به طریقی متأثر از آنهاست و رفتار کسی که عواطفش به صورت متعادل پرورش یافته، با رفتار فردی که فقر عاطفی دارد، یکسان نیست و چگونگی رفتار هر کدام متأثر از چگونگی رشد عواطف اوست و علی(ع) در موارد مختلف و متعدد افراد را از صفات عاطفی نکوهیده مانند غم، تکبر، جزع پرهیز و تشویق به صفات عاطفی مثبت از جمله شادی، صبر و فروتنی می‌کنند که این مسأله در تحقیق بهشتی (۱۳۷۹) که بیان می‌کند آنچه باعث آرامش انسان می‌شود و انسان را با توانایی بیشتر آماده فعالیت می‌کند شادی است و به همین علت حضرت علی(ع) به او عنوان فرصت داده است؛ مرادی (۱۳۸۶) که در بررسی روش‌های ایجاد شادی و بر طرف نمودن غم اشاره می‌کند به صبر و یقین، مقاومت در برابر سختی‌ها، اندوه روز نیامده را نخوردن؛ اکبری (۱۳۸۶) که خوشحالی انسان را از توشه‌ای می‌داند که برای آخرت آماده کرده؛ مرزوقی و اناری‌نژاد (۱۳۸۶) که صبر را یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های عاطفی که سبب رشد افراد می‌شود عنوان کرده‌اند؛ همت بناری (۱۳۷۹) و سجادی (۱۳۷۹) که در معرفی صفات ضداخلاقی کبر را بعد از دنیاپرستی مورد نکوهش حضرت علی(ع) می‌دانند؛ الهیاری‌نژاد و نیری (۱۳۹۲) که بیان می‌کنند علی(ع) برای مقابله با حوادث ناگوار دو نیروی صبر و یقین را معرفی می‌کند نیز دیده می‌شود، به علاوه سلامت روانی و عقلانی انسان وابسته به سلامت عاطفی اوست و بسیاری از مشکلات بهداشتی و اختلالات روحی روانی ریشه‌های عاطفی دارند که این نیز در تحقیقات متعدد تأیید شده است از جمله بین فقر عاطفی و سوء مصرف الکل و دارو (سینگ و مصطفی، ۱۹۹۴)؛ بزهکاری (دوکزو لورج، ۱۹۸۹)؛ بی‌بندوباری جنسی (کدی، ۱۹۹۲) و افکار خودکشی (چوکت، ۱۹۹۳) و قائمی، یزدان‌بخش و امیریان (۱۳۹۲) که صبر را به عنوان معمول‌ترین پاسخ افراد به فشار روانی، اضطراب و افسردگی می‌دانند.

نتیجه گیری

نتایج نشان داد که شادی و سرور یک نیاز طبیعی برای زندگی انسان است. البته شادی و سرور واقعی همان سرور غیرهیجانی است که ریشه در احساس خوشبختی دارد که عوامل آن غیر از علل و عوامل سرور هیجانی است. بر اساس آموزه‌های قرآنی، سرور غیرهیجانی که ریشه در احساس خوشبختی دارد برخاسته از ایمان به خدا، اتصال به او، رضایت و خشنودی خداوند و مانند آن است. اسلام نیز به خوشرو و خنده‌رو بودن در جامعه و زدودن غبار غم از چهره دوستان به وسیله شادابی و خندان بودن تأکید بسیاری کرده است چنان که علی(ع) شادی را به «فرصت» تعبیر کرده است زیرا شادمانی و انبساط نفس، موجب آرامش خاطر می‌گردد با وجود این، غم و ناامیدی حقایقی هستند که به سراغ هر موجود زنده‌ای می‌آیند. همچنین منظور از اندوه مؤمن، اندوه به خاطر گناهان و یا افسوس خوردن به خاطر کوتاهی در انجام کارهای نیک است لذا نتیجه می‌گیریم فرد متربی که چنین نگرشی دارد برای انجام دادن یا خودداری از انجام آنچه در اختیار و کنترل اوست و سرنوشت جاودانه او را تعیین می‌کند، تلاش می‌نماید و به خاطر آن شاد یا اندوهگین می‌شود و مسائل زودگذر و کم اهمیت و یا مسائلی که در اراده او نیست او را آشفته نمی‌سازد و نهایتاً اینکه علی(ع) نه تنها شادی را نفی نکرده بلکه روش‌هایی برای دستیابی به شادی و دوری از غم نیز توصیه کرده در بحث تواضع و تکبر علی(ع) تواضع را به عنوان یکی از ارزش‌های اخلاقی مطرح و می‌فرماید: هیچ خویشاوندی چون تواضع و فروتنی نیست. وی همچنین می‌فرماید با فروتنی خوشرویی، نعمت‌ها کامل می‌شود و کسی که متواضع باشد، دوستانش فراوان خواهند بود. همان‌طور که می‌بینیم علی(ع) در این حکمت آثار تواضع را به متربی گوشزد می‌کند و فراوانی نعمت را نتیجه فروتنی می‌داند در کنار این سفارش، حضرت مردم را به خطر تکبر و خودبزرگ‌بینی هشدار می‌دهد. حضرت هلاکت امت‌های پیشین را با خصلت تکبر و خودپسندی آنان مرتبط دانسته‌اند لذا در مذمت تکبر و ضرورت پاک‌سازی نفس از این صفت رذیله و نیز دیگر رذایل نفسانی در قالب توصیه‌های اخلاقی، تأکید فراوان دارند. آن چه از این سخنان گهربار به دست می‌آید آن است که انصاف متربی به صفات و ویژگی‌هایی که موجب نوعی روان‌پریشی برای انسان می‌گردد، در نهایت او را از جاده صواب و درستی خارج ساخته و به مسیر انحراف و کژی سوق می‌دهد در بحث صبر و جزع نیز امام(ع)، صبر را نخستین پایه ایمان به حساب می‌آورند و بیان می‌کنند که بدون صبر، ایمان کامل که التزام عملی به دین خداست امکان‌پذیر نیست و صبر، نقش کلیدی برای تمام ابعاد زندگی دارد در مقابل علی(ع) متربی را توصیه به پرهیز از بی‌تابی کردن و جزع می‌کنند و بی‌تابی را عامل اندوه مؤمن معرفی می‌کنند حضرت همچنین بیان می‌کنند که از جمله راه‌های غلبه بر نگرانی، آن است که هر انسان مصیبت‌های اجتناب‌ناپذیر و مشکلات لاینحل که در طول زندگیش پیش می‌آید را به آرامی تحمل کند، خویشتن را با شرایط آنها منطبق سازد. به عبارت دیگر اگر کسی به مصیبتی مبتلا می‌شود برای رهایی از نگرانی باید آن پیش‌آمد ناگوار را بررسی کند، اگر رفع شدنی و قابل حل است به چاره‌جویی تصمیم بگیرد. اگر مصیبت حتمی و مشکل حل‌نشده است، بی‌چون و چرا تسلیم قضا قطعی گردد به ناراحتی و عوارض آن تن در دهد و با

تندی و بی‌صبری باعث تضعیف روح و فرسایش جسم خود نشود. البته علی(ع) جزعی که در مصیبت اولیای خدا، برای اظهار خشم و غضب بر دشمنان و برائت جستن از کردار و رفتار آنان و بروز محبت به اولیای الهی که در حقیقت همان محبت به خداوند است صورت می‌گیرد را نیکو می‌داند و به مرتبی سفارش می‌کند و می‌فرماید: چنین جزعی که جزع بر سیدالشهدا(ع) نیز از بارزترین مصادیق آن است، مستحب و از عبادت‌های بزرگ شمرده می‌شود. لذا با توجه به نتایج به‌دست آمده پیشنهاد می‌شود که مرتبی برای آن چیزی که سرنوشت او را تعیین می‌کند تلاش کند و توشه آخرت را مبنای خوشحالی خود قرار دهد نه مسائل زودگذر دنیا را، از تکبر دوری کند و فروتنی او در مقابل پروردگار و کسانی باشد که او امر فرموده و در مقابل مسائل و مشکلات صبر کند و به قضای الهی رضایت دهد، به منظور تأمین سعادت و دستیابی به روش‌های مطمئن در شناخت مسائل روحی و روانی خود و چگونگی رفع آنها در کتاب ارزشمند نهج‌البلاغه تحقیق و بررسی و راه چاره و درمان دردهای خود را از این کتاب روشن دریافت کند.

منابع

- قرآن مجید
- نهج البلاغه
- بحارالانوار
- اکبری، محمود (۱۳۸۶)، غم و شادی در سیره معصومان(ع)، قم: ناشر صفحه نگار، ۳۶.
- آقاملایی، محمدرضا (۱۳۸۱)، همایش بزرگ امام علی و نهج البلاغه، کرمان: ناشر ثارالله، ۲۳۵.
- آمدی، عبدالواحد (۱۳۷۳)، فهرست غرر و درر آمدی، تهران: انتشارات دانشگاه، ۴۹.
- بهشتی، محمد (۱۳۷۹)، تربیت عواطف از منظر امام علی(ع)، مجله تربیت اسلامی، شماره ۴، ۵۶۹-۵۹۲.
- پورشیخعلی، فاطمه (۱۳۸۹)، بررسی رابطه رفتار دینی والدین با روابط عاطفی موجود در خانواده و خودشکوفایی دانش آموزان دختر و پسر متوسطه آموزش و پرورش ناحیه ۲ شهر کرمان، پایان نامه کارشناسی ارشد.
- تفسیر نمونه، جلد ۹: ۳۳۵.
- دلشاد تهرانی، مصطفی (۱۳۸۵)، مبانی تربیت در نهج البلاغه، تهران: ناشر دریا، ۱۸۴.
- دلشاد تهرانی، مصطفی (۱۳۷۷)، سیری در تربیت اسلامی، تهران: ناشر موسسه نشر و تحقیقات ذکر، ۳۷۲-۳۷۵.
- داورپناه، ابوالفضل (۱۳۷۵)، انوارالعرفان فی تفسیر القرآن، تهران: انتشارات صدر، ۳۳۹.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۳۷۵)، ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن، (ترجمه سیدغلامرضا خسروی حسینی)، تهران: انتشارات مرتضوی، ۴۶۴.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۳۸۱)، المفردات، تهران: ناشر الحوراء، ۴۷۴.
- سجادی، مهدی (۱۳۷۹)، ابعاد و قلمرو اهداف تربیتی با تأکید بر آموزه های انسان شناختی امام علی(ع)، مجله تربیت اسلامی، شماره ۴: ۱۹۸-۱۸۳.
- سجادی، محمدهادی (۱۳۸۵)، ارزش ها و ضدارزش ها در نهج البلاغه، مجله اخلاق و تربیت، شماره ۵، ۲۱.
- شریفیان، زینب و مجیدی، حسن (۱۳۹۲)، تقابل تواضع و تکبر در نهج البلاغه، بر گرفته از سایت www.ghatreh.com
- صادقی نیری، رقیه و الهیاری نژاد، مریم (۱۳۹۲)، مثبت اندیشی و خوش بینی در نهج البلاغه فصلنامه پژوهشنامه نهج-البلاغه، سال اول، شماره اول، ۷۴-۶۳.
- طیب، سیدعبدالحسین (۱۳۷۸)، اطیب البیان فی تفسیر القرآن، تهران: انتشارات اسلام، ۹۱.
- علوی، سیدحمیدرضا (۱۳۸۹)، تربیت در قرآن و نهج البلاغه، طرح پژوهشی چاپ نشده، معاونت پژوهشی دانشگاه شهید باهنر کرمان، ۱۶۵.
- فولادی، حفیظ الله (۱۳۶۸)، تبیین انحرافات اجتماعی از دیدگاه امام علی(ع) و نظریه های کلاسیک، نشریه پژوهش های نهج البلاغه، شماره ۲۲ و ۲۱: ۱۳۱-۱۱۸.

- قائمی، علی (۱۳۷۰)، زمینه تربیت، تهران: ناشرامیری، ۲۵۰.
- قائمی، مرتضی؛ یزدان بخش، کامران و امیریان، طیبه (۱۳۹۲)، عوامل ناامیدی و راهبردهای انگیزش نهج البلاغه در درمان آنها، فصلنامه پژوهشنامه نهج البلاغه، سال اول، شماره اول، ۶۲-۵۱.
- قوچانی، محمود (۱۳۷۴)، فرمان حکومتی پیرامون مدیریت شرح عهدنامه امیرالمؤمنین به مالک اشتر، تهران: ناشر مرکز آموزش مدیریت دولتی، ۱۳۶.
- قمی، عباس (بی تا)، سفینه البحار، ص ۵۹۶، به نقل از تفسیر نمونه، ج ۹، ۳۳۵.
- مزروفی، رحمت الله و اناری نژاد، عباس (۱۳۸۶)، تربیت اجتماعی از منظر نهج البلاغه، مجله تربیت اسلامی، شماره ۴: ۱۹۲-۱۶۳.
- مصطفوی، حسن (۱۳۶۰)، التحقیق فی کلمات القرآن الکریم، تهران: ناشر بنگاه ترجمه و نشر کتاب، ۱۳۱.
- مرادی، اعظم (۱۳۸۶)، بررسی دیدگاه غم و شادی در نهج البلاغه با تمرکز بر روش های شادی آفرین، نشریه علوم قرآن و حدیث، پژوهش های نهج البلاغه، شماره ۲۱ و ۲۲، ۱۴۴-۱۳۲.
- نراقی، محمدمهدی (۱۳۶۲)، جامع السعادات، بیروت: ناشر اعلمی، ۲۸۱.
- نیکزاد، محمود (۱۳۷۵)، کلیات فلسفه و تعلیم و تربیت، تهران: کیهان، ۱۱.
- همت بناری، علی (۱۳۷۹)، بررسی اولویت های تربیت اخلاقی از دیدگاه امام علی (ع) در نهج البلاغه، مجله تربیت اسلامی، شماره ۴: ۵۶۸-۵۳۹.
- Choquet, M., Kovess, V. and Poutignat, N. (1993). Suicidal thoughts among adolescents : an intercultural approach. *Adolescence*, vol28, issue111, pp 649-659.
- Dukes, R.L. and Lorch, B.D. (1989). Concept of self, Mediating factors and adolescent deviance. *Sociological Spectrum*, vol9, issue3, pp301-319.
- Keddie, A.M. (1992). Psychosocial factors associated with teenage pregnancy in Jamaica. *Adolescence Academic Journal*, vo27, issue108, pp873-890.
- Singh, h., Mustapha, N. (1994). Some factors associated with Substance abuse among Secondary school Students in Trinidad and Tobago. *Journal of drug Education*, vol24, issue1, pp83-93.